

きれいに咲いてね！

P2

キラリ宿毛人

P21

なつやすみ子ども教室

【撮影場所】手代岡隣保館



【自己紹介】

名前：主浜 涼平（しゅはま りょうへい）

年齢：34 歳

出身地：埼玉県

趣味：まちぶら歩き

最近頑張っていること：PR動画編集、魚を捌くこと



こんにちは。地域おこし協力隊の主浜と申します。4 月 1 日より宿毛市の地域おこし協力隊として活動しております！

活動内容報告

初めの 1 ～ 2 カ月は地域の方々とのコミュニケーションや周辺観光地調査をさせていただきました。おかげさまで、ある程度のところであれば地図を見なくても行けるようになりました。

それ以外には、観光開きや産業祭、クルーズ船寄港など、春先のイベントをお手伝いさせていただき、宿毛のイベント規模や準備・運営などを勉強しています。

個人としては、SNSを活用した観光等PRを行いつつ、5 月から林邸でアルバイトを始めたので、そちらのイベントもお手伝いをさせていただいております。



Instagram でも
情報発信中



よそもん発見コラム

★もち投げとは？

こちらでは定番になっている、観光イベントの開幕を告げる「もち投げ」。関東ではこのような文化は聞いたことがなく、非常に驚きました。皆さんのご家庭の冷凍庫には大量の餅が眠っているとか！？

★意外だった〇〇ラーメン！？

宿毛では、カツオなどのダシをとった醤油ラーメンや魚貝のダシをとった塩ラーメンが多いのかなと思いきや、味噌ラーメンが意外にも多くて非常に驚きました！飲みのラーメンは味噌が最高ですね！



【窓口・アイデア募集中！】

現在、体験型の観光コンテンツのアイデアや、窓口になる方の情報を募集しております。我こそはという方や、周りで情報をもっている方がいらっしゃいましたらご連絡お待ちしております。

ハイアールジャパンセールス株式会社と 包括連携協定を締結

問 企画課 ☎ 62-1255

5月25日（月）、ハイアールジャパンセールス株式会社（本社：大阪府大阪市）と「地方創生の推進に関する包括連携協定」を締結しました。株式会社官民連携事業研究所の仲介により実現したこの協定では、同社のIoT技術を生かした働き方改革の推進や、災害時の物資供給などで連携を図ります。

あわせて、同社より最新の家電製品を寄贈いただきました。児童福祉施設には衛生管理を高める掃除機を、放課後子ども教室には生活環境を整える冷凍冷蔵庫や洗濯機などを贈っていただきました。

今後も民間企業の技術やノウハウを取り入れ、誰もが暮らしやすい「活力ある宿毛市」の実現に向け、連携を推進していきます。



図書カードの寄贈

問 坂本図書館 ☎ 63-2654

5月25日（月）、国際ソロプチミスト幡多 様から、図書カードをご寄贈いただきました。

同団体は、高知県西南地域で女性の国際的な奉仕活動を行う組織で、ボランティアや講演会主催などの活動をしています。1996年から当市の図書館へ図書費を寄贈いただいております。温かいご支援、誠にありがとうございました。



民生委員・児童委員厚生労働大臣特別表彰伝達式

問 福祉事務所 ☎ 62-1240

長年にわたり民生委員・児童委員として尽力された7名が、厚生労働大臣特別表彰を受賞されました。6月1日（月）、市役所で伝達式を行い、表彰状と記念品をお贈りしました。

地域の福祉向上にご尽力いただいた皆さんの多大なる功績と長年の献身的な活動に、心より感謝申し上げます。



左から、川村 様、松田 様、伊與田 様、吉松 様

【被表彰者】

（順不同）

山陸 勝一 様	川村 貴美子 様
成田 好水 様	吉松 邦男 様
松田 民男 様	伊與田 至孝 様
市原 芳政 様	

第 62 回 宿毛市美術展覧会 作品募集

問 中央公民館 ☎ 63-2618

多数の出品をお待ちしています。申込書、要項などは宿毛市 HP からダウンロードするか、中央公民館に請求してください。

- 応募資格
- 幡多 6 市町村在住者（中学生以下を除く）または出身者および幡多 6 市町村内に勤務する方
 - 出品部門に該当する中央公民館サークル、市内団体に所属し活動する方
 - 市内高等学校の在学生

※自己の作品限定 ※故人の作品は、概ね 1 年以内に遺族または相続人が出品可能

会場 宿毛文教センター 手数料 無料

賞 ●特選 ●褒状 ●新人賞 ●無鑑査特別賞

搬入 9 月 20 日（日）9 時～17 時

審査 9 月 21 日（月・祝）11 時～14 時 30 分（終了後、作品の講評を行います）

会期 10 月 9 日（金）～13 日（火）9 時～18 時（最終日は 16 時まで）

表彰式 10 月 13 日（火）15 時～16 時

搬出 10 月 13 日（火）16 時～18 時、10 月 14 日（水）9 時～18 時

※額装にガラス使用不可 ※つりひも・金具必須

※作品の写真撮影、SNS などへの投稿可能としますので、ご了承のうえ出品してください。

※写真はフィルム・デジタルカメラを問いません。

※応募作品は出品者の責任において肖像権、著作権者の承諾を必ず得てください。

※既に公募展に発表したもの、SNS などへに投稿したもの、模写並びに自己の創作でないもの、制作または撮影後 5 年を経たもの、風致に害があると認められたものは出品できません。



部門	出品点数	出品規格	備考
日本画	3点以内	4 号以上額装を含めて（色紙含む） 100 号まで	額装のこと
洋画	3点以内		
書道	2点以内	軸装、額装を含めて 縦 2.43 m 以内、横 2.43 m 以内	表装または額装、軸装のこと
写真	3点以内	額装またはパネル張りとし、写真サイズは A3 以上全 倍までとする。組写真は 1 枚が 2L 以上とする。	画面に字句の説明および ビニール類の使用は不可
工芸	3点以内	縦・横・高さ各 2.0 m 程度まで 重量は 40kg 以内	銃砲刀剣類に関するものは 対象外とする

主催 宿毛市・宿毛市教育委員会・高知新聞社・RKC 高知放送

後援 宿毛市文化協会

ご冥福をお祈りします (令和 8 年 5 月受付分)					
住所	氏名	享年	住所	氏名	享年
押ノ川	押川 三幸	93	西町 2 丁目	篠原 ハナエ	103
貝塚	和田 郁男	95	小筑紫町石原	山岡 末尾	98
二ノ宮	高田 幸吉	79			

※家族などからの申し込みにより掲載しています。（敬称略）

※本コーナーは、今月号をもちまして終了いたします。

問 市民課 ☎ 62-1233

広報すくものデザインが 新しくなりました！

より読みやすく、より親しみやすい紙面を目指して、文字の並びやデザインをリニューアルしました。これからは市の魅力や暮らしに役立つ情報をお届けします。



インフォメーション

 福祉・子ども・健康

 募集・催し・イベント

 防災・安全

 その他（講座・相談・暮らし・手続きなど）

 問	問い合わせ	 日	日時	 場	場所
 対	対象	 定	定員	 料	料金
 休	休館日	 内	内容		
 持	持参物	 申	申込		

無料人権相談

家庭や職場での悩み、セクハラ、DV、いじめ、インターネット上の誹謗中傷など、人権に関わる相談を受け付けます。

-  **日** 8月5日（水）
10時～15時（12時～13時を除く）
-  **場** 宿毛東部農業環境改善センター
-  **内** 人権擁護委員による人権相談
-  **料** 無料
-  **申** 予約制。詳細はお問い合わせください。

※相談時間 お一人30分以内

※秘密厳守

主 催 高知地方方法務局四万十支局

 **問** 人権推進課 ☎ 62-1258
高知地方方法務局四万十支局 ☎ 0880-34-1600

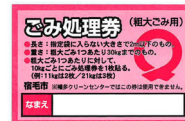
ごみ袋・ごみ処理券の 価格改定

7月1日（水）から、ごみ袋・ごみ処理券の価格が変わります。



- ごみ袋（大）520円
⇒ **600円【10枚】**
- ごみ袋（小）310円
⇒ **300円【10枚】**

- ごみ処理券（粗大ごみ用）
260円 ⇒ **300円【5枚】**



現行のごみ袋・ごみ処理券は9月1日（火）から使用できません。

 **問** 環境課 ☎ 62-1252

i 「部落差別をなくする運動」強調旬間

問 人権推進課 ☎ 62-1258

7月10日（金）～20日（月）は「部落差別をなくする運動」強調旬間です。市では人権問題に対する認識を深めるための記念事業を開催します。

日 7月11日（土） 開演 9時30分（受付開始 9時）

場 宿毛文教センター 多目的ホール 料 無料

●記念講演

時間 9時40分～11時10分

演題 出会いを学びに～部落出身者として生きるということ～

講師 ^{たかた みき} 高田 美樹 さん（人権Take Root 啓発担当チーフフェロー）

^{たかた みき} 高田 美樹 さんプロフィール

1985年、鳥取県の被差別部落に生まれる。2011年から講演活動を開始。結婚後Jターン移住し3人の子どもを出産、養護助教諭として小学校に勤務するも2022年に地元企業の事業承継を受けることになり、設立した合同会社にて移動販売と見守り活動を行っている。

●子ども会アピール文発表

時間 11時10分～11時45分



【宿毛ID】50ポイント
受け取れます！



主催 宿毛市・宿毛市教育委員会・差別をなくし人権を守る会



i 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）

●昔話法廷 Season5



NHK Eテレ「昔話法廷」制作班 編
森下 佳子 原作
イマセン法律 監修
金の星社

鬼退治と称して鬼ヶ島に上陸。鬼を襲撃し、財産をうばった桃太郎を死刑にするか、しないか？ 昔話の登場人物たちを現代の法律で裁く、NHK Eテレの「昔話法廷」を書籍化。「桃太郎」の裁判を収録。

●気持ちがとどく毎日が変わる! つたえるのルール ハピかわ 聞く話す書くSNS

はぴふるガール編集部 編
池田書店

●ニュー日本文学史



三宅 香帆 著
淡交社

日本文学史で重要な作品は、常に、批判の渦のなかにある。「土佐日記」「平家物語」「おらが春」など、今読み直したい古典・近代文学22作品を取り上げ、名作が「名作」になった理由を問い直す。『なごみ』連載を書籍化。

●今日からはじめる ChatGPT 英会話 新 AI 時代の超独学スピーキングブック

山田 優 著
アルク

大会テーマ あらゆる差別を一人ひとりの課題とし、
人権問題の解決をめざす教育の創造と、
人権文化の確立をめざす。

日 8月2日(日)

場 宿毛市総合社会福祉センター

料 無料

●開会行事

時 間 9時30分～10時

●講演

時 間 10時～12時

演 題 こどもたちの笑顔を守るために私たちにできること
～アンガーマネジメントで人にも自分にもあたらない社会をめざして～
※手話通訳を行います。

講 師 (一財) 児童虐待防止機構オレンジ CAPO 理事長
しまだ たえこ
島田 妙子 さん



●分科会

時 間 13時30分～

場 所 ●宿毛市総合社会福祉センター ●宿毛小中学校 ●宿毛消防庁舎

しまだ たえこ 島田 妙子 さん プロフィール

1972年神戸市生まれ。幼少期に児童養護施設での生活を経て家庭復帰するも、実父と継母から壮絶な虐待を受ける。現在は関西約150園の学校・幼稚園等の『思い出のアルバム』ソフト制作会社を経営。2010年の次兄の他界を機に、虐待予防と「大人の心を助ける」ための講演活動を積極的に行っている。

自身の過酷な体験を基に、「虐待」「命」「愛」「子育て」「障がい」「介護」など幅広いテーマで発信。中学生から行政職員・教員まで幅広い層を対象に講演を行っている。2019年NHK『クローズアップ現代+』に出演。

主 催 宿毛市人権教育研究協議会・宿毛市・宿毛市教育委員会

【宿毛ID】50ポイント受け取れます！



＼宿毛市公式 SNS 紹介／

フォローしよう



LINE



イベント情報や防災情報、ごみの収集日など、暮らしに役立つ情報を配信中！

Instagram



移住 Instagram



宿毛の絶景やイベントの様子など、市の魅力を写真と動画で発信中！



広報紙の綴じ穴加工を 終了します

広報紙の「綴じ穴加工」を、今月号から廃止します。紙面を広く使い文字や写真を見やすくするため、皆様のご理解をお願いします。

問

企画課 ☎ 62-1255

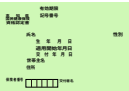


健康保険の資格確認書等の発送



市民課 ☎ 62-1233

令和 8 年度の国民健康保険と後期高齢者医療制度の資格確認書などを 7 月下旬に郵送します。マイナ保険証の登録状況に応じて、次のとおり資格確認書または資格情報のお知らせが交付されます。

保険の種類	送付されるもの	マイナ保険証利用・登録状況
国民健康保険	資格情報のお知らせ（A4 用紙）	●マイナンバーカードを健康保険証として利用登録している方
	資格確認書（カード型） 	●マイナンバーカードを健康保険証として利用登録していない方 ●マイナンバーカード未所持の方
後期高齢者医療制度	資格情報のお知らせ（A4 用紙）	次の全てに該当する方 ●84 歳以下の被保険者（8 月 1 日時点の年齢） ●マイナンバーカードを健康保険証として利用登録している ●マイナ保険証を直近 1 年間に 6 回以上利用 ●マイナ保険証を直近 3 カ月以内に利用
	資格確認書（カード型） 	●上記以外の方 ●85 歳以上の被保険者（8 月 1 日時点の年齢）

後期高齢者医療制度の詳細については、7 月の地区回覧をご確認ください。

8 月 1 日（土）以降は**マイナ保険証**または新しく届いた**資格確認書**で受診してください。



国民年金保険料免除等の申請



市民課 ☎ 62-1233

国民年金保険料の納付が困難なときは、免除・猶予制度をご利用ください。申請が承認されると、納付が免除または猶予されます。未納のまま万が一のことがあった場合、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取れない恐れがあるため、お早めにご相談ください。

※過去 2 年 1 カ月前までさかのぼって申請可能

受付 7 月 1 日（水）～

対象期間 7 月分～令和 9 年 6 月分

場 市民課窓口または各支所の窓口

持 ●年金手帳または基礎年金番号通知書 ●本人確認書類（マイナンバーカードなど）
●離職票または受給資格者証の写し（退職・失業の場合）

【マイナポータルによる電子申請でも手続き可能です！】

「マイナンバーカード」と、マイナンバーカードを受け取った際に設定したパスワード「利用者証明用電子証明書パスワード（数字 4 桁）および券面事項入力補助用暗証番号（数字 4 桁）」をご準備ください。



日本年金機構 HP

i 介護保険料についてのお知らせ

問 長寿政策課 ☎62-1234

65 歳以上の方の介護保険料は、前年中の所得などにに基づき、所得段階に応じて決定します。7 月上旬に「保険料額決定通知書」が届きますので、内容をご確認ください。

納付方法 原則、年金からの天引き（特別徴収）

※特別徴収の対象とならない場合は「納付書または口座振替によるお支払い（普通徴収）」

納期 7 月末から令和 9 年 2 月末までの全 8 回払い（普通徴収の場合）

※特別徴収・普通徴収の区分は自動的に判定されますので、手続き不要です。

i 負担限度額認定申請と負担割合証について

問 長寿政策課 ☎62-1234

●負担限度額認定申請手続き

介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院やショートステイを利用する時の食費・居住費について、申請により低所得の方への助成を行っています。現在認定証をお持ちの方の有効期限が 7 月末ですので、8 月以降も負担軽減を受ける場合は申請が必要です。

申 長寿政策課介護保険係に持参または郵送

必要書類 ●本人及び配偶者（内縁関係含む）の預貯金など、資産に関する資料の写し
※通帳は金融機関名・支店名・口座番号・名義人と、直近 2 カ月分の明細、定期預金に記載されているページ

介護保険負担限度額認定証	
交付年月日	令和 年 月 日
番号	788-8686
住所	希望ヶ丘1番地
氏名	宿毛 太郎
生年月日	昭和 年 月 日
有効期限	令和 年 月 日から 年 月 日まで
介護の負担限度額	円 円 円 円 円 円 円 円
居住費又は滞在費の負担限度額	円 円 円 円 円 円 円 円
保険者番号並びに保険者の名称及び印	392084 宿毛市

●負担割合証

負担割合証の有効期限は毎年 7 月末です。要介護・要支援認定を受けている方に、新しい負担割合証を 7 月上旬に送付します。

有効期限 8 月 1 日～令和 9 年 7 月 31 日

介護保険負担割合証	
交付年月日	令和 年 月 日
番号	788-8686
住所	希望ヶ丘1番地
氏名	宿毛 太郎
生年月日	昭和 年 月 日
利用者負担の割合	適用期間
1 割	開始年月日 令和 年 月 日 終了年月日 令和 年 月 日
割	開始年月日 年 月 日 終了年月日 年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	392084 宿毛市

※ご不明な点はお問い合わせいただくか、宿毛市 HP をご確認ください。



宿毛市 HP



宿毛市清掃公社 ごみの受け入れ時間の変更

9月1日（火）より宿毛市清掃公社へのごみの受け入れ時間を変更します。

【8月31日（月）まで】

普通ごみ **13時 まで**

資源ごみ・粗大ごみ **17時 まで**

【9月1日（火）から】

全てのごみ **15時 まで**

問 宿毛市清掃公社 ☎ 63-1833



市営住宅等入居者募集

募集団地 更新手代岡第1団地 2戸（平屋 3DK）

入居資格 条件有り

家賃 入居者の所得・控除により変動

共益費 2,000円

駐車場 1,000円／1台

受付期間 7月14日（火）
～ 7月27日（月）（土・日・祝日を除く）
※申込書の配布も同時期

申 都市建設課で配布の申込書を提出

問 都市建設課 ☎ 62-1251



消火器の使い方「ピン・ポン・パン」

問 宿毛消防署 ☎ 63-3111（代表）

火災を発見したら、まず大きな声で周囲に知らせ、119番通報をしましょう。初期消火が可能な小さな火であれば、落ち着いて消火器を使ってください。使い方は「ピン・ポン・パン」と覚えましょう。



1
ピンを抜く



2
ポンとホースを
火元へ向ける



3
パンとレバーを強く握る

燃えている物の根元を狙い、左右に掃くように消火器の粉がなくなるまで放射します。炎が大きければ無理はせず、危険を感じたらすぐに避難を優先してください。大切な命を守るため、日ごろから消火器の位置を確認しておきましょう。



無料機器貸し出しでフレイル予防

問 長寿政策課 ☎ 62-1234

フレイル予防、介護予防のためには、適度な身体活動、適切な栄養摂取、社会参加が大切です。インターネットを活用すると時間や場所を問わず、運動、栄養、口腔、社会参加などに関する様々な動画を視聴することができます。そこで、気軽にインターネット環境を体験していただけるよう3カ月間無料で物品を貸し出しますので、ぜひこの機会にご活用ください。

対 介護予防、フレイル予防のために3人以上（65歳以上の方を含む）で集まって週1回以上活動している団体

内 ・ノートパソコン ・モバイルWi-Fi ・その他ケーブル類

料 無料

貸出期間 3カ月間

※詳細はお問い合わせください。



年金相談

7/21

火

8/18

火

9/15

火

※毎月第3火曜日

場 市役所（受付：市民課）

持 本人が相談する場合

- 基礎年金番号が分かるもの（年金手帳など）
- 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など）
- マイナンバーのわかるもの

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。

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

問 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616（自動音声案内）



有料広告

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

マイナンバーカード

夜間・休日窓口

夜間

7/9 木

17時15分～19時

休日

7/26 日

9時～12時

- 内
- 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 市民課

- 持
- 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）に記載されている必要書類
 - 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

問 市民課 ☎ 62-1233

マイナンバーカードに係る手続きは 支所でも可能です

- 内
- 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

- 場
- 中央支所
 - 東部支所
 - 小筑紫支所
 - 沖の島支所

ぜひお近くの支所を
ご利用ください！



♥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。

火	水	木	金	土
	1	2 ♥10:00 ふれあい保育 場 宿毛幼稚園	3	4 ♥9:30 スポーツ体験会 場 旧・中央保育園 ♥9:30 子ども将棋教室 場 宿毛文教センター
会を明るくする 」総決起集会・ 生弁論大会 センター	8	9 ♥10:00 ほっと広場＊西 場 西地区防災コミュニティセ ンター ♥17:15 マイナンバーカード 交付・電子証明書 更新夜間窓口(P11)	10 ♥10:00 ほっと広場＊中央 場 宿毛まちのえき林邸	11 ♥9:30 「部落差別をなくする 運動」強調旬間 記 念講演・子ども会ア ピール文発表(P6) ♥13:30 第10回 骨粗鬆症 教室(P15)
ふれあい保育 園	15	16 ♥7:00 通学路安全の日「三木の日」 ♥9:30 赤ちゃん広場 場 和田集会所 ♥10:00 クルーズ客船「三井 オーシャンフジ」寄 港(P22)	17 ♥7:00 あいさつ・声かけ運動	18 ♥10:00 しげちゃんち(P20) ♥18:30 第32回 やいとが わ納涼花火大会 場 ケアハウスすくも駐車場
0 (予約制)(P11)	22 ♥13:30 子ども陶芸教室(P21)	23 ♥13:30 子ども陶芸教室(P21)	24	25
行政相談所 ンター も生け花教室 (1)	29 ♥13:30 子ども陶芸教室(P21)	30 ♥13:30 子ども陶芸教室(P21)	31	

固定資産税 2期 介護保険料 1期
国民健康保険税 1期 後期高齢者医療保険料 1期
納付は 口座振替・コンビニ納付・スマートフォンアプリが便利

行事予定は HP にも掲載中



♥宿毛 ID とは



2026 | JURY 7月のカレンダー

このページは、冊子から抜き取ってカレンダーとしてご利用いただけます。

- (P O) の表記があるもの：詳細は紙面〇ページをご覧ください。
- 場所の表記があるもの：紙面に詳細未掲載のイベントです。

休日当番医（救急患者のみ）



月	日	医療機関	電話番号
7	5	いなげ胃腸科内科	☎ 62-1113
	12	大井田病院	☎ 63-2101
	19	奥谷整形外科	☎ 63-1202
	20	幡多けんみん病院	☎ 66-2222
	26	聖ヶ丘病院	☎ 63-2146
8	2	国保大月病院	☎ 0880-73-1300
	9	筒井病院	☎ 66-0013
	11	川村内科クリニック	☎ 66-2911
	16	大井田病院	☎ 63-2101
	23	幡多けんみん病院	☎ 66-2222
	30	聖ヶ丘病院	☎ 63-2146

指定水道業者当番店



月	日	業者名	電話番号
7	1～5	幡西道路建設(株)	☎ 65-8681
	6～12	有田建設(株)	☎ 63-5226
	13～19	(有)水道屋かきもと	☎ 65-5011
	20～26	(有)アクア・サワダ	☎ 63-2541
	27～31	(有)上岡水道工事	☎ 66-0643
8	1～2	(有)上岡水道工事	☎ 66-0643
	3～9	関西水道工事店	☎ 65-5840
	10～12	(有)宿毛水道工業	☎ 66-1930
	13	高田水道工業	☎ 63-2425
	14	(有)伊与田設備	☎ 79-5500
	15	所谷建設(株)	☎ 63-1695
	16	幡西道路建設(株)	☎ 65-8681
	17～23	有田建設(株)	☎ 63-5226
	24～30	(有)水道屋かきもと	☎ 65-5011
	31	(有)アクア・サワダ	☎ 63-2541

※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。

日	月	火
5	6	7 ●13:30 「社」 運動 中学 場 宿毛文教
12 ●13:30 不登校の子どもの ご家族・経験者の会 (P18)	13	14 ♥10:00 ふれ 場 宿毛幼稚園
19	20	21 ●9:30 13:00 出張年金相談
26 ●9:00 マイナンバーカード交 付・電子証明書更新 休日窓口 (P11) ♥10:00 子どもフェスティバ ルすくも (P20)	27	28 ●13:00 一日 場 宿毛文教 ♥14:00 子ど (P2)

納期限

7月31日（金）

母子保健

1歳6カ月児健康診査

日	場 所	受 付 時 間
5 水	宿毛文教センター	対象児に個人通知

離乳食講習会

対象児に個人通知します。

日	場 所	受付時間
25 火	宿毛市地域子育て支援センター	13:15 ~ 13:25

3歳児健康診査

日	場 所	受 付 時 間
5 水	宿毛文教センター	対象児に個人通知

赤ちゃん広場

日	場 所	実施時間
13 木	和田集会所	9:30 ~ 11:30

成人保健

【セットけんしん】特定健康診査および各種がん検診

日	場 所	特定健康診査 / 前立腺がん検診 / 大腸がん検診	胃がん検診 (バリウム検査)	肺がん検診および結核検診	乳がん検診および子宮頸がん検診
1 土	宿毛市役所	—	—	—	予約制
19 水	宿毛文教センター	予約制	予約制 (午前のみ)	予約制 (午前のみ)	—
20 木	宿毛文教センター	予約制 (午前のみ)	予約制 (午前のみ)	予約制 (午前のみ)	—

肺がん検診および結核検診 (地区巡回)

日	場 所	受付時間
19 水	宿毛文教センター	10:30 ~ 11:00
	舟ノ川集会所	13:30 ~ 13:40
	仁井田神社下 (石原)	13:50 ~ 14:00
	福良集会所	14:15 ~ 14:35
	すくも湾漁協栄喜支所	14:50 ~ 15:30
20 木	呼崎集会所	13:30 ~ 13:40
	山崎屋駐車場 (湊)	13:50 ~ 14:10
	旧伊与野教員住宅付近	14:20 ~ 14:50
	宿毛文教センター	15:10 ~ 15:40

各種検診の結果 宿毛市が実施する次の集団検診について、精密検査が必要な方には通知が完了しています。

検 診	実施日
前立腺がん検診	5月27日 (水)
肺がん検診および結核検診	5月27日 (水)
胃がん検診	5月27日 (水)
大腸がん検診	5月27日 (水)

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

高知けいば
パルス宿毛

7月 4・5・11・12・18・19・25・26

8月 1・2





第10回骨粗鬆症教室

問

健康推進課 ☎62-1235

幡多地域連携パス委員会では、地域の皆さんの健康づくりをサポートするため、骨粗鬆症や二次骨折を予防する教室を開催します。正しい知識を学び、生活に取り入れられる運動を楽しく体験しましょう。どなたでもお気軽にご参加ください。

日 7月11日(土) 13時30分～15時

場 宿毛まちのえき 林邸 **定** 先着30名

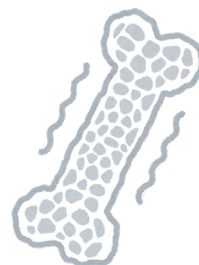
料 無料

申 特定非営利活動法人幡多ふるさとの会(☎0880-34-5005)に電話

講師 ●吉井 一郎 先生(吉井クリニック院長、日本骨粗鬆症学会認定医・評議員)

●米津 小巻 先生(筒井病院理学療法士)

※詳細はお問い合わせください。



熱中症を予防しよう

問

健康推進課 ☎62-1235

熱中症は高温多湿で体温調節機能が低下し、めまい、頭痛、吐き気などの症状が現れる状態です。室内でも発症し、命にかかわることもあります。普段から気をつけることで予防することができます。

予防

【暑さに負けない身体づくり】

- バランスのよい食事
- 適度な運動
- 十分な睡眠



【暑さを避ける】

- エアコンや日傘の使用
(暑くなる前にエアコンの掃除)
- 通気性の良い衣服
- 保冷剤・氷等で身体を冷やす

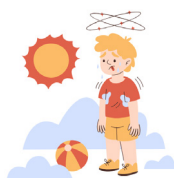
【水分補給】

- 水分をこまめに補給



対処

- めまい、多量発汗、こむら返り、倦怠感等を感じたら涼しい場所へ避難
- 衣服を緩め、身体を冷やす
- 水分補給



- 気象情報や暑さ指数(WBGT値)、熱中症警戒アラートを確認



環境省熱中症
予防情報サイト



熱中症
関連情報



「母子保健推進員（母推さん）」をご存じですか。妊娠中から子育ての相談に乗ったり、親子が集える場を開催したりと、地域で皆さんの子育てを応援している方々です。現在、15 名が各地区を担当し、宿毛市で子育てして良かったと思ってもらえるよう、協力して活動しています

※妊娠届出や新生児訪問時に担当のぼすいさんを紹介しています。

ぼすいさんの主な活動

- 育児相談活動
- 乳児健診のご案内を対象者に配布
- 乳幼児健診の計測手伝い、離乳食講習会での託児
- 親子が集える場「ほっと広場」の開催



地域での声かけやふれあいを大切に、皆さんの子育てを支えています。ぜひ、身近な相談役としてお気軽に声をかけてください。



宿毛市 HP

宿毛市不妊治療費・通院交通費助成事業

一般不妊治療、生殖補助医療をされているご夫婦に、治療費と交通費の一部を助成します。



●宿毛市不妊治療費助成事業

不妊治療費

	一般不妊治療	生殖補助医療
対象となる治療	タイミング法、人工授精	体外受精、顕微授精
対象者	①夫婦である ②事実婚の場合は、治療の結果出生した子について認知を行う意向がある ③夫及び妻の両方又は一方が宿毛市に住所を有し、かつ居住している ※ 2 月または 3 月に不妊治療等が終了し、かつ、当該月に市外に転出した場合を除く。 ④夫及び妻が医療保険各法の規定に基づく被保険者、組合員又は被扶養者である ⑤他の市町村において同一の助成を受けていない ⑥宿毛市税の滞納がない ⑦県の助成を受けている（生殖補助医療のみ）	
助成対象期間	3 月 1 日から令和 9 年 2 月 28 日まで	4 月 1 日から令和 9 年 3 月 31 日まで
助成額	年度内の上限額 5 万円	高知県不妊治療費支援事業の助成を受けた治療費より、県の助成額を控除した額に対して、治療区分 A・B・D・E について上限 4 万円、治療区分 C・F について上限 2 万円
助成回数	通算 5 年間	高知県不妊治療費支援事業実施要綱に準ずる
申請期間	4 月 1 日から令和 9 年 3 月 31 日まで	県の承認決定通知を受けた日から起算して 60 日以内
申請方法	健康推進課窓口または郵送で申請書類をお渡します。	

●宿毛市不妊治療通院交通費助成事業

- 対 宿毛市不妊治療費助成事業による助成を受けた方で、自宅から医療機関まで、自動車を利用した場合の最短距離が片道 100 km 以上となる方。

助成額 上限額 1 回の受診につき 1 万円 ※年度ごとに 6 万円

申請方法 不妊治療費助成事業の申請の際に、対象となる方に申請書を交付



交通費助成

i 野生鳥獣による農作物の被害報告のお願い

問 産業振興課 ☎62-1243

市では、農作物被害の防止対策に役立てるため、鳥獣被害の状況を調査しています。鳥獣による農作物の被害が確認された場合は、産業振興課へ報告をお願いします。

報告方法 ●電話 ●FAX ●宿毛市電子申請 ●窓口にて報告書の提出

※報告書様式は宿毛市 HP からダウンロード可能

報告依頼対象の鳥獣

●イノシシ ●シカ ●サル ●ハクビシン ●カラス ●ウサギ ●アオサギ ●ヒヨドリ その他鳥獣

報告事項

①鳥獣名 ②被害農作物名 ③被害地区 ④被害確認年月日 ⑤被害が発生したほ場の全面積
⑥実被害面積 ⑦被害量 (kg) ⑧被害農作物のキロ単価* ⑨被害状況写真**

* キロ単価については、被害年度の卸売価格のもの

** 写真は必須ではありません。

※詳細はお問い合わせください。



宿毛市 HP



宿毛市
電子申請



i 詐欺防止アプリの紹介

問 宿毛警察署 ☎65-0110
企画課 ☎62-1255

昨年、宿毛警察署管内では、14 件の特殊詐欺が発生し、被害総額が約 1 億 3,500 万円という甚大な被害となりました。特殊詐欺で使用する電話番号の約 7 割が国際電話番号です。一度電話を受けてしまえば、言葉巧みに騙されます。大切な家族を詐欺から守るため、今すぐ対策を始めましょう。

警察庁が推奨する無料アプリ「詐欺対策 byNTT タウンページ」や「詐欺バスター Lite」をスマートフォンにインストールすると、詐欺電話を自動でブロック、警告できます。

設定に不安がある方は、宿毛警察署がサポートします。署員が電話や自宅、集会へ伺い、設定をお手伝いします。

国際電話詐欺は、アプリでブロック! 警察庁推奨アプリ

+1 ブロック
+44 SCAM ブロック
+86
+81

NTT
詐欺対策
by NTTタウンページ
事業者名表示

TREND
詐欺バスター
Lite
発信信ブロック・警告

二次元コード
ダウンロードはこちら

宿毛警察署がサポート!
家まで教えに来ます!

※画像はイメージです。

※「+」から始まる国際電話は、詐欺の可能性が高いため注意が必要です。

詐欺対策
byNTT タウンページ



詐欺バスター Lite



司法書士の日 記念無料法律相談会

8月3日の司法書士の日を記念し、無料法律相談会を開催します。申請義務化による不動産の相続登記や売買などによる名義変更登記、会社の設立・解散や役員変更に関する登記、借金、遺言や成年後見に関することなど、様々な相談に司法書士がお答えします。

お気軽にご相談ください。

日時 8月1日(土) 10時～13時

場所 四万十市社会福祉センター
(四万十市右山五月町 8-3)

予約 不要

問 高知県司法書士会
☎ 088-825-3143

坂本ダムからのお知らせ

松田川を利用される方は、坂本ダム放流の警報音と放送、回転灯に十分注意してください。

川にいる時に警報音が鳴ったら、すぐに川から出て、安全な場所に避難してください。回転灯は3色設置しており、緑：川の増水注意、黄：洪水が発生中、赤：ダム非常事態と段階的にお知らせします。

警報音を認識していただくために次のとおり、坂本ダムから篠川合流点までの地域に警報音を出します。

日時
7月1日(水) 14時30分～
7月8日(水) 14時30分～
7月15日(水) 14時30分～

※雨天中止

※坂本ダムに関する情報は「高知県防災アプリ」で確認することができます。

問 幡多土木事務所 宿毛事務所
ダム建設管理課
☎ 63-9103 (宿毛事務所)
☎ 62-6510 (坂本ダム)

海上保安大学校・ 海上保安学校採用試験

海上保安大学校学生採用試験

受付期間 8月20日(木)～9月7日(月)

試験日 第1次

10月24日(土)および25日(日)

海上保安学校学生採用試験

受付期間 7月10日(金)～7月23日(木)

試験日 第1次

9月27日(日)

受験案内配布時期：6月10日(水)～

問 宿毛海上保安署

☎ 65-8117



海上保安庁 HP

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！さまざまな思い共有しませんか？不登校のお子様がいて情報交換がしたい！過去に経験がありあの時の思いを話したい！不登校での大変さや喜びを共有し合い情報交換したいなど、たくさんの思いをお聞かせください。私たちと話しましょう。

日時 7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

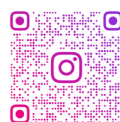
☎ 090-2820-6145

問 中央公民館

☎ 63-2618



LINE



HOME.SORATOKAZE

Instagram

情報コーナー

「高知県消費生活相談員人材バンク」登録者募集

高知県では、県内の消費生活センターや消費生活相談窓口での就業を希望する方の登録や、採用を希望する県内各自治体へ情報提供を行う「消費生活相談員人材バンク」を設置し、登録者を募集しています。

※詳細は高知県県民生活課 HP をご確認ください。

問 高知県文化生活部県民生活課

☎ 088-823-9653



高知県 HP

特殊詐欺撃退電話機器 購入補助事業

特殊詐欺や迷惑電話を防ぐため、「優良防犯電話機器」の購入費用を補助します。

対象 県内在住の65歳以上の方

または65歳以上の方と同居の方

補助金額 3,000円または5,000円

期間 令和9年2月26日(金)まで

予約 必須(機器購入前)

※予約のない場合、補助を受けられないためご注意ください。

※詳細は高知県防犯協会 HP をご確認ください。

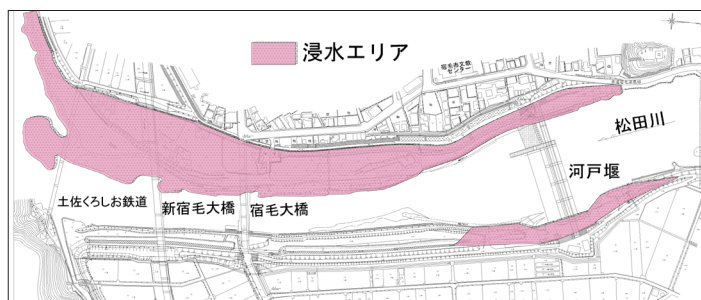
問 高知県防犯協会

☎ 088-875-9861



高知県防犯協会
HP

河戸堰からのお知らせ



松田川の河戸堰周辺の河川敷は、川の水位が上がると浸水する区域です。

また、大雨時に一定以上の水位になると、河戸堰でゲート操作を行います。ゲート操作を行うと、河川敷はさらに浸水しますので、河川敷から避難してください。

問 幡多土木事務所 宿毛事務所 ダム建設管理課

☎ 63-9103

高知職業能力開発短期大学校 オープンキャンパス

高校生などを対象にオープンキャンパスを実施します。参加される方は食堂にて無料でランチ体験ができます（要予約）。詳細はHPをご覧ください。

場 所 高知職業能力開発短期大学校
(香南市野市町西野 1595-1)

オープンキャンパス

日 時

- 7月12日(日)
10時30分～15時30分(受付10時)
- 7月26日(日)
9時～13時(受付8時40分)
12時～16時(受付11時40分)
- 8月30日(日)
11時～15時30分(受付10時40分)
- 12月20日(日)
13時～15時30分(受付12時40分)
- 令和9年3月14日(日)
11時～15時30分(受付10時40分)

内 容 ●学校・学科紹介 ●入試案内
●就職状況説明 ●ものづくり体験(要予約) ●ランチ体験(要予約) ●学生寮の見学 など

入試対策講座

第一志望合格をサポートするため、数学・面接の対策講座を開講します。

日 時

- 9月27日(日)
10時～15時(受付9時40分)
- 内 容** ●数学Ⅰ対策 ●面接対策講座
●個別相談

※開催時間や内容は変更になる場合があります。

問 高知職業能力開発短期大学校 学務援助課
☎ 0887-56-4100



高知職業能力開発短期大学校 HP

令和8年度 宿毛高等学校同窓会

日 時 8月8日(土)

総会 17時～
学校紹介 17時30分～
懇親会 18時～

場 所 スワロー会館

会 費 6,000円

申 込 二次元コード

締 切 7月27日(月)

問 宿毛高校同窓会長 頼田 匡平
☎ 080-1257-2384



申 込

高知県立幡多看護専門学校 オープンキャンパス

生まれ育った幡多で看護師になりませんか。県内唯一の県立看護師養成校です。3年間で看護師国家試験受験資格を取得します。看護師を目指す方や興味のある方、ぜひ体験にお越しください。

日 時 7月25日(土)

9時30分～12時30分

8月23日(日)

9時30分～12時30分

内 容 ●学校説明 ●施設紹介 ●シミュレーション体験 ●質問コーナー

予 約 不要

※高校生、社会人のほか保護者や中学生もご参加いただけます。

問 幡多看護専門学校

☎ 66-2525



幡多看護専門学校 HP

企画展 猪突猛進！幕末の板垣退助

戊辰戦争の英雄、自由民権運動の指導者、板垣退助はなぜ人々に慕われてリーダーになれたのか？

幕末の動乱期を生き抜いた退助の知られざる前半生をご紹介します。

開催期間 ～9月6日(日)

場 所 高知県立高知城歴史博物館
(高知市追手筋 2-7-5)

観 覧 料 800円

※高校生以下無料

※県内65歳以上の方無料

開館時間 9時～18時

※日曜日は8時～18時

問 高知県立高知城歴史博物館

☎ 088-871-1600



高知県の情報
ポータルサイト

「広報すくも」は、スマートフォンなどからも閲覧可能です！

ジョブキッズ 「親子みらい×ワーク研究室」

シゴトとジブンを発見するワークショップを開催します。興味のある仕事、将来やってみみたい仕事など、いろいろな職業を知るきっかけづくり。ぜひご参加ください。

対 象 小学4～6年生とその保護者

定 員 10組

日 時 8月1日(土)

10時30分～12時30分

(受付10時～)

場 所 しまんとびあ 2F

ミーティングルーム 1・2

(四万十市右山五月町 7-7)

講 師 キャリアコンサルタント

秋場 尚 さん

参加費 無料

申込方法 ●二次元コード ●メール ●電話

次の事項を記載

- 小学生 氏名・学年
- 保護者 住所・氏名・メールアドレス・
昼間連絡がとれる電話番号

問 ジョブカフェこうち

☎ 088-802-1533

✉ cdn@jobcafe-kochi.jp



ジョブカフェ
こうち HP

放送大学 入学生募集

放送大学は、2026年10月入学生を募集しています。

幅広い世代の8万6千人以上の学生が、大学卒業や学びの楽しみなど、様々な目的で学んでいます。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。

資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学高知学習センター(☎088-843-4864)までご請求下さい。

出願期間 第1回 8月31日(月)まで

第2回 9月9日(水)まで

問 放送大学高知学習センター

☎ 088-843-4864



放送大学高知
学習センター HP

すくも マルシェ

7

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 7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

内容 作って遊ぼう！手作りバルーンと光のアート
●パラバルーン作り ●ステンドグラス作り

講師 東 佳歩 さん

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。

※材料を準備しているため、イベント2日前の17時以降のキャンセルは参加費をいただきます。

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

LINEでの
申し込みも
受け付けます。



7

26(日)

子どもフェスティバル
すくも

日時 7月26日(日) 10時～13時

場所 宿毛文教センター

内容 ●模擬店

かき氷、ジュース、アイスクリーム など

●ゲーム

宝探し、お菓子つかみ取り、サッカー的当て、輪投げ、スーパーボールすくい など

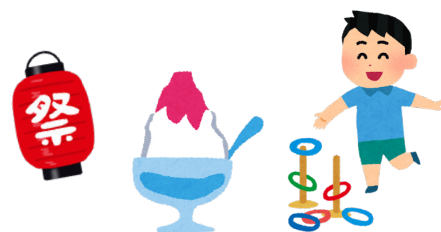
●アートワークショップ

シャカピカクレイジーブレスレットを作ろう
(参加費無料、定員90名 ※先着順)

●大型絵本読み聞かせ(図書館にて)

●缶バッジストラップ、マグネット作り(歴史館にて)
(参加費無料、定員20名 ※先着順)

問 中央公民館 ☎ 63-2618



8

22(土)

親子で料理

をしてみませんか？

おやこで「食」に関心を持ち、食生活を見直すきっかけづくりをしませんか。楽しい！簡単！おいしい！料理を、宿毛市の食改(ヘルスメイト)さんと一緒に作ってみましょう。

日時 8月22日(土) 10～12時

場所 宿毛文教センター 2階 実習室

対象 宿毛市内の小学生とその保護者

定員 8組 **参加費** 無料

申込 必須 ※締切 8月7日(金)

問 健康推進課 ☎ 62-1235

持参物 ●エプロン ●三角巾 ●マスク

※アレルギーをお持ちの方は、事前にご相談ください。内容によっては、安全面を考慮し、参加をお断りする場合があります。



●宿毛 ID とは

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、公共施設の利用申請、図書館の貸出カードとして利用、貯まったポイントで景品に応募などができるサービスです。

●第 7 弾 景品 応募締切 7 月 19 日 (日)

- 当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
- 抽選の結果は公式アプリ、または宿毛市 HP で確認できます。



景品詳細

●ポイントが貯まるイベント一覧 ※ 5 ～ 12 月に実施する各種けんしんを受けてもポイントが貯まります。

月	日	曜	イベント名	場所	ポイント
7	2	木	ふれあい保育	宿毛幼稚園	10
	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
	11	土	「部落差別をなくする運動」 強調旬間 記念事業	宿毛文教センター	50
	14	火	ふれあい保育	宿毛幼稚園	10
	16	木	赤ちゃん広場	和田集会所	10

月	日	曜	イベント名	場所	ポイント
7	18	土	しげちゃんち	正和隣保館	10
	22	水	子ども陶芸教室(～23日)	宿毛文教センター	10
	26	日	子どもフェスティバルすくも	宿毛文教センター	10
	28	火	子ども生け花教室	宿毛文教センター	10
	29	水	子ども陶芸教室(～30日)	宿毛文教センター	10
8	2	日	第 68 回 宿毛市人権教育研究大会	宿毛市総合 社会福祉センター	50

なつやすみ 子ども教室

問 中央公民館 ☎ 63-2618

※参加費 無料

陶芸教室

- 日時 2 日連続での参加。次のいずれかを選択。
- 7 月 22 日 (水) ～ 23 日 (木) 13 時 30 分～ 16 時
 - 7 月 29 日 (水) ～ 30 日 (木) 13 時 30 分～ 16 時
- 場所 宿毛文教センター 2 階 創作室
- 講師 下元 かおる さん
- 対象 小学生
- 定員 各日程 12 名 ※定員超えた場合抽選
- 申込 二次元コード ☎ 7 月 10 日 (金) 16 時



生け花教室

- 日時 7 月 28 日 (火) 14 時～ 15 時
- 場所 宿毛文教センター 2 階 実習室
- 講師 山沖 郁代 さん
- 対象 小学生 定員 20 名 ※定員超えた場合抽選
- 持参物 ●はさみ ●筆記用具 ●生花を持ち帰るビニール袋
- 申込 二次元コード ☎ 7 月 21 日 (火) 16 時



将棋教室

- 日時 3 日連続での参加。
- 8 月 17 日 (月) ～ 19 日 (水) 10 時～ 12 時
- 場所 宿毛文教センター 2 階 会議室 1
- 講師 角辻 公樹 さん
- 対象 小学生・中学生
- 定員 30 名 ※定員超えた場合申込みを締め切ります。
- 申込 二次元コード ☎ 8 月 13 日 (木) 16 時



絵手紙教室

- 日時 次のいずれかを選択。
- 8 月 19 日 (水) 13 時 30 分～ 14 時 30 分
 - 8 月 19 日 (水) 15 時～ 16 時
- 場所 宿毛文教センター 2 階 創作室
- 講師 西尾 美早香 さん
- 対象 小学生 定員 各回 12 名 ※定員超えた場合抽選
- 持参物 ●水入れ ●パレット ●ポケットティッシュ
●絵の具 ●筆※あれば
- 申込 二次元コード ☎ 8 月 7 日 (金) 16 時



フラダンス教室

- 日時 8 月 21 日 (金) 13 時～ 16 時
- 場所 宿毛文教センター 1 階 多目的ホール
- 講師 倉島 宣子 さん
- 対象 小学生
- 定員 20 名 ※定員超えた場合申込みを締め切ります。
- 申込 二次元コード ☎ 8 月 14 日 (金) 16 時

- 持参物 ●動きやすい服装 (T シャツ、短パン、スカート、体操着など)
- 飲み物 ●タオル ※教室は裸足で行います。





7月20日(月・祝)

沖の島弘瀬港で、釣り大会と海遊びが体験できる日帰りのイベントです

事前予約制

申請フォーム

HP から申請書をダウンロード



または



参加費

大人 9,000 円
小中学生 5,000 円

集合場所

片島港
(旧・フェリー乗り場付近)

定員

30 名程度

募集締切

7月16日(木)

主催 一般社団法人宿毛市観光協会

問 一般社団法人宿毛市観光協会 ☎ 63-0801

クルーズ客船「三井オーシャンフジ」寄港

問 企画課 ☎ 62-1255



日時

7月16日(木)

10時入港 17時出港



すくも84マリンターミナル

●飲食物販ブース

●トワイライトエクスプレスによる演奏(出港セレモニー) など

ぜひ皆さんでお出迎え、お見送りしましょう!

※天候などにより寄港スケジュールの変更や寄港できない場合があります。

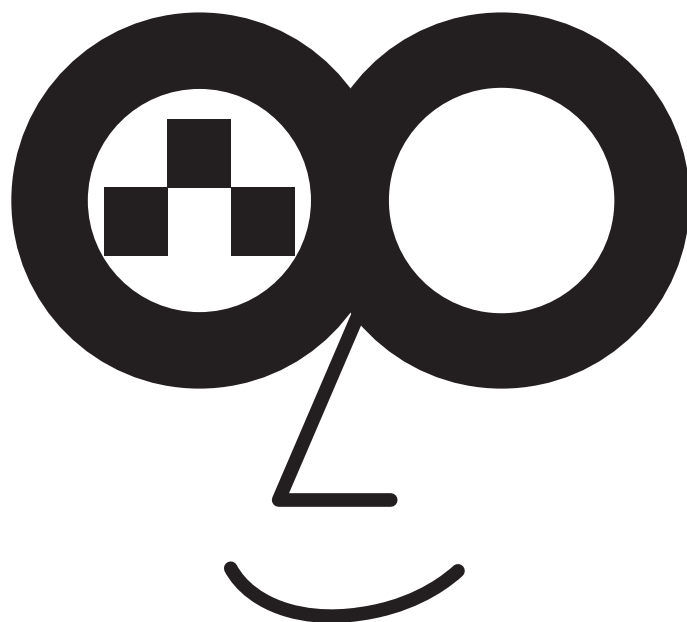


2026.7 広報すくも

22

おかげさまで8周年。

THANK YOU!



宿毛まちのえき林邸は、

HAYASHITEI 8th Anniv.

1889年に建てられ三代にわたり大臣を輩出した林邸が、<まちのえき>として生まれかわってから、8年を迎えました。「はやし」の「は」と「8周年」の「8」をかけて、これからも宿毛が無限大∞に楽しくなることをめざして、いろんな企画をご用意します。林邸を<まちのコンシェルジュ>に見立てて、宿毛に訪れるみなさんに<たべる>、<あそぶ>、<くつろぐ>をご紹介しますながら、楽しんでいただけるスタンプラリーやイベント、また、8周年を記念したグッズも製作中です。ありがとうございます。そして、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

宿毛まちのえき林邸

高知県宿毛市中央3-1-3 ☎ 0880-79-0563

(9時～17時 月曜休) ✉ cafe@hayashitei.com



Instagram



ホームページ



HAYASHITEI EXHIBITION



おばけ
とけ
ぼ



第11回
絵手紙展

あそ
おばけとけぼ

2026年7月30日(木) >>> 8月2日(日)
9時-17時 ※初日:13時-17時 最終日:9時-16時

同時
開催

おばけやしき

絵手紙展開催期間中の9時-16時
※最終日は9時-15時

参加費:50円

林邸がちょっと

こわ〜い空間に



16年目を迎える絵手紙サークル<ゆかい亭(遊会)>の展示会を開催いたします。 入場無料

主催:絵手紙 亭(遊会)代表/西尾美早香 協力:一般社団法人日本絵手紙教会 後援:宿毛市教育委員会 スワンテレビ

【場所・お問い合わせ】宿毛まちのえき林邸 高知県宿毛市中央3-1-3 ☎0880-79-0563(月曜休)