

健康
ひとくちメモ10月17日(金)～23日(木)は「薬と健康の週間」
薬と上手に付き合しましょう▶問い合わせ
健康課 ☎73-3014

💊「お薬手帳」を活用しましょう

病院や薬局に、お薬手帳を持っていきましょう。
薬の飲み合わせや重複、副作用、アレルギーなどをチェックしてくれます。複数の薬局を利用している場合は、お薬手帳を1冊にまとめましょう。

💊「かかりつけ薬局」を持ちましょう

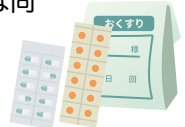
複数の医療機関を受診している場合でも、薬の情報をまとめて継続的に管理してもらえます。薬の重複や相互作用による悪影響を防ぐことができ、治療が効果的になるようにサポートしてくれます。

💊「うちに「残薬」はありませんか？」

飲み忘れや飲み間違いなどで、残っている処方薬のことを「残薬」といいます。残薬がある場合は、薬剤師に相談してください。残ってしまった原因と一緒に考え、安全に服用できるようにアドバイスをくれたり、薬の数を調整してくれたりします。

💊「ジェネリック医薬品」を使ってみませんか？

「ジェネリック医薬品」は、価格が安く自己負担が少なくなります。有効成分は同じで、効き目に違いはありません。希望する場合は、医療機関や薬局にご相談ください。



💊「健康サポート薬局」を知っていますか？

「健康サポート薬局」では、薬の調剤に限らず、市販薬などの相談や健康食品に関するアドバイス、食事や介護の相談、適切な医療機関への紹介などを行っています。医療情報ネット（ナビイ）では、「健康サポート薬局」を含む薬局を検索できます。



▲検索はこちらから

性的マイノリティ※
性的多様性の視点でみると
性別の分類は、身体的な性、自認する性、好きになる相手の性、表現する性の4要素があります。組み合わせで、多様な性の在り方が医学的にも認知されています。
これまでは、男性と女性の2つしかないという認識が中心にあり、「身体的性と違う振る舞いをしてい」「恋愛スタイルが自分と違う」として、いじめや差別の対象とされることもありました。
その結果、当事者は「周囲の理解度が低いためにカミングアウトができない」「本来の自分を偽る必要によるストレス」「同性婚が認められない」という、悩ましく苦しい立場に立たされてきました。
性同一性障害特例法とは
日本では、2004年から、医師の診断に合わせて特定の要件を満たせば、戸籍上の性別を変更できる『性同一性障害特例法』が施行されました。
本法では、もともと、戸籍の性別を変更する際、「生殖能力をなくす手術をすること」が要件としてありましたが、2023年10月、最高裁判所は、手術を受けないままでの戸

籍上の性別変更を認める判断を示しました。特例法の施行から19年を経て、性の多様性を尊重する国民の理解が、より良い社会的な変化を生んでいるのかもしれない。
「寄り添い」のかたち
性的マイノリティの人が、自分らしさを大切にしながら安心して生活するためには、まわりの理解と支えがとても大切です。
例えば
・相手が悩みや打ち明け話をしてくれたとき、否定せずにつづくりと耳を傾ける
・自分は理解者であると、当事者に伝える
こうした行動は、当事者の社会的な立場の向上や、平等な社会づくりにつながります。
このように、性的マイノリティの人に寄り添う人のことを、英語で「仲間や同盟」を意味する『アライ（ALLY）』と呼びます。
あなたの小さな言葉や行動が、誰かにとって大きな支えになることがあります。誰もが尊重され、安心して暮らせる社会を、共に築いていきましょう。

※性的マイノリティ(LGBTQ+)とは：レズビアン、ゲイ、バイセクシュアル、トランスジェンダー、クエスチョニングの5つの頭文字を取り、その他のプラスを付けた性的少数者の総称のこと。

▼問い合わせ 人権課 ☎73-3008

文化祭

絵画、書、写真、俳句、絵手紙、木工、ちぎり絵、手芸、生け花など、市民の皆さんの力作を展示します。また、民謡や詩吟、大正琴、吹奏楽などの芸能発表も行います。

町	内 容	日 時		場 所	問い合わせ	
高瀬町	作品展示	11月1日(土)	10:00～16:00	みとよ未来創造館	文化協会高瀬支部 ☎72-5367(大井)	
		2日(日)	9:00～15:00			
	芸能発表	11月2日(日)	10:00～14:30			
山本町	作品展示	山本幼稚園	11月1日(土)～12日(水)	山本町生涯学習センター	山本町 生涯学習センター ☎24-9152	
		山本小学校	11月15日(土)～27日(木)			9:00～20:00
		三豊中学校	12月3日(水)～17日(水)			9:00～20:00
	芸能発表	11月9日(日)	13:00～16:00	山本町農村環境改善センター		
三野町	作品展示 芸能発表	11月16日(日)	8:30～15:00	三野町体育センター	三野町公民館 ☎24-9153	
豊中町	作品展示 バザー	10月25日(土)	9:00～17:00	上高野文化センター	上高野文化センター☎62-2377	
		26日(日)	9:30～12:30	上高野児童館	上高野児童館☎62-5463	
	作品展示	11月1日(土)	9:30～18:00	・豊中町農村環境改善センター ・市民交流センター	豊中町公民館 ☎24-9154	
		2日(日)	9:30～16:00			
	芸能大会	11月2日(日)	12:00～16:00	市民交流センター		
詫間町	作品展示	11月8日(土)	9:00～17:00	マリンウェーブ	文化協会詫間支部 ☎080-6281-8811	
		9日(日)	9:00～15:00			
仁尾町	作品展示	11月2日(日)	9:00～17:00	仁尾町体育センター	文化協会仁尾支部 ☎090-5163-1356 (河田)	
		3日(月・祝)	9:00～15:00			
		芸能発表	11月2日(日)	13:30～17:00	仁尾町文化会館	
	作品展示・バザー	11月9日(日)	9:00～12:00	ふれあいプラザにお	ふれあいプラザにお ☎82-2607	
財田町	ふるさとライブ	10月19日(日)	14:00～16:30	財田町公民館	財田町公民館 ☎24-8407	
	作品展示 バザー	10月25日(土)	13:00～18:00	・財田町公民館 ・財田庁舎正面駐車場 ・健やかプラザ「コスモス」		
		26日(日)	9:00～16:00			
		開会式	10月25日(土)	13:00から		財田町公民館
	芸能祭	10月26日(日)	12:00～16:00			

※日時・場所などは変更になることがあります。

※山本町の作品展示は、年間を通して山本町生涯学習センターで開催しています。

▶各地区の詳細は
こちらから

秋のイベント

とよなか秋のまつり

10月12日(日) 午後5時30分～9時

場 ゆめタウン三豊駐車場

問 とよなか秋のまつり実行委員会
☎090-5712-5060(岡田)

本山太鼓まつり

10月18日(土)

午後6時～8時30分

場 JA香川県豊中支店
駐車場問 本山太鼓まつり
実行委員会
☎090-1008-6823(横田)

宇賀神社秋大祭

神社が醸造したどぶろくを
参拝者に振る舞います。

10月18日(土)、19日(日)

午前11時～午後3時
(19日(日)は午前9時～11時)

場 宇賀神社(豊中町)

問 年番総代
☎090-5914-9195(池田)
☎090-3988-9349(十鳥)

第21回やまもと爽郷祭り

10月19日(日) 午前10時～午後3時

(花火は18日(土) 午後7時から)

場 山本ふれあい公園

問 やまもと爽郷祭り
実行委員会
☎090-1177-4760
(堀川)

朝日山森林公園秋まつり

11月3日(月・祝)

午前9時～午後3時

場 朝日山森林公園

問 朝日山森林公園
を守る会
☎090-3655-7456(福岡)