



それ引け、ワッショイ
（9月23日、国府小学校で）

——とじておくくと便利です——

あなたと市政をむすぶ★★★★

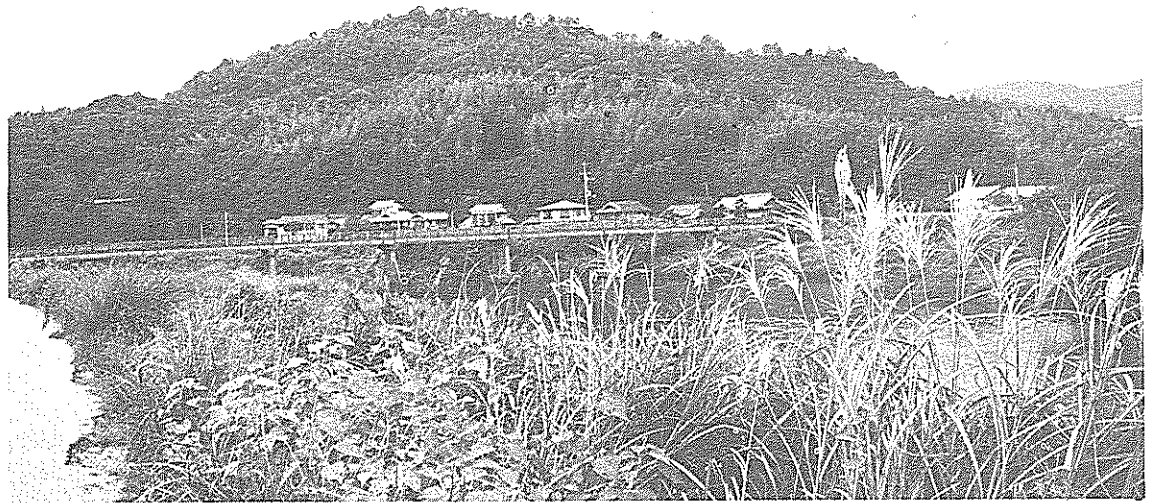
広報 **なんこく**

10 / 1 1984 No.414

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——

民俗資料館、1日も早く！



▲1日も早い、歴史民俗資料館の建設が望まれている岡豊山

郷土の歴史に親しみ、先人の心に触れよう——と、建設される歴史民俗資料館。昨年八月、その場所として決まった長宗我部氏ゆかりの岡豊山ですが、土地の売買問題が起り計画が遅れ、心配されています。

地元住民

早い建設を望む

昨年八月、ようやく岡豊山に決まった県立歴史民俗資料館。それまで、安芸市や土佐山田町などが候補地に争ったものの、歴史的地理的条件で、やはり岡豊山が最適地となったもの。

ここは、長宗我部氏の居城であり、戦国時代の土佐の代表的な山城としての姿を残す、とても貴重な史跡です。

場所の決定とともに、昨年の県議会で用地費の予算計上もされるなど、昭和六十一年度開館に向けて建設が進むものとして、地元岡豊でも大きな期待を持って見守っていました。ところが九月中旬になって、用地の



頂上からの眺めはすばらしく、四季のおおその色を変える

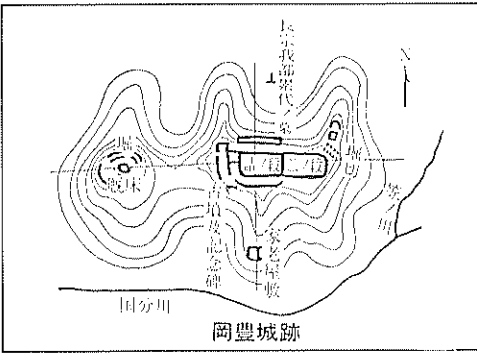
問題で訴訟が起り、計画が遅れてきました。そんな中で、今年の二月地元住民が中心となり、約三千人の署名を集め、一日も早い歴史民俗資料館の建設を、県や関係機関に要望し、陳情もしてきました。地元としては、宅地造成などの開発については、強く反対しており、名城跡岡豊山を今のままの姿で残して欲しいという声が大分です。

九月には、歴史民俗資料館ができるまで、岡豊山を守ってほしいと、地元の普通寺島老人クラブ(川添利雄会長)と市農協岡豊支所青年部(見幸蔵部長)が清掃するなど、地元住民が一体となって運動しています。

今、地元岡豊地区の住民、また市民みんながその建設を望んでいる県立歴史民俗資料館。土地問題が早く解決し、歴史を秘めた岡豊山に、戦国時代の名城岡豊城が、近代的な歴史民俗資料館によりみがあることを、みんなが望んでいます。



市民待望の... 歴史



秦泉寺啓恵さん

名城跡岡豊山を 守っていきこう

岡豊町八幡にある岡豊山は、戦国時代の武將長宗我部氏の居城で、二十代元親は、ここから土佐を平定し四国を征朝したもので、まさにその時代、ここは土佐の政治の中心地でありました。現在本丸、二の段など県の史跡として指定されており、歴史(うまやあと)は市指定の史跡となっています。

頂上からの見晴らしはすばらしく、四季を通じ、平野部の色が移り変わる様は見事です。子供のとときから、いつも岡豊山を見て育ってきた地元の人には、その歴史とともに、山への愛着も深いものがあります。昨年夏、この地に県立歴史民俗資料館の建設が決まり、地元

としてはまさに願ってもないことと、その建設を待ち望んでいました。しかしながら土地の売買に関する訴訟が起り、計画が遅れそうになってきました。そのため、地元では「建設予定地の早期確保と史跡岡豊山の保存」を求める署名運動を行い、関係機関に要請書を送り、陳情もしてきました。

皆さんもご承知の通り、岡豊山の一部では、すでに乱開発も進んでおり、もうこれ以上、名城跡岡豊山の姿を台無しにすることはできません。岡豊山の宅地造成については、地元は反対です。高知放送が所有する岡豊山を取りまわっている四つの字、中尾、高尾奈路、馬屋床、西谷は民有地で、所有者は全て地元の人であり「民間の宅地造成を目的とする開発には反対」と、意見も一致しています。

一日も早く、歴史民俗資料館が建設され、歴史公園として岡豊山が保存されることを、強く地元は望んでいます。

岡豊町八幡地区長
秦泉寺啓恵

福祉の風土づくりに

『南国市福祉展』

市民の連帯とボランティアの意識を深めようと、九月二十二日と二十三日の二日間「南国市福祉展」が開かれました。

市・市福祉のまちづくり推進協議会(利岡富次会長)の主催で、会場の社会福祉センターには、お年寄りや主婦ら約八百人が訪れられました。

二十二日、小笠原市長らのテープカットで開幕。



各施設から出品された作品は好評

会場には福祉協力校の岡豊小、後免野田小をはじめ、南海学園、土佐清風園、土佐希望の家などから出品された写真、書画、家具、木工、手芸品など約四百八十点を展示、即売するなど訪れた人の目を引いていました。

また、各地区の民生委員や婦人会の方が持ち寄った品のチャリティバザーも行われ、収益は社会福祉に役立てていくとのことです。二十二日には映画「花街の母」の上映や「最近の国際情勢について」と題し、英保玲一郎高知新聞社論議委員長の記念講演も開かれ、その他、補装具の展示、相談コーナーが設けられるなど、二日間わたって、福祉のまちづくりを進めようと、市民意識の高揚に努めました。

“物と心の交流で友好を”

土曜市と近永日曜市が姉妹縁組



▲姉妹提携調印式の後、握手する両代表

▼市の特産品が並べられた土曜市コーナーは、大にぎわい



土曜日(中村朋子理事長)と愛媛県北宇和郡広見町の近永日曜市(毛利範男会長)との姉妹提携調印式が九月十六日、近永日曜市会場で行われました。

これは、今年二月に近永日曜市の一行が、土曜市を視察研修に訪れたことがきっかけで実現したもので、

広見町は面積一五三平方キロ、その八〇%が山林で、人口一万三千人の中山間地域。

近永日曜市は、昭和五十八年八月に商店街活性化の一環として開設され、毎月第三日曜日に開かれ

ています。

調印式には、南国市側から中村理事長、吉本助役、吉村雅男商工会長ら二十七人、広見町側から毛利会長、二宮義明助役、水野達郎商工会長ら四十人が出席。

まず提携までの経過を報告し、中村理事長と毛利会長が宣言書に調印、宣言文を朗読しました。

記念品の交換では、土曜市から尾長鶏の飾り、日曜市から鬼北鯉の大皿がそれぞれ贈られました。

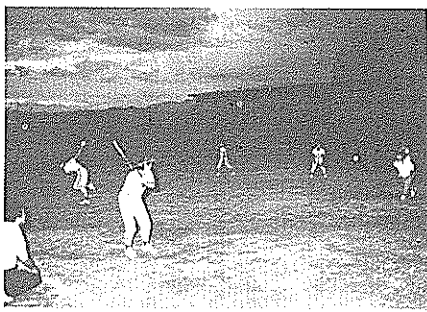
続いて中村理事長が「マンネリ化していたが、一つの希望がわいてきた。今日からの一歩が自身の

あるものにしていきたい」一方、毛利会長は「素朴さのある土曜市を見習って、地元の特産品を売り出し、地場産業の発展を」と、それぞれあいさつ。

この日は、土曜市コーナーを特設。早稲や芋やジャコ、切りもち、刃物などの特産物を販売、ほとん

ど売り切れるにぎわいでした。

また、夜は町の中心部を流れる奈良川の河畔で、地元の名物「いもたき」の宴が催され、両市町の関係者や町民もいっしょに、よきこい鳴子踊りを楽しみ、友好を深めました。



試合に備え、練習に汗を流すママさん

ママさんソフトチームを結成

消費者との連携をよりいっそう深めようと、土曜市の出店者と消費者、商店の婦人がママさんソフトボールチーム「土曜市クラブ」(浜田英城監督)を七月に結成。

中村朋子理事長ら十五人のメンバーで、年齢は幅広く、二十一歳から五十二歳まで、学生時代の経験者もいますが、ほとんどの人がソフトボールは初めて。

「家族ぐるみで親ばくを深め、消費者との輪を広げたいです。姉妹市の近永日曜市とも親善試合をしたいですね」と、中村理事長。消費者と團結することで、市の

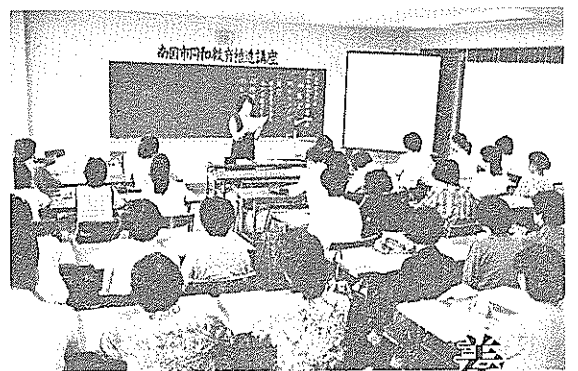
あつた。土曜市、近永日曜市姉妹提携17周年記念感謝祭

とき・10月20日(土)午前8時～午後6時
ところ・土曜市会場

楽しい催しと秋の味覚がいっぱい、広見町特産品多数/

差別のない明るい社会を

同和教育推進講座がスタート



同和教育推進講座

同和教育推進講座がスタート

同和教育推進講座がスタート

同和教育推進講座がスタート

地域の社会教育の指導にあたられる方や、企業など職場で同和教育についてのリーダーとなる方が対象となっています。

初日の二十日は、県教育委員会の同和教育指導主事大崎まさみさんが「部落はいつ、だが、何のためにつくったか」と題して、部落の歴史について詳しく説明し、参加者はメモを取るなど熱心に聴

夜間照明設備が完成

「初ナイター」を楽しむ

社会体育の向上にと、設置が望まれていた大篠小グラウンドの夜間照明設備がこのほど完成、九月八日夜、点灯式が行われました。

この施設は、学校開放の一環として、市が国の補助を受けて、約四百四十万円で設置。市内の小中学校では三番目の施設です。

照明塔は四基で、一基に一、〇ワのハロゲンランプが四個ずつセットされ、グラウンドの内野付近の平均照度は二百ワ。

点灯式には地元体育会など関係者約六十人が出席。浜田助役が照明設備にスイッチを入れ、と三千秒くらいで白色の光がグラウンドに広がりました。続いて、藤本教育委員長が「大篠小も今から光り輝いた。この中で心身とも健全に活動してください」とあいさつ。



(大篠小)

長しいへちま

篠原の弘末さん

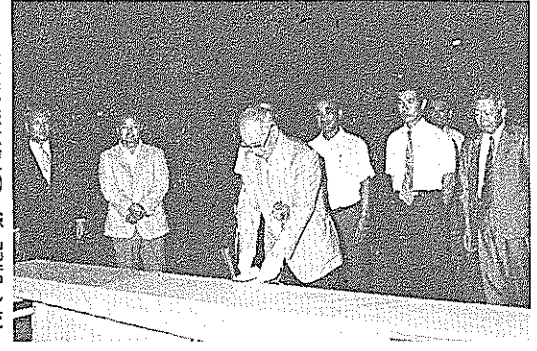


これはびつくり長しいへちま

背丈を越すほどの長しいへちま。篠原に住む弘末守治さんの庭には一・八メートルある大きなへちまが実り近所で評判となっています。

弘末さんは、三年ほど前に九州から種を取り寄せ栽培を始めたそう、昨年は台風の影響でやや少なめでしたが、今年見事に一・五メートルを超えるものが七本も実りました。

収穫は十月末ごろで、スポンジ代わりにしたり、へちま水を取ったり。昨年は、一升瓶に七本も取れたそうで、毎日使っている奥さんの顔はツルツルでした。



地元体育会など60人が出席した点灯式

私有地をゲートボール場に

♡♡十市の村田晃さん♡♡

お年寄りが憩える場所を——と、昨年八月、十市に住む村田晃さんは、畑にしていた私有地に土を入れてゲートボール場に改良。今ほ地域のお年寄りが楽しく使用しています。



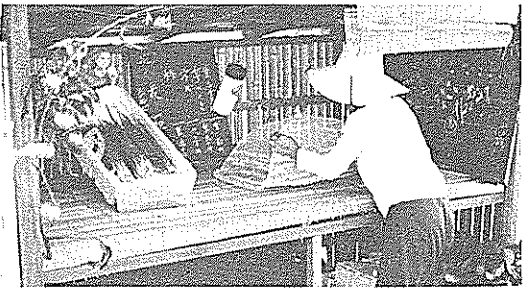
村田さん夫婦

ボール専用の場所がなく、十市小学校の校庭を使用していましたが、子供たちの遊び場でもあり、また冬は山の陰であるので、とても寒くなります。ある日、ゲートボールをしていたおばあちゃんが倒れたのを知った村田さんは、「買ったばかりの日当たりの良い畑を、ゲートボール場にしてお年寄りに使用してもらおうと考えました。そして早速、土入れなどの費用のためにと寄付を集め、昨年八月にはりっぱに整備されたゲートボール場が完成。周りには花壇も作り、奥さんの見佐子さんが毎日手入れをしている菊は、もうすぐ美しい花を咲かせそうです。また、お年寄りが孫を連れ立って来れるようにと、遊具も備えられていて、本当に心の行き届いたゲートボール場です。

村田さん夫婦の夢は、このゲートボール場の隣りに、お年寄りが集える「憩いの家」を建てることだそうです。そして、その資金集めに、先月から地元的生活改善グループの方の協力を得て、良心市も始めました。



▲花壇や遊具もそろった、りっぱなゲートボール場



▶「憩いの家」の資金にと始められた良心市

お年寄りと園児が楽しく

(大湊保育所)

お年寄りが憩える場所を——と、昨年八月、十市に住む村田晃さんは、畑にしていた私有地に土を入れてゲートボール場に改良。今ほ地域のお年寄りが楽しく使用しています。

敬老の日を前に九月十四日、大湊保育所で「敬老参親日」が開かれました。集まったおじいちゃん、おばあちゃんは約七十人。園児の家族だけでなく、地元の人々クラブの方も参加しました。

まず、お年寄りが腕前を披露。おじいちゃんは、昔懐かしい竹とんぼやわら草履作り、ゲートボールを指導。おばあちゃんは、おじやみとぞうきんを作り園にプレゼント。魔法の手のような、お年寄りの器用な手さばきに、園児たちは見入っていました。

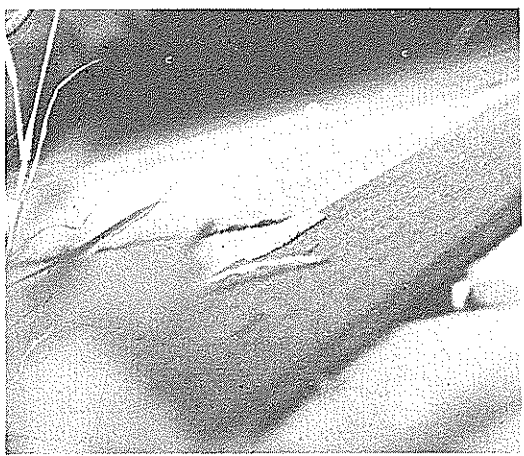
楽しい時を過ごすお年寄り



集える「憩いの家」を建てることだそうです。そして、その資金集めに、先月から地元的生活改善グループの方の協力を得て、良心市も始めました。

子供たちの歓声が上がりました。ホールに集まり、今度は園児が「百まで生きたらいいなあ——」と歌をプレゼントし、お年寄りは園児のかわいい姿にっこり。このほか劇や手遊びなど、みんな童心に帰って楽しんでいました。

ジャンボタニシ…後川で繁殖



後川で見つけたジャンボタニシの卵

河川に流れないように注意しましょう!

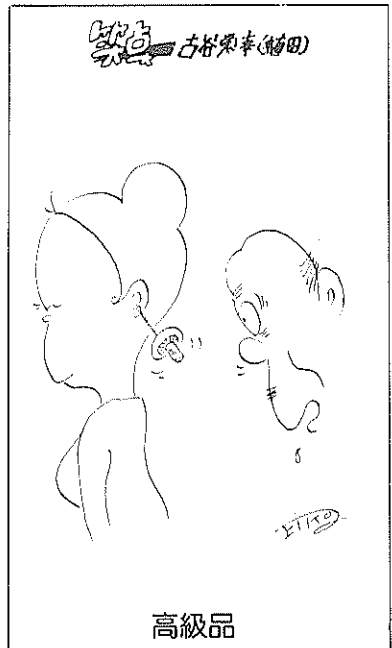
昨年から市内でも繁殖されるようになったジャンボタニシ。その味は、アワビとサザエの間とも言われなかなか好評で、広く県下にも繁殖されていますが、大部分は市内で飼われています。九月九日には、県下単位の生産組合も誕生し、今後飼育や販売について調査研究をしていく計画です。

一方、このように強い食性のた

め、台湾では、河川に流れ出たジャンボタニシの一種が異常繁殖し、水稲への被害が報告されています。

市内では今年七月ごろ、浜改田の後川でこの貝の繁殖が確認され、地元からは「農作物に被害を与えるのではないかと」、心配の声が上がりました。

市産業経済課では、今後も河川の繁殖状況を調査する一方、養殖者に対して、排水口に網を張るなど貝が流出しないよう十分な管理を呼びかけています。



高級品

南国歌壇

遊園遊び来たのか一と木の
ねち花咲きぬ夏草の庭
下野田 徳久まきみ
敬老日の今宵受話器を伝いくる
孫らの声の弾みてひびく
西島 高橋佐代
慰安会なれど舞台の間近して
楳古音ふるふ秋霖の夜
十市 山本憲彰

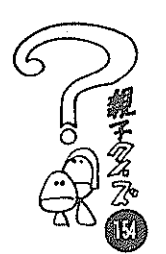
南国柳壇

機械化のすすみて中年農婦らは
少女の如く手のやわらかし
西島 岡林きよ
庭のすみずみ虫みつつけし息子なり
姉弟なかくカゴに入れ
下野田 北村優美子
初秋のまひる間を降るひより雨
光りて降れる空はひろしも
大埔 中田靈秀

南国俳壇

運動会ピリの生徒が人気あり
前浜 大原正明
雨となり天上の恋星祭り
立田 北村幸江
核の字は世界平和の辞書になし
十市 沢村鶴一
不戦勝星を拾った様に云い
植田 吉本其梅

草の葉の露光り増し月上る
盆すみて僧の衣の干してあり
月仰ぐ人の顔まで見ゆるかな
新米を握りしめたる農夫の顔
ふるさとの枕を曼珠沙華とする
窓を打つ秋雨 パンがきつね色
旅立ちや子を遠ざける秋の虹
粗食して影絵の中のような秋
夏草は女の掌より匂いだす



ご家庭で話し合せて答えてください。答えは、この広報に出ています。

●もんだい・九月八日夜、〇〇小グラウンドで、夜間照明設備の点灯式が行われました。

●しめきり・10月15日

●あて先・〒783 南国市大埔甲三〇一 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、住所氏名、年齢、職業を書いてください。

●賞品・正解者の中から、抽選で五人に図書券を進呈。

第153回正解者発表(敬称略)

(応募総数46通)

●答え・(60)

●当選者五人

山本広子(西山)

井上孝子(福生)

窪川成生(後免町)

松浦慎一(里改田)

上元節子(大埔)

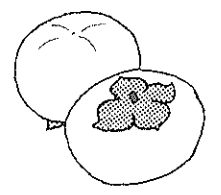
健康をつくる食べ物 栄養をバランスよく

天高く食欲の秋。私たちが毎日食べる食品に含まれている、さまざまな食物成分が、体の成長発育や働きのもとになる栄養素やエネルギーを供給しているのです。食品に含まれる栄養素は、大きく分類すると、たんぱく質、脂質、糖質、ミネラルおよびビタミンの五つになり、これを五大栄養素といっています。私たちが健康を維持するために、これらの栄養素を必要量に応じて過不足なく取らなければなりません。しかし、毎日の食事で食べているのは、食べ物(食品)であって、

■6つの基礎食品
毎日の食事に必ず
6つを組み合わ
せましょう



栄養素ではありません。食品の数は、日常よく使われているものだけでも六百種にも及ぶと言われ、含まれている栄養素の種類もさまざまです。一つの食品で、必要とする栄養素を完全にバランスよく含んでいるものはありません。そこで、食物成分(栄養素)によれ食品の選択と組み合わせが必要になってきます。これがバランスのとれた食事と言われているものです。日常の食生活で、いろいろな食品のもつ栄養成分特性をよく理解し、栄養成分の異なる食品を幅広く数多く組み合わせることで、栄養素が豊富といわれる食品であっても、偏って食べていると健康上いろいろな問題を生じます。食べ物の過不足、偏りは、すぐに病気になる自覚症状はありませんが、長い間には肥満や高血圧、糖尿病などの成人病の原因ともなります。



現在では成人病の増加が、一つの社会問題にもなっていますが、こうした成人病の多くは、子供のときからの偏った食習慣がもとにな

なっていると、いってもよいでしょう。

成人病予防のためにも、子供のときから栄養のバランスを考えた食事をしよう心がけましょう。

数多い食品の成分的特性をもとに食品を分類したものに「六つの基礎食品」があります。この分類法は食品の組み合わせを示したもので、難しいものではありません。毎日のなかで、この六つの基礎食品を組み合わせた食事をすることにより、私たちの体が必要とする栄養素がバランスよく取れるわけですが、各グループの食品成分は当然異なっていますので、互いに置き換えることはできません。たとえば「緑黄色野菜」の不足で起こるビタミンAの不足は「その他の野菜」では補えません。

六つの食品グループのうち、一つも欠けていれば、栄養素をバランスよく取ることはできません。毎日の食事で、各グループから少なくとも二、三種以上、合わせて

せて一日に三十種類くらいの食品を献立に使いたいものです。

健康はまず食事から、味覚の秋から始めましょう。

一期分の納税はお済みでしょうか。全納される方は別として、納税は一期ごとに確実にしましょう。ためてしまおうと大変苦しいものになります。

もし何かの都合で、令書通り納税できない場合、事情により分納もできますので、放置せずに申し出て下さい。

健康日誌▼身体の清潔▼食べてやせる(肥満児編)▼食品の毒性▼ママ木の葉が消える▼ママぼくカレンダー人間だつて▼ママ辞典がらがら▼不整脈患者学入門▼医療事故と法▼胎児の環境としての母体

※意見や質問をお寄せください
電話 2111 内線 135
【市民課国保係】

大正33年9月生まれの方

老人医療受給手続きを

大正33年9月生まれの方は、今月から「老人医療受給資格」ができましたので、医療保険証

と印鑑を持って、市民課給付係まで手続きにおいでください。
【市民課給付係】

食生活改善推進教室から

年代別 食生活のポイント

今回は、発育盛りの子供たちと、お年寄りの食生活のポイントについて。最近の子供たちは、鉄分の不足による貧血、糖分の取り過ぎによる肥満など、食生活の問題点が指摘されています。

お母さん方は、子供たちの食事で次の点に注意しましょう。

- ①朝、昼、夕の食事を規則正しく②たんぱく質を十分に取り、その半分は肉、魚などの動物性食品から③カルシウムを補うため牛乳、チーズ、小魚を欠かさず④緑黄色野菜を豊富に⑤貧血予防のため、豚肉、レバー、卵、ほうれん草など鉄分を多く含んだものを食べる。一生のうちで、最も栄養の必要な思春期です。特に女子は、母となり子供を育てるための準備期間となります。栄養のバランスのとれた食生活と体力づくりを、お母さんの手で表現してあげてください。

次に高齢期の食生活のポイントについて――。

①個人の活動量などに応じて、

栄養のバランスのとれた献立を②郷土料理など盛り込み、食欲のそそる料理を工夫③肉類はひき肉を使用など、やわらかくして食べやすい料理を④食塩の取り過ぎは、高血圧の原因になるので、薄味でもおいしく食べられる工夫をしましょう。

【料理実習】

①作り方

不足しがちなカルシウムを補う牛乳を使った料理。
《クリームコロッケ》

材料(4人分)

卵	2コ	99g	牛乳	130cc
小麦粉	260g	ジャガイモ	300cc	
バター	30g	砂糖	50g	
食塩	20g	小豆	50g	
大粒	1ヶ	カサ		

ゆで卵、玉ねぎ、ハムはあらみじん切り、マッシュルーム、油、小麦粉、水、塩、卵、パン粉、白ソース、こもも揚げ油

◎収穫

収穫の時期は、果実の品質や貯蔵力と深い関係があります。キウイフルーツは他の果実と違って、外観、味などで収穫適期を判断することは困難です。

遅くまで木に置いたほうが味の点ではよいですが、強い霜にあわせると食べれなくなります。葉が健全であれば二、三回程度の軽い霜では影響はないようです。

以上のことから、収穫の適期は十一月中旬ごろです。収穫は、果実を握って手前に引きながら、親指で果梗部を押せば簡単にとれます。

貯蔵用の果実は、気温の低い朝のうちに採取したほうがよいです。

◎貯蔵

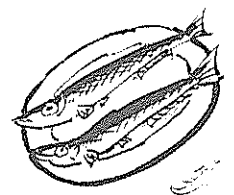
収穫した果実は、傷ついたもの、やわらかくなったものを取り除き、コンテナなどに二、三段詰めにし、温度の低いところに置きます。

そのままでは果実がしなびますので、コンテナの上からポリフィルムをかけて包んでおきます。貯蔵中の温度は二度前後、湿度は九五割以上が適当です。

少量の場合は、ポリ袋に入れておいてもよいでしょう。貯蔵中は、たびたび温度、湿度を点検し、果実から熟した香りが出ているか確かめます。

◎追熟
キウイフルーツは収穫したまま

は薄切りにする②白ソースを作る。なべに油を熱し、玉ねぎを色づけないようにいためる。バターを加えてとかし、小麦粉をふり入れ混ぜる。この中に牛乳を入れ、手早く混ぜる。水と塩を加え、弱火で約二十分、木じゃくしで軽く混ぜながら白ソースを仕上げます③白ソースに、ゆで卵、マッシュルーム、ハムを加えて混ぜる。人肌くらいにさます。四分分して小麦粉、とき卵、パン粉の順につけ形を整える④揚げ油を、一八〇度に熱し約二分間、きつね色に揚げる。



常温追熟法では、収穫時の熟度にもよりますが、温度一〇〜一五度の条件下に置くと、十五〜二十日で糖度が一四〜一五度ぐらいい上がり、追熟が完了します。自家用に少量の果実を追熟させる場合は、ポリ袋にエチレンを発生している香りの強いリンゴ、バナナなどといっしょに入れておくと早く追熟ができます。追熟は温度が高いと早く進みますが、軟腐症の発生が多くなりますので一五度以下がよく、また湿度が低いと追熟は進みにくくなります。

非行防止はあなたの手で

10月11日～20日

全国防犯運動

今年上半期、全国の少年非行は、やや鎮静化の兆しがあるといわれています。しかし、それは統計として表われただけのことで、実態はほとんど変わっていません。残念ながら私たちの周囲では、



〔南国地区防犯協議会 南国警察署〕

などを巡回して指導を活発に行う予定です。市民の皆さんも「わが子人の子」を問わず、少年に温かい目を向け、折にふれアドバイスをお願いします。

図書館だより

新刊案内

- 〔一般図書〕
 果鴨ブリズン13号鉄扉(上坂冬子) ▼ポオ全集①②③(ポオ) ▼「きのこ」の自然誌(小川真) ▼植物観察事典(橋本光政) ▼動物観察事典(富川哲夫) ▼旅の重き(桑九鬼子) ▼荷車の歌(山代巴) ▼七人みさき(秋元彬代) ▼水道の文化史(堀越正雄) ▼日本人の生活文化事典(南博) ▼かげろふ日記(大原富枝) ▼地球観測百年(永田武) ▼漆の花(立原正秋) ▼虚構の大義(五味川純平) ▼喪
- 〔南国地区防犯協議会〕
 中につき(結城昌治) ▼殺意という名の家畜(河野典生) ▼おしゃべり迷路(扇村卓) ▼幽霊の肖像(並石龍) ▼風と死者(加賀乙彦) ▼闇のなかの黒い馬(植谷雄高) ▼北雁行(外岡秀俊) ▼接木の台(和田芳恵) ▼夢日記(島尾敏雄) ▼ことは遊び(悦覧記) (塚本邦雄) ▼硝子地文字(▼虚空の足音) 小松左京 ▼子役の時間(中山千夏) ▼古代エジプトへの旅(鈴木八司) ▼青龍の系譜(木々康子) ▼極楽寺門前(上林健) ▼プリアエアの解放者たち(ドウス昌代) ▼此岸の家(白野啓三) ▼兎とよばれた女(天川澄子) ▼笛まくら(丸谷才一) ▼樹下の仏陀(真藤伸彦) ▼青春の碑第一部、第二部(近藤芳
- 〔美〕 ▼明治・父・アメリカ(星新一) ▼邪宗門(下) (高橋和巳) ▼言葉のブティック(知久章) ▼唐草物語(轟澤龍彦) ▼鳥はうたつて残る(丸元淑生) ▼北の河(高井有二) ▼志賀島(岡松和夫) ▼土の器(阪田寛夫) ▼子育てごっこ(三好京三) ▼光と影(渡辺淳一) ▼名探偵もどき(都筑道夫) ▼出会いについて(小林司) ▼ことばの演芸館(池内紀) ▼本のひとこと(飯谷大四) ▼ソビエトってどんな国(森村桂) ▼ひらけゆく大陸南極(平澤威男) ▼橋上幻像(堀田善衛) ▼イエス・キリスト(遠藤周作) ▼日本の政治(京極純一) ▼海流の話(日高孝次) ▼遠い海の声(菊村到)

水道給水工事 資格試験

水道局では、①給水工事責任技術者と②給水工事技能者の資格試験を行います。

■試験
 ①給水工事責任技術者
 11月20日(火)、土佐山田町中央公民館で。
 ②給水工事技能者
 11月21日(水)、同公民館と土佐山田町日曜市場(配管実技のみ)

■講習会
 11月14日(水)には、同公民館で講習会を行いますので、受験者は必ず受講してください。

■受講資格
 水道局にある要綱によりです。

■受験申し込み
 10月11日から10月30日午後4時まで水道局(南国市大浦中一九六〇)にて。
 ※その他詳しいことのお尋ねは水道局 ☎1234へ。

国民年金

保険料は納めていますか

国民年金保険料に、納め忘れはありませんか。今一度お確かめください。

保険料を納めずにいると、病気がやがて障害者になったり、あるいは、夫を亡くし母子世帯になったときなどに、障害年金や母子年金などが受けられないことがあります。また、未納の期間が長くなると、将来、老齢年金さえも受けられないことになりかねません。

国民年金の保険料は、免除が認められる方以外は必ず納めなければなりません。

年を取ったり、不測の事故にあつてから慌てて保険料を納めても間に合いません。このようなことのないように保険料は、きちんと納めましょう。〔市民課年金係〕

市金庫の支払い

時間変更

市役所の指定金融機関(市役所一階会計課隣り)による公金の支払い時間が、十月一日から、午前九時～午後三時三十分までとなりました。なお、土曜日は今までどおり十二時までです。

また、毎月第二土曜日は、休業日ですので、ご注意ください。

〔会計課会計係〕

第11回文化祭

- 美術部門 10月21日(日)～28日(日)
- 芸能部門 10月21日、28日
- 講演 10月21日 10:30～12:00
 「南国市の文化を考える」
 俳人 杉本恒星先生
 なお、老人クラブの皆さんを招待します。粗品も用意していますので、多くの方の参加を

役所の仕事に対する 苦情や意見など

10月14日から『行政相談週間』

総務庁では、皆さんから役所の仕事に対する苦情や要望を聞き、それらの問題解決のために行政相談を実施しています。

この制度を、広く皆さんに知ってもらい、利用していただくため、十月十四日から一週間「行政相談週間」と定めています。身の回りのことで、お困りの点などお気軽に相談してください。

日時：毎月20日、午前10時～午後3時
 場所：南国市社会福祉センター 行政相談委員・田中隆夫さん(南国市浜改田七〇二 ☎0107) ☆相談はもちろん無料、秘密は厳守されます。なお、相談日以外でも、行政相談委員の自宅でも毎日相談を受けていますので、ご利用ください。

「南国市演芸大会」

入場料：五百円

今月の納税

- 県・市民税(3期分)
- 国民健康保険税(2期分)
- 納期限は10月31日(水)です

医療費を助成

母子家庭医療費受給者

10月1日から
 十月一日からの健康保険法の改正に伴い、社会保険本人も医療費の自己負担が必要になります。母子家庭医療費制度では、母親の自己負担分を十月一日から助成します。

■申請方法
 従来どおり「母子家庭医療費支給申請書」によること。
 ※詳しいことは、市民課給付係 ☎2111内線1332まで。



踏切では

安全を確かめて!

今年四月から八月までの間、四国鉄道の踏切事故は十七件発生し、六人が亡くなっています。横断や警報無視など無謀運転によるものです。

踏切を渡るときは、必ず一時停止して、左右の安全を確認してください。

〔国鉄後免駅〕

訂正

前月号の「狂犬病の予防注射と登録について」の本文中、登録料金を二千円と書きましたが、二百円の誤りでしたので、おわびし訂正します。

共同募金

10月1日から

赤い羽根



●健康相談など

内 容	地 区	日 曜	受付時間	場 所	対 象
乳 腺 検 診	国府、久礼田	% 月	9:30~10:00	国府地区公民館	個人通知者
			1:00~1:30	市農協瓶岩支所	
	瓶 岩	5 金	9:30~10:30	南部福祉館	
			1:30~2:30	日章地区公民館	
	前浜、久枝	6 土	9:30~10:00	稲生 "	
			1:00~2:00	三和 "	
	大 篠	9 火	9:00~10:00	市民体育館北の中央公民館	
			1:00~2:00		
後免、野田	12 金	9:30~10:00	後免町公民館		
		1:30~2:30	長岡東部公民館		
乳 児 相 談	大 篠	1 月	1:30~4:00	社会福祉センター保健婦室	
乳 児 相 談	十 市	1 月	10:00~3:00	十市支所保健婦室	
乳 児 健 診	稲 生	5 金	"	稲生地区公民館	
乳 児 健 診	久礼田、瓶岩	2 火	1:30~2:00	楨野公民館	
			後免、野田	5 金	"
レントゲン検診	前 浜	3 水	9:30~10:30	中村商店前	今年まで受けていない方から
			11:00~11:30	浜幸前	
			1:00~1:40	伊都多神社	
			1:50~2:30	南部福祉館	
			2:40~3:00	久枝公民館	
	大 篠	4 木	9:00~9:30	明見橋のもと	
			10:00~10:30	大和工業前	
			11:00~11:30	朝日町ショッピング	
			1:00~2:00	市民体育館	
			2:30~3:00	西野々公民館	
リハビリ教室	全地区	3 水	1:30~	社会福祉センターリハビリ室	
健 康 体 操	十 市	第2、4火曜日	1:30~	十市地区公民館	
	三 和	毎 週 木曜日	1:30~3:30	三和 "	
	大 篠	毎 週 火曜日	9:30~11:30	大篠 "	
1歳6ヵ月男健診	全地区	4 木	1:00~1:30	"	毎月8、15、22、29日
不用犬引き取り	"	8 月	9:00~9:30	市民図書館前	
離乳食講習会	長岡西部	9 火	1:30集合	中央福祉館	
三種混合百日ぜきジフテリア破傷風	全地区	11 木		個人通知者	
		12 金			
胃 検 診	長岡東部	11 木	7:30~8:30	長岡農協	
	" 西部	12 金	"	中央福祉館	
	" 東部	13 土	"	長岡農協	
愛の献血	全地区	13 土	9:30~11:30 12:30~3:00	高知医科大学	
健康相談	長岡西部	19 金	1:30~3:00	中央福祉館	
	前 浜	20 土	9:00~10:00	下田村公民館	

●金属類の収集

日 曜	地 区	備 考
% 月	三和	第1月曜日
2 火	野田、後免	" 火曜日
3 水	長岡	" 水曜日
5 金	大篠	" 金曜日
9 火	国府、岩村、岡豊、三軒家	第2火曜日
10 水	久礼田、瓶岩、上倉	" 水曜日
16 火	前浜、下島、久枝、立田、田村	第3火曜日
17 水	十市、三和	" 水曜日

●金属類以外の不燃物の収集

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

●休日在宅医

日 曜	当 番 医	電 話
% 日	山本医院(後免)	☎2545
10 水	谷医院(片山)	☎8335
14 日	泰泉寺内科(大埴)	☎3928
21 日	市原内科小児科(大埴)	☎3915

南国市役所…… 〒783南国市大埴甲2301 ☎63-2111(代)

鎮石支所☎62-0020 岡豊支所☎64-2423 十市支所☎65-8401
水道局☎63-1234 市民体育館☎64-3498