

くらし

政治家の寄附は禁止、有権者が求めることも禁止されています

▶問い合わせ 選挙管理委員会事務局(総務課内) ☎73-3000

政治家(候補者、候補者になる
うとする者、現に公職にある者)
が選挙区内の人にお金や物を贈る
ことは、その時期や名義を問わず
禁止されています。また、有権者
が政治家に寄附や贈り物を求める
ことも禁止されています。

政治家の寄附禁止の対象

- 秘書などが代理で出席する場合
の結婚祝い・葬儀の香典
●地域の運動会・スポーツ大会へ
の飲食物などの差し入れ
●お祭りへの寄附・差し入れ
●町内会の集会・旅行などの催し
物への寸志・飲食物の差し入れ
●落成式・開店祝い
●病氣見舞い
●お歳暮・お中元
●入学祝い・卒業祝い
●葬儀の花輪・供花

みんなで
徹底しよう
三ない運動
贈らない!
求めない!
受け取らない!



催し

託問町民俗資料館・考古館開館35周年記念イベント

みとよむかし探偵社
~みんぞくしりょうかん・
こうこかにいこう!~

▶問い合わせ 託問町民俗資料館・考古館 ☎83-6858

催し

元NHK「ためしてガッテン」専任ディレクターがやって来る!

三豊市介護予防講演会

▶問い合わせ 地域包括支援センター ☎73-3017

日時 2月16日(土) 開場 正午
午後0時30分
三豊市特別表彰 表彰式
午後1時~ みとよ元気体操
午後1時30分~3時 講演
場所 マリンウェーブ
演題 ガッテン流「ピンピンコロ
リ」の人生設計
講師 きたわり はじめ
北折 一氏
定員 600人
※当日直接会場に
お越しください。



期間 2月1日(金)~3月31日(日)
午前9時~午後5時
※月曜・祝日・2月12日(火)
は休館
場所 託問町民俗資料館・考
古館
内容 館内を楽しく見学でき
るクイズを設置
入館料 大人100円 ほか
3月10日(日)に連続講座
「昔の暮らし体験講座」が
開催されます。詳しくは市
ホームページをご覧ください。

子どもの人権
携帯電話などによるいじめが増加
文部科学省が平成29年度に全国
で認知した小中高・特別支援学校
でのいじめは41万4378件です。
そのうち、パソコンや携帯電話・
スマホ(スマートフォン)などを
使ったいじめは1万2632件で
前年度より1853件増加してい
ます(文科省「平成29年度児童生
徒の問題行動・不登校等生徒指導
上の諸課題に関する調査」)。

子どもの人権

いじめが増加

時からフィルタリングをしていな
かった保護者のうち、59%は「特
に理由がない」と回答しており、
保護者の関心の低さが浮き彫りに
なっています(警察庁「平成29年
SNS等に起因する被害児童の現
状と対策」)。

保護者は必ずフィルタリングを

子どもをいじめや犯罪被害など
から守るため、保護者は必ずフィ
ルタリングの説明を受けてから設
定するようにしましょう。
青少年インターネット環境整備
法では、新規契約時や機種・名義
変更時に未成年かどうか確認す
ることやフィルタリングの説明をす
ることなどを販売店に義務付けて
います。

保護者の無関心も一因

一方、警察庁によると、会員制
交流サイトを使って犯罪に巻き込
まれた被害児童生徒の84%は契約
当時からフィルタリングを利用し
ていませんでした。また、契約当

県教育委員会

「スマートフォンや
ゲーム機を使う場合の
さぬきっ子の約束」

- ①家の人と決めた使用ルールを
守る
②自分も他の人も傷つけない使
い方をする
③夜9時までには使用を止める

▶問い合わせ
人権課 ☎73・3008

「朝穫り・葉付き・氷詰め」
こだわりが詰まった新鮮豊中ブロッコリー
11月から4月にかけて収穫される冬穫りブロッコリー。ブロッコリー農家である関定さん、遂男さん親子は夜明け前から収穫を始めます。「朝日が出る前の一番寒い時間に収穫すると、ブロッコリーの花蕾がきゅっと締まっていて、食べた時の食感がいいんです」。花蕾とは、つぼみ部分のことで、私たちが普段食べているのはブロッコリーのつぼみにあたります。
夜露に当たった新鮮なブロッコリーは、JA香川県豊中集荷場で氷と一緒に箱詰めされた後、関東や京阪神を中心に出荷されていきます。また、香川県は、全国第3位のブロッコリーの産地であり、そのうち三豊市で約2割が栽培されています。
ところで皆さん、ブロッコリーの茎はいつもどうしていますか?「茎部分はみそ汁に入れたり、カラッと揚げてフライドポテトのようにして食べたりすると無駄なく食べることができますよ」と関さん親子。
ビタミンCやミネラルなど栄養満点のブロッコリーで、この冬はおいしく風邪予防をしましょう!

食べる旬ナビ
みとよの旬を
いただきます!
Vol. 9
JA香川県豊中地区ブロッコリー研究会専門委員長 関定さん(右)、息子の遂男さん(左)



①ブロッコリーは葉に包まれる形で生えています。何枚か葉を残して収穫します②花蕾を触って固いと感じるものが新鮮な証!③12月には市長が兵庫県でブロッコリーのトップセールス④⑤JA香川県豊中集荷場で等級ごとに氷と一緒に箱詰めされます

健康コラム
「適度な運動」とは?



健康のために適度な運動が必要なことは、皆さん知っていると思います。では適度な運動とは何か、答えることができるでしょうか。健康のための適度な運動とは、「誰でも」「その人のペースで無理なく」「楽しく充実感が得られ」「継続できる」運動です。毎日を楽しく暮らすためにも、これからの長寿社会を過ごすために、これからの長寿社会を過ごすために、健康づくりに適度な運動は必要です。健康づくりのための運動には、全身持久力、筋力、筋持久力、柔軟性の運動が含まれます。体力や身体運動レベルなどは個人によって異なり、安全に、かつ効率的に運動を行うためには、身体的な特性に合わせて、どのような運動をどのくらいの強さで、どのくらいの時間、どれくらいの頻度で行うかということを決定することが必要です。市総合体育館では、毎月5回、「運動をなかなか始められない」「せっかくだめても長続きしない」という人を対象に健康相談と運動処方※を行っています。
次号から、市総合体育館でのプログラム案内と、最新のトレーニング科学に基づいた健康づくりのためのワンポイントアドバイスを紹介していきます。
※市総合体育館 健康教室の詳細は19ページをご覧ください。