



きれいな紅葉、あったよ♪

P4

夜間中学についてのアンケートにご協力をお願いします

P2

新しい市立病院の建設工事が始まりました



# 新しい市立病院の 建設工事が始まりました

令和4年春開院予定

(完成イメージ図)

老朽化と耐震性不足が指摘されている市立永康病院を移転新築し、新たに病院を建設します。

新病院は、現在の場所から南東約2kmの県道詫間琴平線沿いに移転することでアクセスを向上させ、より広いエリアの医療ニーズに応えていきます。

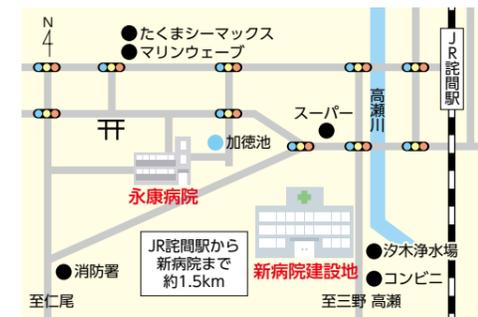
病床数は、一般病床46床、療養型病床46床、精神病床30床の、全122床です。

病室は、全個室対応としており患者さんのプライバシーの保護や感染症対策にも配慮しています。これまで以上に地域に密着した医療や看護サービスを提供し、信頼される病院をめざします。

完成は令和4年3月頃、開院時期は同年3月以降を予定しています。



▲10月2日、建設工事の起工式が行われ、山下乡長、瀧中病院長ら関係者が参加しました



▲新病院建設地

## 病院長から皆さまへ

日頃より、永康病院の運営にご理解とご協力を賜りありがとうございます。

われわれ病院職員は、建設関係の専門家の力を借りながら一丸となって新しい病院作りに取り組んでいます。

病院で働く一員として自分たちの経験や知識を活かし、かつ患者さまに快適に利用していただき、医療サービスが安全で効率的に提供できるように設計事務所と度重なる検討の場を設けています。

また、信頼され愛される病院となるため、地域の皆さまからご意見をいただき交流の場を持つべく、昨年は市民ワークショップや地域座談会を開催させていただきました。

より良い病院をめざし職員一同頑張っておりますので、ご支援のほどよろしく願っています。

永康病院 病院長 瀧中 淳一



永康病院ホームページは、こちらのQRコードからアクセス！



## 新しい病院の名称を募集します

市民の皆さんに信頼され、愛される病院となるため、新病院の名称を募集します。

応募方法などの詳細は、永康病院ホームページでご確認ください。

## 永康病院 取り組み紹介

### 新型コロナウイルス対策

安心して来院してもらうために

#### 1 検温・問診



玄関で検温と問診を実施しています。ご理解とご協力をお願いします。

#### 2 オンライン面会



入院患者さんへの面会制限に対して、希望する人には「オンライン面会」を行っています。(予約制)

#### 3 発熱外来



発熱症状のある人は、症状や既往症などをお聞きし、別棟で診察をしています。

#### 4 オンライン診療



通院が困難または感染予防のため今は通院を控えたいという人を対象にオンライン診療を行っています。(予約制)

▶問い合わせ 永康病院 ☎ 83-3001

**募集** ご意見を募集します

▶問い合わせ 介護保険課 ☎73-3017

次の計画の策定について、市民の皆さんの意見を募集します。  
**三豊市財田町デイサービスセンター・三豊市財田町訪問看護ステーションの経営戦略（策定）**  
**意見の提出方法**  
 メール、FAX（送信後要連絡）、郵送または持参  
**募集期間**  
 12月1日（火）から28日（月）の午後5時まで

**提出先** 介護保険課

**資料閲覧場所**

市ホームページまたは介護保険課、各支所



ご意見箱

**お知らせ** おめでとうございます

▶問い合わせ 秘書課 ☎73-3001

秋の叙勲、危険業務従事者叙勲および秋の褒章の発表があり、三豊市から次の皆さんが受章されました。（敬称略・順不同）

- 秋の叙勲**
  - ◇旭日小綬章
    - 【地方自治功労】 香川 努（高瀬町） 宝城 明（三野町）
    - 【建設行政事務功労】 角岡 昌（財田町） 村本 齊（高瀬町）
  - ◇旭日単光章
    - 【中小企業振興功労】 大矢根 裕一（仁尾町）
    - 【消防功労】 石井 昭昌（高瀬町） 白川 廣司（高瀬町） 河田 薫（仁尾町）
  - ◇瑞宝単光章
    - 【警察功労】 細川 壽恵廣（財田町） 海上保安功労 宮崎 増雄（詫間町）
  - ◇秋の褒章
    - 【社会奉仕活動功績】 仁尾町老人クラブ連合会（仁尾町）
- 危険業務従事者叙勲**
  - ◇瑞宝双光章
    - 【消防功労】 岡田 文男（豊中町）

**催し** 薬用作物栽培説明会を開催します

▶申し込み・問い合わせ 農林水産課 ☎73-3040



▲薬用作物の品種「ミシマサイコ」



▲薬用作物の品種「トウキ」

市では薬用作物の栽培を推進しています。今後、薬用作物の栽培を考えている人は、ぜひ説明会にご参加ください。

**日時** 12月11日（金）午後3時～4時（予定）

**場所** 危機管理センター

**注意事項** 事前に申し込みが必要です。

やかんちゅうがく  
**夜間中学**についてのアンケートにご協力をお願いします



「夜間中学」で学びたい人はいませんか？

市教育委員会では、市内での夜間中学の必要性を調べるため、通ってみたい人や興味のある人を調査しています。夜間中学とは、夜の時間帯に授業が行われる公立中学校のことで、市内にはまだありませんが、全国には34校あり、さまざまな理由で小・中学校で十分学ぶことができなかった皆さんの「学び直しの場」になっています。

「夜間中学」では、どのような人が学んでいるの？

- さまざまな事情により義務教育を修了していない人
- 不登校などの事情により十分な教育を受けられないまま中学校を卒業した人
- 母国で義務教育を修了していない外国籍の人

「夜間中学」とは、どんなところ？

- 授業料は無料です。
- 課程を修了すれば、中学校卒業となります。
- 週5日間毎日、夜間に授業があります。
- 一人ひとりに合わせた学習を進めていきます。
- 日本語の指導も行います。
- 楽しい学校行事もあります。

全国にある夜間中学の学校生活の一例を紹介します

時間割	活動	時間
17:25	始学	17:25 ~ 17:30
17:30	1校時	17:30 ~ 18:10
18:10	2校時	18:10 ~ 18:40
18:40	3校時	18:40 ~ 19:20
19:25	4校時	19:25 ~ 20:05
20:10	5校時	20:10 ~ 20:50
20:50	6校時	20:50 ~ 21:00
21:00	終学	21:00

※運動会や修学旅行などの学校行事もあります。

夜間中学に通う人たちの声

病院へ行って文字を書くことが苦手だったが、今では平気さ。自分に自信が持てるようになったわい。(70代)



小さいころは学校に行きづらかったけど、今は楽しく勉強しています。(40代)



日本に来て8年目です。ひらがなだけでなく、漢字も分かるようになってきました。(30代)



アンケートの回答方法  
満16歳以上対象

- はがき**  
次の場所にある調査票のはがき部分を切り取り、ポストに入れてください。切手は必要ありません。  
●学校教育課 ●各支所 ●社会福祉協議会（山本町） ●市商工会（三野町）  
●たかせ人権福祉センター ●上高野文化センター ●ふれあいプラザにお
- スマートフォン**  
右のQRコードを読み取り、ご回答ください。
- メール・ファックス**  
学校教育課のホームページから調査票をダウンロードして、メールかファックスで送ってください。  
メール：gakkoukyouiku@city.mitoyo.lg.jp / ファックス：73-3140



回答締め切り：12月28日（月）

▶問い合わせ 学校教育課 ☎73-3131



新型コロナウイルス感染症の影響を受けた中小事業者の皆さんへ

## 事業用家屋や償却資産の固定資産税を軽減します

▶ 問い合わせ 税務課 ☎73-3006

新型コロナウイルス感染症の影響により、厳しい経営環境に直面している中小事業者などに対して、事業用家屋・償却資産に係る固定資産税を軽減します。

**軽減対象**  
事業用家屋※および設備などの償却資産に対する固定資産税（土地は軽減の対象外）

※居室の一部を事業用として使用している場合は、その事業専用割合に応じて適用となります。ただし、居室として住宅用地の特例措置により、土地に係る固定資産税の減額が適用されている場合は、事業専用割合によって土地の税額が変更となる場合があります。

**軽減年度**  
令和3年度課税分

※令和3年1月1日時点で所有している事業用家屋および設備などの償却資産が軽減の対象となります。

**軽減割合**  
令和2年2月から10月までの任意の連続する3カ月間の事業収入が、前年同期と比べて

① 30%以上50%未満  
減少している場合……2分の1

② 50%以上減少している場合……全額

**申請受付期間**  
令和3年1月4日（月）～  
2月1日（月）

**提出書類**

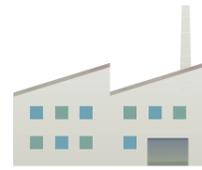
① 申告書（認定経営革新等支援機関などに確認を受けたもの）

② 認定経営革新等支援機関などに提出した書類一式（コピー可）

③ 償却資産申告書（償却資産を所有している人）

特例の対象となる資産一覧を提出したことになり  
※申告書は、市ホームページから両面印刷して使用してください。  
※制度や申請書の記入方法の詳細については、市ホームページまたは12月上旬に送付する償却資産申告書に同封の説明チラシをご覧ください。  
※新型コロナウイルス感染症予防のため、郵送またはeLTAx※1での申請にご協力ください。

※1 eLTAx…地方税ポータルシステム  
の呼称で、地方税における手続きをインターネットを利用して電子的に行うシステム



## 償却資産の申告は令和3年2月1日（月）まで

▶ 問い合わせ 税務課 ☎73-3006

### 《 償却資産の例 》

種類	具体例
構築物	舗装路面、緑化施設などの外構工事、屋上看板、橋、庭園、サイロ、外灯、受変電設備、LAN配線、壁面サイン工事、賃借人による内装など
機械および装置	旋盤などの工作機械、パワーショベルなどの土木建設機械、太陽光発電システムなど
船舶	漁船、フェリー、貨物船、油そう船、モーターボート、ヨットなど
航空機	飛行機、ヘリコプター、グライダーなど
車両および運搬具	大型特殊自動車、構内運搬車、貨車、客車など
工具、器具および備品	OA機器、机、ルームエアコン、金型、医療用機器、自動販売機、立看板、パチンコ台、無人駐車料金徴収装置、漁具、貸植木など

償却資産とは、個人または法人で工場や商店を営んでいる人や農業をしている人が、その事業のために用いる構築物、機械、装置、工具、器具・備品などのことです。太陽光発電設備も償却資産に該当し、住宅用であっても出力10kW以上の場合は申告の対象です。自動車税の対象となるものや、特許権などの無形減価償却資産は対象となりません。

償却資産を所有している人は、令和3

年2月1日（月）までに、令和3年1月1日現在の状況を申告してください。昨年申告した人には、12月上旬に申告書を送付しますので、変更の有無を申告してください。12月中にお手元に届かない人や、令和2年1月2日以降に新たに償却資産を取得した人（事業を始めた人）には申告書を送付しますので、税務課にご連絡ください。



## 税務署での確定申告会場についてのお知らせ

▶ 問い合わせ 税務課 ☎73-3006  
観音寺税務署 ☎25-2191

**開設期間**  
令和3年2月16日（火）～  
3月15日（月）

※土日、祝日を除く

※期間より前は、確定申告会場を設置しておりませんのでご注意ください。ただし、作成済みの申告書などの提出は受け付けておりません。

**受付時間**  
午前8時30分～午後4時  
（相談開始は午前9時から）

※会場の混雑状況により、午後4時前であっても受け付けを終了する場合があります。

**感染症対策について**  
期間中、会場内の混雑を回避するため入場制限を実施する場合があります。後日の来場をお願いすることがあります。

※自宅で申告書が作成できる国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をぜひご利用ください。なお、スマートフォンでも所得税の確定申告書が作成できます。

国税庁 確定申告書等作成コーナー [検索](#)



## 原付や小型特殊自動車(農耕用含む)にナンバープレートは付いていますか

▶ 問い合わせ 税務課 ☎73-3006

軽自動車税は、原動機付自転車、農耕用を含む小型特殊自動車、三輪または四輪の軽自動車、二輪の小型自動車を所有している事実に対して所有者に課税され、納税義務が生じます。

**原動機付自転車・小型特殊自動車を所有する人**

ナンバープレートは、課税対象であることを示す課税標識を兼ねています。公道を走行しなくても、車両への附着義務があり、標識の返納（廃車）は、「廃棄」「譲渡」「転出」「盗難・紛失」の場合に限り、受け付けられます。ナンバープレートが付いていない原付・農耕用を含む小型特殊自動車などを持っている人は、必ず、税務課または各支所で標識交付申請手続きを行ってください。標識がないまま車両を所有している期間については、さかのぼって課税される場合があります。

乗用の田植機、コンバインおよびトラクターなど（農耕用小型特殊自動車）も、使用するし、無や、道路を走行するしないにかかわらず、所有している人は、市へ登録することが義務付けられています。



## 年末年始業務のお知らせ

市役所や市の関連施設は、年末年始の期間、下記のとおりお休みします。

施設・業務・問い合わせ先など		休業日など
市役所	本庁(☎73-3000)	12月29日(火)～1月3日(日) 出生・死亡・婚姻など戸籍の届け出は、本庁の宿日直が受け付けます。
文化施設	図書館 みとよ未来(☎72-5631)、山本(☎63-1041)、 みとよこども(☎73-3121)、豊中(☎62-6430)、詫間(☎83-6828) 仁尾(☎56-9565)、財田(☎67-0108)	12月28日(月)～1月4日(月)
	公民館 高瀬(☎73-3051)、山本(☎63-1041)、三野(☎73-3114) 豊中(☎62-1155)、詫間(☎83-8811)、仁尾(☎82-5106) 財田(☎67-0108)	12月28日(月)～1月3日(日)
	山本町生涯学習センター(☎63-1041)、仁尾町文化会館(☎56-9565)、 宗吉かわらの里展示館(☎56-2301)、詫間町民俗資料館・考古館(☎83-6858)	12月28日(月)～1月4日(月)
	三野町生涯学習センター(☎73-3135)、紫雲山遺跡館(☎84-7896)、 三豊市文化会館(マリンウェーブ)(☎56-5111)	12月29日(火)～1月3日(日)
スポーツ施設	高瀬町体育館(☎73-3138)、三野町体育センター(☎73-3111)、 豊中町体育館(☎62-2071)、豊中サン・スポーツランド(☎62-6163)、 詫間町体育センター、三豊市武道館、三豊市弓道場、詫間町市民運動場、 詫間町水出運動公園(☎83-4307)、仁尾町体育センター(☎82-5100)	12月28日(月)～1月3日(日)
	緑ヶ丘総合運動公園(☎72-1500)、高瀬B&G海洋センター(☎73-4700)、 山本ふれあい公園(☎63-1041)、豊中町トレーニングセンター(☎62-6540)、 財田町総合運動公園、財田B&G海洋センター(☎67-3721)	12月28日(月)～1月4日(月)
福祉施設・ 児童館・ 他	たかせ人権福祉センター(☎72-2501)、上高野文化センター(☎62-2377)、 ふれあいプラザにお(☎82-2607)、前田児童館(☎72-5594)、 豊中町児童館(☎62-1020)、上高野児童館(☎62-5463)、 仁尾町児童館(☎090-1329-0592)、豊中コミュニティセンター(☎62-5205)	12月29日(火)～1月3日(日) (※豊中町児童館、豊中コミュニティセンターは、12月28日(月)から1月4日(月)まで)
病院	西香川病院(☎72-5121)	12月29日(火)～1月3日(日)
	永康病院(☎83-3001) ※救急の場合は、お問い合わせください。 財田診療所(☎67-3800)、志々島診療所(☎83-5708) 栗島診療所(☎84-7009)	
コミュニティバス	12月30日(水)～1月3日(日)は運休します。ただし、詫間線・荘内線は12月30日(水)・31日(木)も休日ダイヤで運行します。◆問い合わせ 交通政策課(☎73-3055) ◆委託業者 高瀬線・高瀬仁尾線(鴨田タクシー(株)☎72-2121)、山本線・財田観音寺線2号車(本山タクシー(株)☎62-2128)、三野線・高瀬観音寺線(有)さくらタクシー☎72-5048)、財田高瀬線・財田観音寺線1号車(株)エココロジャパン☎62-5787)、豊中仁尾線(イロハタクシー(有)☎25-1682)、詫間三野線(有)詫間交通☎82-7888)、詫間線1号車・荘内線(有)浦島観光☎84-6350)、詫間線2号車(藤田自動車整備工場(株)☎73-6182)、仁尾線(西讃観光(株)☎24-2918)	
ごみ収集	12月31日(木)～1月3日(日)は、ごみの収集はありません。 ◆問い合わせ 環境衛生課(☎73-3007)	
引取り	年内は12月28日(月)まで。年始は1月4日(月)から平常業務となります。 ◆問い合わせ 環境衛生課(☎73-3007)	
し尿汲み取り	年内に汲み取りを希望する人は、以下の日までに居住地の許可業者へお申し込みください。 ◆12月15日(火) 詫間町(有)詫間清掃☎83-2419 ◆12月18日(金) 三野町(有)三野津衛生社☎72-1086 ◆12月21日(月) 豊中町(有)豊中衛生社☎62-2015)、財田町(株)財田クリーン☎67-2182) ◆12月23日(水) 高瀬町(株)ダックス☎72-5467)、山本町(株)山本衛生社☎63-2312)、 仁尾町(株)アドバンス☎82-2783) 年始は1月4日(月)から順次平常業務となります。詳しくは許可業者にお問い合わせください。	
水道	12月29日(火)～1月3日(日)は休業します。断水や漏水などの緊急を要する用件は、☎25-5241まで連絡してください。1月の水道メーターの検針業務は、1月4日(月)から開始します。 ◆問い合わせ 県広域水道企業団西讃ブロック統括センター お客さまセンター(☎25-5211)	

その他の施設については、早めに各施設へお問い合わせください。

## お知らせ

令和3年度に市内の社会体育施設の利用を希望する団体の皆さん

## 社会体育施設利用希望調書を提出してください

▶問い合わせ スポーツ振興課 ☎73-3138

令和3年度に、行事または大会で市内の社会体育施設を利用もしくは定期的に利用を希望する団体は「利用希望調書」を提出してください。

**対象施設**  
体育館(アリーナ)、野球場、テニスコートなどの社会体育施設  
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
※学校体育施設の利用申請は、詳細が決まり次第、広報紙などでお知らせします。

**提出書類**  
令和3年度三豊市社会体育施設利用希望調書  
※行事・大会と定期利用用があり  
※利用希望調書は、書類提出先の施設に置いてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。  
※複数の施設の利用を希望する場合は、1施設につき1枚提出してください。

**提出方法**  
①スポーツ振興課または次の施設へ提出  
高瀬B&G海洋センター、山本町生涯学習センター、三野支所、仁尾支所、豊中サン・スポーツランド、



▲市総合体育館

詫間町体育センター、財田町総合運動公園  
※閉庁日や休館日を除く  
②郵送にて送付  
送付先  
〒767-8585  
三豊市高瀬町下勝間2373番地1  
三豊市教育委員会事務局  
スポーツ振興課宛  
※FAX・メールでの受け付けは行いませんので、ご注意ください。  
**提出期限**  
12月18日(金)  
利用者の調整終了後、あらためて利用許可申請書の提出をお願いします。

## お知らせ

## ひとり親世帯臨時特別給付金の申請について(再掲)

▶問い合わせ 子育て支援課 ☎73-3016

ひとり親世帯臨時特別給付金をまだ申請していない人で、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて収入が減少(次のQ&A参照)した人は、支給対象となる場合があります。

支給対象に該当するかどうかの確認は、子育て支援課へお問い合わせください。

**申請期限**  
令和3年2月26日(金)

**給付金Q&A**

Q ※「新型コロナウイルス感染症の影響を受けて収入が減少」とは、どういった場合が対象となりますか？

A 収入の減少額や減少割合に一定の基準はありません。新型コロナウイルス感染症の影響を受け、残業代やボーナスが減少した、内定が取り消された、求職活動に影響があったなど、得られなかった収入が得られなかった場合も対象となります。

健康

がん検診の無料クーポン、まだお手元にありませんか？

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014

今年度の集団検診が受けられなかった皆さんへ  
自覚症状や気になることがある人は、来年度の検診を待たずに、早めに医師にご相談ください。



▲無料クーポン入り封筒



▲大腸がん検診 無料クーポン

対象者には、無料クーポンを6月に郵送しています。紛失した人は、再発行できませんので健康課までお問い合わせください。受診の際には、医療機関用の受診票が必要です。なお、年末年始の診療時間は、各医療機関にお問い合わせください。

**利用期限**  
大腸がん検診  
実施医療機関で12月末まで  
子宮頸がん・乳がん検診  
実施医療機関で  
令和3年2月末まで

対象者には、無料クーポンを6月に郵送しています。紛失した人は、再発行できませんので健康課までお問い合わせください。受診の際には、医療機関用の受診票が必要です。なお、年末年始の診療時間は、各医療機関にお問い合わせください。

くらし

紙類・布類の持ち込み回収

▶問い合わせ 環境衛生課 ☎73-3007

新聞、雑誌、ダンボール、紙パックは品目ごとに紙ひもで十字に縛って出してください。  
布類は、透明または半透明の袋に入れて出してください。  
※汚れている布類は回収できません。

- 品目と出し方**
- ・ 豊中支所前駐車場
  - ・ 旧詫間庁舎前駐車場
  - ・ 仁尾支所運河沿い職員駐車場
  - ・ 財田支所前駐車場
- 場**
- ・ みとよ未来創造館前駐車場
  - ・ 山本町保健センター前駐車場
  - ・ 市民センター三野(三野庁舎)前駐車場
- 日時**  
12月27日(日)  
午前7時～9時

健康

健診結果相談会 中止のお知らせ

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014

今年度は、健診結果相談会を中止します。健診結果の説明を希望する場合は、健康課までお問い合わせください。ご相談内容によって保健師・管理栄養士・歯科衛生士が対応します。



募集

市営墓地の利用者を募集します

▶申し込み・問い合わせ 環境衛生課 ☎73-3007



個人の土地(宅地や農地の一画など)に墓所を設けることはできません。

**資格要件**  
次のいずれかに該当する人  
・ 市内に本籍がある人  
・ 市内に引き続き1年以上住んでいる人  
※申請書は、環境衛生課または各支所にあります。  
※市ホームページの、ライフイベント(おくやみ)からも閲覧できます。



**所在地** 詫間町詫間7053番地4  
**募集区画数** 156区画(3.00㎡~7.78㎡)  
**永代使用料** 402,000円~722,260円

詫間中央霊園の利用者を随時募集しています。希望する人は、次の募集要項をご確認のうえ、環境衛生課、または各支所までお問い合わせください。

健康

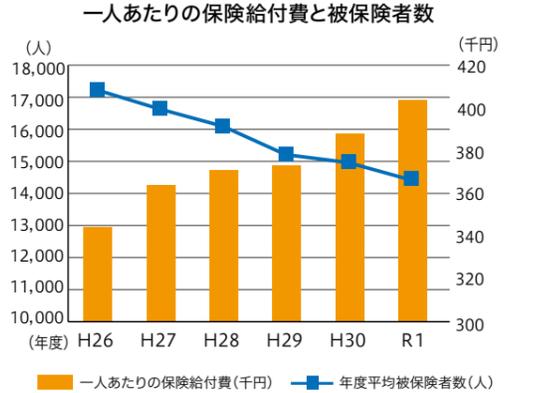
令和元年度国民健康保険事業特別会計の決算報告

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014

三豊市の国民健康保険加入状況(令和元年度末)

国民健康保険は、職場の健康保険や後期高齢者医療制度など他の健康保険に加入している人を除く、全ての人が加入する「国民皆保険制度」の基盤です。病気やけがをしたときに安心して医療が受けられるよう、香川県と三豊市が共同で運営しています。

被保険者数は毎年約3%減少していますが、一人あたりの保険給付費は毎年約3%増加しています。人口減少や医療の高度化などにより、この傾向は今後も続くと思われる。増え続ける医療費を少ない加入者で支える状況が顕著になっています。

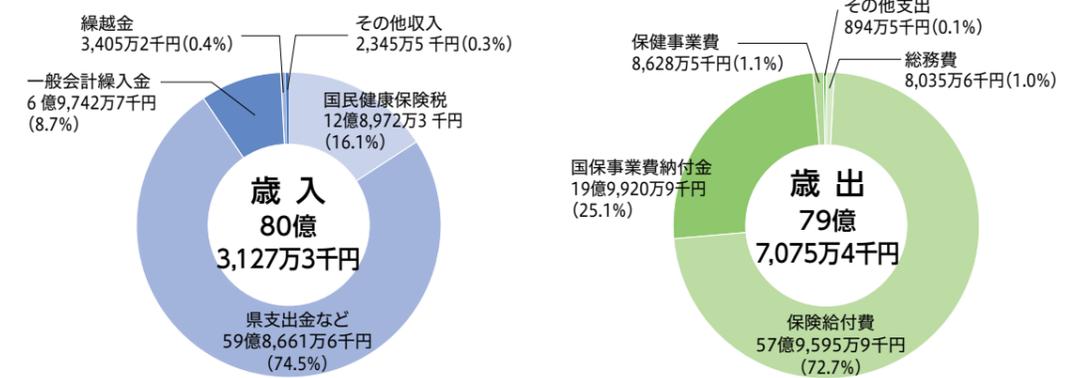


決算の状況

国民健康保険事業特別会計は、主に国民健康保険税・県支出金・一般会計からの繰入金などの公費で、歳出の約73%を占める医療費などの保険給付費を賄っています。令和元年度決算は歳入80億3,127万3千円、歳出79億7,075万4千円となり、うち6,051万8千円を令和2年度へ繰り越しました。

年間の収支から繰越金を除いた単年度収支でみると、2,646万6千円の黒字となっていますが、概算交付されていた普通交付金の返還準備金5,287万7千円を除いた実質収支は2,641万1千円の赤字となっています。

※千円未満を切り捨てて表示しているため、差引額が合わない箇所があります。



医療費の適正化に向けて

国民健康保険では毎年、健診や健康教室などの保健事業を行うことで被保険者の健康を支えています。一人ひとりが健康管理に努め、健康の維持増進を心がけていくことが国民健康保険の安定した運営につながります。

積極的に健診や健康教室などに参加し、生活習慣病などを予防しましょう。



# 12月3日から9日は「障害者週間」です

▶問い合わせ 福祉課 ☎ 73-3015 / FAX73-3023

「障害者週間」は、国民一人ひとりが広く障がい者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的とした週間です。

この機会に「共生社会（障がいの有無に関わらず誰もが人格と個性を尊重し支え合う社会）」の実現に向けて、一人ひとりが普段の生活の中で自ら実施できる配慮や工夫について考え、取り組んでいきましょう。

## 障がいを理由とする差別をなくしましょう

障がいのある人への差別をなくすことで、障がいのある人もない人も分け隔てなく生活できることをめざして、平成28年4月に「障害者差別解消法」が施行されました。この法律では、以下のことが定められています。

### ①不当な差別的取扱いの禁止

市役所や事業者が、障がいのある人に対して、正当な理由なく、障がいを理由として差別することを禁止しています。

### ②合理的配慮の提供

市役所や事業者が、障がいのある人から、社会の中にあるバリアを取り除くために何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられたときに、負担が重すぎない範囲で対応すること（合理的配慮）を求めています。

#### 〈良い例〉

- ・聴覚障がい者が、ホテルや娯楽施設などを利用するとき、筆談や手話などの方法を利用し、コミュニケーションをとった。
- ・飲食店の従業員が視覚障がい者から「メニューが見えないので選べない」と言われたので、メニューを読み上げたり食べたい物を聞き取ったりして一緒に選んだ。

#### 〈悪い例〉

- ・障がいがあることだけを理由に、バスやタクシー、宿泊施設などの利用を一時的に断った。
- ・飲食店に入ろうとしている障がい者を障がいがあるということを理由に断った。



## 障がい者とほじょ犬は、いつでもどこでも一緒に受け入れに、ご理解をお願いします



ほじょ犬は、目や耳や手足など身体に障がいのある人の生活をお手伝いするために、特別な訓練を受けています。公共施設や公共交通機関、商業施設や飲食店、病院などでほじょ犬の同伴を受け入れることは、「身体障害者補助犬法」で義務付けられています。

犬だからという理由だけで拒否せずに、受け入れにご理解をお願いします。

また、身体障害者手帳をお持ちの人で、盲導犬、聴導犬、介助犬の給付を希望する人は、福祉課にご相談ください。



## 障がい者を虐待から守りましょう

障がい者の虐待は、特定の人や家庭、場所ではなく、どこのお家庭でも起こりうる問題です。虐待している人に、虐待している認識がない場合があります。また、虐待をされている人が虐待だと認識できずに、自分から被害を訴えられない場合もあります。そのため、市民一人ひとりがこの問題を認識して、小さな兆候を見逃さずに早期に発見することが大切です。

虐待かどうかの判断が難しい場合でも「何か困っているようだ」「様子がいつもと違う」といった“気付き”でも結構ですので情報をお寄せください。早めの気付きが問題の深刻化を防ぐきっかけになります。なお、通報や届け出をした人を特定する情報は守られます。



▶障害者虐待に関する相談・通報先 市障害者虐待防止センター（福祉課内）☎ 73-3015 / FAX 73-3023  
※ 24時間受け付け。夜間や休日は宿日直が対応します。

# 心の健康について考えてみませんか

▶問い合わせ 福祉課 ☎ 73-3015

ストレスが原因でもたらされる心の病気として「うつ病」がよく知られています。特に最近、新型コロナウイルス感染症の影響で、全国的に心の病気を発症するケースが増え、大きな社会的課題となりつつあります。いつ、誰が心の病気になるか分かりません。困ったときには、身近な人や専門機関に相談しましょう。心の病気は、早期の対応が、早期治療・早期の回復につながります。

## 心の健康を守るには？

### ①ストレスとの付き合い方を工夫しましょう

- ・信頼できる人に相談する
- ・入浴で身体を温める
- ・思いっきり笑う
- ・音楽鑑賞、買い物、ガーデニングなどで気分転換をする



### ②バランスの取れた食生活を心がけましょう

栄養素	主な働き	主な食品
たんぱく質	自律神経の働きを整え、免疫機能を高める	肉、魚、卵、乳製品、豆製品
ビタミンB <sub>1</sub>	脳神経の働きを正常に保つ	豚肉、ナッツ、うなぎ、ホウレンソウ
ビタミンB <sub>6</sub>	脳内の神経伝達物質の合成を促す	マグロ、バナナ
ビタミンC	副腎皮質ホルモンの分泌を促す	イチゴ、緑黄色野菜、イモ類
カルシウム	精神を安定させる	牛乳・乳製品、小魚、豆製品
マグネシウム	神経過敏を抑制する	アーモンド、ココア、そば、牡蠣
鉄	無気力や集中力の低下を防ぐ	のり、ひじき、煮干し、レバー、あさり

### ③睡眠の量と質を高めましょう

- ・日中に適度な運動を行う
- ・寝る前のアルコール、スマホの使用やゲームを避ける



### ④心がリフレッシュする運動をしましょう

- ・ため息より深呼吸（腹式呼吸）をする
- ・背中、肩、腰、首のストレッチをする

## 主な相談先

福祉課 ☎ 73-3015  
西讃保健福祉事務所 ☎ 23-2052  
県精神保健福祉センター ☎ 087-833-5560



## 伝統楽器で 日本の音色に触れる

11/10 比地小学校



比地小学校に第2面が寄贈され、贈呈式と記念演奏会が行われました。演奏会では、県内出身の箏と尺八の奏者が、伝統的な箏曲や、子どもたちに親しみのあるジブリ映画の主題歌などを演奏しました。



▲演奏に合わせて手拍子



◀箏を贈呈してくれた高瀬町出身で同校卒業生の松岡英克さんに児童代表が花束を贈呈しました



## 瀬戸内海をもっときれいに

11/3 仁老浜海岸

第13回せとうちクリーンアップin仁老浜が開催され、68人の参加者が海岸清掃や海ごみの調査を行いました。ごみ袋47袋分のプラスチックや発泡スチロールの破片などに加え、鉄くずなどの大きなごみ、合わせて約150kgの海ごみが集められました。



三豊ドリームカーフェスタ 2020

## スーパーカーが今年も夢を乗せてやってきた!

11/8 ゆめタウン三豊

今年7回目を迎えた三豊ドリームカーフェスタには、フェラーリやポルシェ、ランボルギーニなど約70台ものスーパーカーが一度に集結し、過去最大規模の開催となりました。ゆめタウン三豊を出発した後は、市内外の観光名所などを巡り、沿道にはスーパーカーを見ようと、大勢の人が訪れました。



## 平和への決意を新たに

11/6 マリンウェーブ

先の大戦で尊い命を失った方々をしのぶため、戦没者追悼式が開催され、遺族や来賓など約50人が参列しました。式では、一人ひとりが祭壇に白い菊の花を手向け、追悼の意をささげるとともに、平和への決意を新たにしました。

## 父母ヶ浜から地域の魅力を発信

10/31~11/8 父母ヶ浜周辺

父母ヶ浜で新たな地域の魅力を発信していく「父母ヶ浜芸術祭 Vol.0」が開催されました。

初日には音楽家の小室哲哉さんによるライブが行われました。「CAN YOU CELEBRATE?」や「Get Wild」など、父母ヶ浜の夕日をバックに合計11曲が演奏され、会場は大いに盛り上がりました。

期間中には、トークイベントや、映像・音楽・食とアートを掛け合わせたイベントなど、多彩なジャンルの催しがあり、訪れた人はさまざまなアートを楽しみました。



▲夕日をバックに演奏する小室哲哉さん



▲実行委員会によるトークイベント



▲浜辺で食を楽しむイベントも

## みとよHOTほっとNEWS

ほっとニュースは市ホームページでも

三豊市

## 心地よいチェロの音色にうっとり

10/30 和光中学校

チェリスト\*の吉川よしひろさんを迎え、和光中学校で「音楽の日2020」が開催されました。吉川さんによるコンサートの後は、吉川さんの演奏に合わせて、全校生がボディパーカッションで演奏に参加。手を叩いたり、足を踏み鳴らしたりしてリズムを刻み、「情熱大陸」を一緒に演奏しました。

\*チェリスト……チェロの演奏家



吹奏楽部と一緒に演奏も行いました▶

## 粟島の海洋環境を調査

10/30 粟島

市と環境教育などに関する連携協定を締結している(一社)TARA JAPANが、日本の大学所属の臨海実験施設のネットワークであるJAMBIO(マリンバイオ共同推進機構)と共同で、粟島の海岸調査を行いました。

この調査は、生物の多様性に富む日本沿岸海域のプラスチック汚染の度合いと、生物多様性への潜在的な影響を評価するために行われています。今後TARAJAPANとJAMBIOは、全国で22カ所あるJAMBIOの臨海実験施設を回って、調査研究を行う予定です。



▲海岸の砂を採取して、マイクロプラスチックの調査を行う調査員

## おめでとうございます



## 陸上競技全国大会で優勝・入賞の快挙

11/2 三豊市役所

10月23~25日に広島県で行われた「全国高等学校陸上競技大会2020」に出場した、四学香川西高等学校の3人が結果報告のため市長を訪れました。垂井祐志さん(中央)は男子ハンマー投げで優勝、水谷翼さん(右)は男子棒高跳びで3位、上内達司さん(左)は男子砲丸投げで3位に輝きました。

# コミュニティバスにゆ〜す 1

▶問い合わせ 交通政策課 ☎ 73-3055

三豊市では、12路線のコミュニティバスを運行しています。このコーナーでは、コミュニティバスの豆知識や、おすすめコースについて紹介していきます。

## 知っていますか？ コミバス豆知識

### ■乗車料金

- ・目的地まで100円です。
- ・降車時に、「現金」か「回数券」または「乗継乗車券\*」を運賃箱に投入してください。
- ・小学生未満の子どもは、同伴の大人がいる場合は無料です。

安い

### ■回数券

- ・100円券×11枚綴りで1,000円
- ・バス車内で販売していますので、バスが停車している時に運転手に申し出てください。



便利

### ■乗継乗車券\*

- ・乗継バス停で乗り継ぐ場合は、乗継乗車券を発行します。(発行日当日に限り有効)
- ・降車時に、運転手に申し出てください。(乗継バス停は14カ所あります)

無料



## バス停乗降者数ランキングベスト20

334カ所のバス停のうち、乗降者数が最も多いバス停は大浜バス停で、1カ月あたり2,866人が利用しています。10位以内には、乗継バス停に指定されているバス停(★)7カ所がランクインしています。

表：バス停別乗降者数ランキングトップ20 (令和2年6月調査)

順位	バス停名称	乗降者数(人)			バス停を経由する路線	順位	バス停名称	乗降者数(人)			バス停を経由する路線
		乗車数	降車数	合計				乗車数	降車数	合計	
1	大浜★	1,445	1,421	2,866	詫間線 他3路線	11	山本庁舎★	396	298	694	山本線 財田観音寺線
2	詫間駅★	1,351	1,191	2,542	詫間線 他4路線	12	マルナカ山本店	351	336	687	山本線 財田観音寺線
3	三豊市役所★	910	866	1,776	高瀬線 他5路線	13	琴平駅	357	309	666	山本線 財田観音寺線
4	仁尾庁舎★	857	849	1,706	仁尾線 他2路線	14	仁尾町文化会館	343	204	547	仁尾線 高瀬仁尾線
5	観音寺駅★	882	736	1,618	仁尾線 他2路線	15	三豊総合病院	257	278	535	仁尾線 山本線
6	ゆめタウン★	777	760	1,537	財田高瀬線 他2路線	16	ピカソ浜田店	245	218	463	高瀬仁尾線 詫間三野線
7	観音寺総合高校前	593	799	1,392	仁尾線 他2路線	17	永康病院	175	260	435	詫間線 他2路線
8	ピカソ詫間店★	688	635	1,323	詫間線 他4路線	18	竹田西	148	271	419	豊中仁尾線
9	観音寺第一高校口	252	570	822	仁尾線 他2路線	19	岩崎病院	134	258	392	詫間線 他5路線
10	詫間庁舎	381	389	770	詫間線 他2路線	20	豊中庁舎★	176	195	371	財田高瀬線 他2路線

★乗継バス停

高瀬観音寺線  
JA桑山支店 15時47分着

三豊市役所  
比地大郵便局  
比地大小学校前  
そがわ医院

高瀬観音寺線  
JA桑山支店 10時48分発

比地大郵便局  
比地大小学校前  
高瀬駅  
三豊市役所

高瀬観音寺線  
JA桑山支店 11時21分着

三豊市役所  
比地大郵便局  
比地大小学校前  
高瀬駅

※豊中庁舎からは、財田高瀬線へ乗り換えなしで行けます。

上記は主なバス停です。その他にも停まります。

## お知らせ 都市計画区域マスタープランを改定します

▶問い合わせ 都市整備課 ☎ 73-3048 / 県都市計画課 ☎ 087-832-3557

都市計画区域マスタープランとは、都市計画法に基づく法定計画であり、市町を越える広域的な見地から、区域区分や土地利用などの都市づくりの基本方針を示すものです。都市計画区域ごとに、県が概ね20年後の都市の姿を展望した上で策定します。

県では、既存のマスタープランが目標年を迎えるため、内容を見直し、次期計画を策定する予定です。また、今回の改定で三豊市の都市計画区域が変更になります。その内容を市民の皆さんに説明するため、説明会と公聴会を開催します。

**説明会**  
【高瀬会場】  
日時 令和3年1月6日(水) 午前10時～11時  
場所 危機管理センター

【三野会場】  
日時 令和3年1月6日(水) 午後2時～3時  
場所 三野町生涯学習センター

※入場は自由です。当日、直接会場にお越しください。

原案の閲覧・公述の申し出期間  
令和3年1月5日(火)～19日(火)

公聴会  
日時 令和3年1月26日(火) 午前10時～11時  
場所 危機管理センター

※公述の申し出がない場合は、公聴会を中止します。

※傍聴したい人は直接会場へお越しください。なお、傍聴人は発言できません。

※公聴会に出席して意見を述べたい(公述)場合は、原案閲覧場所にある公述申出書の提出が必要です。

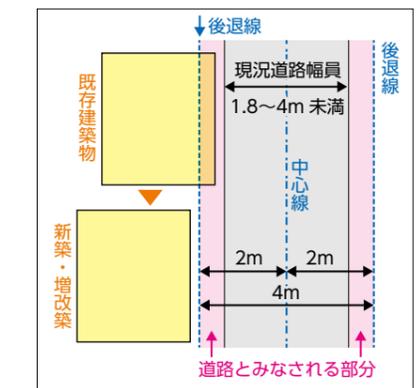
場所 都市整備課 都市計画課



## これだけは知っておきたい都市計画 vol.1

令和3年5月31日に予定している都市計画区域の再編によって、高瀬町の一部(高松自動車道を境として西側に位置する地域)および三野町が新たに区域に編入されます。都市計画区域に指定されると、家の建築(増改築)を行う場合には、いくつかのルールを守る必要があります。このコーナーでは、そのルールを紹介していきます。

### 都市計画区域内で家を作る場合の決まりごと～接道義務について(セットバック)～



建築基準法では、建築物を建築する際、公道・私道の別を問わず建築物の敷地は原則、幅員4m以上の道路に2m以上接する必要があると規定されています。ただし例外として、すでに建築物が立ち並んでいる幅員1.8m以上4m未満の道路に2m以上面する敷地については、道路の中心線から2m下がって(セットバック)後退線よりも敷地側に建築物を計画することにより建築(増改築)が可能となります。

セットバックした土地は、災害時における避難路の確保や円滑な消火活動、救命活動などの防災性の確保といった役割を果たすものであり、空地として維持する必要があるため、門やフェンスなどを建築することはできません。

さらに三豊市では、通行の妨げになるような植木鉢やプランターの設置や駐車場としての利用などについても控えていただくよう願っています。

▶問い合わせ 都市整備課 ☎ 73-3048

## 健康を守るための家での生活のポイント ～ヒートショックを予防しましょう～

寒い日が続きますが、皆さん体調はいかがでしょう。寒い時期には、入浴前後の温度差による失神などの事故が多く見られます。これには温度の急激な変化で血圧が上下に大きく変動することなどが原因で起こる「ヒートショック」が関係しています。

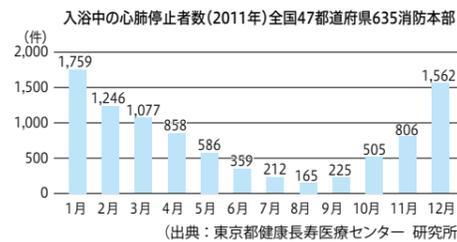
### ヒートショックとは

暖かい部屋から寒い部屋への移動など急激な温度の変化によって、血圧が上下に大きく変動することをきっかけにして起こる健康被害のことです。気温の下がる冬場に多く見られます。

### △高齢者と入浴時は特に注意！

高齢者は血圧変化をきたしやすく体温を維持する機能も低下しています。高血圧や糖尿病、脂質異常の人も血圧の変化には気を付けなければいけません。

また、ヒートショックは入浴時に多く発生します。寒い脱衣所で衣服を脱ぐと、急激に体温が下がり、血圧が急激に上がります。一度上昇した血圧は、温かい湯につかると血管が拡張して、急激に低下してしまい、失神などを起こします。



### ヒートショックを起こさないための6つのポイント

#### 1 脱衣所や浴室、トイレなどを暖めておく

冷え込みやすい脱衣所やトイレなどを暖房器具で暖め、寒暖差が小さくなるようにしましょう。浴室に暖房設備がない場合は、「浴槽の湯が沸いたところで、ふたを外す」など工夫しましょう。



#### 2 湯温は41度以下、湯船に入る時間は10分を目安に

体調に合わせて、長時間の入浴は避けましょう。



#### 3 浴槽から急に立ち上がらない

入浴中は湯で体に水圧がかかっています。急に立ち上がると、体にかかっていた水圧がなくなり、圧迫されていた血管は一気に拡張し、脳にいく血液が減り、意識消失を起こすことがあります。浴槽から出るときは、手すりや浴槽のへりを使ってゆっくり立ち上がるようにしましょう。



#### 4 食後・飲酒後・医薬品服用後の入浴は避ける

食後1時間以内は血圧が下がりやすいので、食後すぐの入浴は避けましょう。また飲酒後はアルコールが抜けるまでは入浴しないようにしましょう。精神安定剤や睡眠剤などの服用後も入浴は避けましょう。



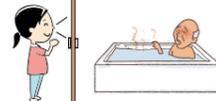
#### 5 入浴前は同居者に一声かける

可能な場合は、家族による見守りや公衆浴場の利用など、一人での入浴は控えるようにしましょう。一人で入る場合は同居の家族に一声かけましょう。



#### 6 同居者は入浴中の高齢者の動向に注意する

同居者は、高齢者の入浴時間を覚えておき、異変を感じたら声をかけましょう。一人暮らしの高齢者へは電話などで確認しましょう。



(出典：「消費者庁」「東京都健康長寿医療センター 研究所」資料)

▶問い合わせ 介護保険課 ☎73-3017

## 健康

## 歯科健診を受けて「オーラルフレイル(口の機能の衰え)」につながる変化に気づきましょう

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014 県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎087-811-1866

**知っていますか? 「オーラルフレイル」**  
最近、よく耳にする「フレイル」とは、高齢になり心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態をいいます。筋力などの身体機能の低下より先に、社会参加など他者との交流が減ったり、口の機能が衰えたりする「オーラルフレイル」から始まります。かかりつけの歯科医を持ち、定期的にお口の中をチェックしましょう。  
**こんな変化はありませんか?**  
・むせたり、食べこぼしが増えたり、柔らかいものばかりを食べたりしていませんか。  
・滑舌が悪くなったり、口が乾いて口臭が気になるようになったりしていませんか。  
これらに気を付けて、健康長寿をめざしましょう。  
**早く気付くためには 歯科健診が重要**  
歯科健診は、歯の本数や状態、歯周病のチェックをするだけでなく、食べ物を噛む力や飲み込む機能、舌や口唇を使って食べ物を取り込む機能の低下なども調べてくれます。6月末に、75歳と80歳の人を対象に歯科健診受診券などを送付していますので、まだ受けていない人は、この機会にぜひ受診してください。



令和3年2月27日(土)まで  
受診期間  
受診時の持参物  
保険証、受診券、健診票、問診票



## 地域おこし協力隊 活動レポート No.10

### 薬用作物「ミシマサイコ」の花が満開を迎えました

3月に種を蒔いたミシマサイコが順調に育ち、10月の半ばに開花の最盛期を迎えました。早い株は8月頃から咲き始め、11月の半ばでも黄色い花が見られるほど開花期間が長く、花が少なくなるこの時期は、蜜を求める蜂などの昆虫に大人気で、畑は賑やかな羽音で溢れています。セリ科のミシマサイコは写真のような小さな花を咲かせますが、手のひらで包むようにして花の香りを嗅ぐと、淡く芳しい香りに心が癒されます。

11月に入って朝晩の冷え込みが強くなると、花の下の部分に種子が育ち、畑全体が一気に茶色く色変わります。生薬として使う部分は根ですが、この種子も収穫します。

猛暑で元気をなくしていた笠田高校の「トウキ(薬用作物)」は、暑さが和らぐにつれて元気を取り戻し、つやの良い葉を繁らせています。市との連携協定事業として取り組んだ1年目は、思うようにいかないことも多かったのですが、2年目へ向けて、栽培の継続や気象データの集積、市内の若手農家さんとの交流などを検討しています。

12月11日には、来春から生薬の栽培を考えている生産者さん向けに、薬用作物栽培説明会を開催します。詳しくは、4ページをご覧ください。



①10月半ばのミシマサイコの花。鮮やかな黄色い花が一面に広がります②11月半ばの同じ畑の様子。茶色く色変わりをします③笠田高校で育てているトウキ④除虫菊の苗。花が咲くのは、再来年の5月頃です

じんけん探訪 80

12月4日から10日は「人権週間」です

人権週間とは

第二次世界大戦後、1948年12月10日、国連は「世界人権宣言」(以下「宣言」という)を採択し、手に入れた自由と平和を手放さないため人権尊重の世界をつくることを宣言しました。そして12月10日を「人権デー」とし、世界各国で記念行事が行われるようになりました。

日本では、1949年に法務省と全国人権擁護委員連合会が「人権週間」を提唱し、各地で「宣言」の啓発や人権尊重の普及活動に取り組むようになりました。

人権は幸せを求める権利

「すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする」これは、憲法第13条の人権条項です。1947年に施行され、人権尊重の社会づくりが始まりました。しかし、長

く続いてきた慣習や伝統の中には、新しい人権規範と相容れないものが残っています。それが、人権問題になることがあります。

コロナ差別の背景

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、全国で、ルールを守っている店舗や外出が必要な人にまで「ウイルスをばらまくのか」といった抗議や嫌がらせをされたり、医療機関で働く人の子どもを保育園で預かることを他の子どもを保育が拒んだりするなど、露骨な差別が起きています。その中で、「自粛警察」という言葉が社会現象化しました。これは、正義感から自分の行動には悪意がないと思っ

ていることや、自分や家族が感染するかもしれないという恐怖心や病気をなくすという使命感からの行動です。

新型コロナウイルスは、誰しもが感染するリスクがあります。感染しよう、させようと思っている人は誰もいません。闘うべき相手は、人ではなくウイルスであり、感染者は悪者ではないのです。正確な情報に基づき、冷静な判断と行動を心掛け、一人ひとりが一丸となれば、この難局を乗り越えることができます。

▼問い合わせ  
人権課 ☎73・3008

人権週間の啓発活動強調事項

- ①女性の人権を守ろう
- ②子どもの人権を守ろう
- ③高齢者の人権を守ろう
- ④障がいを理由とする偏見や差別をなくそう
- ⑤同和問題(部落差別)を解消しよう
- ⑥アイヌの人々に対する偏見や差別をなくそう
- ⑦外国人の人権を尊重しよう
- ⑧HIV感染者に対する偏見や差別をなくそう
- ⑨ハンセン病患者、元患者、その家族に対する偏見や差別をなくそう
- ⑩刑を終えて出所した人に対する偏見や差別をなくそう
- ⑪犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう
- ⑫インターネットによる人権侵害をなくそう
- ⑬北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう
- ⑭ホームレスに対する偏見や差別をなくそう
- ⑮性的指向および性自認を理由とする偏見や差別をなくそう
- ⑯人身取引をなくそう
- ⑰東日本大震災に起因する偏見や差別をなくそう



少年育成センター

白ポストを知っていますか?

マルナカ高瀬店駐車場から市総合体育館駐車場に移転

「白ポスト」を見たり、その名前を聞いたことはありますか?市では、環境浄化活動の一環として、有害な図書やDVDなどの回収を目的とした白ポストを市内17カ所に設置しています。回収物の整理は、定期的に三豊市少年を守る会の会員が行っています。毎年、かなりの数の回収物があり、一定の成果を上げています。



▲市総合体育館駐車場に移転した白ポスト

▼問い合わせ  
少年育成センター  
☎62・1115

健康コラム

Vol.23

ウォーキングで気分転換や運動不足の解消を

新型コロナウイルスの影響で、なかなか運動ができていない状況ですが、国から健康維持のための散歩は大丈夫であるとの見解が出されています。運動不足解消やリフレッシュのためにも、おすすめなウォーキングの方法とコロナ禍に気を付けるべきポイントを紹介します。

まず、姿勢で気を付けたい大きなポイントは「腕の振り方」と「かかとの着地」です。腕の振り方は、肩甲骨から動かすことを意識して、肘を90度にして後ろに大きく引きましょう。お腹に力を入れると、体幹がぶれなくなりやすくなります。また、地面に足を着けるときは、つま先を引き上げるようにして、かかとから着地すると歩行が安定して、転倒防止にもなります。がに股や内股にならないためにも、膝とつま先は同一方向に向けることも大切です。

歩くときは背筋を伸ばし、足裏全体をバランス良く使いたしように。腰痛がある人は、腹式呼吸で大きく息を吐き出すと、お



四国学院大学教授 緑ヶ丘総合運動公園センター長 清水 幸一さん

腹の筋肉が収縮し、インナーマッスルが鍛えられ上半身が安定することで、腰への負担が和らぎます。なお、屋外で、人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合は、マスクを外すことをおすすめします。運動中は吐く息の量が増えるので、やはり多数でのウォーキングは避けた方が良いでしょう。



ポイント! 歩幅をいつもより5cmくらい広くすると、普段使わない筋肉が刺激され、消費エネルギーもアップします。

食べる旬ナビ

Vol. 30 レタス

サラダだけじゃない! お鍋やチャーハン、何でも使える万能野菜

サラダでおなじみの野菜、レタス。香川県では、肥料や農薬などの一定の条件を満たして栽培されているレタスを、県のブランドレタス「らりるれレタス」として出荷しています。

「重すぎず適度に軽く、切り口が変色していないものが新鮮なレタスです」と教えてくれたのは、高瀬レタス部会 部会長の丸岡正徳さん・菊恵さんご夫妻。使い切れず余った場合は、乾燥しないようにラップでくるむか、ビニール袋に入れて冷蔵庫で保存するのがおいしさを保つポイントです。少し、しなびてしまった場合も、食べる前に水に付けておくと、シャキッと感が復活します。

「生で食べることが多いと思いますが、加熱してもおいしく食べることができます。白菜の代わりにすき焼きやしゃぶしゃぶなどに入れたり、チャーハンに入れたり。酢味噌と和えて、郷土料理“ちしゃもみ”のようにするのもおすすめです」と菊恵さん。

今年の冬は、レタスの入った鍋料理で、シャキシャキとした食感を楽しんでみませんか?



高瀬レタス部会 部会長 丸岡 正徳さん(右) 菊恵さん(左)



①らりるれレタスの旬は12月から3月頃まで。自然な甘さと新鮮な食感が特徴です②種をまいてから2~3カ月で収穫できるサイズになります。包丁で株元を切り取り③成長途中のレタス。徐々に葉が内側に丸く巻いていきます

▶問い合わせ 農林水産課 ☎73-3040

### 募集

#### 自衛官(特別職国家公務員) 募集

区分	受付期間
自衛官候補生	随時受付中
陸上自衛隊 高等工科学校生徒	令和3年 1月6日(水)まで

申問 自衛隊観音寺地域事務所  
☎25-6122

#### 第9回「わたしの焼き物お宝展」 展示作品募集

受 12月17日(木) まで  
午前9時~午後5時  
(月曜休館)



募集作品 思い出のある焼き物など

応募方法 展示館に直接持ち込み

※1月5日(火)~31日(日)の展示期間終了後に、直接本人が引き取りに来てください。

申問 宗吉かわらの里展示館  
☎56-2301

#### 放送大学4月生(2021年度1学期) 募集

テレビ放送やインターネットを利用して授業を行い、心理学や福祉、経済など幅広い分野を学べます。

受 令和3年3月16日(火) まで

申問 放送大学香川学習センター  
☎087-837-9877

#### 観音寺税務署 短期アルバイト募集

確定申告に関する事務補助(令和3年2月~3月末)の短期アルバイトを募集しています。

数 21人(人数に達し次第募集終了)

申問 観音寺税務署 ☎25-2191

### 相談

#### 精神保健相談日 (要予約)

【思春期相談】

時 12月14日(月) 午後2時~

【心の健康相談】

時 12月16日(水) 午後4時20分~

場 西讃保健福祉事務所

申問 西讃保健福祉事務所  
☎25-2052

#### 青年・成人の発達障がいに関する 相談会 (要予約)

時 12月18日(金) 午後1時~

場 三豊市役所

対 16歳以上の本人または家族、関係者など

内 生活や仕事などの悩み相談

問 福祉課 ☎73-3015

#### 社会保険労務士による 出張年金相談

時 12月9日(水)、22日(火)  
午前10時~午後3時

場 9日: 危機管理センター  
22日: 山本庁舎

内 年金相談や年金請求・各種手続きの受け付け

持 年金手帳、相談者本人であることが確認できるもの。代理人の場合は、委任状および代理人本人であることが確認できるもの

問 街角の年金相談センター高松(オフィス) ☎087-811-6020  
市民課 ☎73-3005

### 講座・教室

#### 市総合体育館 12月健康教室

【健康相談と運動処方】

時 12月3日(木)、6日(日)、12日(土)、17日(木)、26日(土)  
午前9時~10時30分

内 トレーニング機器を使った運動

料 200円

【エルダー健康づくり教室】(要予約)

時 12月12日(土)  
午前10時30分~11時30分

内 機器を使ったトレーニング方法の指導など

料 200円

数 10人

【バランスボール講座】(要予約)

時 12月6日(日)  
午前10時30分~11時30分

料 200円

数 10人

※新型コロナウイルスの感染拡大を防止する観点から、発熱または風邪の症状がある場合には、参加を控えていただくようお願いします。なお、今後状況に応じてやむを得ず延期や中止になる可能性があります。お出かけになる前に、問い合わせ先にご確認ください。

#### 【ボール遊び教室】

時 毎週火曜日  
午後4時~5時 (3~6歳)  
午後5時~6時 (小学1~3年)

料 300円

申問 市総合体育館 ☎72-1500

#### 健康教室(運動処方)出前講座 (要予約)

時 12月10日(木)  
午後1時~2時30分

場 豊中町トレーニングセンター

内 個人に合った効果的な運動を助言・サポート

料 100円 数 6人

申問 スポーツ振興課 ☎73-3138

#### 香川大学サテライトセミナー

時 12月10日(木)  
午後6時30分~8時

場 豊中町農村環境改善センター

テ いじめ問題を考える

問 香川大学事務局  
☎087-832-1370

#### 三豊総合病院12月健康教室 (要予約)

【食べて治して、ハッピーライフ】

時 12月11日(金) 午前10時~11時

【腎臓病教室】

時 12月17日(木)  
午後3時30分~4時30分

#### 【男性の料理講座】

時 12月2日(水) 午前10時~11時

【糖尿病教室】

時 12月18日(金) 午後3時~4時

注 参加時にはマスクの着用をお願いします。

申問 健康管理センター ☎52-3366

#### 三豊総合病院 みとよサブリ

時 12月16日(水)  
午後1時30分~2時

テ その症状は認知症?

問 健康管理センター ☎52-3366

### その他

#### アライグマ・ヌートリア防除従事者 養成講習会 (要申込)

時 12月19日(土)  
午後1時30分~4時30分

場 みとよ未来創造館

対 18歳以上の県内在住者

内 法令講習や捕獲にあたっての知識の修得

受 12月7日(月)まで

申問 農林水産課 ☎73-3040

#### 香川県オリーブの会 女子会・家族会 in 三豊

引きこもりに悩む当事者や家族の交流会です。

#### 【当事者の会】

時 12月2日(水)、16日(水)  
午後1時~4時

場 たかせ人権福祉センター

#### 【家族の会】

時 12月8日(火) 午後1時30分~4時

場 たかせ人権福祉センター

問 香川県オリーブの会事務局  
☎087-802-2568

#### 中国および旧満州国、朝鮮半島 からの引揚者ならびにご家族の 皆さんへ

終戦後、中国および旧満州国、朝鮮半島から引き揚げて来られた市民およびご家族を探しています。今後の国際交流の参考にさせていただきます。お心当たりのある人は三豊市国際交流協会までご連絡ください。

問 三豊市国際交流協会事務局  
☎73-3012 (産業政策課内)

#### イベント中止のお知らせ

元旦の朝日山森林公園新春祭は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します。

問 産業政策課  
☎73-3012



### マリンウェーブ情報

▶問い合わせ  
マリンウェーブ ☎56-5111

いい時・いい人・いい出会い

#### マリンウェーブカルチャー

光るボトルの  
クリスマスハーバリウム

時 12月6日(日) 午後1時~3時  
料 4,150円(受講料・材料費込み)



#### 年末大掃除に向けて押し入れのお片付け

時 12月9日(水) 午前10時~正午  
料 2,150円(受講料・テキスト代込み)

#### 親子料理教室

時 12月20日(日) 午前10時~午後1時  
料 親子で4,400円(受講料・材料費込み)  
大人のみ参加も可能(1人 3,300円)



内 ジャガイモのニョッキ・トマトソース、アメリカンクッキーほか  
※作った料理は、お持ち帰りいただきます。

## 健康相談 健康課 ☎73-3014

血圧測定、健診結果や生活習慣病の予防、禁煙などについての相談

日程	時間	場所
3日(木)	9:30~11:00	詫間福祉センター
9日(水)		山本町保健センター
11日(金)		豊中町保健センター
15日(火)		市民センター仁尾
17日(木)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
21日(月)		三野町保健センター
23日(水)		みとよ未来創造館

## 精神ケア 福祉課 ☎73-3015

精神障がい者などに社会参加の機会を提供し、社会生活の適応性を高める場

日程	時間	場所
2日(水)	10:00~11:30	豊中町保健センター
9日(水)		
23日(水)		

## こころの相談 福祉課 ☎73-3015

人間関係の悩みやうつ病などの心の病気、障がい福祉サービスの相談

日程	時間	場所
11日(金)	10:00~11:30	詫間福祉センター
21日(月)	13:30~15:00	三豊市役所

## 休日当番医 ※☞=歯科の診療時間は午前9時から正午まで ※休日当番医は、都合により変更になることがあります

日程	医療機関名	市町名	電話番号
6日(日)	みやしたファミリークリニック	高瀬町	73-4976
	河田医院	観音寺市	25-3668
	久保歯科医院	豊中町	62-2221
13日(日)	池田外科医院	豊中町	62-3151
	富田内科医院	観音寺市	24-0180
	さいとう歯科医院	観音寺市	27-9328
20日(日)	細川病院	詫間町	83-2211
	クリニック池田	観音寺市	23-1500
	篠丸歯科医院	高瀬町	72-3788
27日(日)	上枝循環器内科クリニック	豊中町	23-7010
	もりの木おおいしクリニック	観音寺市	25-3291
	タカシ歯科クリニック	観音寺市	24-4618
31日(木)	森川整形外科病院	高瀬町	72-5661
	たしろ医院	観音寺市	25-8413

相談名	日程	時間	場所	問い合わせ
行政相談	2日(水)	13:00~15:00	市民センター三野	総務課 ☎73-3000 または各支所
	7日(月)	9:00~12:00	市民センター仁尾	
		13:00~15:00	みとよ未来創造館	
	9日(水)	9:00~12:00	豊中庁舎	
	10日(木)	10:00~12:00	財田庁舎	
	14日(月)	13:00~15:00	山本庁舎	
人権相談	2日(水)	10:00~15:00	山本町農村環境改善センター	人権課 ☎73-3008 または各支所
	7日(月)	9:30~12:00	財田庁舎	
		10:00~13:00	みとよ未来創造館	
	9日(水)	9:00~12:00	豊中庁舎	
		10:00~13:00	詫間福祉センター	
		10:00~13:00	市民センター仁尾	
16日(水)	10:00~15:00	市民センター三野		
職業相談	14日(月)	10:00~11:30	たかせ人権福祉センター	たかせ人権福祉センター ☎72-2501
農事相談	7日(月)	13:30~16:00	危機管理センター ※対象地域は三野・豊中・詫間・仁尾	農業委員会事務局 ☎73-3046
就農相談	16日(水) 28日(月)	13:00~16:00 (要予約)	西讃農業改良普及センター ※対象は、新規就農予定者・就農5年以内の農業者 ※毎月第3火曜日 農業制度資金相談会開催中	西讃農業改良普及センター ☎62-3075
よろず三豊サテライト	2日(水) 16日(水)	9:00~17:00 (要予約)	危機管理センター インパルみの 中小企業などの経営相談	産業政策課 ☎73-3012
知財相談	16日(水)	9:00~17:00 (要予約)	インパルみの	産業政策課 ☎73-3012

## みとよ元気運動塾

転倒予防のための運動教室 地域包括支援センター ☎73-3017

※当日は事前に体温測定とマスクの着用をお願いします。手洗いや手指消毒を行いますので、早めにお越しください。

※山本会場は、山本町保健センターから山本町生涯学習センターに変更になります。

日程	時間	場所
3日(木)	10:00~11:30	山本町生涯学習センター
	13:30~15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
9日(水)	10:00~11:00	二ノ宮農業構造改善センター
14日(月)	10:00~11:30	市民交流センター
	13:30~15:00	みとよ未来創造館
16日(水)	10:00~11:30	マリンウェーブ
18日(金)	10:00~11:30	三野町保健センター
	13:30~15:00	仁尾町文化会館

## 高齢者あしん相談 地域包括支援センター ☎73-3017

認知症や介護に関すること、成年後見制度や高齢者虐待などの相談

※当日は事前に体温測定とマスクの着用をお願いします。

日程	時間	場所
7日(月)	10:00~11:00	市民センター仁尾
8日(火)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
10日(木)		三豊市役所
14日(月)		三野町保健センター
16日(水)		豊中庁舎
17日(木)		山本町保健センター
23日(水)		詫間福祉センター

## 脳きらり教室 地域包括支援センター ☎73-3017

認知症予防の教室 因「指の体操で脳を鍛えよう!」

※当日は事前に体温測定とマスクの着用をお願いします。手洗いや手指消毒を行いますので、早めにお越しください。

日程	時間	場所
9日(水)	13:30~15:00	マリンウェーブ
15日(火)		市民交流センター
16日(水)		三野町保健センター
18日(金)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
22日(火)		仁尾町文化会館
23日(水)		みとよ未来創造館
25日(金)		山本町保健センター

## 宝くじの助成金で整備しました



宝くじの助成金を受けて、豊中町の財田上自治会が太鼓を整備しました。



問 総務課 ☎73-3000

## 火葬場の休場日(12月)

北部火葬場	12月1日(火)、18日(金)
南部火葬場	12月9日(水)、24日(木)

問 環境衛生課 ☎73-3007

## オレンジかふえのお知らせ(12月)

認知症が気になる人、認知症の人とその家族、医療・福祉の専門職など、誰もが気軽に集える場所です。

※事前に申し込みが必要です。

※必ず自宅で体温測定を行い、参加時にはマスクの着用をお願いします。

日時	場所	定員
16日(水) 13:30~15:30	豊中町保健センター	20人

料 100~300円

問 地域包括支援センター ☎73-3017

## 税務課からのお知らせ

12月は、

固定資産税(第3期分)  
国民健康保険税普通徴収(第6期分)  
介護保険料普通徴収(第6期分)  
後期高齢者医療保険料普通徴収(第6期分)の納付月です。

口座振替日 および 納期限

## 12月25日(金)

☆納期限内に納めましょう。

☆市税などの納付は、便利な口座振替をご利用ください。

▶問い合わせ 税務課 ☎73-3006

## 心温まる贈りもの

(10月受付分)

このたび、次の皆さまより善意のご寄附をいただきました。厚くお礼申し上げます。(敬称略)

三豊市教育委員会へ

株式会社上野(普通寺市)

## 10月から最低賃金が820円に変わりました

香川県最低賃金は、雇用形態や呼称に関わらず、原則として香川県で働く労働者に適用されます。

※産業によっては、これとは別に特定最低賃金が定められているものがあります。

問 香川労働局労働基準部賃金室 ☎087-811-8919

## アルコールの適量を知っていますか?

年末年始は、飲酒をする機会が増え、食生活が乱れてしまいます。適量を超えた飲酒は身体に大きな負担をかけ、肝臓病や糖尿病などの原因になります。週に2日間の休肝日を決めて、適量を守りましょう。

### 種類別適量の目安

ビール	中ジョッキ1杯(500ml)
チューハイ	1缶(350ml)
日本酒(15度)	1合(180ml)
焼酎(25度)	100ml
ワイン(12度)	グラス2杯(200ml)
ウイスキー	ダブル1杯(60ml)

\*女性はこの半量が目安です

### 会食をする際の注意事項

- ・グラスやお猪口の回し飲みは避ける
- ・大皿は避けて、料理は個々に
- ・大声での会話は控える

問 健康課 ☎73-3014

## カレンダー絶賛販売中!!

▶申し込み・問い合わせ 三豊市観光交流局 ☎56-5880(火曜休館)

三豊市の絶景を集めた「みとよの絶景カレンダー2021」が絶賛販売中です。



新型コロナウイルスの影響で帰省ができなかった県外に住む家族、親せき、友人へ故郷の風景を届けてみませんか。

### 【販売店】

- ・オンライン購入(三豊市観光交流局のホームページ)
- ・三豊市観光交流局(JR詫間駅横)
- ・各町のまちづくり推進隊
- ・市内飲食店など
- (道の駅たからだの里さいた、道の駅ふれあいパークみの、セトウチ キッチン カフェ Setouchi Kitchen、みかんの里、Cafe にがり衛門、カキゴオリ カフェ KAKIGORI CAFE ひむろなど)

子育て情報満載!!  
ホームページにも  
アクセスしてください!!

QRコード  
←ケータイ・スマホは  
こちらからアクセス!



はじめまして  
10月生まれの  
赤ちゃん  
**21人**  
(男の子13人  
女の子8人)

## ★12月のお知らせ★

※3つの「密」などの感染リスクを回避する対策をして開催する予定ですが、今後の状況に応じてやむを得ず延期や中止になる可能性があります

乳幼児健診 10カ月児相談

対象	日程	場所
4カ月児健診 (令和2年8月生まれ)	個別に案内します	三野町 保健センター
10カ月児相談 (令和2年2月生まれ)		
1歳6カ月児健診	延期となっている対象者から 順次個別に案内します	
3歳児健診		

◎時間を分散しての案内、体調の確認などにご協力いただけます。

児童相談

対象	日程・時間	場所
18歳未満の子どもと その保護者 (希望者は21日までに電話で お申し込みください)	22日(火) 13:30~16:00	市役所3階

◎県の専門員が相談に応じます。◎保護者のみの相談も可能です。

パパママ教室

対象	日程・時間	場所
16週以降の妊婦と家族 (希望者は9日までに電話で お申し込みください)	13日(日) 10:00~11:50	三野町 保健センター

離乳食講習会

対象	日程・時間	場所
1歳未満児を持つ家族 (希望者は4日~18日の間に 電話でお申し込みください)	25日(金) 10:30~ 11:30	三野町 保健センター

▶申し込み・問い合わせ 子育て支援課 ☎73-3016



## ペアメン Café 三豊

日時 12月6日(日) 午前10時~正午  
場所 三野町保健センター  
対象者 発達気になる子ども、発達障がい、障がいがあるなどの子どもを育てる保護者  
内容 同じ経験のある保護者(ペアレントメンター)を交えての座談会  
注意事項 事前に申し込みが必要

▶申し込み・問い合わせ  
NPO法人 ペアレントメンターかがわ  
☎080-2978-8304  
E-mail: info@pmentor-kagawa.org



## M's Smile ふおとぎやらい

12月生まれ  
おなまえ  
生年月日  
保護者名(町名)  
メッセージ

 いりえ しつき ①入江 梓月ちゃん ②2019年12月14日 ③涼太・良有(豊中町) ④活発でいつも笑顔あふれる梓月ちゃん! 一気に大きくなあれ♡	 みい つむぎ ①三井 紬風ちゃん ②2019年12月3日 ③佑介・華奈(仁尾町) ④いつもニコニコ笑顔で癒やしてくれて家族みんなのタカラモノ♡	 おかざき いちか ①岡崎 一華ちゃん ②2019年12月9日 ③雄太・由加里(山本町) ④一華の笑顔でみんな幸せだよ♡たくさん笑って大きくなあれ!	 すぎた とうしゅう ①杉田 統秀ちゃん ②2019年12月21日 ③勇太・愛梨(高瀬町) ④1歳のお誕生日おめでとう♡これからもすくすく大きくなってね!	 やすもり あまね ①安森 天音ちゃん ②2019年12月10日 ③浩二・知子(詫間町) ④祝・1歳☆毎日笑顔をありがとう! すくすく大きくなあれ!	 たかはし きいちゃん ①高橋 きいちゃん ②2019年12月9日 ③辰弥・晃代(豊中町) ④我が家のアイドルきいちゃん♡ニコニコ笑顔がみんなの癒やしだよ
---	---	---	--	---	--

子育てするなら  
三豊が一番!

# ここ笑み通信

子ども・子育て・笑顔のみとよ

## 令和3年度 放課後児童クラブ 入会のご案内



### 1対象

保護者が仕事などで昼間家庭にいない市内の小学生  
※来春新入学予定の児童も含まれます。  
※5・6年生は、生活環境などについて聞き取り調査を行う場合があります。

### 2開設日

月~土曜日と長期休業中  
(祝日、年末年始などを除く)  
※土曜日は希望保育となるため、利用希望日の1週間前までに申請書の提出が必要です。

### 3開設時間

平常登校日: 放課後~午後6時  
土曜日・長期休業日: 午前8時~午後6時

### 4保護者負担金(通年利用の場合)

月額3,000円 ※ただし8月のみ6,000円  
※減免制度があります。詳細は、入会後に配布する「放課後児童クラブのしおり」をご覧ください。

### 5申請期間

12月7日(月)から  
令和3年1月15日(金)まで

### 6申請書配布場所・申し込み先

子育て支援課、各支所、各放課後児童クラブ  
※申請書は、みとよ子育てネットここ笑みホームページからもダウンロードできます。

### 7必要書類

1. 入会申請書(児童1人につき1枚)
2. 児童家庭調査票(1世帯につき1枚)
3. 保護者(父母など)の就労証明書  
または就労予定書  
※就労予定者の承認期間は、承認から3カ月とします。
4. 保険加入意思表示書(児童1人につき1枚)
5. 保護者などが病気療養中、母親が出産などの場合は診断書の写し、母子手帳の写しなど、証明できる書類

### 8注意事項

1. 就労証明書などの必要書類が添付されていない申請書は受け付けできません。
2. 長期休業のみの入会についても、申請期間内に申請してください。
3. 申請書などの受理後、内容を審査して承認する場合は「放課後児童クラブ入会承認通知書」を交付します。
4. 保育料に未納がある場合は、承認できないことがあります。
5. 利用は自動更新ではありません。利用する際は、毎年申請書を提出する必要があります。

## 2月生まれの 愛どる募集

市内在住で、満1歳の誕生日を迎える愛どるを募集しています。

申し込み期間 市ホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記入の上、写真添付して秘書課まで持参してください。メールでお申し込みの場合は、申請書と写真データを添付してhisho@city.mitoyo.lg.jpまでお送りください。(送信後、要連絡)

受付期間  
12月10日(木)~28日(月)  
▶申し込み・問い合わせ  
秘書課 ☎73-3001

 おたか めいこ ①太田 芽衣子ちゃん ②2019年12月21日 ③貴文・万里江(高瀬町) ④いつも元気いっぱい芽衣子ちゃん! すくすく育ってね。	 おおいけ ましろ ①大池 真皓ちゃん ②2019年12月14日 ③光・真由花(高瀬町) ④Happy Birthday♡生まれてきてくれてありがとう!
--	---

※このコーナーの個人情報を営業目的などに利用することを禁じます。

▶問い合わせ 子育て支援課 ☎73-3016



さあ、図書館へ行こう！  
**とよかん日和**  
vol.12

市内図書館が、皆さんにおすすめしたい本を紹介します。



今月の図書館 **詫間町図書館**  
☎ 83-6828

『誰も知らない自衛隊のおしごと』  
著者名 岡田 真理  
出版社 扶桑社

本書はフリーライターをしながら、災害や有事の際に任務に就く「予備自衛官」をしている著者が、「自衛隊の仕事を手伝う」ルポルタージュ※です。

自衛隊の仕事と聞いて皆さんはどんなことを思い浮かべますか？災害が起こったときに被災地で救助にあたる姿や厳しい訓練を受けている姿ではないでしょうか？しかし、著者が体験する仕事は「地味で目立たない」ものばかりです。排水の水質検査や馬の世話、枕カバー作りなど、陸・海・空、合わせて24の部隊の仕事が取り上げられています。

自らの危険も顧みず、日本を守る任務に就いている自衛隊員の、地味だけど大切な任務について、この機会にぜひ触れてみてください。

※ルポルタージュ……現地報告、記録文学。



『誰も知らない自衛隊のおしごと』  
著者名 岡田 真理  
出版社 扶桑社

『ゴミはボクらのたからもの』  
著者名 326  
出版社 マシンガンズ滝沢  
幻冬舎

道端に落ちていた物を拾って青い怪獣に食べさせているおじさんとは、一体誰でしょう？

本書は、ヒーローごっこが大好きなたけし君が、ごみ清掃員のおじさんと出会い、ゴミのことについて学んでいく物語です。メインストーリーをイラストレーター326(ナカムラミツル)さんが担当し、物語の途中に挿入されるゴミの解説を、お笑いコンビ「マシンガンズ」のメンバーで、ごみ清掃員も務める滝沢秀一さんが担当しています。

集められたゴミはどのような処理されるのか、「ゴミ」と「資源」の分別ルールなど、絵を見て学ぶことができます。環境問題を親子で考えるきっかけになる一冊です。



『ゴミはボクらのたからもの』  
著者名 326  
出版社 マシンガンズ滝沢  
幻冬舎

**図書館ニュース**

★年末年始の休館のお知らせ★

12月28日(月)から令和3年1月4日(月)まで、年末年始のため休館します。休館期間中に本を返却する場合は、返却ポストをご利用ください。ただし、CD、大型絵本、紙芝居は、開館時に図書館内カウンターへご返却ください。



★12月の休館日★ □休館日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

……豊中町図書館臨時休館

後記 編集  
皆さんは今年紅葉狩りに行かれましたか？今月の表紙は、香川用水記念公園で出会った兄弟。

広場を走り回り、赤く色付いた紅葉の葉っぱを拾い集める、元気がいっぱい2人を撮影させてもらいました。「紅葉狩り」とは「紅葉を見て楽しむこと」ですが、こちらは文字通りの紅葉「狩り」。きれいな葉っぱを見つけては見せ合う仲良し兄弟に、とてもほっこりしました。



「広報みとよ」をアプリで配信しています  
スマートフォンやタブレット向けの無料アプリ「マチイロ」でも広報みとよをご覧いただけます。

**マチイロ**  
※アプリは無料でダウンロードできますが、情報の受信には通信料が必要です。



▲アプリのダウンロードはこちらから

季節のお便り募集  
暮らしのエピソードや風景写真、広報の感想を募集しています。住所、氏名(ペンネーム)、電話番号を明記の上、写真や文章を添えて秘書課へ郵送またはメール(hisho@city.mitoyo.lg.jp)でお送りください。  
▶問い合わせ 秘書課 ☎73-3001

三豊市の人口

※令和2年11月1日現在 ( )内は前月比  
世帯数 23,274 世帯(+10) 総人口 61,701 人(-77) 男 29,684 人(-18) 女 32,017 人(-59)  
※香川県人口移動調査による