



高知-福岡便就航

(7月15日、高知空港で)

あなたと市政をむすぶ★★★★★

8/1 1982 No.363

広報 なんこく

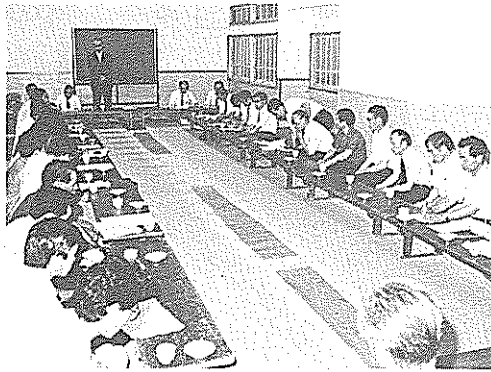
編集・発行／南国市広報委員会

——広報に載ったあなたの写真をさしあげます。企画広報係へお申し込みください。——

空港周辺整備は長期的展望で

環境整備は万全に

——日章地区市政こん談会——



約30人の参加で開かれた市政こん談会

空港拡張工事も順調に進み、民家防音工事の開始も間近に迫った日章地区で、七月十二日、市政こん談会が開かれました。昨年の火災後、一部修理をした日章地区公民館には、地元住民約三十人が集まり、市からは小笠原市長をはじめ、門田教育長や関係課長が出席、また地元選出の島内市議会議員も参加し、市政について熱心に話し合いました。

話し合いの主な内容

□空港周辺整備事業は年限を定めず、もつと長期的に考えてもらえないか。

■一応、年限と予算は決まっています。当初、周辺整備に百二十億円と言われていましたが、それには黒汐ラインや後川の改修なども含まれ、実際に使えるお金は少なくなります。

地元としては、周辺整備に八十億円の要望ですが、現在まで約二十億円が消化されています。この負担は、県と市が共に二分の一となつていますが、市の負担分は基金（各市町村からの出資金）二十億円の金利で賄うことで制約もあり、皆さんの要望が全て認められるのは、なかなか困難だと思います。

□集落整備事業として、道の改修など毎年同じことを申請しているが、なかなか実行してもらえない。ある地区では、何件も実行されているところがあると聞くが。

■集落整備事業は、農道や水路の改修、集会所の建設などがありますが、負担額は県が二分の一、市と地元が四分の一となっています。申請は市の企画財政課が窓口となつて、一応のランク付けはしますが、最終的には、県が現場を見て決定します。

□あけぼの保育所の早期改築を望むが、その見直しは。

■ご要望の通り早く改築しなければ

ばなりません。大森、稲生、十市などもあり、どこを先に行うかさらに検討し、早い改築に努めたいと思います。

□同和行政の現在の取り組みは、解放への学習をもつと深めるべきと思うが。

■これから国、県とも一体となつて、同和問題の啓蒙啓発に力を入れてゆきたいと思っています。現在、メインに進めているのは小集落整備事業です。これは不良住宅の除去買取を行うと同時に、道路等を設けて、地区の生活環境の整備をはかるものです。

□比江山に、壮大な運動公園をつくらと言われていたが、現在は木材団地ができ、残地に小さなグラウンドができたが、これからはどのような計画を立てているのか。



改築が望まれている、あけぼの保育所

■膨大な借金をかかえ、壮大な運動公園をつくるのは無理と考え、財政再建のために木材団地への売却を決めました。残地については県に買い上げてもらい、公園化にするよう働きかけています。

□物部川の河口の河川敷をグラウンドにしては。

■市としても、物部川の管理者となる建設省に働きかけていますが、私有地もかなりあり費用もかかりますので、今すぐは無理です。しかし、継続的な働きかけはしてゆきます。

各部落からのアンケートに基づき、約二時間半のこん談会でしたが、やはり皆さんの関心は周辺整備事業のようで、この機会に環境整備をきちんと済ませて欲しいという声が、強く感じられました。

いつまでも

若く、美しく



高島正臣（県総合保健協会健康相談診療所長）

人間は、どのくらい生きられるか。

普通生き物の寿命は、成長する期間の五〜七倍と言われます。人間の場合、成長期間は二十〜二十五歳までですので、単純な計算によると、寿命は約百五十歳になりますが、実際はそうは長生きできません。

死ぬときは、どうやって死にたいか。皆さん誰しも、葉が落ちるように、花が散るように、葉に死ぬこと、老衰を願っています。しかし統計では、十万人に二十五人となかなか難しいようで、老衰を望むなら、やはり元気で長生きすることが第一のようです。

これを妨げている一番の原因は、血管の病氣とガンです。ガンはどうして起こるか、まだはつきりわかっていませんが、そ

の原因となる物質については、少しずつわかってきて、例えば魚のおこげを食べるとガンになると言われています。これは魚のタンパク質が五〇〇〜七〇〇度に熱せられると、ガンをつくる物質に変わるからです。また、タバコには四十種類以上のガンを生む物質が含まれ、ガンの巣くつとも言われています。

最近、増えてきたガンに腸のガンがあります。日本人の食生活が変わり西洋風になって、脂肪分を多くとるようになったことが原因とされています。腸に入った脂肪は、その中に長くどまると、これがガンをつくる物質に変わってしまうからです。こういうことが起こらないように、余分な脂肪を取り除く繊維質の多い野菜を、たくさん取ることが大切です。

ガンをつくる物質は、細胞の中の遺伝をつかさどるDNAにキズをつくり、正常な細胞をガン細胞に変えてしまいます。しかし、キズができて、それを補う物「酵素」が働くとはなりません。

では、酵素を外から入れてやればということになり、新しい食べ合わせの研究が行われました。そして、カボチャ、キュウリ、エンドウなどの野菜類が、発ガン物質を抑える働きがあることがわかっていました。皆さん、野菜をたくさん食べましょう。

老化現象は、どこから起こってくるか。最初に起こるのが血管です。老化が始まると血管は、伸びて大きくなって、血液の流れがゆるやかにになります。ところが人間は、一分間に血液を循環させなければならぬため、心臓というポンプは勢いよく送り出そうとして、

血管が上がるわけです。また、血管を上げる大きな要因として、塩分の取り過ぎがあります。普通、塩分は体の中で〇・〇六％に保たれていますが、取り過ぎるとこれを保つために水分を欲しがります。塩分は、血管を縮める働きをするホルモンを分泌にし、さらに水を飲むと、血管を押す力が強くなり、血管が上がるしくみです。一日の塩分の適当量は五gといわれます。

塩分のほかに血管に悪影響を与えるものに、腐った植物性の脂肪があります。これは血管の膜を腐らし、でこぼこにしてしまいます。だから、天ぷら油は二回が限度、丸干しの魚にも気をつけてください。しかし、新しい植物性の油はコレステロールを下げる働きがあり、たいへん良いものとされています。

コレステロールは、肉類に多く含まれる脂肪分で、体にはなくてはならないものです。しかしあまり増えてくると、血管が高い場合は血管の中にしみ込んで、そこに血液がたまってしまいます。

最近、コレステロールには、良性と悪性の二種類あることがわかってきました。良性のコレステロールは肝臓に入り、ホルモンの原料になります。運動すると、良いコレステロールが増えますが、タバコを吸うと減ります。

昔に比べ私たちの食生活も変わり、動物性の肉類を多く取るようになりましたが、野菜と魚を主とした日本食をもつと見直すべきです。

お母さんは子どもたちに、塩分の少ないものや野菜をたくさん食べさせて、小さい時から、健康のための食事を習慣付けてください。

五月二十日から二十九日まで六日間、中央公民館で開かれた「第2回市民学校」の講演内容の掲載は、今回をもって終了です。

鯉の池に網を張り

子供の事故を防ごう

このころ、鯉が流行し各地の家庭に二、三坪の池を掘って飼っている人が多い。私の住む百戸余りの地区にも数十軒あり、この池に幼児が鯉を見に行き、あやまっ

た。隣の村や町でも同様の事件が発生し、なかには民事訴訟まで起したと聞く。いくら訴訟に勝っても死んだ子供は再びこの世には帰らない。

夏になると子供は池の周辺に遊びに来る。このような悲しいできごとがないように未然に防止対策を講じ、池に網を張ろう。自分の家に子供がなくとも、隣の子供がいつ来るかも知れない。

私は十一年ぐらい前に池を掘ると同時に網を張った。最初は金網を張ったが、一年余りで腐ったので、今度はビニールひもを求めて自分で網を造り張っている。網を造る

「ご家庭で話し合って答えてください。答えは、この広報に出ています。」
●もんだい・7月15日、高知市
○〇便が就航し、一番機が高知空港にやってきました。
●しめきり・8月15日
●おくり先・〒783 南国市大田中二二〇一 南国市役所内広報委員会親子クイズ係
●答えのハガキには必ず、住所部番号・氏名・年齢・職業を書いてください。
●賞品・特賞千円以上三人、残念賞(記念品)五人
●第四回正解発表(敬称略)
(応募総数44通)
●こたえ・(敬称略)
●特賞・千円以上三人
●浜田佳江(大田)
●山田秀子(後免町)
●吉田孝司(新改田)
●残念賞・記念品五人
●永田祐一(左右山)葛目通江(岡豊町)土居千代子(千市)吉川千映子(久礼田)谷照代(岡豊町)

小さな衛生車はないものか

梅雨時も忘れたように晴れつづき、稲田を渡る風もさわやかで、もう穂が出始めた。

今朝、なにげなくながめた田の中程に、黒々と競い立つ一帯がある。「あれ、あそこがえらいほこ

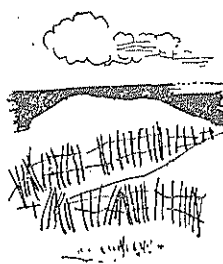
と田の中程まで来た時、足がもつれて「ザブン」と転んだことを。「あそこは今年は稲にならんろう」と言われ、作っているかたには申しわけないことを……。

「衛生車の入らぬ家にして雨雲

良心市

亀岩の県道わき、バス停近くのひと所に、もうだいたい前からささやかながらも「良心市」が立っている。

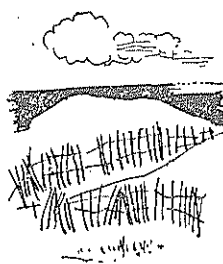
今では、二、三人の農家の主婦たちが出品しているが、毎朝、安くて新鮮で、そのうえ無農薬の季節の野菜や果実などが並べられ、近くの主婦や往來の人々にとっても



好評である。
このような良心市、どうか長く

続いてほしいものです。
【亀岩 一主婦】

なお、紙面限名は認めますが、回答ができないときに本人に連絡する場合もありますので、住所氏名、電話番号を書いてください。
送り先：〒783 南国市大田中二二〇一 市役所内広報委員会



今では、二、三人の農家の主婦たちが出品しているが、毎朝、安くて新鮮で、そのうえ無農薬の季節の野菜や果実などが並べられ、近くの主婦や往來の人々にとっても

好評である。
このような良心市、どうか長く

続いてほしいものです。
【亀岩 一主婦】

なお、紙面限名は認めますが、回答ができないときに本人に連絡する場合もありますので、住所氏名、電話番号を書いてください。
送り先：〒783 南国市大田中二二〇一 市役所内広報委員会

南国ハイパスで70人が安全運転を呼びかける



70人が安全運転を呼びかける

—夏の交通安全運動—

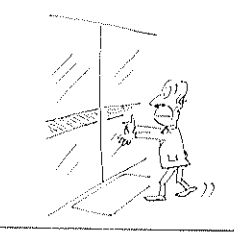
夏の交通安全運動の始まった七月十七日、婦人会やPTAなども参加して、事故多発の南国ハイパスで街頭指導を行い、約七十人が沿道に整列して、安全運転を呼びかけました。

運動の重点目標は、①子供と老人の交通事故防止②飲酒、暴走運転の追放③バイクと自転車の交通事故防止となっています。

南国市でも、この目標に沿って小笠原市長が六月議会最終日に、「飲酒運転追放宣言」をし、積極的に取り組んでいます。その一環として、市内の主な事業所を訪問して、会社ぐるみで「飲酒運転追放」への協力を呼びかけました。また、自転車の事故防止のために、市内四中学校で、自転車の点検や正しい運転の指導などに努めています。

庁舎玄関自動ドア(クセ)

南国市(特選)古物屋



スーツ

南国歌壇

孫の手を握ればいとしほのぼのとわが分身のぬくもり伝う

植野 中司愛子
こころよるひとの記録のながければ またねごろに文藝をおく

浜改田 清水愛川
凍る土案じつ植えし早掘芋の
安堵わきくる鮮やかき紅

三島 小笠原綾子

山百合の梅雨明けよと咲き誇る
屏より覗く花を愛する

里改田 楠瀬米井
口半ばひらきて夫の眠りいる
旅より戻りし七月のあさ

亀岩 島本 栄
ていねいに訳つけくれし横文字の
孫の手紙に疲れるる

岡豊町 葛目治子

南国柳壇

梅雨晴れ間洗濯物に庭とられ

三島 井沢正子
泣き笑ひ人生古希の坂を越へ

十市 沢村鶴一
植田吹く風はかほりて蛙なき

里改田 森國敬治

南国俳壇

眼を病んで青葉の森へ針が降る

空梅雨の熱気こもりし寄せ仏
うす紅を引いてさみしきあめこの子

夜の秋古りし鼓の由來聞く
比江の名の鼓涼しくある一間

虫干や紅襪せし鼓の緒
釣りそびれ妻にぐち言う夏夕

和田幸郎 (岩村句会)
北岡高子 ()
山岡みよ ()
竹内紀子 (梵鐘句会)
林 光江 ()
吉川 節 ()
山崎 賢 (茅花の会)
門田けんぶ ()
西村ひとし ()

鯉の池に網を張り

子供の事故を防ごう

このころ、鯉が流行し各地の家庭に二、三坪の池を掘って飼っている人が多い。私の住む百戸余りの地区にも数十軒あり、この池に幼児が鯉を見に行き、あやまっ

た。隣の村や町でも同様の事件が発生し、なかには民事訴訟まで起したと聞く。いくら訴訟に勝っても死んだ子供は再びこの世には帰らない。

夏になると子供は池の周辺に遊びに来る。このような悲しいできごとがないように未然に防止対策を講じ、池に網を張ろう。自分の家に子供がなくとも、隣の子供がいつ来るかも知れない。

私は十一年ぐらい前に池を掘ると同時に網を張った。最初は金網を張ったが、一年余りで腐ったので、今度はビニールひもを求めて自分で網を造り張っている。網を造る

「ご家庭で話し合って答えてください。答えは、この広報に出ています。」
●もんだい・7月15日、高知市
○〇便が就航し、一番機が高知空港にやってきました。
●しめきり・8月15日
●おくり先・〒783 南国市大田中二二〇一 南国市役所内広報委員会親子クイズ係
●答えのハガキには必ず、住所部番号・氏名・年齢・職業を書いてください。
●賞品・特賞千円以上三人、残念賞(記念品)五人
●第四回正解発表(敬称略)
(応募総数44通)
●こたえ・(敬称略)
●特賞・千円以上三人
●浜田佳江(大田)
●山田秀子(後免町)
●吉田孝司(新改田)
●残念賞・記念品五人
●永田祐一(左右山)葛目通江(岡豊町)土居千代子(千市)吉川千映子(久礼田)谷照代(岡豊町)

小さな衛生車はないものか

梅雨時も忘れたように晴れつづき、稲田を渡る風もさわやかで、もう穂が出始めた。

今朝、なにげなくながめた田の中程に、黒々と競い立つ一帯がある。「あれ、あそこがえらいほこ

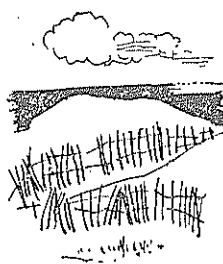
と田の中程まで来た時、足がもつれて「ザブン」と転んだことを。「あそこは今年は稲にならんろう」と言われ、作っているかたには申しわけないことを……。

「衛生車の入らぬ家にして雨雲

良心市

亀岩の県道わき、バス停近くのひと所に、もうだいたい前からささやかながらも「良心市」が立っている。

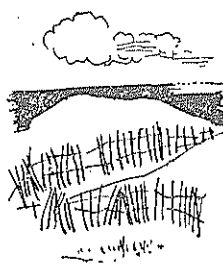
今では、二、三人の農家の主婦たちが出品しているが、毎朝、安くて新鮮で、そのうえ無農薬の季節の野菜や果実などが並べられ、近くの主婦や往來の人々にとっても



好評である。
このような良心市、どうか長く

続いてほしいものです。
【亀岩 一主婦】

なお、紙面限名は認めますが、回答ができないときに本人に連絡する場合もありますので、住所氏名、電話番号を書いてください。
送り先：〒783 南国市大田中二二〇一 市役所内広報委員会



今では、二、三人の農家の主婦たちが出品しているが、毎朝、安くて新鮮で、そのうえ無農薬の季節の野菜や果実などが並べられ、近くの主婦や往來の人々にとっても

好評である。
このような良心市、どうか長く

続いてほしいものです。
【亀岩 一主婦】

なお、紙面限名は認めますが、回答ができないときに本人に連絡する場合もありますので、住所氏名、電話番号を書いてください。
送り先：〒783 南国市大田中二二〇一 市役所内広報委員会

秋まき野菜の

上手な作り方

秋まき野菜の栽培時期が近づいて来ましたが、最近「家庭菜園」が多くなり、我が家で消費する野菜は少しでも多く自給しようという事で、大変結構な事です。しかし、せっかく作る野菜が栽培の適期を逸したり、品種の選択を間違えて十分なものができないと残念です。そこで問題の多い野菜について、栽培のポイントを紹介します。

●葉菜類
●ホウレンソウ

土壌の酸性が強いと生育が悪いので、苦土石灰を入れて中和しておく。また暑さに弱いので、は種は八月末ごろからとし、種子は一晩水に浸して水を吸わせたのち、は種し覆土する。この場合、種子と土が密着するようにクワで軽くさえる。

●ハクサイ

は種時期に差があるが八月下旬が適期で、品種によっては九月中旬ごろまでは種できる。

一般に大玉の晩生系ほど早くは



種する。すじまきより、点まきにした方がその後の管理が楽になる。よく結球するためには、気温が低下してくる十月中旬ごろまでに

大きくしておくことで、そのためには元肥を多く施しておくことが大切です。

●根菜類

●ニンジン

金時人参は、八月十五日ごろまでには種しないと十分肥大しないので早くまく。もし遅くなる場合は早生系のものである。暑い時期で発芽させるのがむづかしいので、種子はホウレンソウに準じて処理

しておき、毛つきの種子は手で軽くもんで毛を取り除いておくこと。

●ダイコン

聖護院系の丸い品種は八月下旬に、他の長い品種は、みの早生系のような早生を除けば、九月中旬が適期となる。

●秋作パレイン

秋作には、種イモの休眠期間の短いものでなくては収量があらがない。品種としては「農林一号」か「デジマ」が適しており、種イモはなるべく種専用のものを購入して使用する。

植付けの適期は、日中の平均気温が二十八度程度となる八月二十八日から九月三日までの一週間で、早過ぎると腐敗しやすく、遅くなると収量が極端に少なくなる。

植付け株数は一坪当り六〇〇株とし、肥料は元肥重点で追肥は二回とし、十月初めまでに行う。

※野菜や果樹の栽培方法など、南国農業改良普及所へお気軽に問い合わせてください。普及所は、市役所北側約五百五十、社会福祉センターの西側(東崎)にあります。
☎ 2277

【南国農業改良普及所】

大正元年8月生まれのかた

老人医療受給手続きを

大正元年八月生まれのかたは、今月「老人医療受給対象者」となりました。

【市民課給付係】

白木谷へ巡回図書

白木谷への巡回図書は、八月十一日(水)です。

【市立図書館】

身体障害者の結婚に祝金

【福祉事務所社会係】

結婚への道が遠い身体障害者が相互の理解により婚姻した場合、その祝福と他の障害者への激励の意味をこめて、「結婚祝金」が県より支給されます。

支給対象者	支給金額
1 重度障害者(1,2級の者)と重度障害者が結婚する場合	10,000円
2 重度障害者と中度障害者(3,4級の者)が結婚する場合	8,000
3 中度障害者と中度障害者が結婚する場合	5,000
4 重度障害者と健康者が結婚する場合	5,000

文化財をたずねて⑩

《千屋城と野見嶺南の遺跡》

千屋城跡は、前浜地区の下田村蔵入部にある。県道十字路(土電バス下田村停留所)の北面西側の土地である。

城は戦国時代に、千屋氏の拠っていた方二〇〇坪の平城で、外濠と内濠をめぐらした、相当立派なものであった。

千屋氏は、田村城主細川守護代の管下で、前浜・久枝方面を領する二千貫(一貫は千坪)の地頭職で、土佐七守護に次ぐ四大封の一人であった。土佐国守護代細川勝

益が京都に引揚げてから、国内は乱れに乱れ、地頭などは各地に割拠して攻防の日々が続いた。城主千屋三郎左衛門貞興(さだたか)は、文武の誉が高かった。

永祿のころ、長宗我部国親は使者を貞興のもとにおくって降伏をうながしたが、忠臣竹村半人は怒って使者を殺した。しかし遂に抗しきれず、国親の配下となった。

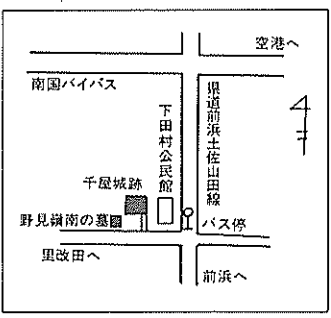
天正十四年十二月、千屋左兵衛は秀吉の島津征伐にあたり、長宗我部信親に従い、島津勢と戦って豊後の戸次川の合戦に殉じた。

貞興のあとを継いだのは千屋叙太夫で、天正地横帳には、その給地が散見される。

城跡の詰屋敷には城八幡が鎮座し、その周囲には内濠の跡が見られる。東北方には弓の標的矢頭の小丘も現存している。また竹村半人を祀る小祠もある。

野見嶺南は、南学系の学者で和漢の学に通じ、下田村公民館の指導に当たっていた。その多くの遺著は、県立図書館に嶺南文庫として

保存されているが、大港図記は特に有名である。氏は寛政六年(一七九四)没した。墓は南方外濠土塁の上にある。



今月の納税

県・市民税(2期分)

納期限は8月31日(火)です。
国民年金保険料は、
今年度から毎月納付です。

刑務官を募集

■受付期間 昭和二十八年四月一日から同四十年四月一日までに生まれた人。
■試験内容 学歴は問いませんが、高校卒業程度の学科試験と体力検査、身体検査を行う。
■受験資格 八月二十日から九月三日まで。
■試験日 場所 十月十一、十二日 高知刑務所
■申込用紙請求および問い合わせ先 高知市布師田三六〇四一 高知刑務所庶務課 ☎ 0888 5454

自衛隊高知地方連絡部

南国分駐所が開設

香我美町岸本の自衛隊高知駐屯地内に、このほど「自衛隊高知地方連絡部南国分駐所」が開設されました。

☎ 08875 3171 (内線43)

8月は「道路を守る月間」です

道路は正しく使いましょ

○道路に商品、立看板、自動販売機等を置かないでください。
○道路に自転車等を放置しないでください。
○道路の上空に看板、日除けを設置する場合は、道路管理者の許可が必要です。まだ許可を受けていないかたは、直ちに許可手続きをしてください。
○みんなで快適な道路になるよう心掛けましょう。
道路についてのお問い合わせは、
○市道 市役所建設課 ☎ 2111 内線211
○国道三十二号、五十五号 建設省土佐国道工事事務所 ☎ 0888 9161
○国道一九五号と県道 県南国土木事務所 ☎ 2171
○市道 市役所建設課 ☎ 2111 内線211

8

市民カレンダー

8月1日から8月20日まで

●健康相談など

内 容	地 区	日	曜	受付時間	場 所	対 象
乳幼児相談 歯科相談	後 免 野 田 大 篠 東崎西部	8月	月	1:00～4:00	社会福祉センター 保健婦室	
乳 児 相 談	十 市	2	月	10:00～3:00	十市支所	
	稲 生	6	金	"	稲生地区公民館	
乳 児 健 診	長岡 西部	4	水	1:30～2:00	中央福祉館	生後 2ヵ月 ～1年
	日 章 岩 村	5	木	"	日章地区公民館	生後 4ヵ月 ～1年
	長 岡 東 部	6	金	"	長岡東部公民館	生後 2ヵ月 ～1年
健 康 相 談	左右山	10	火	1:30～3:00	左右山公民館	
栄養食講習会	長岡東部	10	火	1:30集合	南陣山公民館	
リハビリ 教室	全地区	11	水	1:30～	社会福祉センター リハビリ室	
1歳6ヵ月児 健診	全地区	18	水	1:00～1:30	大篠地区公民館	56ま個の 年れ人み 1月生 通 知 者
キッチンカー (巡回栄養 指導)	西 島 北小滝	20	金	10:00集合	西島公民館	
	北三島 南三島	20	金	1:30集合	北三島公民館	
不用犬買上	全地区	9	月	9:00～9:30	市立図書館前	

●金属類の収集

日	曜	地 区	備 考
8月	火	野田、後免	第1火曜日
4	水	長岡	第1水曜日
10	火	国府、岩村、岡豊、 三軒家	第2火曜日
11	水	久礼田、瓶岩、上倉	第2水曜日
17	火	前浜、下島、久枝、 立田、田村	第3火曜日
18	水	十市、三和	第3水曜日

●金属類以外の不燃物の収集

日	曜	地 区
8月	月	十市南部
3	火	里改田、片山
4	水	浜改田
5	木	前浜、下島、久枝
6	金	立田
7	土	田村
9	月	物部
10	火	稲生
11	水	能間、野田口、城陸、榎田町、 朝日町
12	木	稲吉、西窪、新川
13	金	山崎、八木、田井、関、竹中、 西野々、住吉野、伊達野、南海学園
14	土	篠原、明見
16	月	野田
17	火	後免(東町、横町、中町、中ノ丁 東芝住宅)
18	水	後免(西町、栄町)
19	木	陣山、三島、上末松、下末松、西山 上廿枝、西島、吉市
20	金	1区～8区、南小滝、北小滝、 祈年団地

●休日在宅医

日	曜	当 番 医	電 話
8月	日	西田順天堂内科(大埔)	③1881
8	日	南国病院(大埔)	④3137
15	日	吉川診療所(植野)	②0100

南国市役所……〒783南国市大埔甲2301 ☎3-2111(代)

 鎮石支所☎2-0020 岡豊支所☎4-2423 十市支所☎5-8401
 水道局☎3-1234 市民体育館☎4-3498