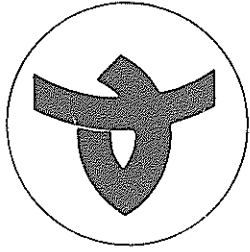
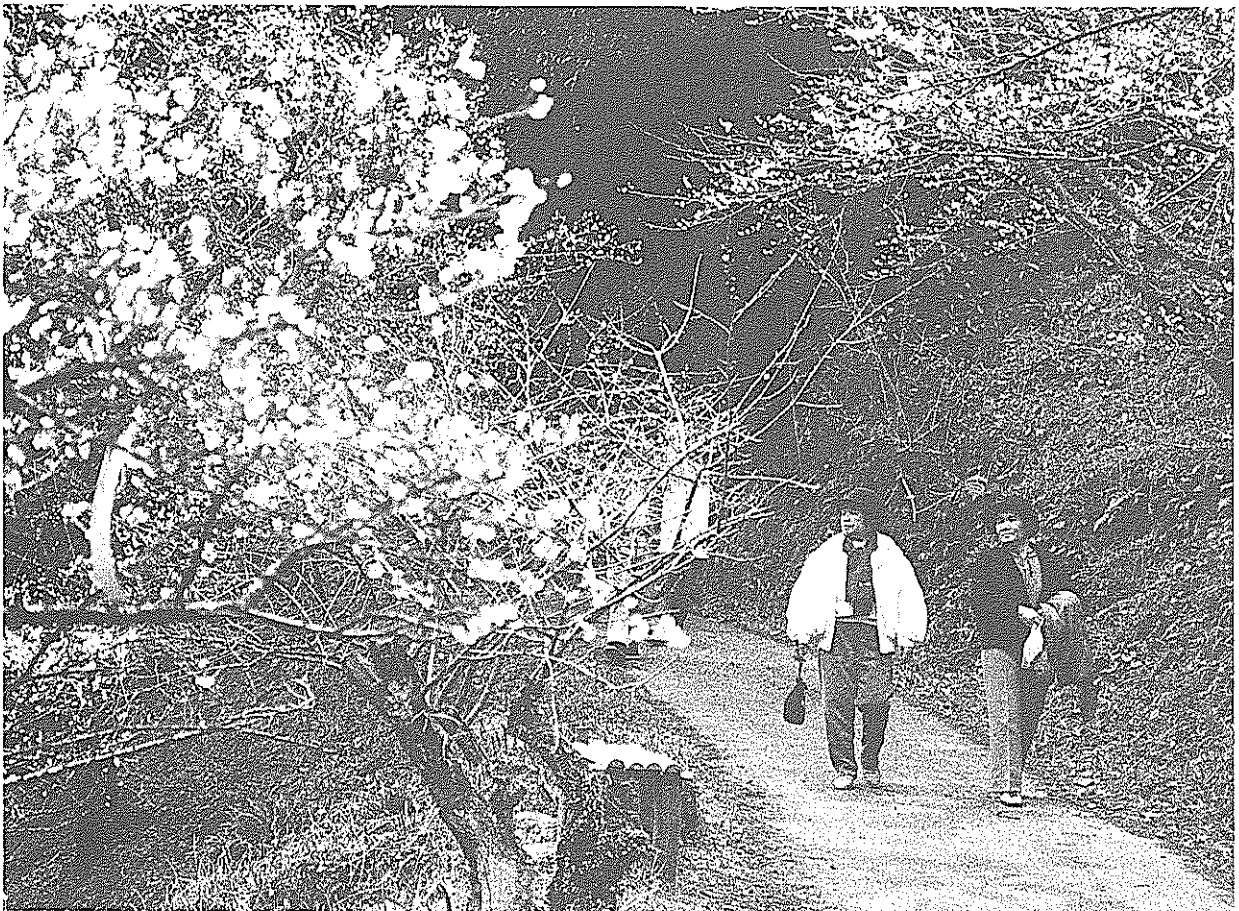


編集・発行／南国市広報委員会
〒783 南国市大坪甲2301 ☎63-2111



広報

なんこく



梅の香に誘われて(白木谷、唐岩梅林)

1989 2 / 15

№ 515 月2回発行



市制施行30周年

まほろばに 夢が羽ばたく 南国市

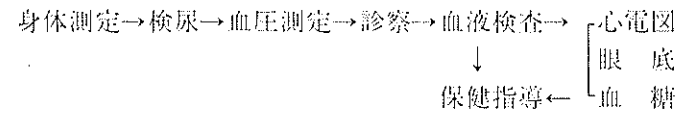
———とじておくと便利です———

昭和62年度の検診結果

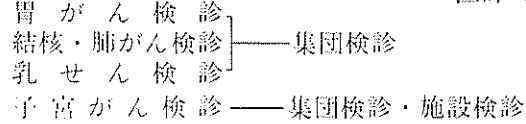
がん検診	治療が必要な者	68人
成人病検診	要観察	959人
	要注意	318人

※要観察：2~3ヵ月に1度血圧測定が必要。
 要注意：月に1~2回の血圧測定と減塩や体重コントロールなど日常生活に注意が必要。

成人病検診の内容



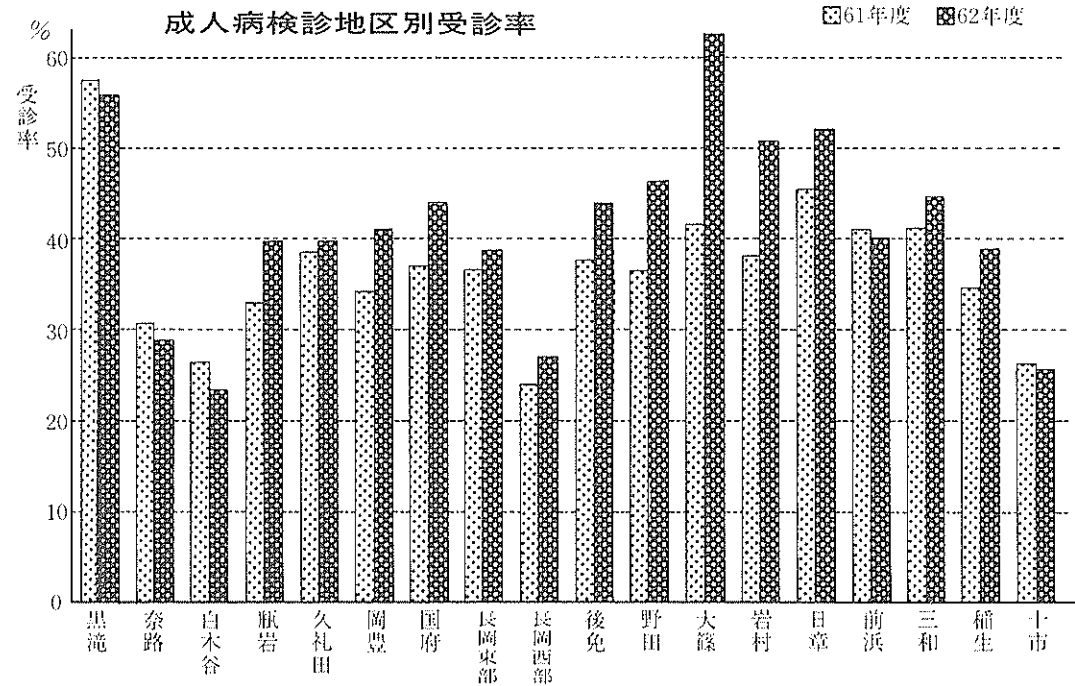
1年間の検診実施状況



成人病検診



**進む社会の高齢化
健康はあなたの**



医師の診察を受けることを心がけてください。症状が進行してしまつてはたいへんです。これが「二次予防」、火事にた

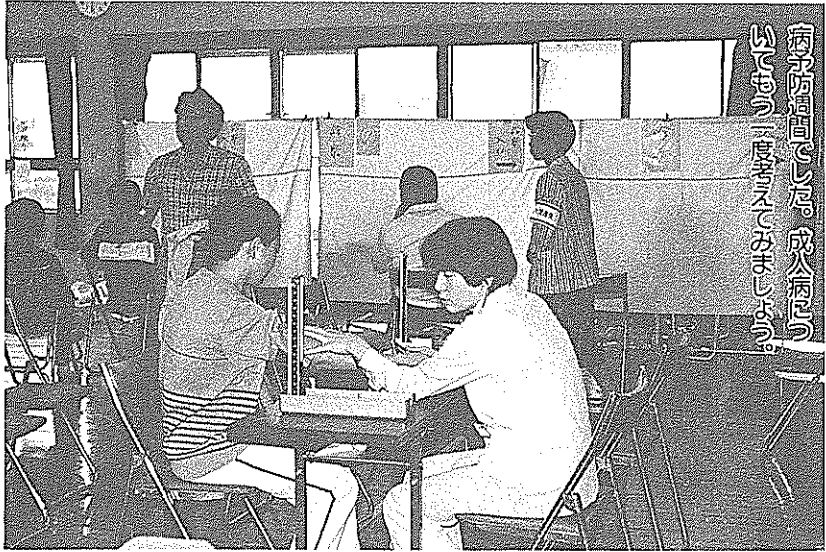
とすれば「初期消火」にあたります。成人病は「一次予防」と「二次予防」の両輪で防ぐことが必

まだまだ低い受診率

昭和六十二年に成人病検診を受診したのはこれまでに全対象者の約三割。これは県下の九市と比較して決して低い値ではありません。しかし、各種のがん検診の受診率は、肺がんの五割を除くと一割ちよつと。成人病から身を守る決め手は予防早期発見、早期治療です。

また、国保税が高いという声が増えますが、主な原因は医療費の増加。一人一人が健康管理と病気の予防に努めれば国保税の軽減という効果も出てきます。

高齢化社会に突入しようとしている現在、健康は大きな財産です。日ごろから血圧などをチェックするとともに、年一回の定期検診を忘れずに。



わが国の死亡原因のトップはがん、心臓病、脳卒中の三大成人病。南国市でも昭和六十一年における死亡原因の六五・七割を占めています。

市では毎年成人病の予防や早期発見のために検診を実施しています。せつかくのチャンスは無駄にしないように成人病の初期消火に努めてください。

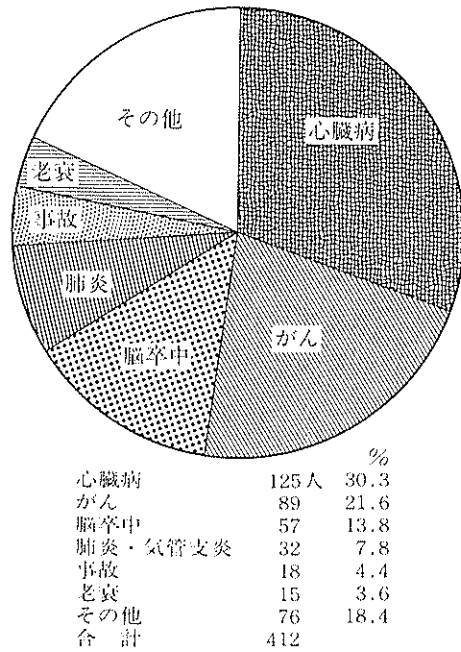
一月一日から七日までは成人病予防期間でした。成人病についてもう一度考えてみましょう。

死因の六割以上が三大成人病

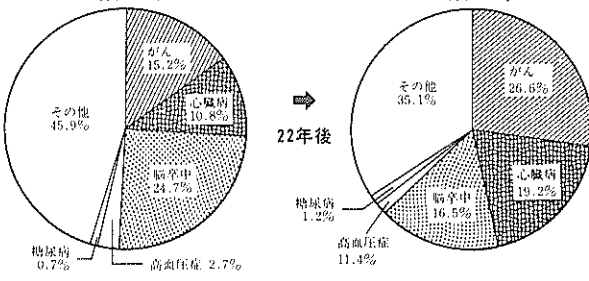
昭和六十二年に南国市で亡くなった方は四百十二人。その原因の一位は心臓病で百二十五人、二位はがん八十九人、三位は脳卒中で五十七人と、全体の六五・七割を占めています。

財産です

昭和62年の死亡者の死因割合



わが国の総死亡に占める成人病の割合の推移



あなたの日常生活は大丈夫？

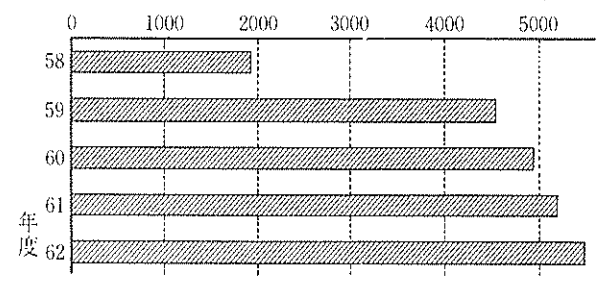
成人病は日常の生活習慣と深い関係があります。不規則な生活や喫煙、アルコール、塩分の取り過ぎなどが成人病発生の共通原因。予防にはまず栄養や運動、休養などの生活習慣の見直しをたいせつです。疑問があったら保健婦などに気軽に相談しましょう。また、各地区には市が委託した食生活改善推進員がおり、成人病の予防のために減塩などのアドバイスをしてくれます。

このような日常生活における注意が成人病の「一次予防」、火

定期検診で健康チェック

日常生活でいくら気をつけていても成人病にかかってしまうことはあります。市では毎年成人病検診（循環器検診、胃がん、肺がん、乳がん、子宮がん検診）を実施しています。地区公民館や医療機関で定期的に検診を受けて健康の確認するとともに、疑わしい症状が続くときは専門

成人病検診受診者数



ちよつとひと工夫 スモークサーモン の押しずし

三月三日のひな祭りに、こんなおすしを作ってみてはいかがですか。

◎材料(二人前)

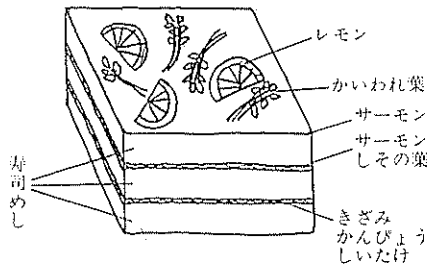
- すしめし：六〇〇g
- 干しいたけ：三枚
- かんぴょう：二〇g
- スモークサーモン：十二枚
- しその葉：五、六枚
- レモン：少々
- かいわれ菜：少々

◎作り方

- ①押し型を水にくぐらして置き、酢でぬらしたふきんでふきます。
- ②下にラップを敷き、すしめしの三分の一の量を詰めたら、細かく刻んだかんぴょうとしいたけを敷き、ふたで押さえ平らにする。
- ③その上から、また三分の一の

すしめしを押しさえスモークサーモンとしその葉(手の平でパチンとたたく)を半量入れ、再びすしめしを入れ、またスモークサーモンの順に並べ、半月切りにしたレモンとかいわれ葉を乗せます。その上にラップをかぶせ、ふたをしてじゅうぶんに押さえワクを静かに持ち上げます。

④型がないときは、丸型や角型のタッパや弁当箱を応用してもよいでしょう。その場合、ラップを広く持ち上げよいくらいに大きくしておくともよいでしょう。



昔からの生活の知恵や暮らしを楽しくする工夫、そんな暮らしの一口メモをお寄せください。あて先は、〒783 南国市大桶甲一三〇一 南国市役所 広報委員会です。

同和教育シリーズ

眼をひらこう

同和教育推進講座で学んだある学級生は次のように感想を述べています。

「今までの自分が知らず知らずのうちに、差別意識を持つていたことに気がつきました。このことを学習する前には『同和問題は私たちには関係がない』と

思っていました。ほんとうはそうではなかったのです。私たちの身の回りには小さな差別が、だんだんと大きな差別にな

っていくのです。それが思いやりの欠けた家庭や社会につなが

っていくことが分かり、今差別ということに関心を持たなければいけないと思うようになりました。『私は親だ』ということだけ

で子供の人格を押しつけていた自分の生き方を反省させられました。幸いにして、私の子供

たちは学校での同和教育で、部落差別の不合理や他人を思いやる

をなくすことのできる人間になるよう、子供といっしょに歩んでいきたいと思えます。」

南国市では、同和教育推進講座のほかにも公民館活動や各種学級等の学習の中で、人権尊重の意識を養い明るく豊かな社会を築いていくために、啓発活動を実施しています。

同和地区内においても、集会所等において地域の生活文化や教育向上のため、いろいろな学習をしています。

子供を持つ母親を対象とした「あゆみ家庭教育学級」では「今、子育てを考える」というテーマで、いろいろな角度から学習を

積み上げ、自己形成や地域の向上のために自らが学習することのたいせつさを学んでいます。

また、識字学級ではおばあさんたちが、読み書きを中心とした勉強に励んでいます。その中には九十五歳のおばあさんもいます。識字学級のあるおばあさん

はこんな話をしてくれました。私らは、昔学校へ行きたう

ても家が貧しゅうて行けざった。けれど、この識字学級へ来ていっばい文字を覚えて、目の前が開け世の中の流れが分かるようになりました。ほんとうにうれしゅうてたまりません。嫁や孫が「おばあちゃん、今日は学校へ行く日ぞね」と言つて励ましてくれ、孫も「おばあちゃんがんばりゆうき、僕ももつと勉強せないかん」と言つてがんばつておられます。識字学級は私の生きがいです。これからも、もつともつと長生きしていっばい勉強したいと思ひます。」

ほかにも、解放子ども会や、高校生友の会等で、定期的に学習活動を続けています。

このように、同和地区内でも部落解放に立ち向かう学習をしています。

私たちの身の回りには、同和問題に対して、まだまだ間違つた考え方が存在しています。部落差別をはじめ、いろいろな不合理や矛盾に気づき、すべての差別を許さない人間になるため

には、正しく学習すると同時に単に知的理解で終わらせることなく、自分自身のこととして実践していくことがたいせつです。

実践していくことがたいせつです。

◇農家の皆さんへ◇

転作実施計画(申請) 水稻共済引き受け(申告)

の受け付けについて

今年も転作等実施計画(申請)の受け付けが始まります。

昨年と同様に、水田農業確立対策実施計画(転作)と農業共済組合が行う水稻共済細目書異動申告票を一体化し、農家から転作等の申請と水稻作付けとを同時に行います。

農協・共済組合・産業経済課の職員が合同で受け付け、面接を行いますので、次のことに注意してご協力をお願いします。

- ① 決められた日時・場所においでください。(別表)
- ② 必ず印鑑(認め印でけっこうです)を持って来てください。
- ③ 転作の申請と共済の引き受け(申告)を同時に行いますので、転作する作物名・作付けする稲の品種名を決めておいてください。
- ④ 申請(申告)の用紙は、当日会場に準備しています。
- ▼ 転作 先に農協から渡してあ

ります。「転作の実施計画」のコピーを持って来てください。目標面積の達成などのため、既に農協に提出している方は、その必要はありません。

▼ 共済 あらかじめ申告の用紙を配布しませんので、当日会場においでください。

⑤ 休耕、転用、売却、貸し付けした農家も、その旨を申請してください。

⑥ 転作できない方、水稻の作付けをしない方も、すべての農家の方が申請(申告)してください。

- ⑦ 転作を実施しても転作の申請をしていないときは、助成補助金は出ません。同様に水稻の共済引き受けをしていない場合は、被害が発生しても共済金の支払いが受けられません。
- ⑧ その他注意すること
- ① 牧草を作付けするときは「飼料作物契約書」に双方の印鑑を押し、必ず提出してください。

面接日程表

日	曜	時間	対象地区	場所
26	木	9:00~16:00	岩村全域	岩村農協
27	月		岡豊全域	南国市農協岡豊支所
28	火		長岡全域	長岡農協
3	水			
2	木		久礼田全域	南国市農協久礼田支所
3	金			
6	月		日章全域	南国市農協日章支所
7	火			
8	水		三和全域	高知三和農協
9	木			
10	金	十市全域	十市農協	
13	月	9:00~12:00	野田全域	南国市農協野田支所
			国府全域	南国市農協国府支所
14	火	10:00~12:00	大録全域(弁良を含む)	南国市農協大録支所
			前浜全域	南国市農協前浜支所
15	水	10:00~12:00	稲生全域	南国市農協稲生支所
			瓶岩全域	南国市農協瓶岩支所
16	木	10:00~12:00	白木谷、八京	南国市農協上倉支所
			奈路、上倉、中谷、井の沢	奈路公民館
17	金	10:00~12:00	黒滝、大改野、桑ノ里、中ノ川	南国市農協黒滝出張所

(注) 決められた日時・場所に来られなかった方は、定期お配りするチラシをご覧になって所定の場所で申請してください。受付、面接の間は職員が各地区に出向いて不在です。ご協力をお願いします。

▼ 有畜農家が自家用にするときは「契約書」はいりません。

④ 連担団地の形成(連担性や統一作物)や産地形成加算の対象となる指定作物などにも気をつけて転作作物を選定してください。

⑤ 二期作権利田は一回作、二回作のうちどちらかを必ず転作してください。そのほかは各農家別に仮配付された面積、または転作率。またはそれ以上の転作計画を立ててください。

② そば、大豆などについては、集荷業者(農協等)と売り渡し予約をして収穫・出荷するようしてください。

③ ばらまきや管理不足により通常の収穫を上げるのにふじゅうぶんな状態にあるものは、申請がされていても休耕扱いになり、

⑥ 市外に住んでいる人から土地を購入したときなどは、その人の住んでいる市町村役場の転作

【産業経済課・土佐農業共済組合・長岡農業共済組合】

建設工事指名願 物品見積競争参加

受け付けは3月1日～20日

■建設工事指名願
平成元年度の南国市が行う建設工事等の「指名競争入札参加審査申請書」(指名願)の受け付けは、三月一日から三月二十日までです。
様式は、市内、県内業者は県指定様式、県外業者は建設省統一様式です。市内業者は、市税納税証明書添付してください。
■物品見積競争参加
物品購入(印刷、修繕を含む)の入札に参加を希望する方は、財政課まで提出してください。申請書は財政課で交付します。
なお、詳しいことはそれぞれ係でお尋ねください。
◎財政課財政係(〒783 南国市大浦甲三三〇一) ☎2111(内線412)
◎水道局(〒783 南国市大浦甲一九六〇一二) ☎1234

申し込みは、財政課財政係まで。郵便でも受け付けます。
なお、水道工事については、水道局へも別途提出が必要です。
※指名願は隔年度制のため、元年度、二年度有効です。ただし、申請内容に変更が生じたときは、そのつど変更の手続きが必要です。
■物品見積競争参加
平成元年度、二年度の南国市が購入する物品の競争見積参加

今月の納税

固定資産税(4期分)、国保税(6期分)

納期限は 2月末日 です
市税は納期前に納付しましょう

※口座振替をご利用の方は引き落とし不能にならないように納期前日に口座の残金をお確かめください。

課税台帳の縦覧

3月1日～20日

■期間 三月一日(木)～二十日(月)
■場所 市役所税務課課産課係
■縦覧できる方 本人及び資産の所有者から縦覧の委任を受けた方(いずれも身分を証するもの及び認印をお持ちください)
【税務課】

土佐はし拳

全日本選手権

南国場所を開催

■日時 三月十二日(日) 午後十二時三十分から
■場所 市民体育館
■申し込み締め切り 二月二十五日(必着)
※窪田四郎(南国市篠原一〇〇一) ☎4370へお申し込みください。



南国市 ぐいも劇場

■第四回例会「魔法をかけた王子たち」劇団ひまわり
■日時 二月二十日(日) 午後六時三十分～八時十五分
■場所 西部体育館
■入会金 百円
■月会費 九百円
二月から入会の方は、二月・三月分と入会金の合計千九百円で見られます。
※詳しくは、南国市子ども劇場事務所(大浦甲二二八五) ☎6085まで。

●電話のご相談もお受けします
☎0888-25-0318(直通)

相談日：月曜日から金曜午前9時～午後4時40分
※専門の相談員が親身になってご相談にのります
※弁護士相談日：毎月第1金曜日午後1時～4時

相保法 日本損害保険協会
高知自動車保険請求相談センター
高知市4-2-1(4)安田大 高知支店 ☎0888-25-0315

●移動図書館カレンダー

日	曜	場 所	時 間
3	水	久礼田保育所 10:30～11:00	市農協久礼田支所 11:10～11:30
2	木	市農協瓶岩支所 10:00～10:30	奈路分民館 10:50～11:30
7	火	札幌バス停西側 10:10～11:00	丸十園芸組合前(大浜) 11:10～11:40
8	水	中沢建材店前(立石) 10:30～11:00	福生郵便局前 11:10～11:40
9	木	大湊保育所 9:50～10:20	市農協前浜支所 10:30～11:00
10	金	里保育所 9:50～10:20	三和公民館 10:30～11:00

※市立図書館は、毎週月曜日の午後及び日曜、祝祭日、毎月末日は休館しています。

市の統計 1月

面積 124.82km² (平成元年1月31日 現在)
昭和63年12月1日に行政区域変更

《人の動き》		《交通事故》		《救急》	
人	47,861人	発生件数	45件	出動回数	101回
男	23,121人	死者	0人	急病	46回
女	24,730人	傷者	52人	交通事故	28回
前月比	4人増	《火災》		一般事故	6回
世帯数	17,074世帯	発生件数	4件	その他	21回
出生	45人	建物	3件	《その他》	
死亡	37人	山林	0件	建築確認申請	39件
転入	112人	その他	1件	開発許可申請	5件
転出	116人	被害額	972万円	農地転用許可申請	0件

青少年に有害図書・ビデオを『見せない、売らない、買わせないようにしましょう』

【南国市少年補導センター】
【南国市補導委員会】
【南 国 警 察 署】

大正8年1月 生まれの方 老人医療受給手続きを

大正八年一月生まれの方は、今月から「老人医療受給資格」ができました。また、六十五歳以上で身体障害者手帳の二級から三級まで、言語障害及び下肢(一部)障害の場合は四級までと同程度の障害の認定を受けた方は、老人医療の該当となります。
障害年金証書、身体障害者手帳などの障害の程度を証明するものと医療保険証、印鑑を持って、保健課給付係で手続きをしてください。

殉職船員遺児 援護事業

職務上で死亡された商船の殉職船員遺児へ援護金が支給されます。
出生から高等学校を通常の期間により卒業するまでの期間、一人一ヵ月六千円。別に、入学

郵便局からのお知らせ 非課税制度の手続きはお済みですか

年齢六十五歳以上の方、寡婦、身体障害者等の方は、預入金額三百万円まで利子非課税扱いとなっております。
昭和六十三年三月三十一日以前に預入した郵便貯金については、平成元年三月三十一日までこの手続きをしますと非課税になります。まだの方は、至急手続きをしてください。
詳しくは、お近くの郵便局または南国郵便局貯金係 ☎2614までお尋ねください。

山田堰の水止め

3月1日～9日
■水止め期間
三月一日、午前八時断水
三月九日、午後五時通水
■水止め水路
山田堰井筋系全部
※ただし、天候、浚渫作業の都合で延長することもあります。
【山田堰井筋土地改良区】

おわびと訂正

二月一日号広報なんこく二ページの「浜田恵さんに記念品が手渡されました」は、「公文園恵」さんの誤りでした。おわびして訂正いたします。

2・3 市民カレンダー 2月26日から3月10日まで

☆健康相談など

内 容	地 区	日 曜	受 付 時 間	場 所	対 象
健康相談	黒 滝	㊦ 月	10:00～11:00	黒滝公民館	
	長岡東部		10:00～11:30	長岡東部公民館	
			1:30～3:00		
	田村西部		1:00～3:00	田村西部公民館	
育児相談	蒲 原	27 月	10:00～11:30	蒲原団地集会所	
健康相談 育児相談	明 見	28 火	1:30～4:00	明見公民館	
健康相談	白木谷	㊦ 水	1:30～3:00	白木谷公民館	
	久礼田		9:30～11:00	久礼田体育館	
	長岡西部	6 月	10:00～11:30	中央福祉館	
			1:30～3:00		
	日 章	10 金	9:30～11:30	市立青年の家	
左右山	1:30～3:00		左右山公民館		
育児相談	久礼田	1 水	1:30～3:00	久礼田体育館	
	長岡西部	7 火		中央福祉館	
	日 章	10 金		市立青年の家	
健康相談 育児相談	大 篠	3 金	1:30～4:00	西野々公民館	
		9 木		大篠公民館	
	稲 生	10 金	9:30～11:30	稲生公民館	
3歳児健診	全地区	1 水	1:30～3:00		個人通知者
10か月児健診	全地区	2 木	1:30～2:30		個人通知者
4か月児健診	全地区	7 火	1:30～2:30		個人通知者
1歳6か月児健診	全地区	9 木	1:00～2:00		個人通知者
三種混合	全地区	1 水		市立各医院	個人通知者
麻 し ん	全地区	8 水		市立各医院	個人通知者
栄養教室再研修	全地区	3 金	10:00～	大篠公民館	個人通知者
リハビリ教室	全地区	8 水	1:30～4:00	社会福祉センター	
不要犬引き取り	全地区	7 火	9:00～9:30	市立図書館前	

☆金属類の収集

日 曜	地 区	備 考
㊦ 月	久礼田	第4月曜日
28 火	物部、稲生	第4火曜日
㊦ 水	長岡(宇田を除く)	第1水曜日
3 金	大篠	第1金曜日
6 月	三和	第1月曜日
7 火	野田、後免、長岡守田のみ	第1火曜日
8 水	久礼田、瓶岩、上倉	第2水曜日

☆不燃物(金属類以外)の収集

日 曜	地 区
㊦ 月	国府、岩村
28 火	笠ノ川、八幡、小蓮、定林寺、滝本、蒲原
㊦ 水	浜改田、十市北部、県住蒲原団地
2 木	前浜、下島、久枝
3 金	立田
4 土	田村
6 月	十市南部
7 火	里改田、片山
8 水	能間、野田口、城陸、榎田町、朝日町
9 木	稲吉、西窪、新川
10 金	山崎、八木、田井、関、竹中、西野々、住吉野、伊達野、南海学園、大埔団地

☆休日在宅医

日 曜	当 番 医	電 話
㊦ 日	柴田外科(大埔)	☎3412
㊦ 日	小栗医院(十市)	☎8405