食生活改善推進（栄養教室生）を募集

成人病は、食事がつくり食事が治すと言われていますが、さて「食生活を改善しなければ」と思っても、何をどうしてよいのか、情報や方法がはん濫し選択するのに戸惑うことと思います。

南国市では昭和五十九年度から、正しい食生活と健康に関する知識を身に付けてもらおうと「食生活改善推進教室」を開き、修了者はそれぞれの地域で健康づくりに活躍されています。

昭和六十一年度の教室生を次のように募集します。健康づくりに関心のある方は、ぜひ参加してください。

○**期間**・昭和六十一年五月～昭和六十二年二月（月一回）
○**場所**・大篠地区公民館
○**対象者**・市内に在住する婦人で健康問題に関心のある方。
○**内容**・貧血予防食、減塩食、高血圧予防などをテーマにお話と調理実習。
○**募集人員**・四十人
○**講習料**・無料
○**申し込み方法**・各駐在保健婦さんか、市役所環境保健課（☎㊸2111内線325、326）まで連絡してください。
○**申し込み期限**・3月31日(月)まで。

子宮がん検診のお知らせ

死亡率は年々低下しているとはいえ、まだまだ女性にとっては恐ろしい〝子宮がん〟。初期の段階で見つかれば百治りますが、このときはほとんど無症状です。早期発見のためにはまず検診を！

次の日程で検診を行いますので、誘い合ってぜひ受診してください。

○**料金**・七百円（七十歳以上の方は無料）
○**対象**・三十歳以上で、六十年四月以降市役所が行った子宮がん検診を受けていない方。
○**申し込み方法**・三月十五日(月)までに、市役所環境保健課保健係（☎㊸2111内線325、326）へ電話で申し込んでください。

ただし、一日一医院で三十人までです。

検診日程表

月／日	場所	受付時間
3月25日(火) 26日(水) 27日(木)	なんごく産婦人科（後免東町）	午後1時～3時
	曽根産婦人科（大埔城陸）	午後1時半～3時半

図書館講演会

〝俳句の楽しさ〟

講師・たむらちせい氏　（参加無料）

とき・3月16日(日)、午後2時～3時半
ところ・市立図書館（市役所北側）

◪参加申し込みは、ハガキか電話で市立図書館へ。ハガキには住所、氏名、年齢、電話番号を記入してください。締め切りは三月十一日です。

申し込み先は……
南国市東崎一三五五―七
市立図書館（☎㊸2111内線145）

新刊案内

【一般図書】
宮本武蔵（津本陽）▼私の足音が聞える（鳥尾多江）▼パリへ行った妻と娘（近藤紘一）▼恋よ・恋唄（富士真奈美）▼ガリバーと巨人の握手（吉岡忍）▼渚のホテルにて（森瑤子）▼豊饒の女神（三浦朱門）▼葬送行進曲殺人事件（由良三郎）▼時間術（セルバン＝シュルベール）▼繁盛にほんばし弁菊（青島幸男）▼腹鼓記（井上ひさし）▼明けの赤馬（古井由吉）▼私だけの北極点（和泉雅子）▼長く暑い夏の一日（渡辺淳一）▼人工水晶体（吉行淳之介）▼ふじやまげいしゃ（池田満寿夫）▼水の優しさ（阿部昭）▼氷川情話（勝部真長編）▼日本童謡全集（三瓶政一朗）▼がんばってるなお母さん（田中澄江、真屋順子）▼奇跡の生活ヨーガ（広池秋子）▼父から子どもたちへ（アントニオクラムシ、渡辺怜子）▼登校拒否学校に行かないで生きる（鈴木秀男）

【児童図書】
エーミールと三人ふたご、五月三十五日、ふたりのロッテ、動物会議、サーカスの小びと（エーリヒ・ケストナー）▼中岡はどこぜよ（田島征彦）▼べんけいとおとみさん（石井桃子）▼あけるなよこのひきだし（武谷千保美）

廃車・名儀変更の〝届けはお早めに〟

軽自動車税は、毎年四月一日現在で、軽自動車税課税台帳に登録されている方に課税されます。

現在、使用していない車や他人に譲った車などについては、三月末日までに廃車、名儀変更の手続きをしてください。

原動機付自転車（百二十五ccまで）については廃車はもとより、名儀変更の場合も一度廃車手続きをし、新たに標識（プレート）を交付しますので、必ずもとの標識を返納してください。

そのままにしておきますと、次年度以降も引き続き課税されることになりますので、十分ご注意ください。

（問い合わせ先）

車種	届け出場所	備考
原動機付自転車（50cc～125cc） 小型特殊自動車 農耕作業用車（コンバイン、乗トラ）	市役所税務課 軽自車税係 ☎㊸2111 内線155 125	市外転出者で引き続き車を使用する方は転出先の市町村へ
軽自動車	軽自動車協会 ☎㊷4311	県外転出者は最寄りの軽自動車協会へ
軽二輪車（125cc～250cc） 二輪の小型自動車（250cc以上）	陸運事務所 ☎㊶6188	県外転出者は最寄りの陸運事務所へ

【税務課軽自動車税係】

固定資産税

課税台帳の縦覧

3月20日まで

税務課では、三月二十日(木)まで、固定資産税の課税台帳をお見せしています。この機会に、大切な資産の確認をお勧めします。

縦覧場所は**市役所税務課**です。

お済みですか税の申告

昭和六十年分の所得税、県市民税の申告はもうお済みでしょうか。申告期限はどちらも三月十五日です。

申告は必ず、期限内に済ませましょう。

県・市民税の申告…市役所税務課
所得税の確定申告…南国税務署

建設工事指名願（物品競争見積参加）受け付けは3月24日まで

詳しいことは、それぞれの係でお尋ねください。

南国市役所（☎㊸2111）
〒783南国市大埔甲2301
○**企画財政課財政係**（内線408）
○**会計課用度係**（内線142）
○**水道局**　〒783南国市大埔甲1960の2（☎㊸1234）

〝土佐はし拳全日本選手権大会〟（南国場所）

とき・3月30日(日)、午前11時30分受け付け開始。
ところ・市民体育館。
参加規定・はがきにチーム名、選手名（先鋒・中堅・大将）を書き、有段者は段位を選手名の下に（　）書きする。
参加料・一チーム二千円。
申し込み締め切り・3月20日(木)。
申込先・南国市篠原一〇〇一　窪田四郎さん（☎㊸4370）まで。

大正5年2月生まれの方

老人医療受給手続きを

大正5年2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、必ず、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。