募集

三豊市市制施行10周年記念

NHKのど自慢　出場者・観覧者募集

NHK高松放送局と三豊市では、三豊市市制施行10周年を記念して「NHKのど自慢」を開催します。出場や観覧を希望する人は、下記の要領でお申し込みください。

日　時　**<本　選> 11月1日（日）午前11時45分開演**
（開場：午前11時、終演予定：午後1時30分）

<予選会> 10月31日（土）午前11時45分開始
（受付：午前11時、結果発表：午後5時予定）

場　所　マリンウェーブ

ゲスト　水樹奈々、山内惠介

申込先　〒760-8686　NHK高松放送局「NHKのど自慢」
出場または観覧係　※宛て先の住所不要

放　送　11月1日（日）午後0時15分～1時

水樹奈々

山内惠介

出場 申し込み

往復はがきでお申し込みください。
9月25日（金）必着

対象　中学生以上のアマチュアの人

往信・表面	返信・裏面
760 8686 往信 NHK高松放送局 「NHKのど自慢」 出場係	何も記入しないでください。 結果を印刷します。

返信・表面	往信・裏面
返信 応募代表者の (1) 郵便番号 (2) 住所 (3) 氏名	(1) 郵便番号 (2) 住所 (3) 氏名（ふりがな） (4) 年齢 (5) 性別 (6) 電話番号 (7) 職業 (8) 歌う曲目と歌手名 (9) 選曲理由

応募は1人（組）1通に限ります。グループの場合は全員の名前（ふりがな）、年齢、性別、職業を、中学生は保護者の名前と電話番号を明記してください。中学生は、予選会・本選とも保護者の同伴が必要です。また、中高生、大学生は職業欄に部活動なども明記してください。
なお、応募多数の場合は予選定員250組を選出のうえ、予選会への出場をご案内します。

観覧 申し込み

入場は無料です。
往復はがきでお申し込みください。
10月9日（金）必着

往信・表面	返信・裏面
760 8686 往信 NHK高松放送局 「NHKのど自慢」 観覧係	何も記入しないでください。 結果を印刷します。

返信・表面	往信・裏面
返信 (1) 郵便番号 (2) 住所 (3) 氏名	(1) 郵便番号 (2) 住所 (3) 氏名 (4) 電話番号

満1歳以上の人から入場整理券（1枚で2人入場可）が必要です。応募多数の場合は抽選のうえ、結果を送付します。インターネットオークションなどでの転売を目的とした申し込みは固くお断りします。売買を目的とした申し込みであると判明した場合は、抽選対象外とします。

※応募の際にいただいた情報は、抽選・選出結果の連絡のほか、NHKでは受信料のお願いや番組・イベントのご案内に使用させていただくことがあります。

▶問い合わせ　産業政策課　☎73-3013・NHK高松放送局　☎087-825-0160

三豊市の花

ま～がれっと通信 6

三豊市を マーガレットでいっぱいにしよう

5月にはマーガレットの白いじゅうたんが美しい荘内半島の「フラワーパーク浦島」。でも、皆さん、マーガレットの時期以外のフラワーパークって、見たことありますか？
それがこの写真。青々とした葉っぱ、実はこれ、コスモスなんです。初夏だけでなく、秋に訪れる人たちにも喜んでもらえるよう、マーガレットの花が終わった後に毎年、畑一面にコスモスを植えています。今年も見頃となる10月中旬には、コスモスの花摘みや地元有志の皆さんによるイベントが予定されているそうです。
皆さん、秋にも遊びに来てくださいね！

広報 みとよ 平成27年 9月号

目次 contents

3　三豊市市制施行10周年記念
NHKのど自慢出場者・観覧者募集

4　特集　三豊市の元気は貯筋（ちょきん）から

10　M's Information　みとよくらしのおしらせ①
法務大臣感謝状 ／ 獣害対策用電気柵 ／ 国勢調査 ／ マイナンバー制度 ／ ふるさと納税リニューアルスタート ／ 国民年金 ／ がん検診・健康診査 ／ かがわマンモグラフィサンデー ／ 歯周疾患検診 ／ 後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

16　みとよHOT ほっとNEWS（ホットニュース）

18　M's Information　みとよくらしのおしらせ②
ペットを飼っている皆さんへ ／ 金属ごみ・有害ごみの収集 ／ 水道開閉栓の電話受付開始 ／ 避難勧告の発令判断の目安変更 ／ 政治家の寄附禁止 ／ 敬老祝金／福祉タクシー券 ／ ファミリー健康体力測定会 ／ 農業委員会委員選挙 ／ 滞納整理強化期間 ／ 固定資産異動届 ／ 第18回仁尾八朔人形まつり ／ 月見の宴 ／ 七福求めて ぶら～りみとよ

24　M's 深読みひろば
じんけん探訪 ／ 自主防災協力隊 ／ みとよSafe & Peace ／ まちづくり推進隊

26　9月のお知らせ
募集 ／ 相談 ／ 講座・教室 ／ イベント ／ 納税のお知らせ ／ マリンウェーブ情報 ／ 国際交流協会

29　保健・相談

30　ここ笑み通信 ～子育てするなら三豊が一番！～
病児・病後児保育施設無料化拡大 ／ 児童手当現況届 ／ ウィズの会 ／ M's Smile ふぉとぎゃらりぃ ／ 乳幼児健診　など

32　みとよ写真帳 ／ 編集後記

三豊市の人口

※平成27年8月1日現在　（　）内は前月比

世帯数 23,341世帯（+1）　総人口 65,601人（-36）　男 31,227人（-33）　女 34,374人（-3）　※香川県人口移動調査による

表紙

今月の市民力

ゆったりとした動作と呼吸法で体幹の筋肉を鍛える「美・ピラティス高瀬」が、平成26年8月に発足しました。現在、会員数20人。市が開催した女性のための運動講座「美・ピラティス」に参加した皆さんが、講座終了後も続けたいと、みんなで集まって始めたのがきっかけです。
「1回につき1人700円を集めて、自分たちで部屋を借り、講師の先生に来ていただいて活動しています。年を取っても筋力を維持したいので、みんながんばっていますよ」
この1年間、継続して運動しているおかげで、肩こりが解消されたり、生活のさまざまな場面で踏ん張る力がついてきたりしたそうです。
「普段は使わない、奥の方の筋肉を使っている感じ。動きと呼吸を意識しながら、ほどよい緊張感のなか、集中して運動しています。家でしようと思っても難しいけれど、ここに来て仲間の顔を見ると、自分もがんばらなきゃって思います」
これからも、健康のためにピラティスを続けたいという皆さん。一人ひとりの取り組みが健康の輪を広げ、地域を元気にします。