

特 集

認知症

～認知症になっても私らしく～

Topics

P.6-7 新しい仲間が加わりました
(地域おこし協力隊：日高隊員)

P.10-11 民生委員・児童委員の一斉改選

認知症

～認知症になっても私らしく～



皆さんは、『認知症』に対してどのようなイメージを持っているでしょうか。認知症について一緒に考えてみましょう。

誰もがなりうる身近な病気

最近では、新聞やテレビでも取り上げられない日はないほど、私たちは『認知症』という話題に触れる機会が増えましたが、まだまだ多くの誤解や偏見が溢れています。

認知症は、脳の障害によって「記憶する」「時間や人、場所を認識する」「判断する」などの能力が低下し、日常生活が難しくなる病気です。若い方でも発症することもあります。一般的には加齢とともに発症する可能性が高くなっていきます。予備軍も含めると、65歳以上の高齢者の4人に1人が認知症ともいわれており、他人事でないことが分ります。

認知症と加齢による物忘れは違う

誰にでもちょっとした物忘れはあります。例えば、「今朝のごはんは何を食べたか思い出せない」というのは、加齢による物忘れです。それに対して、「ごはんを食べたこと自体を忘れた」というのは、認知症が疑われます。このように加齢による物忘れは出来事の一部を忘れ、認知症では出来事そのものを忘れてしまいます。

高齢者課

地域包括支援センター

☎63・6331
☎63・6364

治療ができる病気

「認知症は治らないから」「年だから仕方がない」「本人が嫌がるから」と受診せずそのままにするのではなく、「おかしい」と思ったら一度受診することをお勧めします。理由は次の3つです。

- ①別の病気によって認知症に似た症状が現れていることがあります。この場合、早期の治療を受けることで治療することがあります。
- ②早期に認知症と診断された場合、適切な薬を使用することで進行を遅らせたり、症状を軽減できたりする可能性があります。
- ③早期に認知症と診断された場合、ご本人とご家族に心構えができ、症状が軽いうちに、今後の生活のことや治療方針などを話し合って決めることができます。

感情は失われません

認知症になると忘れることや失敗することが増えていきます。しかし、人として当たり前に持っている「自分らしく生きたい」という思いや「人の役に立ちたい」といったプライドは失うわけではありません。表現力や適切に行動する力が低下しているだけで、むしろ感情は豊かになるといわれています。否定されたり、怒られたりすることが増えれば、誰でもつらい気持ちになります。それは認知症になっても同じなのです。

～家族の思い～

住み慣れた地域で認知症の奥様と穏やかに暮らすMさん。奥様の变化に気づいた時から現在までの思いや体験を語ってくださいました。

気づきから受診へ

12年ほど前、何度と同じことを聞くなど、妻の変化に気づきました。物忘れの自覚があり、「受診するなら家から離れた病院へ」という本人の希望を尊重し、専門医のいる病院を受診し診断名を告げられました。妻には認知症という診断名は伝えていません。知ることによってショックを受け進行が早まるという体験を聞いたことがあったからです。今でも定期受診を続けていますが、医師はいつも本人にしっかり向き合い、「調子はどうですか。」と話を聴いてくれます。信頼できる医師とのつながりが日々の生活の支えになっています。

優しく接することを一番大切に

最初は、たとえ認知症でも、何度も繰り返し伝えればわかるだろうと思い、「それはちがう。」と訂正したり、「それはだめ。」と制止していました。しかし、妻は怒ってしまい、かえって大変な状態になることが多かったのです。今は気持ちを入れ替えて、命の危険がなければよしと大目にみることにしています。そうすることで、夫婦ふたり穏やかに過ごす時間が増えました。

気づく

おかしいなと気づいたら早めに相談を

認知症は、早期に見つけて適切な対応をとることで、改善したり、進行を遅らせたりすることができると言えます。また、症状が軽いうちに本人や家族が気づき、適切な場所に相談することで、できるだけ住み慣れた地域で生活を続けられます。自分自身や家族に不安がある方は、左記のリストでチェックしてみましょう。

【チェックリスト】

- ☐ 同じことを何度も言ったり、聞いたりする。
- ☐ 財布や鍵など、ものを置いた場所がわからなくなる。
- ☐ 薬の飲み忘れが増えた。
- ☐ 料理や掃除などの家事を段取りよくできなくなった。
- ☐ 買い物で同じものばかり買ったり、財布に小銭が増えてきた。
- ☐ やる気が出ず、外出するのがおっくうになった。
- ☐ 車の運転が危なくなってきた（よくぶつける）。

*いくつか当てはまる場合は、下記の相談窓口に早めにご相談ください。

相談窓口

かかりつけ医：まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

◎認知症専門医療機関（市内）

- ・大杉脳神経外科医院（大麻町 2079-1）
- ・行天クリニック（生野町 1860-3）

☎(0877) 63-5566

☎(0877) 63-6200

◎認知症疾患医療センター（回生病院内）

☎(0877) 46-1630

◎善通寺市地域包括支援センター（総合会館1階）

☎(0877) 63-6364



『認知症サポーター』は認知症サポーター養成講座を受講し、認知症に関する正しい知識と理解を身につけた人のことです。例えば、近所で認知症と思われる方が道に迷っていた時にやさしく声をかけを行うなど適切に対応することができると、認知症の人とその家族の大きな支えとなります。

認知症サポーター養成講座は、おおむね10人以上が集まる場に講師が出向いて行きます。ご希望がある場合は地域包括支援センターへお問い合わせください。

認知症サポーターに

「協力事業者」
協定締結式



認知症を知る研修会
を開催



認知症サポーター
養成講座を開催



見守られる

見守りサポーターに

認知症高齢者などが行方不明になった場合、行方不明者の情報をメール受信し、早期発見にご協力いただく事前登録者のことです。

協力事業者に
住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、日常のゆるやかな『見守り』をお願いする新聞配達などの事業者のことです。

見守りサポーター募集中

QRコードを読み込むか、URLから入り、画面に従って進むと登録ができます。登録直後にメールが届けば登録完了です。迷惑メール対策をしている場合は、zsc@city.zentsuji.scc.jpを受信許可にしてください。

<https://yb74.asp.cuenote.jp/mypage/regist/RbTT3bggb3R3TwQf>



▲QRコード



「見守りサポーター」
訓練



オレンジリング：
認知症を支援する目印



善通寺市地域支援合いセンターこころ家
東中学校の西側



竜川オレンジカフェ
原田町

ふれあう



ちよこつと居場所おしゃべり亭
吉原本村生活改善センター



おしゃべり広場わいわい亭
金蔵寺本村会場

一人で抱え込まない
できるだけ家でみてあげたいと思っています。しかし、以前は短時間の留守番ができた妻も、今ではひとときも離れできず大変です。私自身が病気になる前のことも考え、少しずつ介護サービスを使うことにしました。現在週2回デイサービスを利用していますが、本人も楽しく通っています。今後は泊まりの利用も少しずつできればと思っています。

私は月一回介護者の会に参加しています。他の方の体験を聞くことで、妻への関わりを工夫したり、少し先の将来を見据えて準備をしながら、今を大切に過ごしています。

隠さないこと
もともと夫婦そろって登山が趣味でしたが、医師からも歩くことは認知症の進行予防に効果的と言われ、今でもよく登山に行きます。

ふたりで近くの山に登ることもあれば、仲間と一緒に県外の山に行くこともあります。皆認知症のことを知っていて、一緒に見守ってくれるので安心して登山を楽しめます。ある日、少し目を離れた隙に妻の姿が見えなくなりました。外に出ると近所の方が「一人で歩いているのを見かけたから声をかけたら、里に行くと言っていたよ。」と教えてくれました。その後すぐに妻が見つかり事なきを得ました。

私たち夫婦が住み慣れた地域で安心して暮らすためには、地域の方々の見守りが必要です。



高齢者課・地域包括支援センター

認知症初期集中支援チーム

自宅で生活する認知症の人や認知症が疑われる人を訪問し、生活を支援する専門職のチームです。医師、保健師、看護師などで構成され、かかりつけ医や専門医療機関と連携し、病院受診や介護サービスの利用など適切な支援機関につなげます。

認知症初期集中支援チーム

連携 ↑ 支援 ↓ 相談

医療機関・介護事業所 本人・家族

頼る

認知症の人と家族の会

認知症の人を介護する家族が集まり、悩みを話したり、認知症について勉強したりして、家族だけで抱え込まず、さまざまなことを共有できる会です。

日時：第1日曜日（1回/月）
10時～12時
場所：少林寺拳法託問道院
（三豊市託問町託問 7071-4）
問合せ先：代表・石川
☎090-1176-9974

家族介護教室

専門の講師を招き、日常生活や介護に役立つ情報や方法が教わる全6回の教室です。ご家族を介護されている方や介護に興味のある方などを対象とした教室です。

ちょっとした工夫やコツで介護が楽になることがありますので、興味のある方はご参加ください。



写真・動画で善通寺市の魅力を世界に発信したい



大阪にいる時はあまり触れることのなかった、
仏像や祭りという行事。
善通寺市にきて、その魅力に気づけたことは
大きな意味があると思っています。
特に海外に向けてこの魅力は
パワーを発揮すると思っているので、
写真や動画にして発信をしていきたいと思います。



2015年、このウユニ塩湖を撮影するために訪問。
香川県には父母ヶ浜がありますが、本家はさらに
とんでもなく絶景で「地球の美しさ」を実感できる場所です。
善通寺市にも隠された絶景があるはずなので、
きっかけを探しに行きます。
タンザニアは野生動物を撮影したくて訪問。
2016年、聖地と宗教を体験してみたくてイランを訪問。
この写真は通称「ピンクモスク」。
地元の普通のモスクでしたがSNSで広まり観光名所に変貌。
善通寺も何がきっかけで変貌するかわかりません。



新しい仲間が加わりました

SHINICHIRO HIDAKA

善通寺市地域おこし協力隊 SINCE 2019.10

ご挨拶 ▶ 日高 慎一郎 (36)

いきなり見開きページで失礼いたします。
日高と申します。
10月から善通寺市に来たばかりですので、
学ぶことが多いですが、
さまざまなイベントでカメラを片手に
うろついていますので、
気軽にお声がけください。
市が関連している新しくオープンする店や、
イベント告知もむぎゅーちゃんと共に
お伺いします。



STANDBY OK

Instagram更新中です!!



アカウントID
zcppppppp

市内の写真や動画を撮影し、
イラストとむぎゅーちゃんを組み合わせ、
見ている人が飽きないような、
進化するゆるキャラを目指して、
努力（フォロワー獲得）しています。

大阪生まれ善通寺市在住。大学卒業後、
大阪の広告会社で10年間営業をした後、
香川県に移住。フリーでフォトグラファー、
イラストレーター、動画制作を仕事につつ、
令和元年10月より善通寺市の
地域おこし協力隊となる。

担当業務は写真、動画を活用した
シティプロモーション。

趣味は映画鑑賞。
一番好きな映画は「セブン」
バレーボール、バスケ。
海外旅行。写真を目的に、
ボリビアやイラン、
タンザニアなどを訪問。



黒猫の「じぇじぇ (5歳め)」と同居。

介護給付費通知書をご確認ください

高齢者課 ☎ 63-6331

介護給付費通知書は、介護サービスを提供した事業者から市への請求に基づき、皆さんが利用した介護サービスの種類や金額などをお知らせするものです。（これによって新たな手続きや支払いの必要はありません）
介護サービスを利用した方は、介護給付費通知書とその月の利用票や領収書を見比べ、利用したサービス内容と記載内容に誤りがないか確認してください。

通知書は年4回（3月・6月・9月・12月）お送りしています。

通知書の見方

通知書の見方		負担限度額認定を受けている方の食費および居住費		介護保険給付 7～9割	
		①利用者負担 1～3割		②サービス費用合計額	
サービス月	サービス事業所	サービス種類／サービス略称	サービス日付／回数	①利用者負担額 合計額（円）	②サービス費用 合計額（円）
○年○月	デイサービス □□	通所介護	23	18,361	183,610
○年○月	特別養護老人ホーム○○	短期入所生活介護	2	1,705	17,050
○年○月	特別養護老人ホーム○○	特定入所者介護		2,040	3,650
○年○月	△△居宅介護支援事業所	居宅介護支援			10,530
		計		22,106	214,840

通知書に記載されない費用

- ・住宅改修費、福祉用具購入費、高額介護（予防）サービス費
- ・保険適用外のサービス費用
- ・介護保険施設に入所（または短期入所）したときの食費・居住費（負担限度額認定を受けていない場合）
- ・負担限度額の利用者負担段階が第2・3段階で多床室を利用している場合の居住費

『居宅介護支援（予防支援）』は、ケアマネジャー業務に対する介護報酬であり、全額保険から支払われているため、**利用者負担はありません。**

障害者控除対象者認定書の交付について

高齢者課 ☎ 63・6331

■認定基準

◆障害者

『要介護認定基準』要介護2・

『要介護3』、または

『認知症高齢者の日常生活自立度判定基準』Ⅱ・Ⅲに該当

◆特別障害者

『要介護認定基準』要介護4・

『要介護5』、または

『認知症高齢者の日常生活自立度判定基準』Ⅳ・Ⅴに該当

■申請方法

令和2年1月6日（月）

から受付します

必要事項を記入し、提出してください。申請者の印鑑

が必要です。

* 障害者控除対象者認定書は、申請時に即日交付は

されません。後日郵送で

身体障害者手帳等の交付を受けていない場合、65歳以上で、手帳の交付基準に準ずると認められる場合は、所得税法と地方税法に規定されている障害者控除を受けることができます。

この控除を受けるためには、申請に基づき福祉事務所長が発行する『障害者控除対象者認定書』が必要です。なお、申請は毎年必要となります。（身体障害者手帳等の交付を受けている方は、申請の必要はありません）

■対象者

（次のいずれにも該当する方）

・普通寺市に住所がある

・当該年12月31日現在で65歳

以上である

・要介護認定を受けている、

寝たきりや認知症の状態が

一定の基準に該当し「身体

障害者または知的障害者に

準ずる人」として認められ

医療費・介護（介護予防）サービス費が高額になった場合の『高額医療・高額介護合算療養費制度』

保健課 ☎ 63-6308
高齢者課（介護保険） ☎ 63-6331
香川県後期高齢者医療広域連合 ☎ 087-811-1866

高額医療・高額介護合算療養費制度とは

1か月にかかった医療費や介護（介護予防）サービス費の自己負担額が高額になった場合、申請により高額療養費や高額介護（介護予防）サービス費がそれぞれ支給されます。

さらに、1年間にかかった医療費と介護（介護予防）サービス費の自己負担額を世帯で合算した額が高額になった場合、申請により『**高額医療・高額介護合算算定基準額**』（下表参照）を超えた額が支給されます。

ただし、基準額を超えた額が500円以下の場合は、支給の対象となりません。



支給要件を満たすと思われる方には、お知らせをお送りします

（平成30年度分の計算期間：平成30年8月1日～令和元年7月31日）
令和2年2月下旬以降に香川県後期高齢者医療広域連合から、支給申請のお知らせをお送りします。申請先は**保健課**です。

合算支給要件

- ・同一世帯内の後期高齢者医療制度の被保険者であること
- ・1年間（8月1日から翌年7月31日まで）に『後期高齢者医療保険』と『介護保険』の両方に自己負担があること
- ・自己負担の合算額が、下表の基準額を超えていること

申請に必要なもの

- ・被保険者証（後期高齢者医療と介護保険の両方）
- ・印鑑
- ・預金通帳等（振込口座が確認できるもの）
- ・マイナンバー（個人番号）確認書類

*** 広域連合からお知らせが届いた方は、同封のお知らせと交付申請書をお持ちください。**

自己負担の合算の考え方（例）

同一世帯	会社員 25歳	農業 53歳	年金 77歳	年金 80歳
	協会けんぽ	国民健康保険	後期高齢者医療制度	後期高齢者医療制度
医療	あり	あり	あり	あり
介護	なし	なし	なし	あり

■の部分が高算の対象となります。

自己負担額…1年間（8月1日～翌年7月31日）
（高額療養費や高額介護（介護予防）サービス費の対象を除く）

基準額（高額医療・高額介護合算算定基準額）

低所得Ⅰで介護保険の受給者が複数人いる場合は、限度額の適用方法が異なります。

所得区分		対象者	後期高齢者医療制度＋介護保険の自己負担限度額 （8月1日～翌年7月31日までの1年間の合計）
低所得者 （被保険者が属する世帯員全員が住民税非課税）	I	世帯員全員の各所得金額 （年金所得は控除額を80万円として計算）が0である方	19万円
	II	区分Ⅰに該当しない方	31万円
一般的な所得の方		自己負担割合が「1割」で低所得者以外	56万円
現役並み所得者Ⅰ		自己負担割合が「3割」で 課税所得 145万円以上 380万円未満	67万円
現役並み所得者Ⅱ		自己負担割合が「3割」で 課税所得 380万円以上 690万円未満	141万円
現役並み所得者Ⅲ		自己負担割合が「3割」で課税所得 690万円以上	212万円

民生委員・児童委員の 一斉改選がありました

	氏 名 (敬称略)	担 当 地 域
南部地区	楠見 清	岩崎、中村屋敷、中東、道上道下、栗野、新道、中土居南
	大原 博夫	下東、南光、西川、岡谷、大麻砂古東団地
	西山 昌宏	櫛梨町、上新田、上川原西、上川原東、丸山
	高宮 史子	鶴ヶ峰、山丈、生野団地、警察官舎、自衛隊宿舎
	山崎 岩男	山南、小原、上原、原、西山団地、生野原団地、県営団地、山相
	三木 千鶴子	本村西・東、自衛隊生野本町宿舎、県善通寺職員住宅、セツリ-
	渡邊 冬生	宮東の一部、宮前の一部、高橋2の一部、宮北、高橋1、大麻団地
	荒木 英子	宮東の一部、宮前の一部、高橋2の一部
	新出 さよ子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
竜川地区	川田 信子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	田中 渉	(金蔵寺) 下所、中央、カシヤブ
	眞鍋 博行	(金蔵寺) 東部、西部、西本町
	大平 洋子	(金蔵寺) 六条
	高木 冷子	(原田) 土居
	井手淵 卓由	(原田) 四条、五条
	大井 成子	(原田) 宮
	林 謙二	(木徳) 北部
	神原 眞里子	(木徳) 東上代、西上代、室の辻
与北地区	大塚 京子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	塩田 薫	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	堀家 伸介	角上、角中、角下、宮の前、山下、赤坂、鴨居、大手
	谷内 茂樹	田高田、谷、鉢伏
	増田 君子	京田、岸上、岸下、サントウン
	杉田 信子	東原西
	杉田 英二	東原東
	川西 勝美	西原、新開、サントノーレ
	尾上 麗子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
筆岡地区	江川 朝世	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	大平 千鶴子	宮西上、宮西下、サンハイツ
	平田 好治	上組、阿瀬、川東
	岩本 奈津子	弘田下所上、弘田下所下、富頭、買免、西富頭
	杉本 京子	宮東下、永井、東下所、東下所北、東下所団地、島田団地
	生田 現朝	乾、西下所、乾新団地、熊谷団地、大西住宅
	大平 義則	宮東上、新湯、彼の宗
	塩田 節子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	宮川 澄子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
吉原地区	岡田 島造	京都みやま(旧 川重団地)、高柳、旭
	香川 栄子	三井之江
	山下 香代子	西碑殿
	安藤 紀子	十五丁
	大西 一暢	吉原団地、住宅組、下所、口の町
	原 昌司	本村、東碑殿
	下田 礼子	曼荼羅寺
	土井 初美	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	秋山 和代	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。

* 担当地域は目安（概ねの基準）です。

* 民生委員への相談などについては、時間帯などのご配慮をお願いします。

民生委員・児童委員とは、社会奉仕の精神をもって、常に住民の立場で相談・援助を行い、福祉の増進に努める『地域の相談役』であり、市役所や社会福祉協議会などの『専門機関へのつなぎ役』です。

また民生委員・児童委員は厚生労働大臣からの委嘱を受け、無報酬で活動し、守秘義務があります。

なお、お住まいの地域の民生委員・児童委員が分からない場合は、社会福祉課（☎ 63-6339）までお問い合わせください。



(任期3年:令和元年12月1日～令和4年11月30日)

	氏 名 (敬称略)	担 当 地 域
中央地区	村上 延枝	西仙遊町、国病宿舎、砂古裏東
	堀川 千恵子	富士見町4・5、延命町
	安部 美鈴	市営あけぼの団地
	深井 隆子	片原町1、片原町2、中新町、中通2、中通3西、本町、旭町
	美濃 保男	南町3、日の出
	山下 春代	砂古1・2、中通1
	中村 玲子	財ノ神南・北、鎌倉町、赤門筋1
	森脇 敦子	丸山町住宅、丸山町5・11、自衛隊丸山宿舎、善通寺第2住宅
	白井 正三	東仙遊町、老松町、大通北、大通南、中通3東
	法兼 友子	中仙遊町、北仙遊町、西青葉町
	丸岡 豊	京町1・2・3・4、赤門筋2
	赤澤 清司	丸戸、落亀、南口
	(未定)	東務主、西務主、本村北
	石原 重美	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
東部地区	多田 優子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	北條 扶美子	片原町4・5・6、栄町2・3、駅前、自衛隊文京宿舎
	松村 茂数	本郷通4、皇子、大和町、中通7
	中津 斎	上吉田東部、自衛隊東部宿舎、上吉田団地
	大川 文彦	中通4・5、本郷通1・2、片原町3、四国学院、中通5丁目朝会
	橋本 仁美	本郷通3、若宮町、中通6、サーパス上吉田
	牛田 正章	稲木本村(高速道路より南)
	横田 良一	稲木北部、稲木本村の一部(高速道路より北)
	北岡 利晴	下吉田町永井、永井団地、下所の一部、下所東、下吉田北部
	増田 文夫	下吉田本村東・西、九頭神中央・東・西、下所の一部、稲木石川
	香川 修二	満賀池住宅、千葉町、本村、皇子北、昭和町、水資源住宅
	立石 裕子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	北野 美佳子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
西部地区	三原 正義	上ミ、在所、南原、北原東・西、ジェルメテール
	原 壽茂	池下、平谷、平谷2、朝日団地、平谷住宅
	山野 和秀	瓦谷、伏見、尾崎、大谷、旭団地、サンリット、ピュアコート、木熊野
	森江 清文	砂古南、砂古北、内田
	田中 秀代	八丁原、新八丁原、横田団地、伏見タウン、四国少年院、大和団地、伏見ニュータウン
	西岡 加代子	西口、南西山、緑ヶ丘、大倉団地
	上田 英昭	北西山、砂古浦、砂古浦北
	久本 佐岐子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。
	三原 保子	(主任児童委員) 主に児童に関することを担当します。

マイナンバーカード（個人番号カード）の

交付を希望される方へ

市民課 ☎63・6410

◆マイナンバーカード申請方法

初めて申請される場合、申請方法は次の2つです。

・通知カードに添付されている交付申請書を用いて、郵送で申請を行う

・スマートフォンやパソコンなどにより、オンラインで申請を行う

* 交付申請書は、市民課窓口でもお渡しできます。本人または同一世帯の方がお越しください。本人確認書類のご提示をお願いします。

◆マイナンバーカード申請から

受け取りまで

申請後、約1〜2か月で、交付通知書（ハガキ）を、住民票の住所へお送りします。交付通知書が届きましたら、電話で予約のうえ、必要書類を持って市民課まで受け取りにお越しください。必要書類は、一人ひとり異なりますので、予約の際にご案内いたします。

* 交付通知書を送付してから、3か月以内に受け取りに来られない場合、カードが廃棄対象になります。受取期日までのご来庁が難しい方は、市民課までご相談ください。

* 3月、4月は窓口の混雑が予想されますので、お早めの申請・受け取りをおすすめします。

マイナンバーカード（利用者証明用電子証明書搭載のもの）を利用して、住民票の写しなどの各種証明書がコンビニエンスストアで取得できます。市民課窓口で取得する証明書より100円安価に取得できますので、ご利用ください。



森林の土地所得や立木の伐採する時は

届出が必要です

農林課 ☎63・6316

森林の土地を、個人法人問わず売買のほか、相続・贈与・法人の合併などにより新たに取得した場合に、森林法の規定により面積の大小に関わらず、事後の届出として森林の土地の所有者届出が必要です。

所有者となった日から90日以内に、取得した土地のある市町村への届出が必要です。相続の場合、遺産分割がされていない場合でも、**相続開始**

の日から90日以内に、相続法定人の共有物として届出が必要です。立木を伐採する時は、伐採を始める90日から30日前までに『伐採及び伐採後の造林の届出書』を提出することが法律により義務づけられています。詳細は市のホームページをご覧ください。



令和元年度

林業用苗木の申し込みを希望される方へ

引渡時期

令和2年2月上旬〜3月上旬

申込期日

令和2年1月14日（火）

造林を予定されている方に苗木の斡旋をいたします。申し込みを希望される方は、香川西部森林組合へお問い合わせください。

* 樹種によって引き渡しが遅れる、もしくは品切れによりご用意ができない場合があります。また樹園地へ苗木を植える場合は、事前に農業委員会へご相談ください。

香川西部森林組合
仲多度郡まんのう町炭所西670
☎79・3120

コミュニティ助成事業で整備しました

政策課 ☎63・6303

行っています。

この助成事業は、一般財団法人自治総合センターが、コミュニティの健全な発展と宝くじの普及を図るため、宝くじによる収益を財源として

この助成を受け、西碑殿自治会と池下獅子組が備品を整備しました。



▲西碑殿自治会



▲池下獅子組

消防本部 ☎64-0119

防火ステッカーは、毎年善通寺第一高等学校デザイン科1年生の応募作品の中から火災予防が期待されるものを選出し、作成しています。

消火器の使用期限が過ぎていると、消火剤が固まり噴射ができない場合や本体が変形や腐食をしていると使用時に破裂する危険性があります。また、本体の圧力不足で噴射できない可能性もあります。いつ起きるかわからない火災に備え、消火器の点検・確認を行い、安心して使用できるよう準備しておきましょう。



▲最優秀賞の行岡さん

【最優秀賞】
ゆき あか つぐい
行岡 集 さん

【優秀賞】
おがわ せい や
小川 聖弥 さん
たけ やす ま かな
竹安 真叶 さん
ほし か だい すけ
星加 大輔 さん

折込付録

防火ステッカー

『使用期限の確認を!』

見やすいところに貼りましょう!!



消火器を家や施設に置いてあるけど、使用期限が過ぎているものを見たことがあるので、ちゃんと確認してほしいという想いで作りました!!

市へ移住・交流の促進および地域の活性化を図るため『香川県空き家バンク制度』を活用した『空き家情報』の登録・提供制度を実施しています。登録を希望する方は、情報をお寄せください。

「空き家があるけど、どうしよう...」。
その情報、お寄せください

政策課 ☎63・6303

内容 県が運営するインターネット

サイト『かがわ暮らし』内の

『かがわ住まいネット』に空

き家情報を掲載します。

対象 市内に売却や賃貸を希望する

空き家を所有の方

12月は

大気汚染防止推進月間と地球温暖化防止月間です

大気汚染防止推進月間

例年12月は、自動車交通量の増加、ビルや家庭の暖房などの影響により、大気汚染物質の濃度が高くなる傾向があります。この機会に、私たちにできることを考え、実践してみよう。

- ・自転車や電車などの公共交通機関の利用

天気の良い日は、できるだけ自転車で出かけるなど、移動の際には、自転車や公共交通機関の利用を心掛けましょう。

・暖房使用時は室温20℃設定

室温は20℃を心掛け、重ね着などの工夫(ウォームビズ)、ウォームシェアで快適にお過ごしください。

・「エコドライブ」の実践

車の発進時に穏やかにアクセルを踏んで発進する『ふんわりアクセル・eスタート』や、駐車車の際の『アイドリングストップ』などを意識してみてください。

・「野焼き」の取り止め

稲わらなどは有効活用して、PM2.5濃度の上昇に影響を与える野焼きはやめましょう。

地球温暖化防止月間

地球温暖化をもたらす二酸化炭素(CO2)は、オフィスや家庭などでエネルギーを消費することによって生じています。暮らして使うエネルギーを見直しましょう。

- 電気の使用量、自動車の利用量の削減
- 省エネ製品への買い替え
- 再生可能エネルギーの活用

不要な家電は適切な処理を

引っ越しや買い替えなどで不要になった使用済特定家庭用機器(洗濯機、衣類乾燥機、冷蔵庫、冷凍庫、テレビ、エアコン)は、家電リサイクル法に基づき適正な処理により新たな製品の部品、または原材料にリサイクルされます。

処理方法

できるだけ、購入店、販売店に依頼してください。購入店、販売店で引き取ってもらえない場合は、郵便局でリサイクル料金を支払い、指定取引場所へ運搬してください。なお、資源ごみの集積場所には出さないようにお願いします。

心が痛みませんか？

やめよう！不法投棄

市では、市内全域を対象に不法投棄監視パトロールを実施するとともに、警察との連携を強化して不法投棄の摘発に努めています。しかしながら、多種多様なごみが捨てられているのも事実で、それらの多くが家庭から排出されたと思われる生活ごみです。

不法投棄は、『廃棄物の処理及び清掃に関する法律』により、個人には5年以下の懲役、もしくは1千万以下の罰金(またはこれを併科)、法人には3億円以下の罰金が科せられる厳しい罰則が定められています。

家庭ごみの出し方は、市の定める分別方法で、収集日の朝に指定された集積場所に出していただきますようご協力をお願いします。ごみの分別についてご不明な点は、環境課までお問い合わせください。



太陽光発電所 発電量のお知らせ (10月1日～31日)

	ぜんつうじ太陽光発電所 (与北町)	ぜんつうじ大麻太陽光発電所 (大麻町)
発電電力量	126,720kWh	111,800kWh
売電金額(税抜)	(電力量×36円) 4,561,920円	(電力量×36円) 4,024,800円
売電累計額(税抜)	40,179,600円 (4月1日～10月31日)	37,034,640円 (4月1日～10月31日)

EMボカシ作り講習会

日時 12月19日(木) 9時から1時間程度

場所 未来クルパーク21 プラザ棟

講師 ボランティア善通寺 環境まちづくりの会

費用 6kg 300円

その他 ◆環境まちづくりの会例会 毎週木曜日 9時～10時 有機肥料作り・竹炭焼きに興味のある方のお越しをお待ちしています。

会員登録中です。

安心・安全な学校づくりのために

教育委員会 だより②

教育総務課 ☎63・63226

学校で発生する事故やけがなどを未然に防止しようと、今年度から、市内の小学校のすべての教職員を対象に安全教育研修を実施しています。

これは、事故や虐待から幼い命を守ろうと、さまざまな分野の専門家たちでつくる団体『子ども安全ネットかがわ』に依頼して、教職員の安全対策に関する資質能力の向上を図り、子どもの事故を未然に防ごうとするもので、小児科医や人間工学の専門家の方々が講師として来られ、小学校などで研修を行っています。

初回の6月12日には、旧善通寺偕行社において、『事故予防の基本的な考え方』と題して、小学校と幼稚園の教職員を対象に全体研修を実施しました。



▶筆岡小学校と吉原小学校の教職員の研修の様子(筆岡小学校)



部落差別が間違っていると考える人は46%

◆過半数が否定せず

【質問】部落差別をどう思いますか。

【回答】

『まちがい』46%、『ある程度仕方ない』22%、『仕方ない』4%、『無回答』2%。『わからない』26%。『まちがい』が前回調査26%から46%に増え、認める(『ある程度仕方ない』と『仕方ない』の合計)のは43%から26%に減少。『わからない』は20%から26%に増加しています。

部落差別を間違っているという意識は増えましたが、過半数が『まちがい』とは考えていません。職業別では会社経営者の50%が『ある程度仕方ない』と回答しています。採用など、部落差別の解消は企業の社会的責任なので職業安定法等関係法令の徹底(コンプライアンス)が求められます。公務員は『まちがい』が78%と高いものの100%ではありません。教職員も13%が『わからない』と回答しています。

人権・同和問題意識調査(連載⑥)

善通寺市人権教育推進協議会(生涯学習課) ☎63・63228

答えています。部落差別解消は公務員の責務とする部落差別解消推進法の徹底が求められます。

◆木を見て森を見ない

【質問】

なぜ仕方がないと思うのですか。

【回答】

仕方がないと回答した人にその理由をたずねると、『問題行動を見聞きしたから』が87%。『なんとなく』9%、『世間で言われているから』4%でした。

『問題行動を見聞きしたから』とあなたが『差別される方に責任がある』と聞かれます。この『部落責任論』は部落差別を正当化する論理ともいえます。

問題行動を起こす人はどこにでもいます。個人の問題を同和地区全体の問題にすり変わっています。これは『木を見て森を見ない』式の誤りではないでしょうか。同和問題になると先入観や『常識』など地域社会に残っている部落差別意識に流されいていませんか。法の下の平等、個人の人権尊重を自覚し、誰もが住みよいまちづくりを進めましょう。



学校給食レシピ

みそラーメン

野菜たっぷりのラーメンは寒い冬にぴったりです。子どもたちにも大人気のメニューです。

学校給食センター ☎ 62-5236



1人分の栄養量

エネルギー	370kcal
たんぱく質	16.1g
脂質	8.9g
カルシウム	93mg
鉄	2.1mg
塩分	※3.2g
	※汁の塩分量含む。



材料 (4人分)

*豚もも肉…… 80g	*こしょう…… 少々
*にんにく(おろし)…適量	*赤みそ…… 大さじ1・2/3
*しょうが(おろし)…適量	*中みそ…… 大さじ2・2/3
*コーン…… 80g	*トウバンジャン…お好み
*たけのこ…… 120g	*しょうゆ…… 大さじ1
*白菜…… 3～4枚	*中華スープの素 小さじ1
*葉ねぎ…… 2束	*鶏ガラスープの素 …… 小さじ1/2
*もやし…… 120g	*水…… 1000ml
*酒…… 大さじ1	*中華めん…… 4人分
*砂糖…… 小さじ1弱	
*ごま油…… 小さじ2	

作ってみよう

- ① 材料を切る。たけのこ……短冊切り
白菜……2cm程度 葉ねぎ……小口切り
- ② 鍋にごま油を熱し、豚もも肉としょうが、にんにくを酒とこしょうでいためる。
- ③ たけのこを加えていため、水を入れて煮る。
- ④ もやし、白菜、コーンと中華スープの素、鶏ガラスープの素、砂糖を加えてさらに煮込む。
- ⑤ ★を合わせて④のだしで溶き、鍋に加える。葉ねぎを入れてひと煮たちさせる。
- ⑥ 中華めんをゆで、椀に盛り付けて⑤を入れて仕上げる。

・市内予防接種実施医療機関

実施場所

麻しん・風しんの感染を防ぐためには、予防接種で免疫をつくるのが非常に有効です。体調がよい時に、早めに受けましょう。

子どもも受けよう！

麻しん風しんの予防接種

クーポン券の再発行を希望される方や実施場所等の情報については、保健課へお問い合わせください。

風しんの抗体検査・予防接種の無料クーポン券の有効期限は、令和2年3月31日(火)までとなっております。まだお済みでない方は、必ず受けましょう。クーポン券を発行している対象者は、次の方です。

対象

昭和47年4月2日～

昭和54年4月1日生まれの男性

*昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれの男性も申請すればクーポン券を発行可能です。

風しん対策の抗体検査・予防接種はお済みですか？

・県内の広域予防接種実施医療機関(事前にお問い合わせください)

対象者

第1期 1歳～2歳の誕生日の前日までの子ども

第2期 幼稚園年長に相当する年齢の子ども

(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)

接種期間

第1期 2歳の誕生日の前日まで

第2期 令和2年3月31日まで

(休診日を除く)

持参物 予防接種予診票、母子健康手帳、保険証等の本人確認ができるもの

料金

無料

*予防接種予診票の再発行は可能です。必ず母子健康手帳をお持ちになり、保健課までお越しください。(母子健康手帳の内容が確認できない場合、予診票の発行ができませんのでご了承ください。)

その他、予防接種に関することでご不明な点がございましたら、保健課にお問い合わせください。

いきいき健康相談

〔体組成・血圧測定〕

体組成(体脂肪量と筋肉量)と血圧を測って、体をチェックしてみませんか？

日時 12月10日(火)
受付 9時30分～10時30分

場所 市役所3階 大会議室
*当日は、混雑することが予想されます。ご了承ください。

〔保健師・栄養士による健康相談〕

健康診査や人間ドックの結果の説明や、食事相談などを行います。健診結果をヒントにして、生活習慣病を予防しましょう。

日時 12月17日(火)
受付 9時30分～10時30分

場所 南部公民館
(他の地区公民館についてはお問い合わせください)

*当日10時より、保健師による『ながら運動』のプチ講座を実施します。
*地区公民館での健康相談では体組成等の測定は行っていません。

30歳代の乳がん検診は12月末まで!

今年度より、30歳代の乳がん検診が開始になりました。受診を希望される方は、お早めに保健課までお問い合わせください。

対象 30～39歳の市内に住民票のある女性
期間 11月1日(金)～12月31日(火)
*休診日を除く

実施機関 四国こどもとおとなの医療センター(善通寺市) まるがめ医療センター(丸亀市) 多度津三宅病院(多度津町)

検診内容 問診・視触診・超音波検査

*授乳中・妊娠中の方で受診を希望される方は、保健課へご相談ください。

料金 700円

*生活保護法による生活保護を受けている方と市民税非課税世帯に属する方は、自己負担金が免除となります。事前に印鑑と本人確認ができる健康保険証等を保健課までお持ちになり、証明書の交付手続きを行ってください。検診当日、証明書の提出がなければ、自己負担金を徴収することとなり、検診後の返金には一切応じることができません。

ドクターからのアドバイス

今時インフルエンザの傾向と対策

森医院 森 史郎 先生



本来、冬場の乾燥時期に流行すると考えられてきたインフルエンザですが、今年はかなり早期から局所的流行がみられています。実は、冬場に流行するのは日本などの温帯地域の特徴で、感染は1年をかけて北半球と南半球を往復するのですが、その途上にある東南アジアなどの熱帯・亜熱帯地域では、半年に一度のペースで年2回、冬だけでなく夏にも流行するのです。今回のように早期(夏場)からの流行は、世界的異常気象(地球温暖化)による日本の亜熱帯化も原因の一つとして考えられますが、もう一つ、グローバル化の加速による人々の行き来の増加が大きな誘因であると思われます。

そんなインフルエンザですが、人間に感染するウイルスの代表はA型、B型の2種で、その型によって症状や経過も微妙に異なります。

乾燥する今の季節は、ウイルスの活動も活発となり感染が拡大してまいります。そうさせないためにも、室内温度や湿度を調節し、ウイルスに負けない免疫力と体力をつけ、リスクを避けるために混雑する場所にはなるべく近づかない努力も必要ですが、何と言いましても一番の予防はワクチン接種であります。

そのワクチンは、毎シーズン高い予想技術をもって製造されておりますが、いかにせんウイルスの方もどんどん進化してまいります。そのため、感染を完璧には予防できませんが、軽症で済むのではと言われております。

抗体は接種2週間後から増え始め、4～5か月は持続すると考えられていますが、そのままウイルスに晒され続けられれば、抗体はさらに増加し(ブースター効果)効果はもっと長持ちするのです。





ごぼうのそぼろごはん

材料 (子ども10人分)

- 米 2合
- 豚ミンチ 100g
- ごぼう 150g
- しょうが汁 大さじ1
- 酒 少々
- 砂糖 小さじ2
- みりん 小さじ2弱
- しょうゆ 大さじ1弱
- だし汁 適量
- 油 適量
- 冷凍グリーンピース 30g

作り方

- ① ご飯を炊く。
- ② グリンピースをさっとゆでしておく。
- ③ ごぼうをいちょう切りにする。
- ④ 豚ミンチ、ごぼうをいためる。
- ⑤ ④にしょうが汁、酒、砂糖、みりん、だし汁を加えて軟らかくなるまで煮る。
- ⑥ 軟らかくなったら、しょうゆを加えて水分がなくなるまで、いため煮にする。
- ⑦ ご飯に②、⑥を混ぜる。

☆時間がある時に作り置きしておこう！朝ごはんにもおにぎりにもぴったり。そしゃく力アップにも。

大好評♪

子育てほっとCOM
ぜんつうじ

子育て支援に関する施設やイベントの情報を詳しく紹介しています。携帯電話でもご覧いただけます。



リズムあそび

- 日時** 12月3・10・17日(火) 10時～10時45分
- 対象** 就園前の親子
- 内容** ふれあい遊び・歌・踊りなど。17日はクリスマス会です。



子どもチャレンジ

予約制

- 日時** 12月25日(水) 9時30分～10時30分(年少)
10時40分～11時40分(年中・年長)
- 対象** 就園児
- 内容** 幼児向け楽しい体操
- 申し込み** 12月18日(水)までに子ども課まで

(子ども・家庭支援センター体育館)

ちょこっと

耳よりコーナー



だしのうま味を子どもに伝えたい！

日本人は昔から、だしの味に慣れ親しんできました。だしを主とした日本の味は、脂肪を多く含む料理に比べて低いエネルギーで満足感、幸福感が得られます。だしの効果で、健康的な生活を営むことができたのです。

◆だしのおいしさは、うま味と香りから成っている

うま味は世界共通ですが、香りは世界共通ではありません。かつお、こんぶ、いりこなどにうま味を感じますが、においは日本ならではの香りです。

◆食嗜好は遺伝しない

嗜好は生まれつき持っているものではなく、経験を通して身に付くものです。経験を次の世代に伝えるためには、子どもの頃からうま味のあるだしや伝統料理の香りやおいしさを感じることが大切です。

昔は三代が同じ食事をすれば、自然に子どもにだしの味が伝わっていました。今は核家族化が進んだり、食事の時間がまちまちであったりと、子どもがだしの味をおいしいと経験する機会が少なくなっています。意識的に和食を取り入れてみるといいですね。

★離乳期や幼児食の味覚の成長時期にだしの香りや味、ごはんのおいしさをしっかり味わせてあげましょう！

★健康のためにも、伝統的な『おいしさ』を伝えてあげましょう！

★まずは気軽にごはんのみそ汁からいかがですか。

★『幼児食レシピ』も参考にしてくださいね。
乳幼児相談日に試食もできます。



◆健康診査を実施中 (対象者には個人通知します)

健康診査名	対 象	医療機関
4か月児	生後4か月の乳児	・安藤医院 ・中島医院 ・にしかわクリニック ・前田病院 ・森医院 ・四国こどもとおとなの医療センター内 乳幼児健診センター
1歳6か月児	1歳6か月～ 1歳7か月の幼児	・四国こどもとおとなの医療センター内 乳幼児健診センター
3歳児	3歳6か月の幼児	

子ども・家庭支援センター ☎ 63-6365

0～18歳の子どもたちが自由に遊べる『児童センター』や、卓球や運動あそびができる『体育館』があります。いろいろな遊びや、人との出会い・ふれあいを通して、みんながいきいきと過ごせるセンターを目指しています。

すくすく教室
ーベビーカフェー

ーベビーヨガー

- 日時** 12月4日(水)
10時30分～11時30分
- 対象** 生後6～12か月頃までの赤ちゃん
- 内容** ゆっくりお茶を飲みながら、赤ちゃんとの暮らしや気がかりなことについてお話ししましょう。

- 日時** 12月12日(木)
10時30分～11時30分
- 対象** 生後2～6か月頃までの赤ちゃん
- 内容** 赤ちゃんと一緒に楽しくリフレッシュ！ママは動きやすい服装で、水分補給もお忘れなく。

準備物

母子健康手帳・バスタオル



ことばの相談

予約制

- 日時** 12月3日(火)
13時30分～15時30分
- 12月4日(水)**
9時15分～11時30分
- 対象** 子どものことばや発音が気になる方
- 内容** 言語聴覚士による相談



子ども発達相談

予約制

- 日時** 12月11日(水)
9時30分～16時
- 対象** 子どもの発達や行動が気になる方
- 内容** 香川県西部子ども相談センターの先生による相談



乳幼児相談

*身体計測・相談は、乳児幼児にかかわらず、都合のよい日にどうぞ。

- 日時** 12月17日(火)
(受付時間)
13時30分～14時30分
- 対象** 乳児
- 内容** 離乳食 試食メニュー
『大根のそぼろ煮』

- 12月18日(水)**
(受付時間) ①9時30分～10時30分
②14時～15時
- 手形は①の時間帯のみの受付となります
- 幼児
離乳食 試食メニュー
午前『ごぼうのそぼろごはん』午後『軽食』
*1歳のお誕生月のお子さまには
絵本と手形のプレゼント！

レシピは
左のページ♡

身体計測、育児相談・発達相談・栄養相談・おっぱい相談

子育て
支援情報

『ほっこり食堂』

普通寺市子どもの居場所づくり補助事業として『ほっこり食堂』がオープンしました。この『ほっこり食堂』は親子や地域の方が集い、一緒に食事をしたり、子どもたちの学習を応援する場所です。開催場所である『子夢の家』には広いお庭があり、芝生で走り回ったり、ブランコをしたり、ボール遊びをしたりと、思いっきり遊ぶこともできます。

学習支援では、地域の方や大学生が学習のお部屋で、子どもたちとゆっくと関わり合ってくれます。宿題などのお勉強だけでなく、折り紙やぬり絵、ボードゲームなども用意しています。

また、地域の方が食材を提供してくださることもあり、いただいた食材を皆さんにのしく食べてもらえるよう、毎月メニューを考えています。



親子、家族、地域の方など、たくさんの人と一緒に、あったかいごはんを食べ、『ほっこり』してみませんか？詳細はチラシにてご案内しています。

日時
毎月1回 土曜日 17時～19時

今後の開催日程
・1月18日 ・2月15日
・3月7日

場所
子夢の家(金蔵寺町1044・2)

問い合わせ・申し込み
NPO法人
子育てネットくすくす
☎ 64・0580

交通事故を起こさないために

全国の100歳以上の高齢者が初めて7万人を突破したと国の発表がありました(9月の老人の日)。県内の100歳以上の高齢者は800人を超え、市内でも100歳以上の方が増えてきています。まさに人生100年時代が現実のものとなってきましたが、長寿の高齢者が増えるにつれて、高齢者ドライバーによる事故も増加しています。



●高齢者ドライバーによる交通事故

高齢者ドライバーは、長い間、運転をしてきたベテランの方です。無事故無違反の方もたくさんいると思いますが、年齢を重ねると、誰でも個人差はあるにせよ身体機能が低下します。

この時、自分自身の衰えを自覚せずに(もしくは、あえて目をそらして)いると事故を起こしてしまう確率がグンと上がります。

●交通事故を起こさないために

自分自身の衰えを自覚し、そのことをカバーしようとする意識が大切です。今までの無事故無違反の誇りは心の中にとどめておきましょう。

交通事故防止のためにできることは、

- ・さらに意識して周囲に注意を払って運転する
- ・家族などと自分自身の運転について話し合ってみる
- ・運転を補助してくれる機能(ペダル踏み間違い防止装置など)について検討してみる

などいろいろ考えられます。



正しく理解できていますか?

後期高齢者医療制度の仕組み

【療養の給付】

被保険者が、病気やけがにより保険医療機関などにかかるとき、保険証を提出すれば療養の給付を受けることができます。費用は、かかった医療費の自己負担額(原則1割、現役並み所得のある方は3割)を窓口で支払い、残りの額を香川県後期高齢者医療広域連合が保険医療機関に支払います。

【療養費】

— いったん全額自己負担したとき —
次のような場合は、いったん全額を本人が支払い、あとから市窓口へ申請をして認められると自己負担額以外の部分が『療養費』として支給されます。

- ・やむを得ず、保険証を持たないで診察を受けたとき
- ・海外渡航中に治療を受けたとき
- ・(治療目的の渡航は除く)
- ・緊急の手術や重病などやむを得ない理由により、医師が認めた入院、転院をする場合でかつ救急車で搬送が困難な移送と

なったとき(移送費)

- ・医師の指示でコルセットなどの治療用器具を作ったとき
- ・医師の同意を得て、あんま・マッサージ、はり・灸などの施術を受けたとき

— 柔道整復(接骨院・整骨院)の かかり方 —

柔道整復(接骨・整骨・骨つぎ)とは、骨や関節・筋肉のけが(転倒時の負傷など)の治療・応急手当を目的とする施術です。

保険が使える 施術	全額自己負担になる 施術
・打撲 ・ねんざ ・挫傷(肉離れなど) ・骨折、脱臼	・単なる肩こり、腰痛、肉体疲労 ・特にけがはないが、気持ちがいいから受けるもの(慰安目的) ・古傷など、症状改善が見られない長期の治療 ・脳疾患後遺症などの慢性病 ・整形外科や外科での治療中の部位

* 応急手当の場合を除き、医師の同意が必要です。

など

香川県後期高齢者医療広域連合

☎ 087・811・1866

●免許証の自主返納

事故が起こる度に『高齢者の免許返納』という話題がニュースで取り上げられます。少し前には、高齢の俳優が免許を自主返納したというニュースもありました。交通事故防止に努めても不安な場合は、免許証返納を検討してみませんか?

なお、自主返納には次のような特典があります。



- ・市では、申請によりタクシー利用券(1人1回限り、1万円相当額)を交付しています。
- ・『運転経歴証明書』を取得し、提示することで県内の優遇店のサービスが受けられます。

▲ 免許証返納による特典

人生100年時代、今が一番幸せだと思える人生を過ごすためにも、自分自身で防止できるリスクは少しでも減らしてみませんか。

足うら健康クラブ

足の裏から健康になることを目指し、足うら体操を行う1月～3月までの全6回の教室です。初回は足型測定を行います。

日時・内容

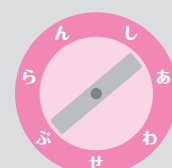
	日時 (9:30～11:00)	内 容
1月	9日(木) 23日(木)	足うら体操ステップ① (+膝痛予防体操)
2月	6日(木) 20日(木)	足うら体操ステップ② (+腰痛予防体操)
3月	5日(木) 19日(木)	足うら体操ステップ③ (+首肩まわりの体操)

- 時 間 9時30分～11時
- 場 所 総合会館2階 ふくしサロン
- 対 象 65歳以上の市民
- 定 員 20人 参加費 無料
- 申込先 地域包括支援センターまでお電話でお申し込みください。

ふくしチャネル

社会福祉課

☎ 63・6339
FAX 63・6355



善通寺市戦没者追悼式を 執り行いました

11月9日、市民会館で、善通寺市戦没者追悼式を執り行いました。遺族など約300人が参列し、日中戦争以降の戦争で犠牲となられた1,188人のご冥福と恒久平和をお祈りしました。



『110番アプリシステム』の 運用開始について

香川県警察本部が『110番アプリシステム』の運用を開始しました。

『110番アプリシステム』は、聴覚や言語機能などに障がいがあり、音声による110番通報が困難な方が、スマートフォンなどの携帯電話を利用して、文字や画像で警察に通報できるシステムです。スマートフォンに専用のアプリをダウンロードするか、フリーチャイフォンから携帯電話用110番サイトにアクセスし、氏名・電話番号およびパスワードを事前に登録することで利用が可能になります。

問い合わせ

香川県警察本部生活安全部
通信指令課企画係
☎ 087・8333・0110
FAX 087・8333・9494

第36回 与北公民館まつり

【与北公民館まつり実行委員会】

9月21日、22日の2日間、台風17号の影響が心配される中、恒例の与北公民館まつりが無事開催されました。作品展には公民館活動グループの日頃の力作や、小学生児童・幼稚園児の出品が並び、例年以上に注目を集めました。

また、各種団体によるバザーは、無料のうどんやたこ焼き・お寿司に加え、借用農地で収穫



したさつまいも（焼き芋）などを販売し、皆さまに喜んでいただきました。

同時に行われた地区の敬老会も110人のご長寿が参加され、平岡市長はじめ来賓の方々のご祝辞をいただきました。祝典のあとは、善通寺市文化協会の大河内義雅会長による『素晴らしい与北町の歴史』をテーマにした講演会があり、充実した敬老行事でした。引き続き行われた『芸能発表会』では、グループの民謡や幼稚園全園児の踊り、小学校1、2

年生のダンスの披露があり、会場一杯の拍手をいただきました。最後にお楽しみ抽選会があり、当選者の発表に歓声のため息の中、250人の参加者は楽しく過ごすごうことができました。



吉原地区「長寿を祝う会」開催

【吉原地区長寿を祝う会実行委員会】

10月6日に吉原小学校で「長寿を祝う会」を開催しました。

今回は約200人の高齢者が参加され、式典では平岡市長をはじめ来賓の皆さまのご祝辞をいただきました。

後半のアトラクションでは、桂こけ枝落語独演会『こけ枝のこにこ健康嘸（はな）し』に、大いに笑い、時が経つのを忘れていました。続いて、小学2年生28人による歌や演奏の後に、お年寄りの方々に『肩たたき』をして喜んでいただきました。その後、折詰弁当により楽しい会食をとり、友人同士楽しいひとときを過ごしました。来年も、皆さまがこの『長

寿を祝う会』の席でお会いできますよう努めてまいります。



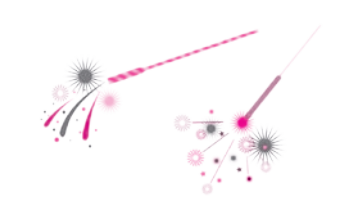
東部池ノ前ボランティア公園
三三花火大会

を楽しく開催しました

【東部池ノ前ボランティア公園運営会】

9月27日、毎秋恒例のミニ花火大会を開催しました。

今年は、天候が心配でしたが、開始時刻には晴れ、予想を超える地域

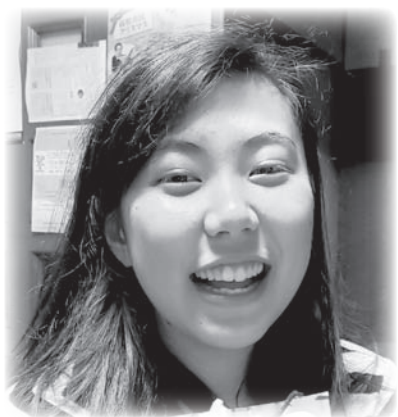


250人分準備していた花火セツト、運営会のお母さんが心を込めて手作りした赤飯、昨年大好評だったおたのしみ福引きの景品など、準備万端のおもてなしの品々も開始早々になくなってしまい、世話役はてんでこ舞い。うれしい悲鳴となりました。

ちびっ子たちは、はしゃぎながらも年少の児童の面倒をみて、花火はバケツのあるところとするなどのマナーを守り、お年寄りとも楽しそうにおしゃべりをしていました。

ちびっ子もパパやママも見守るお年寄りたちも参加した誰もが幸せを実感した催しになりました。

四学生の日 『ハンドベル』



社会福祉学部
社会福祉学科1年
おおにし 大西 くるみ さん

四国学院大学 1年生の大西くるみです。精神保健の勉強をしたいと思い大学に入学しました。今、学んでいる精神保健福祉総論では、教授の現場での体験談や普段の生活に身近なことを学べるのでとても楽しいです。通学のため坂出から善通寺市にきています

が、坂出市よりも道が舗装されていて、とても歩きやすいなと思っています。

私はサークル活動として、『ハンドベル』に所属しています。所属して分かったことは、1つの曲を作り上げていくことの難しさです。指揮のタイミングと音が出るタイミングが同じでなければ、まとまりのない曲になってしまう。それに加えて、同時に音を出す演奏者同士も合わせなければなりません。このことは、いつでも意識すべきことだと考えています。また楽譜どおりに音を演奏していくのですが、その中でも強弱をつけ、まるで歌っているかのように演奏することは、と

ても大変です。しかし、練習を積み重ね、難しい点が出来るようになってくると、達成感が得られます。私は低音を担当していますが、自分の思うようにベルが鳴ってくると技術が上がっている実感が湧いて、楽しいです。

今後は国家資格である精神保健福祉士を取得したいと考えているので、それに向けて勉強を怠らないように頑張りたいです。また、ハンドベルでは、入学式や学校のクリスマス諸行事、学校のチャペル・アワーなどで演奏するため練習に励みたいですね。機会があれば、ぜひハンドベルの音色を聴きにお越しください。心よりお待ちしております。

あなたにリレー
ふれあい駅伝

No. 415

出会いが転機に♡

善通寺市に戻り、10年以上になりました。18歳で大学進学のため、大阪へ。大学では、ボート部に所属し、琵琶湖・長良川・加古川での試合に出場、練習の日々でした。しかし、けがをして選手を諦め、どうしたらいいのかわからない挫折を経験しました。そんな時、支え元気づけてくれたのは、ボート部の先輩や同期でした。『栄養管理をし、選手をサポートする道もある』という仲間の言葉で、食事面から部を支えようと決め、練習合宿に同行し食事を作り、4年生のインカレ後、同期と一緒に引退することができました。それをきっかけに管理栄養士を目指し、今では私の大切な仕事になっています。

人に助けってもらったことや、気持ちをくみ取ってもらったことのうれしさは、今の私の大きな力となり、挫折やつらい経験も大切な人たちの出会いで、大切な転機となりました。

人の気持ちに寄り添える娘に育って欲しい、家族・娘たちの気持ちに寄り添えるママになりたいと思います。そして、ボート部での出会いに感謝の気持ちを忘れず、いつかスポーツをする選手を栄養面で支えたいと考えています。

善通寺で出合いを大切に、夢を叶えていきたいと思っています。

子育てを通して、たくさんの方々に出会い助けられたので、子どもに食の楽しさを伝えたいと思います。今は保育所で給食を作っています。



たけなか ときこ
竹中 祝子 さん（吉原町）

10月18日(金) 市役所
防犯街路灯贈呈式

『よんでんグループふれあい月間』に合わせ、安心・安全で明るいまちづくりに貢献するため、LED防犯街路灯16基を寄贈。



10月31日(木) 市役所
トイレ用シート贈呈式

松浦産業(株)が市内小学校にトイレの菌を無害化するシート『ADLET』を寄贈。



10月吉日 市内各所 秋まつり(獅子組)
今年も獅子舞が熱かった



レンズのさんぽ



10月6日～31日

10月6日(日) 吉原小学校 吉原地区長寿を祝う会

吉原地区で、長寿を祝う会を開催。参加者は落語家、桂こけ枝『にこにこ健康断』で大笑い、小学生の肩たたきで、癒やされ楽しいひとときを過ごしました。

10月11日(金)～13日(日) 総本山善通寺 ほか

宵まつり2019

国指定重要文化財を街の中心に構える善通寺市の豊かな空間で、『宵まつり2019』が開催されました。ライトアップされた五重塔を背景に見る獅子舞や神輿は、幻想的かつ神秘的でした。

10月15日(火) 白百合荘 消防合同訓練

消防本部と白百合荘(老人ホーム) 合同で消防訓練を実施。
内藤理事長コメント
「最近では想像を超える災害が多いので、職員ひとり一人が災害発生の際にどう動くか、入居者をどう動かせるか日頃から考えておくことが大事。今回のような実践的な訓練はとてもありがたい。」

10月19日(土)・20日(日) 善通寺五岳の里市民集いの丘公園

善通寺農商工夢フェスタ2019

バルーンショーやハロウィン仕様のゆるキャラたちに、大盛り上がり。ショベルカーなどの乗車体験コーナーもあり、園内には子どもたちの笑顔で溢れていました。

10月22日(火・祝) 観光交流センター・おしゃべり広場 ほか
第2回観光交流センターまつり・株まんでがん設立20周年感謝祭

にぎわい広場には、普段乗車できないはしご車やパトカーなど、おしゃべり広場には、なんと『ミニチュアこでん』がやってきました。観光交流センターでは、ハロウィンワークショップや『それいけ!アンパンマン ショー』を開催し、多くの親子連れでにぎわいました。

10月23日(水) 市役所 『讃岐もち麦ダイシモチ ゆで麦』

新パッケージデザイン認定式

現在発売されている『讃岐もち麦ダイシモチ ゆで麦』のパッケージが新しくなります。デザインを考案した善通寺第一高校3年生佐藤実夢さんを招き、認定式を行いました。

10月25日(金) 市民体育館 第47回いきいきスポーツ大会

市内8地区対抗でいきいきスポーツ大会を実施。南部幼稚園児との大玉転がしや、仲良くボールを顔で挟むサンドイッチ競争などを行い、参加者全員で楽しみました。

10月31日(木) 中央幼 ハロウィンイベント

中央幼稚園に、かわいいかぼちゃのおばけたちが大集合しました。PTA本部役員が今回、初めての試みでハロウィンイベントを企画。親子で一緒に衣装やお面を制作し、家族でふれあう貴重な時間を過ごしました。



トリック オア トリート

12月15日(日)
まで

けっこいね！ 五重塔スマートスタンプラリー好評開催中！

紅葉シーズンもあとわずか！ 五重塔と紅葉の絶景を見逃すな！

寒さも本格的になり、今年のお紅葉シーズンも残りわずかとなりました。「まだ紅葉を見ていない」「おすすめの紅葉スポットを知りたい」そんな方はこの時期しか見られない五重塔と紅葉が奏でる絶景を訪れてはいかがでしょうか。

スマートフォン片手に美しい紅葉と瀬戸内周辺の五重塔を巡り、豪華景品をゲットしよう。

スタンプスポット、
景品の詳細はこちら



内容 スマートフォンで五重塔やサービスエリアのデジタルスタンプを集めて、豪華景品を当てよう！(参加無料)

・五重塔 10 か所
・高速道路サービスエリアなど 13 か所
(対象でない五重塔、サービスエリアがあるので、ご注意ください)

スタンプスポットの五重塔を訪れて、私だけの五重塔を撮影しよう！
インスタフォトコンテスト
「#五重塔スマートスタンプラリー」をつけて写真をインスタに投稿するだけ、
いいね！の数で受賞者を決定！
応募期間 2019 10.1(火)～12.27(金) 2020 1.15(水)
入賞品 最優秀賞 QUOカード3万円分
優秀賞 QUOカード2万円分
入選 QUOカード1万円分
ホームページ上で発表
五重塔スマートスタンプラリー
https://www.kukalmavi.com/feature/stamp-rally.html

イベントほか(つづき)

■四国学院大学のイベント (3つ)

◆第43回 メサイア演奏会

時 12月7日(土) 17時30分～
所 四国学院大学 清泉礼拝堂
内 四国学院大学第43回『メサイア』全曲演奏会。指揮は古楽器演奏者としても著名な大塚直哉氏。ソリストとオーケストラ演奏者を全国から迎え、四国学院大学生・卒業生を中心に編成された合唱団が歌います。
¥ 前売り 一般 2,000円／学生 500円
ペア券 3,000円
(ペア券以外当日券あり+500円)
問 四国学院大学クリスマス・プロジェクト実行委員会
☎ 62-3966

◆人権週間映画上映会

時 12月4日(水) 13時30分～16時
所 四国学院大学 711教室
内 映画『作兵衛さんと日本を掘

省略 時日時 内内容 対対象 人人数 持持持持 申申し込み 他その他
記号 所場所 講講師 資資格等 ¥料金等 ♫期限等 問問い合わせ

る』の上映と、監督の熊谷博子さんをお招きしてアフタートークを開催いたします。

人 300人 ¥ 無料
申 電話、メールにて受付しています。
問 四国学院大学 CHCセンター
☎ 62-2111
✉ chc@sg-u.ac.jp

◆ノトスラボ vol.13 『ファミレス』

時 12月5日(木)～8日(日)
(開催日で開演時間が異なるので、事前に問い合わせ先でご確認ください)
所 四国学院大学 ノトスタジオ
内 教員と学生が新しい芸術の可能性に挑戦する実験企画。多様化する家族や夫婦。ファミレスに集う人々の日常に見える隠れる事情を描く。
問 四国学院大学パフォーミング・アーツ研究所(SIPA)
☎ 62-2324

■ガーデンセミナー 「正月の寄せ植え作り」

時 12月15日(日)
13時30分～15時45分
所 番の州公園 管理事務所
(坂出市番の州公園5)
内 正月用の材料を用いて寄せ植えを作ります。つややかに飾り付けた作品をお持ち帰りできます。終了後、園芸やガーデニングに関する園芸相談も行います。
講 牟礼 信子氏
(ガーデンデザイナー)
人 先着 15人
¥ 3,000円
申 11月24日(日) 受付開始
* 郵便または FAX、E-mail によりお申し込みください。
(電話申し込みは不可)
問 坂出緩衝緑地 管理事務所
☎ 45-6820
FAX 43-5213
✉ info@bannosu5.com



12月4日
～10日

第71回 人権週間

国際連合が、1948(昭和23)年に、世界人権宣言を採択してから今年で、71年目になります。毎年これを記念して、採択日の12月10日を『人権デー』と定め、また、法務省および全国人権擁護委員連合会では、『人権デー』を最終日とする1週間を『人権週間』と定めています。

◆人権週間関連行事『人権啓発パネル展』

と き 12月3日(火)～12月25日(水)
場 所 市役所 1階ロビー

◆第17回 善通寺市男女共同参画セミナー 『お話し会とつくって遊ぼう』

実演：四国学院大学の皆さん

日 時 12月21日(土) 14時30分～15時30分
場 所 市民会館 3階音楽室
料 金 無料
申 込 人権課 ☎ 63-6311
市立図書館 ☎ 63-5188

慶祝

皆々さま おめでとうございます

秋の叙勲 (11月3日付)

瑞宝単光章 消防功労

瑞宝双光章 看護業務功労

瑞宝単光章 社会福祉功労

大川 おおかわ

香川 かがわ

白杵 うすき

文彦さん ふみひこ

巧さん たくみ

弘子さん ひろこ

文彦さん (上吉田町二丁目)

巧さん (善通寺町)

弘子さん (大麻町)

■ミニ88ヶ所めぐり 体験してみん会

時 12月13日(金) 7時～8時
所 五智院前(香色山東登り口)受付
内 香色山の麓をめぐり一周1.6kmを木漏れ日の中、石仏を拝みながらマイペースで歩けば、心も体も癒されます。ご一緒にいかがですか。
他 参加賞と集印手帳をお渡しします。
* お車は有料駐車場をご利用ください。
問 生涯学習課
☎ 63-6328



■がんサロン

時 12月19日(木) 14時～15時30分
所 香川労災病院 2階 つなぐラウンジ(情報コーナー)
内 『やってみよう! 折り紙』
問 香川労災病院 ☎ 23-3111



まちあるき

◆お大師様の 不思議伝説を巡る

時 12月21日(土) 10時～12時30分
所 総本山善通寺 駐車場
内 弘法大師伝説は全国にありますが、善通寺は誕生地だけあって狭い範囲の中にも凝縮されたお大師様にまつわる伝説が伝わっています。その足跡を辿りつつ、善通寺のお菓子処にも立ち寄ります。
人 10人 ¥ 1,000円
申 問 いなおり会
☎ 62-5501



■多度津中学校卒業生による 『60からの手習い展』

時 12月19日(木)～22日(日) 10時～18時(22日は16時まで)
所 丸亀市生涯学習センター 1階 ギャラリー1
内 昭和45年3月、多度津中学校卒業生による写真・木工作品・ロマンダーなどを展示します。
問 宮武
☎ 090-7622-4609

■第27回 善通寺市民クリスマス

時 12月21日(土) 18時30分～
所 四国学院大学 清泉礼拝堂
内 合唱：善通寺混声コーラス 善通寺少年少女合唱団 善通寺バプテスト教会 聖歌隊 など
¥ 無料
問 善通寺市民クリスマス実行委員会
☎ 62-7799





市民体育館

☎ 62-7400

金蔵寺町398-6

9時～21時30分／休館日 年末年始

1日(日)

第23回 香川県小学生インドアソフトテニス大会

7日(土)・8日(日)

第20回 全国中学生創造ものづくりロボコン 中四国予選大会

14日(土)・15日(日)

第52回 全国ミニバスケットボール香川県予選会

21日(土)・22日(日)

第31回 香川県中学生インドアソフトテニス大会



市民会館

☎ 62-7001

文京町三丁目3-1

9時～22時／休館日 年末年始

全館・全室

1日(日) 10時～

国際ソロプチミスト善通寺 第25回チャリティーバザー

ホール

8日(日) 13時～

光綾会ピアノ発表会

15日(日) 12時30分～

市民文化祭 シバオケ発表会

21日(土) 11時～

ジュニア・オリジナルコンサート Part I

22日(日) 9時30分～

ジュニア・オリジナルコンサート Part II

ロビー

10日(火)～19日(木) 9時～

防犯ポスター展



市美術館

☎ 62-4924

文京町二丁目1-3

10時～18時／休館日 年末年始・月曜日・祝日

4日(水)～8日(日) 第32回 さぬき切り絵美術展

日々のいろいろな出会いをモチーフにした作品約30点を展示。切り絵体験コーナーも実施します。

10日(火)～15日(日) ミツ石不二夫追悼写真展

ミツ石さんが生前二科展、フジコン、県展などに入賞した作品を展示し、その功績を学ぶ。



おしゃべり広場

☎ 64-0012

上吉田町二丁目1-9

9時～17時30分／休館日 年末年始

売店営業時間：9時～17時

毎週月・水曜日

11時～12時

魚の惣菜（亀井鮮魚）

毎週水曜日

11時～12時

コッペパンサンド（Risum）、たこ焼（安）

毎週木曜日

11時30分～

移動販売車『ちょこっと号』の販売

28日(土)

15時～

フラワーアレンジメント教室



鉢伏ふれあい公園

☎ 56-5355

与北町2055-1

8時30分～22時／休園日 年末年始

星空観測室

8日(日) 19時～21時

定期観望会（無料）
月（月齢12）



お知らせ

■香川労働局からのお知らせ（2つ）

◆『確認しましょう』最低賃金
香川県最低賃金が、10月1日から改定されました。

時間額 **818円**

＊産業によっては、別に特定最低賃金が定められているものもあります。
☎ 香川労働局労働基準部賃金室
☎ 087-811-8919

◆石綿による健康被害を受けた方のご遺族の皆さまへ

石綿を原因とする中皮腫や肺がんなどで亡くなった労働者のご遺族の方については、労災保険の遺族補償給付を受ける権利が5年の時効で消滅していた場合でも、特別遺族給付金の請求ができる場合があります。

請求期限 令和4年3月27日
☎ 香川労働局労災補償課
☎ 087-811-8921

■体育施設使用申請の受付
令和2年1月～3月の利用調整を行います。
・朝比奈運動広場
・西中学校夜間照明施設
☑ 12月2日（月）～13日（金）
☎ 生涯学習課 ☎ 63-6328

■全国一斉「生活保護ホットライン」
時 12月17日（火）10時～13時
内 生活保護利用当事者の声を集めるとともに、具体的支援の必要なケースは法テラス委託援助事業を利用して申請同行を行うなど、基本的人権を擁護するため、全国の弁護士会にて実施します。

電話相談
（相談日のみ開設）
☎ 0120-158-794
☎ 香川県弁護士会／日本弁護士連合会
☎ 087-822-3693



省略 時日時 内内容 対対象 人人数 持持持持持 申申し込み 他その他
記号 場所 講師 資格等 ￥料金等 ￥期限等 間問い合わせ

■第11回 防犯ポスター展
時 12月10日（火）～19日（木）
9時～17時
所 市民会館1階ロビー
内 小・中学生の防犯意識の高揚を図るとともに、地域住民への啓発を目的に、丸亀署管内での巡回展示会を開催します。
☎ 市民課（市民相談係）
☎ 63-6343

■令和2年「新成人の集い」
時 令和2年1月4日（土）
13時開式
所 市民会館
対 平成11年4月2日生まれ～平成12年4月1日生まれの方
他 ・市内に住民票がある方へは、案内状を送付します。
・住民票がなくても対象者であれば出席できますので、お申し出ください。
☎ 新成人の集い実行委員会事務局（生涯学習課内）
☎ 63-6328

■新年互礼会のご案内
時 令和2年1月6日（月）
17時30分～
所 善通寺グランドホテル
¥ 1,000円
☎ 12月5日（木）までに会費を添えて、市役所総合案内・秘書課・各地区公民館のいずれかへお申し込みください。
☎ 秘書課 ☎ 63-6300

募集します

■統合失調症の家族学習会
時 12月25日（水）
13時30分～15時30分
所 中讃保健福祉事務所3階研修室
内 『統合失調症について～薬物療法を中心に～』
☎ 三船病院 副院長 川田 浩先生
対 統合失調症で治療中の方の家族など
人 30人 ￥ 無料
☑ 12月18日（水）
☎ 下記までFAXまたは電話してください。
☎ 中讃保健福祉事務所保健対策第二課
☎ 24-9963
FAX 24-8341

■放送大学 令和2年度第1学期学生募集
放送大学は、テレビやインターネットを通して授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い世代の方が学んでいます。
内 心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。
☑ 第1回目 11月26日（火）～令和2年2月29日（土）
第2回目 令和2年3月1日（日）～3月17日（火）
他 資料は無料送付します。ホームページでも受付しています。
☎ 放送大学香川学習センター
☎ 087-837-9877

■四国学院大学 推薦入学選考(公募制B日程)
時 12月14日（土）
所 四国学院大学
内 書類選考と小論文、面接を行います。
☎ 11月25日（月）～12月10日（火）
☎ 四国学院大学 入試課
☎ 0120-459-433

■第79回 市民公開健康講座
時 12月19日（木）
13時30分～15時
所 香川労災病院管理棟3階会議室
内 『教えて!がん診療連携拠点病院』
講 第二外科部長 國土 泰孝先生
☎ 香川労災病院 ☎ 23-3111

■准看護学生入学試験（第2次試験）
時 1月9日（木）9時30分～
所 丸亀市医師会附属准看護学院
内 学科試験、面接試験
☎ 12月2日（月）～24日（火）
☎ 同学院 ☎ 22-4809

■(公助)砂原児童基金令和2年度 校外教育スポーツ奨学金事業 奨学生募集
内 経済的な理由などで学校外教育（塾やスポーツ教室など）を十分に受けることができない小学生から高校生までの子どもたちに対する助成事業として、学校外教育にかかる経費

mini お知らせ

（月謝など）を支払う給付型奨学金事業を行います。詳しくは当財団HPをご覧ください。
HPアドレス
http://s-jidoukikin.or.jp
対 県内の小・中・高校生
☑ 令和2年1月15日（水）必着
☎ (公財) 砂原児童基金
☎ 087-837-2230
FAX 087-837-2228
☎ s-jidou@s-jidoukikin.or.jp

■陸上自衛隊 高等工科学校の採用試験
時 令和2年1月18日（土）
所 香川県内
資 15歳以上17歳未満の男子（令和2年4月1日現在）
☑ 令和2年1月6日（月）
他 自衛官候補生の採用試験については、年間を通じて行っています。（18歳以上33歳未満の男女）
☎ 自衛隊善通寺地域事務所
☎ 63-2363

イベント ほが

■香川県満濃池森林公園の イベント（2つ）
☎ 香川県満濃池森林公園 管理事務所 ☎ 57-6520

◆森林の寺子屋教室
時 12月8日（日）9時～12時
所 香川県満濃池森林公園 学習展示館
内 クリスマスリースづくりと古楽器演奏をします。
人 先着25人（受付先着順）
¥ 800円
☎ 11月29日（金）～12月6日（金）



◆剪定教室(常緑・落葉樹)と 剪定道具手入れ教室
時 12月15日（日）9時～12時
所 香川県満濃池森林公園 学習展示館
内 剪定の体験と剪定ばさみなどの道具の手入れを行います。
人 先着25人（受付先着順）
¥ 無料
☎ 11月29日（金）～12月6日（金）



12月の相談日

(祝日・年末年始を除く)

- ◆香川いのちの電話
(年中無休・24時間)
☎087-833-7830
FAX相談 087-861-4343
- ◆自殺予防いのちの電話
(毎月10日 8時～翌朝8時)
☎0120-783-556 (通話無料)

- ◆一般相談 (心配ごと相談)
12月17日(火)・24日(火) 13時～16時
総合会館 3階 (心配事相談室)
社会福祉協議会 ☎63-5005
- ◆法律相談
12月10日(火) 9時～11時 要予約
総合会館 2階 (事務室)
社会福祉協議会 ☎63-5005
- ◆法務登記相談
12月19日(木) 13時～15時 要予約
総合会館 3階 (心配事相談室)
社会福祉協議会 ☎63-5005
- ◆人権相談
12月4日(水) 10時～15時
総合会館 4階 (談話室)
人権課 ☎63-6311
- ◆行政相談
12月4日(水) 13時30分～16時
総合会館 4階 (相談室)
秘書課 ☎63-6300
- ◆行政相談委員による男女共同参画相談
12月19日(木) 13時30分～16時
総合会館 4階 (相談室)
秘書課 ☎63-6300

- ◆健康相談
月～金曜日 8時30分～17時15分
《妊婦・乳幼児》子ども課 ☎63-6365
《予防接種・成人》保健課 ☎63-6308
- ◆精神保健福祉相談 (こころの相談窓口)
月～金曜日 8時30分～17時15分
社会福祉課 ☎63-6339

- ◆家庭児童相談・女性相談
月～金曜日 8時30分～17時15分
子ども課 ☎63-6371
- ◆少年相談・少年電話相談
月～金曜日 8時30分～17時
少年育成センター ☎63-0415
- ◆民事調停手続案内
月～金曜日 9時～16時
善通寺簡易裁判所 ☎62-0315

- ◆農業相談
12月19日(木) 10時～12時 市役所仮庁舎1階
農業委員会事務局内 農業委員会 ☎63-6322
- ◆税務相談
毎週月曜日 13時～15時
四国税理士会丸亀支部 (大手町) ☎22-0041

- ◆地域職業相談 (ハローワーク丸亀附属施設)
月～金曜日 9時～17時
市民会館1階 地域職業相談室 ☎63-6262
- ◆犯罪被害者相談
月～金曜日 10時～16時
かがわ被害者支援センター ☎087-897-7799
- ◆多重債務者相談
月～金曜日 9時～12時、13時～17時
四国財務局 多重債務相談員 ☎087-811-7801

12月 暮らしの情報

税金

令和元年度(平成31年度)
市税・保険料等の納期 税務課 ☎63-6346

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
固定資産税・都市計画税	★1期			2期					3期		★4期	
軽自動車税		全期										
市県民税			★1期	★2期		3期				4期		
国民健康保険税				1期	2期	3期	★4期	★5期	6期			
介護保険料(65歳以上)				1期	2期	3期	★4期	★5期	6期			
後期高齢者医療保険料				1期	★2期	3期	4期	★5期	★6期	7期	★8期	

*普通徴収(納付書・口座振替での納付)の場合の納期です。
*納期限はその月の末日です。納期限が土・日・祝日の場合(★印)は、これらの日の翌日となります。(12月末の納期限は12月27日(金))



市立図書館 (市民会館3階)
☎63-5188 文京町三丁目3-1

開館時間 9時～18時
休館日 図書整理日:12月2日(月)
年末年始:12月29日(日)～1月3日(金)

- ◆『おはなし会とつくって遊ぼう』
12月21日(土)
14時30分～15時30分



おすすめ本
児童書 幼児 / 小学生 [低学年] [中学年] [高学年] / 中学生
『おそろしいよる』 きむら ゆういち / 作
しーんとしすまりかえった夜、こぶたがひとりて本を読んでいると……。ロングセラー『あらしよるに』の著者が描くドキドキの世界。 [幼児]

『みかん、好き?』 魚住 直子 / 著
瀬戸内海が舞台。拓海は、じいちゃんの作ったみかんの味に感動したという少女ひなたと出会う。栽培から収穫まで、農業を通して成長していく主人公たち。フレッシュな味わい100%の青春物語。 [高学年]

『新恐竜』 ドゥーガル・ディクソン / 著
6600万年前、隕石が地球に衝突しなかったら、恐竜は繁栄を続けていたかもしれない。進化を遂げた恐竜の姿がリアリティ溢れる、「もしも」の図鑑。 [高学年]

一般書
『万波を翔る』 木内 昇 / 著
動乱の幕末、異国との外交を担う外国奉行が新設された。開国に取り組んだ数々の事業は、やがて明治の礎となる。いつの時代も熱き想いを掲げて愚直に進進する若者の姿は清々しい。奉行に任命された田辺太一が主人公。

『紙幣の日本史』 加来 耕三 / 著
令和六年、新紙幣が発行される。「なぜ、あの時、この人物が選ばれたのか。」本書は、時代背景とともに歴代の紙幣の謎と不思議を解き明かす。

ごみ

- ◆燃えるごみ 環境課 ☎63-2812 (燃えるごみ)
☎63-2808 (一般廃棄物)
☎63-2809 (し尿汲取り)
(未来クルパーク21内) 原田町43

正月三が日を除き、決められた曜日に収集します。

収 集 地 区	収集曜日
西部・吉原	月
南部・竜川・中央(生野本町等)	火
中央(生野本町等を除く)・筆岡	木
東部・与北	金



ごみ袋は
ワタシが
目印です

燃えるごみの振替収集を行います

正月三が日の間、燃えるごみの収集はお休みさせていただきます、次のとおり振替日を設定します。

中央(生野本町等を除く)・筆岡地区

令和2年 令和元年 令和2年
1月2日(木)⇒12月30日(月)・1月6日(月)

東部・与北地区

令和2年 令和元年 令和2年
1月3日(金)⇒12月31日(火)・1月7日(火)

各地区の決められた場所に8時30分までに出しいただきますようお願いいたします。

休日当番医

仲多度郡・善通寺市医師会
<http://www.nz-ishikai.or.jp/>

香川県歯科医師会(「医療ネット讃岐」で検索)
<http://www.qq.pref.kagawa.jp>

12月	診療時間 9時～17時	9時～12時	*高松市歯科救急医療センターは16時まで	《救急指定病院》
1日(日)	岩野循環器内科医院 (下吉田町) ☎63-7000	細川歯科医院 (坂出市池園町) ☎46-1775		四国こどもとおとなの医療センター (仙遊町二丁目) ☎62-1000
8日(日)	戸倉医院 (上吉田町一丁目) ☎62-0011	香西歯科医院 (坂出市林田町) ☎47-0357		香川労災病院 (丸亀市城東町三丁目) ☎23-3111
15日(日)	安藤医院 (上吉田町二丁目) ☎62-0129	あきやま歯科 (坂出市室町一丁目) ☎43-3668		《救急電話相談》19時～翌朝8時
22日(日)	吉田医院 (生野町) ☎62-1180	いぬい歯科 (坂出市江尻町) ☎44-1181		発熱などでどう対応すればいいか心配なときなど、急病のときの対応について、看護師が電話で相談に応じます。
29日(日)	善通寺前田病院 (中村町) ☎63-3131	かねこ歯科 (坂出市林田町) ☎47-4150		一般 ☎087-812-1055 小児 #8000 または ☎087-823-1588
31日(火)	ふじた医院 (上吉田町四丁目) ☎62-0555	*高松市歯科救急医療センター (高松市福岡町) ☎087-851-1167		

五岳の里 花だより

「善通寺五岳の里」市民集いの丘公園 管理室 12月の開園時間 9時～17時
☎63-8753 (はなごさん) 吉原町918-1
<http://www.city.zentsuji.kagawa.jp/site/gogaku/> 休園日 火曜日(祝日の場合はその翌日)・12月28日～1月4日



12月に入るとクリスマスの装飾に彩られ、恒例の折紙のバラを飾った巨大クリスマスツリーの展示が始まります。他ではなかなか見られないオリジナルの飾り付け、ぜひ楽しんでください。大人気のまきまきツリーも開催しますよ。楽しいクリスマスをお過ごしください。

夜間特別開園…12月15日(日)～25日(水)の期間、20時まで開園
巨大クリスマスツリーの展示…2000個以上の折り紙のバラを飾ったツリーは必見です! 12月25日(水)まで

☆公園の公式Instagram始めました!
季節の植物やイベント、開園日などのご案内をしていますので、QRコードから登録してくださいね☆



教室名	クリスマスハーモニー in 五岳の里 2019	教室名	小さな科学者
内 容	色々なジャンルの音楽が楽しめるコンサートにオリジナル雑貨やワークショップ、カフェなどが大集合!クリスマスの雰囲気と一緒に楽しみましょう♪ お子さんにはサンタさんからのプレゼントもあるよ★	内 容	まきまきツリーを作ろう! 台紙に毛糸をぐるぐるまくと・・・ かわいいオリジナルツリーの出来上がり♪ 12月の小さな科学者は下記の期間、自由にご参加いただけます。
日 時	12月15日(日) 10時～16時	日 時	12月18日(水)～12月23日(月) 10時～12時/13時～15時
内 容	詳しくはHP、チラシをご覧ください。	費 用	無 料
		持ち物	特になし
		定 員	特になし

なかよし親子



しらお かずゆき 白尾 和幸さん
 さやか 沙弥香さん
 さわ 沙和ちゃん (13歳)
 ゆきや 倅弥くん (12歳)
 さゆと 沙倅人くん (7歳)
 みな 弥和ちゃん (9歳)
 かりな 香織和ちゃん (3歳) (原田町)

『子育てがしやすい、うどんが食べたい』という理由から主人の転勤で、善通寺へ来て6年が経とうとしているわが家には、5人の子どもがいます。

母よりしっかりといて、『超』がつくほど真面目な長女、沙和。優しく縁の下での力持ち、動物が大好きな長男、倅弥。世渡り上手で誰よりも負けず嫌いの次女、弥和。見た目はおとなしいけど、甘えん坊でやんちゃな次男、沙倅人。おしゃべりで家族みんなにかわいがられている三女、香織和。

年が離れていても仲の良い5人の子どもたち。どんな時でも、家族思いなお父さんと一緒にいろんなことに挑戦していこうね。



仲良し5人きょうだい

発信! 文化力

【市民会館グループ協議会】

桑山民謡会の教室は市民会館で毎週火曜日13時30分から15時30分まで行っています。



市民会館では年に2回(春・秋)発表会があります。『祖谷の粉ひき唄』の石臼や『サヌキ導中伊勢音頭』の鯛そうめんなどは先生が作ってくれて、舞台上で唄ったり踊ったりしています。

桑山民謡会は、坂出・宇多津・国分寺・観音寺・善通寺・社中に教室をもっています。阿部桑佑先生の指導のもと、民謡を習っています。先生は地元の唄をととても大事にされ、施設の慰問などには、積極的に参加しています。香川県老人福祉施設協議会から感謝状をいただいたことは私たちの少しの自慢です。



桑山民謡会

市民のうごき

人口 32,088人 (+15)

男 16,046人 (+15)
 女 16,042人 (±0)

世帯 13,138世帯 (-3)

面積 39.93 km²

10月1日現在 ()内は前月比

アイドル大募集

お子さん(3歳程度まで)の写真と氏名
 ①生年月日 ②住所(番地) ③保護者名
 ④メッセージ(20文字程度)と電話番号
 を下記までお申し込みください。
 ☒kouhou@city.zentsuji.kagawa.jp

わが家のアイドル



ほき せい の すけ
 保木 誠乃佑 ちゃん

- ①平成31年1月12日生
- ②文京町二丁目
- ③高志さん さやかさん
- ④三兄弟の末っ子、癒しのせび! 大好きよ☆



すずき かん た
 鈴木 寛太 ちゃん

- ①平成30年5月31日生
- ②中村町
- ③裕貴さん 亜沙美さん
- ④笑顔いっぱい優しい子に育ってね