

高知市中心商店街 常設ステーション 「タウンモビリティステーションふくねこ」



タウンモビリティを利用して
まちに出かけよう！(^o^)

●タウンモビリティとは？●

タウン=まち モビリティ=移動性

タウンモビリティとは、高齢になっても障害があっても、誰もが出掛けたい場所へ出掛けられることが当たり前になることを目指した「移動の権利を保障する」ための取り組みのことなのです！

..... 場所はこちらです

●場 所：高知市はりまや町1丁目1番24号

●京町商店街アーケード南側、東側入口から3軒目。京町チャレンジショップの西隣。

●最寄りの「はりまや橋」電停、「堺町」バス停まで、連絡を頂ければ迎えに行きます。

●専用駐車場はありません。お車の方は近隣の有料駐車場をご利用ください。

★こちらもご利用下さい

「高知市中央公園地下駐車場」

最初の1時間まで200円

1時間を超え、30分ごとに100円加算

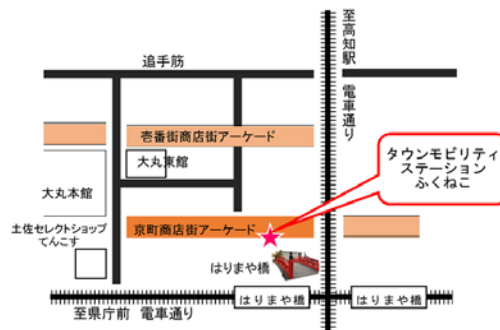
※H29.1.2から値下がりました！

「はりまや地下駐車場」

駐車後12時間 最大料金600円

8:00-22:00 60分 300円

※障害者手帳をお持ちの方は半額になります。



◆運営主体◆ NPO法人福祉住環境ネットワークこうち「タウンモビリティ運営委員会」
TEL080-3923-2939 FAX088-855-4620

◆協 力◆ 株式会社 高知市中心街再開発協議会 / 京町・新京橋商店街振興組合 / 有限会社 ホームラン / 土佐セレクトショップ てんこす / こうち赤い鳥の会 / NPO法人こうち音の文化振興会（順不同）

タウンモビリティ 実施内容



- 利用日時：毎週木曜日～日曜日（週4日）
11：00～16：00
※日時は変更になる場合もありますので事前にお問い合わせください。
- 利用料：ボランティアの付き添い（1回500円）
- 利用申込：希望日の1週間前（団体様は2週間前）までに電話予約
- 当日無料貸出：車椅子、シルバーカー、ベビーカー、楽々カート
- 連絡先：TEL080-3923-2939

ステーション開催のイベントは裏面をご覧ください。

【中心商店街のお知らせ】

◆高知大丸 物産展

秋の北海道物産展 10/3（水）～10/16（火）

九州・沖縄物産展 10/20（土）～10/29（月） ともに5階催場

◆毎週開催街路市

金曜はりまや市：はりまや橋商店街内 / 日曜日：高知市追手筋

【その他のお知らせ】

●第11回 リレー・フォー・ライフ・ジャパン2018高知

日程：10月20日（土）12:00 ～ 21日（日）12:00まで

会場：高知大学医学部グラウンド（南国市岡豊町）

入場料・参加料 500円（がん患者、高校生以下=無料）



がん患者やその家族、支援者らが会場を交代で24時間グラウンドを歩きます。がんと闘っている方の勇気を讃え、亡くなった方を偲び、がん征圧を願うチャリティイベント！タウンモビリティも毎年応援、参加しています！

●訪問美容を美容室で無料体験！ 問合せ：電話088-861-8122

日時：10月22日（月） 午前10時～ 駐車場2台あり

場所：ヘアサロンLaka（ラカ）（高知市葛島4丁目10-9 コーポ田中3号館1F）

限定5名様に、カットと「楽シャンくん」でのシャンプー体験





タウンモビリティを利用してまち
にてかけよう！＼(o)/

高知市中心商店街 常設ステーション

タウンモビリティステーションふくねこ 2018年10月運営日のお知らせ

- 運営日・時間：毎週木曜～日曜 11時～16時 ●場所：高知市はりまや町1-1-24(京町アーケード内)
- 事前予約・お問合せ：☎080-3923-2939 Mail：townmobility-kochi@softbank.ne.jp

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8 体育の日	9	10	11 島	12	13 手	14 手 E
15	16	17	18 が フォト 同好会	19 足	20 住	21 若
22	23	24	25 脳	26 手	27 音	28 美
29	30	31	11/1 島	11/2	11/3 文化の日	11/4 童

※台風等悪天候の時には、利用者や付添者の安全のためお休みにする場合がありますので、行事の有無をステーションにご確認の上、お越しく
ださい。

◆送迎をご希望の方はご相談ください◆

高知市・県社協等の車いすリフト付きバスの利用案内、介護タクシー等のご紹介、または公共交通利用のサポートを行っています。すべてのご希望に対応できると

◆ボランティアも大募集中です！◆

買物の付き添い、車椅子介助、視覚障害者の手引きや話し相手など出来る方、ステーションの掃除や準備を手伝ってくださる方を募集中です！

タウンモビリティご利用方法

- 車いす・シルバーカー・ベビーカー
・楽々カート（無料・当日可）
 - 車いすや杖歩行の付添ボランティア
（1週間前までに申込。利用料1回500円）
- ※中心商店街での移動、買い物、お食事のサポートになります。
お気軽にお問合せ・ご利用ください



足

足の相談室
～フットタイム～
足と靴の悩み
あきらめないで！

19日(金) 11:00～12:30

トラブルのない足を保つこと、自分に合った靴を選ぶことはとても大切です。まずは、ご自分の足を知ることから始めませんか？フットケアスペシャリストがあなたのお悩みにお応えします。

相談無料 15名迄



若

10月から仲間入り(♡)
若年性認知症カフェ

21日(日)
13:30～15:30

若年認知症の人やその家族と支援者が気軽に集い、話すことが出来る場所

参加費:100円



音

ふくねこライブVol.18-4
27日(土)
14:30～15:30

「ウクレレとまひろ」

まひろ
高知県在住 19歳
県内のCMソングや雑誌掲載、ライブ活動など現在高知県を中心に活動中！



◇入場無料

美

ふくねこコラボエステ
28日(日)
14:00～15:00

◆POLA◆ スキンチェック&ハンドケア

- ①スキンチェック 30分 無料
(専用ツールでお肌を分析し、あなたの為のスキンケアサンプル5日分プレゼント)
- ②ハンドケア 10分 無料
- ③ハンドケア(マスク付き)15分 500円
紫外線を浴びた肌を明るくしっとり整えます。

①～③でお好きなコースをお選びください。

まちのコミュカフェ

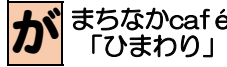


休日版 13日(土)
13:00～14:30

出会って「気づく」ことがたくさん！どなたでも参加できます。
参加費：無料



～がんともカフェ～



18日(木)
13:00～14:30

仲の良い友人が「がん」に・・・「どう励ましの声を掛けたら良いのかが分からなくて困ったことはありませんか？
参加費：100円

毎月第4木曜



25日(木)
13:00～14:30

脳☆天気のポイントは、真剣さと笑顔のバランス！リハビリをお互いに学び、共有し共感の語り場！

参加費：100円

毎月第2・4金曜



12日・26日(金)
13:30～14:30
14日(日)

11:00～12:00
手話でのおしゃべりを一緒に楽しみませんか？どなたでも参加できます。
参加費 500円



毎月第1土曜



今月は6日(土)
13:30～15:00

こうち赤い鳥の会協力♪懐かしい童謡をみんなで楽しく歌いましょう(♡)♪どなたでも参加できます。
参加費：無料

11月は3日(土)開催です。



島

島ぞうり
彫り彫り体験

木曜日フリータイム
(11:00～15:00)
※イベント開催日以外

彫刻刀で文字やデザインを彫ってオリジナルサンダル制作。会費100円。初回は¥3,000円(材料・道具込み)+100円です。
※1週間前まで要予約



18日(木)
14:30からは
「ふくねこフォト同好会」

写真を通しての交流会！
写真に興味のある人集合
＼(o)/



E

イングリッシュ
・カフェ

14日(日)

13:00～14:00

Nicholas Cookさん
(通称ニックさん)を囲み、珈琲を飲みながらコミュニケーションを学びませんか？
参加費：500円



住

今月は第3土曜日
いたわり住宅
&空家利活用
無料相談会

20日(土) 11:00～14:00

- 1) いたわり住宅相談
女性建築士が高齢者・障害者の住宅改修を中心に新築、耐震改修のご相談もお受けします。
- 2) 空家利活用相談(予約制)
空き家の活用方法、リフォームはもちろん「お困りごと」のご相談をお受けします。

共に(公社)高知県建築士会所属建築士が対応します。



高知市中心商店街 常設ステーション 「タウンモビリティステーションふくねこ」



タウンモビリティを利用して
まちに出かけよう！(^o^)

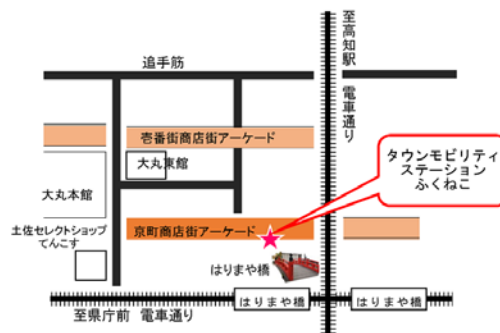
●タウンモビリティとは？●

タウン=まち モビリティ=移動性

タウンモビリティとは、高齢になっても障害があっても、誰もが出掛けたい場所へ出掛けられることが当たり前になることを目指した「移動の権利を保障する」ための取り組みのことなのです！

..... 場所はこちらです

- 場 所：高知市はりまや町1丁目1番24号
- 京町商店街アーケード南側、東側入口から3軒目。京町チャレンジショップの西隣。
- 最寄りの「はりまや橋」電停、「堺町」バス停まで、連絡を頂ければ迎えに行きます。
- 専用駐車場はありません。お車の方は近隣の有料駐車場をご利用ください。



★こちらもご利用下さい

「高知市中央公園地下駐車場」

最初の1時間まで200円
1時間を超え、30分ごとに100円加算
※H29.1.2から値下がりしました！

「はりまや地下駐車場」

駐車後12時間 最大料金600円
8:00-22:00 60分 300円
※障害者手帳をお持ちの方は半額になります。

- ◆運営主体◆ NPO法人福祉住環境ネットワークこうち「タウンモビリティ運営委員会」
TEL080-3923-2939 FAX088-855-4620
- ◆協 力◆ 株式会社 高知市中心街再開発協議会 / 京町・新京橋商店街振興組合 / 有限会社 ホームラン / 土佐セレクトショップ てんこす / こうち赤い鳥の会 / NPO法人こうち音の文化振興会（順不同）

タウンモビリティ 実施内容



- 利用日時：毎週木曜日～日曜日（週4日）
11:00～16:00
※日時は変更になる場合もありますので事前にお問い合わせください。
- 利用料：ボランティアの付き添い（1回500円）
- 利用申込：希望日の1週間前（団体様は2週間前）までに電話予約
- 当日無料貸出：車椅子、シルバーカー、ベビーカー、楽々カート
- 連絡先：TEL080-3923-2939

ステーション開催のイベントは裏面をご覧ください。

【中心商店街のお知らせ】

◆高知大丸 催場

秋のうまいもの大会 11/8（木）～11/14（水）

◆毎週開催街路市

金曜はりまや市：はりまや橋商店街内 / 日曜日：高知市追手筋

◆土佐の豊穡祭 土佐国美味集結

日程：11月10日（土）10:00～21:00・11日（日）9:00～20:00 入場無料

会場：中央公園 帯屋町アーケード お問い合わせ Tel.088-823-0989（高知市会場事務局）

海、山、川、里の幸をふんだんに使ったご当地グルメが高知城下に集結！食べて飲んで、また食べて…。高知の秋の味覚を十二分に味わおう！

【その他のお知らせ】

●ツミティングin高知2018「人にやさしい避難活動～要配慮者に寄り添いながら～」開催

日程：11月25日（日）13:00～16:30 入場無料 要約筆記あり

会場：オーテピア高知図書館 4階研修室

防災施設見学ツアー・防災グッズの展示とトークセッション・意見交換会の2部構成
詳細はHP・ブログをご覧ください

●訪問美容を美容室で無料体験！ 問合せ：電話088-861-8122

日時：11月19日（月）午前10時～ 駐車場2台あり

場所：ヘアサロンLaka（ラカ）（高知市葛島4丁目10-9 コーポ田中3号館1F）

限定5名様に、カットと「楽ちゃん」でのシャンプー体験





タウンモビリティを利用してまちにでかけよう！＼(o)/

タウンモビリティステーションふくねこ 2018年11月運営日のお知らせ

●運営日・時間：毎週木曜～日曜 11時～16時 ●場所：高知市はりまや町1-1-24(京町アーケード内)
●事前予約・お問合せ：☎080-3923-2939 Mail：townmobility-kochi@softbank.ne.jp

2018年11月カレンダー						
月	火	水	木	金	土	日
10/29	10/30	10/31	1	2	3	4
			島		童	E
5	6	7	8	9	10	11
			島		マチネコ	美
12	13	14	15	16	17	18
			が			若
19	20	21	22	23	24	25
			脳	23 勤労感謝の日	まちゼミ	住
26	27	28	29	30	12/1	12/2
			島		童	

※台風等悪天候の時には、利用者や付添者の安全のためお休みにする場合がありますので、行事の有無をステーションにご確認の上、お越しください。

◆送迎をご希望の方はご相談ください◆
高知市・県社協等の車いすリフト付きバスの利用案内、介護タクシー等のご紹介、または公共交通利用のサポートを行っています。すべてのご希望に対応できると

◆ボランティアも大募集中です！◆
買物の付き添い、車椅子介助、視覚障害者の手引きや話し相手など出来る方、ステーションの掃除や準備を手伝ってくださる方を募集中です！

タウンモビリティご利用方法

- 車いす・シルバーカー・ベビーカー
・楽々カート（無料・当日可）
- 車いすや杖歩行の付添ボランティア
（1週間前までに申込。利用料1回500円）
※中心商店街での移動、買い物、お食事のサポートになります。

お気軽にお問合せ・ご利用ください。

まちのコミュカフェ
マチネコ ふくねこ
休日版 10日(土)
13:00～14:30
出会って「気づく」ことがたくさん！どなたでも参加できます。
参加費：無料

～がんともカフェ～
が まちなかcafé 「ひまわり」
15日(木)
13:00～14:30
仲の良い友人が「がん」に・・・「どう励ましの声を掛けたら良いのかが分からなくて困ったことはありませんか？
参加費：100円

毎月第4木曜
脳 脳☆天気
22日(木)
13:00～14:30
脳☆天気のポイントは、真剣さと笑顔のバランス！リハビリをお互いに学び、共有し共感の語り場！
参加費：100円

毎月第2・4金曜
手 手話カフェ
年内はお休みです
次回開催は決まり次第お知らせします

毎月第1土曜
童 童謡教室
今月は3日(土)
13:30～15:00
こうち赤い鳥の会協力♪懐かしい童謡をみんなで楽しく歌いましょう(^)♪どなたでも参加できます。
参加費：無料
12月は1日(土)開催です。

島 島そうり彫り彫り体験
木曜日フリータイム(11:00～15:00)
※イベント開催日以外
彫刻刀で文字やデザインを彫ってオリジナルサンダル制作。会費100円。初回は¥3,000円(材料・道具込み)+100円です。
※1週間前まで要予約

15日(木)
14:30からは「ふくねこフォト同好会」
写真を通しての交流会！写真に興味のある人集合
＼(o)/

E イングリッシュ・カフェ
4日(日)
13:00～14:00
Nicholas Cookさん(通称ニックさん)を囲み、珈琲を飲みながらコミュニケーションを学びませんか？
参加費：500円

住 毎月第4土曜日
いたわり住宅 & 空き家利活用 無料相談会
24日(土) 11:00～14:00
1) いたわり住宅相談
女性建築士が高齢者・障害者の住宅改修を中心に新築、耐震改修のご相談もお受けします。
2) 空き家利活用相談(予約制)
空き家の活用方法、リフォームはもちろん「お困りごと」のご相談をお受けします。
共に(公社)高知県建築士会所属建築士が対応します。

若 10月から仲間入り(～) 若年性認知症カフェ
18日(日)
13:30～15:30
若年認知症の人やその家族と支援者が気軽に集い、話すことが出来る場所
参加費:100円

美 ふくねこコラボエステ 11日(金)
14:00～15:00
◆POLA◆ スキンチェック&ハンドケア
①スキンチェック 30分 無料
(専用ツールでお肌を分析し、あなたの為のスキンケアサンプル5日分プレゼント)
②ハンドケア 10分 無料
③ハンドケア(マスク付き) 15分 500円
ゴワつく乾燥したお肌がしっとり柔らかくなります。
①～③ でお好きなコースをお選びください。

得する街のゼミナールまちゼミ(2) 『心地よい暮らしの灯り』
・LEDランタン教室』
日時：11/24(土)
14:00～15:30
講師：宮地電機 菅野乃美・黒岩亜美
照明だけでガラリと変わる空間の印象「帰りたい家づくり」そのヒントは太陽光にあります。LEDランタンを作りながら照明と健康を学ぶ講座。定員10名
お申込み：088-871-1115
宮地電機技術開発室
受付9時～18時 水曜定休