

広報 みとよ

One MITOYO ～心つながる豊かさ実感都市～

10

2025
No.238



P2-3

10月3日(金)～11月9日(日)

瀬戸内国際芸術祭 2025 in 栗島

P4-5

スポーツの秋 到来！

9月13日、栗島芸術家村の
滞在作家 柏木崇吾かしわぎしゅうごさんのワー
クショップが開催され、市内
外の参加者がアートを楽しみ
ました。

撮影場所：栗島芸術家村

10月3日(金)～11月9日(日)

瀬戸内国際芸術祭 2025 in 栗島

3年に1度開催される現代アートの祭典『瀬戸内国際芸術祭』が、今秋も栗島で開催されます。芸術が生まれる島へと姿を変えた栗島の魅力を、ぜひこの機会に体感してみませんか？

モデルコースを紹介しますので、地図も参考に、ぜひ計画してみてください！

▶ 問い合わせ 産業政策課 ☎ 73-3012

START!!



▲地域活性化企業人 舘さん(左)
地域おこし協力隊 竹内さん(右)

※10月23日(木)・30日(木)は、休館日のため作品の鑑賞はできません。

最新情報は こちらから



▲特設サイト



▲Instagram



瀬戸内・三豊の島旅ガイド

子どもガイド

島の魅力を
ご案内♪



▲予約・詳細



オープニング記念セレモニー

ダンスシアターパフォーマンス
「The Drift ～漂流の島～」
開会にふさわしい演出をお楽しみに。

時 10月5日(日)13:30から
(ダンスは14:10から)

場 栗島小学校

芸術祭 特別 イベント

切腹ピストルズ

神出鬼没な迫力ある
演舞に釘付け。
いつどこに現れるか
分からない!?

時 11月2日(日)午後



週替わりワークショップ

三豊ならではのもの
づくりが楽しめる!
瀬戸芸のおみやげに。

▶詳細はこちら



島内の移動手段

🚲 レンタサイクル

時 7:00～17:00

料 1日500円、1,000円(電動)

場 週替わり島食堂の向かい

🚗 グリーンスロー モビリティ



時 火曜・木曜以外

料 1回100円

▶路線などは
こちらから



🚲 レンタルセニアカー & 電動キックボード

時 9:30～17:00

料 現地でお問い合わせください。

場 ル・ポール栗島



▲電動キックボード

島内MAP

← モデルコース

No. 作品

🚶 おすすめスポット

思考の輪郭
エステル・ストッカー

5

2 瀬戸内海底探査船美術館プロジェクト
ソコソコ想像所
日比野 克彦

3 栗島の記憶を染める
柏木 崇吾

4 航海する記憶の船
ーノマドギャラリー in 栗島
タオリグ・サリナ

4

天空のブランコ
& 島迷路

帰りがく家
- 瀬戸内栗島古家滞留
積層脳海図像-2025
青野 文昭

1

漂流郵便局

栗島芸術家村

武内商店

レンタルセニアカー
電動キックボード

6

《ボーダレス》
ベトナム移民の庭(No.11)
灯台の庭
トゥアン・マミ

ぼんのんじ
梵音寺タブノキ
& 島遍路

6

週替わり
島食堂

ル・ポール栗島

レンタ
サイクル

9

栗島港
旅客船乗り場

《ボーダレス》
ベトナム移民の庭(No.11)
移民の庭の神殿
トゥアン・マミ

9

7 瀬戸内海底探査船美術館プロジェクト
Re-ing-A
日比野 克彦

7

あわろは食堂

風待港(Galley あまた)

8

8 Awashima, Fall
グエン・チン・ティ

船の時刻表

須田港 ↔ 栗島港 ↔ 宮の下港



※栗島発の時間

上り (往路)	須田港 発	栗島港 着	上新田 発	志々島 発	宮の下 着
1便	06:20	06:55*	07:10	07:25	07:45
2便	07:25	07:40	-	-	-
3便	09:10	09:25	-	-	-
4便	10:50	11:05*	11:20	11:35	11:55
5便	12:40	12:55	-	-	-
6便	15:10	15:25*	15:40	15:55	16:15
7便	18:00	18:15	-	-	-
8便	19:05	19:20	-	-	-

下り (復路)	宮の下 発	志々島 発	上新田 発	栗島港 発	須田港 着
1便	-	-	-	06:45	07:00
2便	-	-	-	07:50	08:05
3便	08:30	08:50	09:05	09:35	09:50
4便	-	-	-	11:15	11:30
5便	13:15	13:35	13:50	14:30	14:45
6便	16:20	16:40	16:55	17:15	17:30
7便	-	-	-	18:25	18:40
8便	-	-	-	19:30	19:45

👉 栗島 ↔ 高見島 ↔ 本島
を結ぶ三島航路も周遊
におすすめです!

📍 須田港 ↔ 栗島港(片道)

大人 330円

小人 170円

👤 70人

🚢 栗島汽船

☎ 83-3204



▲島へのアクセスの
詳細はこちらから

⚠ 須田港周辺に駐車場
はありません。公共交
通機関が臨時駐車場を
ご利用ください。

スポーツの秋 到来！

▶ 問い合わせ スポーツ振興課
ミクスボ（市文化・スポーツ振興事業団）

☎ 73-3138
☎ 23-7080



9/13~14

市合同チーム始動
三観地区中学校新人強化大会

中学校部活動の地域展開を進めるため、9月1日（月）から正式にミクスボ軟式野球クラブとして「三豊北部」「三豊南部」の2チームを創設し、公式試合などの活動を開始しました。



8/10

バドミントン
男子シングルス元世界王者
桃田 賢斗選手と
ファン感謝のつどい



がんばれ〜！

8/9

キャッチボール
クラシック三豊大会
全国めざして熱き戦い



9/15

今年も「3 × 3 BALLPARK 三豊」の会場は白熱！

※3×3とは…3人制のバスケットボール



宝山湖 OKURA ボールパーク イベント情報

Event1

宝山湖フェスティバル2025

日時 10月13日(月・祝) 午前10時～午後4時

みんなで応援しよう!

- 第2回宝山湖カップ(中学生交流大会)
三豊エリアの中学生チームとカマタマーレ讃岐ユースチームによる交流大会

測ってみよう!

『ベジチェック測定会』『骨密度測定会』
どちらも簡単に測定できます。
協力: 明治安田生命保険相互会社

参加して楽しもう!

- サッカー教室(キッズ・小学生・大人)
カマタマーレ讃岐の選手やスクールコーチによる教室を行います。

- 体力測定会
握力・片足立ち・長座体前屈など

- かけっこ教室 時 午前10時～11時 要予約

- スリッパ飛ばし大会 要予約
時 午後0時30分～1時30分
講 カラダラボ 高木 駿氏

- 第2回あそびフェス
～アーバン(都市型)スポーツを楽しもう～
《体験会》 随時受付!

・パルクール
・スラックライン } 料 各500円 ※1家族は1,000円
・ストリートワークアウト

※内容によって年齢制限があります。

《アーバンスポーツ スペシャルショー》

時 午後1時30分～2時

ゲスト スラックライナー 秋山 東儀氏



《出演団体》

- ・讃岐パルクールサイト
- ・日本スラックライン連盟 四国支部
- ・ストリートワークアウト 香川

▶申し込み・問い合わせ
スポーツ振興課 ☎ 73-3138

▶各イベント
の詳細はこ
ちらから



▶あそびフェ
スの詳細は
こちらから



Event2

カマタマーレ讃岐 公開練習&交流会

日時 10月26日(日) 午前10時～午後4時

交流内容

- ・公開練習
- ・簡単な運動、サッカー教室など 要予約
- ・選手と一緒にパブリックビューイング※ (vs. 松本山雅 FC) 要予約

申し込み方法

右のQRコードからお申し込みください。
応募者多数の場合は、抽選となります。

受付期限 10月21日(火)まで

▶問い合わせ スポーツ振興課 ☎ 73-3138
県地域密着型スポーツ活用協議会
(県交流推進課内) ☎ 087-832-3055

※パブリックビューイングとは…
スポーツなどのイベントを、会
場やスタジアムの大型スクリーン
で鑑賞・観覧すること。



▶申し込み・
詳細はこ
ちらから



令和8年度

保育施設・放課後児童クラブの申し込みを 11月4日(火)から開始します



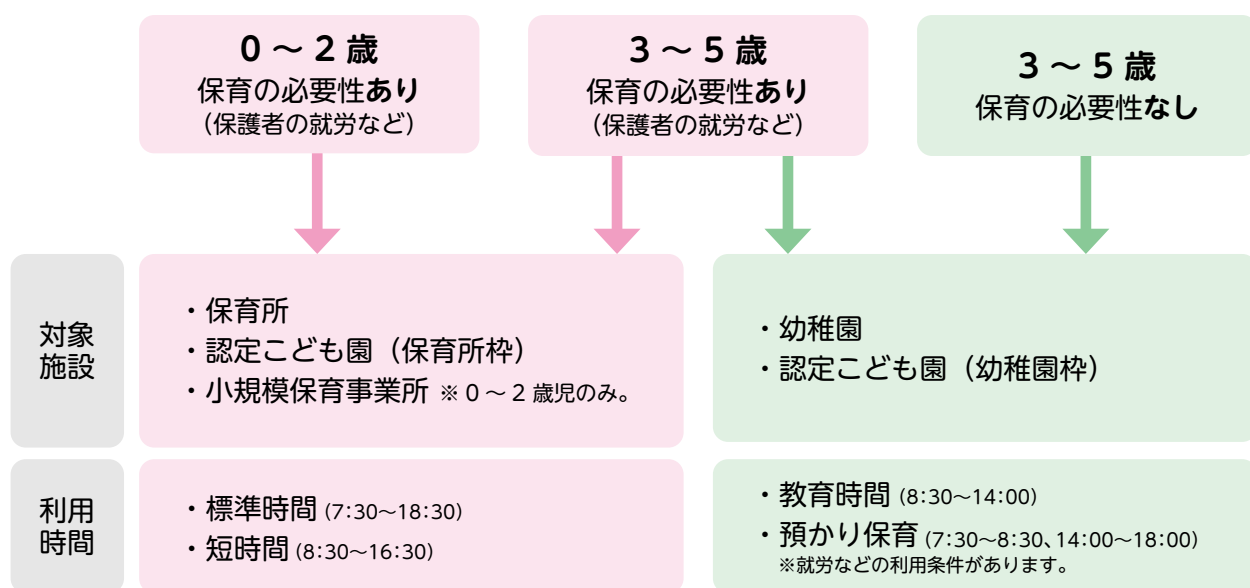
幼稚園・認定こども園・保育施設

▶ 問い合わせ
保育幼稚園課 ☎ 73-3036

令和8年4月入園(所)にかかる一斉募集を行います。
子どもの利用区分や提出先などを確認して、お申し込みください。



子どもに合った保育施設をチェックしてみよう



※施設ごとに、利用時間などが異なる場合があります。

募集の概要

受付期間 **11月4日(火)～21日(金)** ※土日は除く。

申請方法 入園(所)希望の幼稚園や保育施設など、または保育幼稚園課へ利用申込書に必要書類などを添えて、お申し込みください。
※新規で市内の施設を利用する人は、提出時に申請者のマイナンバーカードの提示または写しを持参してください。
※先着順ではありませんので、受付期間内にお申し込みください。
※保育施設希望者は、マイナポータルからも申請ができます。



詳細は、市ホームページまたは10月から配布する『利用案内』をご確認ください

令和8年度の『利用案内』や申込書は、市ホームページからもダウンロードできるほか、各配布場所(市内の幼稚園・保育施設および保育幼稚園課・学校教育課・各支所)で受け取れます。



▲詳細はこちらから

気になる入園前 Q&A



Q1. 保育施設などは、仕事が決まっていなくて申し込めませんか？

A. これから仕事を探す人でも入所の申し込みができますが、就労中または就労予定の人が優先されます。

Q2. 保育施設などをいろいろ見て決めたいのですが、見学はできますか？

A. 事前に希望の保育施設などに、電話で見学したい旨を伝えると見学が可能です。

Q3. 上の子は幼稚園に通園しています。下の子を保育施設などに預けることはできますか？

A. 保育施設などへの入所要件として、保護者が子どもを保育できない理由があると認められる場合に、下の子を保育施設などに預けることは可能です。

Q4. 保育施設などに入所してからの「ならし保育」はどのくらいかかりますか？

A. 子どもの慣れ状況により異なりますが、通常3週間程度です。最初から平常の時間で保育すると、子どもにとっては心身共に大きな負担となります。子どもの情緒が安定し、集団生活が楽しく送れるようにするため、ならし保育のご協力をお願いしています。ならし保育は入所日から行います。

※仕事復帰などの関係で、ならし保育の短縮を希望する場合は、各施設にご相談ください。

Q5. 保育施設などの入所の利用調整はどのようにするのですか？

A. 保護者などの就労や家庭状況などにより、保育を必要とする状況を総合的に判断し、優先度の高い子どもから順に入所を内定します。保育施設などの定員に余裕がない場合などには、入所できないことがあります。



放課後児童クラブ



▶ 問い合わせ

子育て支援課 ☎ 73-3016

募集の概要

受付期間 11月4日(火)～21日(金) ※土日は除く。

提出先 子育て支援課、各支所、各放課後児童クラブ
※申請書は、市ホームページからダウンロードできるほか、各提出先にあります。

必要書類

- ・入会申請書(児童1人につき1部)
- ・児童家庭調査票(児童1人につき1部)
- ・保険加入意思表示書(児童1人につき1部)
- ・保護者(父母など)の就労証明書または就労予定書(保護者1人につき1部)
- ・保護者などが傷病や障がい、妊娠や出産などの場合は、診断書の写し、母子手帳の写しなど証明できる書類
- ・利用申請に関する確認及び同意書

注意事項

- ・就労証明書など、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。
- ・年度途中からの入会希望の場合でも、必ず受付期間内に申請してください。
- ・就労証明書は、写しでも可能です。※写しは、申請者でご準備ください。
- ・家庭状況によって保育料の減免を受けられる場合があります。減免の申請は、毎年度必要です。



▲対象施設、申請書はこちらから

対象 保護者が就労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む。

開設日時 月～土曜と長期休業日 ※祝日、年末年始などを除く。

【平常登校日】……………放課後～午後6時30分

【土曜日・長期休業日・振替休業日】…午前7時30分～午後6時30分

※土曜日は希望保育となるため、利用希望日の1週間前までに申請が必要です。

保護者負担金 【通年利用の場合】……………月額3,000円

【長期休業日のみ利用の場合】……………※8月のみ月額6,000円

春休み(3・4月)、夏休み(7月)、冬休み(12月～1月)……各2,000円

夏休み(8月)……………月額6,000円

募集

ねん がつにゅうがく
2026年4月入学

や かんちゅうがく せい と ぼ しゅう
夜間中学の生徒を募集します

▶申し込み・問い合わせ 学校教育課 ☎73-3131 FAX 73-3140



▶詳細はこちら



場所
高瀬中学校夜間学級

日時
① 10月31日(金)
午後6時～7時30分
② 11月1日(土)
午前10時～11時30分
③ 11月1日(土)
午後1時30分～3時
※当日は、個別相談も予定しています。

三豊市立高瀬中学校夜間学級の2026年4月入学生徒を募集します。入学を希望する人は、入学希望者説明会に参加してください。説明会に参加する場合は、事前申し込みが必要です。

くらし

自治会管理ごみステーションで

金属ごみ・有害ごみを収集します

▶問い合わせ 環境衛生課 ☎73-3007

自治会が維持管理しているごみステーションは、自治会員が利用するためのもので、加入していない人は原則利用できません。自治会非加入者向けのごみ持ち込み場所や利用方法は、環境衛生課までお問い合わせください。

市役所・各支所の持ち込み場所でも、毎月2回(第2・4日曜日の午前7～9時)収集しています。

10月29日(水)は、詫間町でのプラスチック製容器包装の回収はありません。

事務所や商店、農業など、事業に伴うごみは回収できません。

50cm以上のものは、粗大ごみとして処分してください。

傘は、骨以外のビニールや布を取り除いてください。

金属ごみ(やかん、鍋、フライパン、傘の骨など)

※5つの品目ごとに分けて、キャリアに入れて出してください。

注意事項
50cm以上のものは、粗大ごみとして処分してください。

傘は、骨以外のビニールや布を取り除いてください。

金属ごみ(やかん、鍋、フライパン、傘の骨など)

福祉

ひとり親家庭のお母さんお父さんへ

就職や資格取得に給付金をご利用ください

▶申し込み・問い合わせ 子育て支援課 ☎73-3016

ひとり親家庭の母や父が教育訓練を受講したり、養成機関で修業したりする場合の費用などを給付しています。給付金の受給には、受講前に子育て支援課への相談が必要です。

自立支援教育訓練給付金
ひとり親家庭の母や父が、技術を身に付けるために指定教育訓練講座を受講し修了した場合
支給額 経費の60%
(1万2千円～20万円)

●高等職業訓練促進給付金
ひとり親家庭の母や父が、資格取得のため、養成機関で6カ月以上修業する場合
支給額
修業期間の全期間(上限4年)
・月額10万円(非課税世帯)
・月額7万5000円(課税世帯)
※最終年度のみ、月額4万円を加算。

●修業期間修了時
・5万円(非課税世帯)
・2万5千円(課税世帯)

対象となる資格や講座
看護師・准看護師、介護福祉士、保育士、理容師・美容師、調理師、デジタル分野など
※対象となる資格や講座は、受講前に確認してください。

ひとり親家庭の母や父が教育訓練を受講したり、養成機関で修業したりする場合の費用などを給付しています。給付金の受給には、受講前に子育て支援課への相談が必要です。

自立支援教育訓練給付金
ひとり親家庭の母や父が、技術を身に付けるために指定教育訓練講座を受講し修了した場合
支給額 経費の60%
(1万2千円～20万円)

●高等職業訓練促進給付金
ひとり親家庭の母や父が、資格取得のため、養成機関で6カ月以上修業する場合
支給額
修業期間の全期間(上限4年)
・月額10万円(非課税世帯)
・月額7万5000円(課税世帯)
※最終年度のみ、月額4万円を加算。

●修業期間修了時
・5万円(非課税世帯)
・2万5千円(課税世帯)

対象となる資格や講座
看護師・准看護師、介護福祉士、保育士、理容師・美容師、調理師、デジタル分野など
※対象となる資格や講座は、受講前に確認してください。

乳がん検診を受けましょう



▶ 問い合わせ 健康課 ☎73-3014 県健康政策課 ☎087-832-3261

乳がん月間の10月は
休日に検診を実施します

●香川井下病院（観音寺市）

日時 10月13日（月・祝）

午前9時～11時

定員 15人

申し込み 香川井下病院

☎52・2215

●三豊総合病院（観音寺市）

日時 10月19日（日）

午前9時～10時20分

定員 20人

申し込み 三豊総合病院

☎52・2726

●かしづかクリニック

日時 10月19日（日）

午前9時～11時

定員 10人

申し込み かしづかクリニック

☎82・9000

※1週間前までに、直接病院にお
申し込みください。

対象 市内に住民登録がある、令
和8年4月1日時点で40歳以
上の女性（※昨年度未受診者）

持ち物
・乳がん医療機関検診受診票
・マイナ保険証、資格確認書な
どの本人確認証明書類
・無料クーポン
※市から送付のあった人のみ

自己負担金

40歳 無料

41～69歳 1,500円

70歳以上 500円

詳細はこちら

70歳以上 500円



『健康地域交流DAY』を開催します

▶ 問い合わせ みとよ市民病院 ☎83-3001

病院で健康チェックや体力測定を
行い、改めて自分の健康について見
直してみませんか。

日時 11月1日（土）

午前10時～午後1時

場所 みとよ市民病院

内容

『まちの保健室』健康相談

身長、体重、

BMI、骨密度、

血管年齢などを

計測します。

体力測定、体圧測定

子ども体験コーナー

ドクターやナース、薬剤

師になってみよう。

屋外展示コーナー

救急車や消防車が展示さ

れ、煙テントの体験なども

できます。

福祉用具の展示や解説

リハビリスタッフや公認心理

師などによるミニ講座

健康や介護の

相談コーナー

キッチンカー

など



▲詳細は
こちらから



健康診査・特定保健指導を受けましょう

▶ 問い合わせ 健康課 ☎73-3014

10月は「里親を求める運動」月間です

▶ 問い合わせ 子育て支援課 ☎73-3016

里親制度は、家族のもとで暮ら
すことができない子どもたちが、
家族の一員として、温かい愛情と
家庭的な雰囲気の中で健やかに成
長するための制度です。

『里親制度説明会』を開催します

日時 10月12日（日）

午後2時～4時

場所 サンメッセ香川（高松市）

内容 里親制度の説明、
里親による座談会 など

対象 ・里親制度を知りたい人
・里親になりたい人

申し込み

県子ども女性相談センター

☎087・862・8861

今年度の健康診査は
10月31日（金）までです

年に一度は必ず受けましょう。

受診場所

三豊市・観音寺市の実施医療機関

※事前に予約してください。

持ち物

・5月下旬に送付した水色の封筒

・マイナ保険証・資格確認書など

健康診査の結果が出たら、健康

状態を把握し、生活習慣を振り返

ることが大切です。

生活習慣病の発症リスクが高い

人には、『特定保健指導』を実施

しています。案内が届いた人は、

ぜひ受けましょう。

健康

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

医療費などを全額自己負担したときはご相談ください

▶申し込み・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

療養費の申請

次のような場合は、後から健康課または各支所へ申請して認められると、自己負担額以外が「療養費」として支給されます。

※申請には時効があります。

支給対象

- ・やむを得ず、保険証を持たずに診療を受けたとき
- ・医師の指示で、コルセットなどの治療用装具を作ったとき
- ・骨折やねんざなど保険適用となる内容で、接骨院や整骨院にかかったとき
- ・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
- ・自己負担限度額の適用区分が「区分Ⅱ」で、長期入院該当の申請をして、食事代の差額が生じたとき
- ・緊急の手術や重病などのやむを得ない理由により、医師が認めた入院や転院をする場合で、救急車で搬送が困難なとき（移送費）
- ・海外渡航中に治療を受けたとき（治療目的の渡航は除く） など



接骨院や整骨院にかかるとき

接骨院や整骨院にかかるときは、負傷の原因を正しく伝えて施術を受けましょう。また、治療が長引く場合は、一度医師の診断を受けましょう。

保険適用となる施術

打撲、ねんざ、骨折、挫傷（肉離れなど）、脱臼
※応急手当を除き、医師の同意が必要です。

全額自己負担になる施術

- ・単なる肩こり、腰痛、肉体疲労
- ・特にけがはないが、疲れを取ることに目的のもの
- ・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
- ・整形外科や外科で治療中の部位 など

県後期高齢者医療広域連合事務局からのお願い

接骨院や整骨院から広域連合への療養費の請求には、保険対象外などの不適切な請求が見つかることがあります。適正な保険給付のために調査が必要な場合、広域連合から被保険者に、「負傷原因」や「施術内容」などを直接伺うことがあります。医療費通知や領収書は保管し、回答にご協力ください。

健康

高齢者定期予防接種

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種が始まります

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014

対象者には予防票を送付しています。希望者は、直接医療機関で予約し接種してください。
インフルエンザは水色、新型コロナウイルス感染症は白色の予防票です。

対象

- ・市内に住民登録がある、昭和36年3月31日以前に生まれた65歳以上の人
- ※昭和36年1～3月生まれで、インフルエンザ予防接種を希望する人は、65歳の誕生日以降に健康課までご連絡ください。
- ・60～64歳の人で、心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人（障害者手帳1級を有する人）



接種期限 令和8年3月31日（火）まで
接種費用

インフルエンザ

課税世帯	1,200円
非課税世帯・生活保護世帯	無料
新型コロナウイルス	
課税世帯	4,700円
非課税世帯	1,600円
生活保護世帯	無料

※生活保護世帯または市民税非課税世帯の人は、予防接種を受ける際に証明書類を医療機関に提出してください。



▲インフルエンザ予防接種



▲新型コロナウイルス予防接種

市営住宅の入居者を募集します

▶申し込み・問い合わせ 建築住宅課 ☎73-3044

対象 次の条件を全て満たす人

- ・現に住宅に困窮していることが明らかなこと
- ・市内在住または在勤のこと

- ・※定住促進住宅高瀬中央は、市外の人でも申し込み可能。
- ・同居の親族または同居しようとする親族がいること（事実上婚姻関係にある人や婚約者を含む）

- ・※一定の条件を満たす場合、単身入居も可能です。詳しくは建築住宅課までお問い合わせください。
- ・市税などを滞納していないこと
- ・世帯の月額所得が基準の範囲内であること

- ・申込者または同居親族が暴力団員でないこと

入居予定時期 11月中旬

必要書類

- ・申込書および申立書など（建築住宅課、各支所にあります）
- ・入居予定者全員の住民票所得証明書
- ・完納証明書（申込者のみ）

提出先 建築住宅課（郵送不可）

申込書配布・受付期間

10月1日（水）～15日（水）
午前8時30分～午後5時

※土日、祝日を除く。



▲詳細はこちらから
※10月1日（水）以降に公開されます

団地名	棟号室	間取り・構造	建設年度	家賃 ※入居する世帯の所得に応じて決定	駐車場 使用料	共益費
定住促進住宅 高瀬中央 (高瀬町比地中)	1-504	3DK 中層耐火5階建 (5階)	平成10年度	12,000円～20,000円	1台につき 2,000円	3,000円
西野団地 (詫間町詫間)	A-201	3DK 中層耐火3階建 (2階)	平成7年度	19,000円～37,300円	1台につき 2,800円	3,400円
	C-323	3DK 中層耐火3階建 (3階)	平成9年度	19,200円～37,800円		
宮尾団地 (財田町財田中)	105	3LDK 耐火2階建	平成4年度	20,400円～40,000円	2台まで 無料	自治会管理

※エレベーターなし ※水洗トイレあり

お知らせ

パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度を知っていますか

▶申し込み・問い合わせ 人権課 ☎73-3008

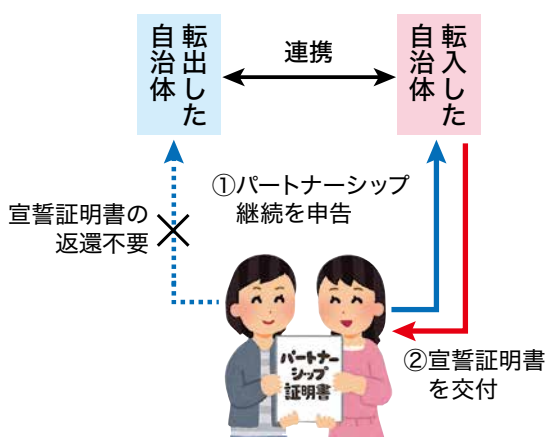
多様性が認められる共生社会の実現をめざして『パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度』を導入しています。

パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度とは

お互いを人生のパートナーとすることを宣誓した性的マイノリティ（性的少数者）のカップル、また、一緒に暮らしている子どもおよび父母など家族関係にあることを証明する制度

この制度を導入した自治体が連携する『パートナーシップ制度自治体間連携ネットワーク』に、10月1日（水）から加入したため、パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓証明書を交付された人が連携自治体間で住所を異動する際に、手続きが一部軽減できるようになります。

手続きの流れ



みとよHOT ほっとNEWS

詳しくは市ホームページで紹介！



8/9 うらしまサンバで盛り上がる！

第54回三豊たくま港まつりが開催され、恒例のうらしまサンバや舞い踊りコンテスト、海上花火大会などで、会場は大いに盛り上がりました。また、友好都市提携を結んでいる徳島県美波町から影治 信良町長をはじめ訪問団の皆さんが参加し、交流を深めました。



▲美波町の乙姫大使、“かめたろう”、“かめ福丸”と三豊市の乙姫



詫間町市民運動場周辺

9/4 東京2025デフリンピック※に向けて啓発活動

11月に日本で初開催の「東京2025デフリンピック」の認知度向上やPRのために全国を巡回しているキャラバンカーが三豊市を訪れ、啓発活動を行いました。



※デフリンピック…耳の聞こえない・聞こえにくい選手の国際スポーツ大会

三豊市役所

8/20 ソーラーハウスを作って省エネに取り組もう！

ソーラーハウス工作教室が開催され、参加した子どもたちは、エネルギーの「創(つくって)」「蓄(ためて)」「省(ムダをはぶく)」を学び、省エネの大切さを考えました。



みとよ未来創造館

8/27 生物多様性を中心に掲げ地域の活性化に取り組む

市とANAあきんど株式会社は、生物多様性や自然環境を守ることを中心に地域活性化に取り組む、業務連携協定を締結しました。



危機管理センター

8/12 災害時の避難場所などに利用できるよう協定を締結

市と株式会社みやたけは、「災害時における施設等利用に関する協定」を締結。有事の際は、施設を避難所や物資の集積所などとして利用できるようになります。

災害時における施設等利用に関する協定 締結式 株式会社みやたけ / 三豊市



危機管理センター

9/10 みとよの『地域の人事部』がスタート

地域の人と企業をつなぐ『地域の人事部』が県内で初めてスタートしました。産・官・学・金※が連携し、人材の課題を解決するために一体となって取り組みます。



危機管理センター

※産・官・学・金…産業界(企業)、官(国や地方自治体)、学(大学など)、金(金融機関)のこと。

8/24 夏の終わりを飾る熱いパフォーマンス

たかせ夏まつりが開催され、よさこい踊りなど、熱気あるパフォーマンスが披露されました。また、『高瀬茶つみ音頭』などの昔懐かしの踊りも復活しました。



みとよ未来創造館周辺

9/6 鍋をつつきながら みんなでお月見

『第2回もとやま月見の宴』が開催され、約50組の家族や団体が鍋を囲みながらパフォーマンスなどを楽しみ、秋の夜長とお月見を満喫しました。



財田川リバーサイドパーク

9/2 特産のシャインマスカットを収穫

桑山小学校の6年生14人が、地元特産のシャインマスカットの収穫を体験し、地域の農産物について理解を深めました。



豊中町内

8/29

おめでとうございます

ピアノコンペティションでグランプリ受賞!

高瀬町出身で大学4年生の稲沢 朋華さんが、国内最大級のピアノコンクール『第49回ピティナ・ピアノコンペティション特級ファイナル』でグランプリを受賞しました。



グランプリ受賞時の演奏
photo ©木川宗一郎



三豊市役所

8/29

長谷川工業株式会社からの 寄付贈呈式

長谷川工業株式会社から、観光などに活用してほしいと、電動キックボード5台を企業版ふるさと納税として寄贈していただきました。



三豊市役所



▲地域包括支援センターのホームページはこちらから

▶問い合わせ 地域包括支援センター ☎73-3021
南部高齢者サポート ☎67-3788

▲介護予防レンジャー 歯みがくんジャー

口の健康でからだも元気に！

口の健康が全身の健康につながります

歯や口の機能は、「好きなものをしっかり食べること」「家族や友人と楽しく話すこと」など健康的な生活に欠かすことができない重要な機能です。

歯や口の機能が衰えると、次の症状がみられます。

- ・硬いものが食べづらくなった
- ・お茶や汁物でむせる
- ・口の乾きが気になる
- ・滑舌が悪くなる

これらをきっかけとして、食事の楽しみがなくなることによって食生活に支障をきたし、栄養不足で体力や気力が低下することがあります。また、滑舌が悪くなることで人との交流を避けるようになる、かむ力の衰えから脳への刺激や血流量が減ることで、認知症を発症するリスクが高くなるなど、全身にさまざまな影響を及ぼします。いつまでも元気でおいしく食べられるように、口を健康に保ちましょう。

顔ジャンケン（顔面体操）

ほほ ふく
頬を膨らます
(グー)



口をすぼめる
(チョキ)



口を大きく開く
(パー)



出典：香川県歯科医師会「健口生活読本」

- ★ 口の中はいつもきれいにしよう！
- ★ 食べかすが残っていたらグチュグチュウがいしよう！
- ★ 歯磨きや入れ歯の手入れも、歯ブラシを使ってやさしく丁寧に行おう！



早期発見・早期保護

SOSネットワークシールを交付しています

認知症などにより、行方不明になった高齢者を早期発見・保護するために、SOSシールを交付しています。

困っている人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。



使用例

三豊市 SOSネットワーク



000



▲「SOSネットワークシール」
枠内に番号が記載されています

シールは靴や衣服、杖などに貼っています。QRコードを読み取って、表示される電話番号（三豊警察署または地域包括支援センター）へ連絡してください。その際、オレンジの囲み枠の番号を伝えてください。

10月のご案内

もの忘れ相談会

要予約

日時 10月6日(月) 午後2時～3時

場所 みとよ未来創造館

受付 10月3日(金)まで

▶申し込み・問い合わせ
地域包括支援センター ☎73-3021



◀申し込みは
こちらから

つなが会 もの忘れが気になる人と家族の交流会

日時 10月23日(木) 午後2時～4時

場所 みとよ未来創造館

家族介護教室 ④ お口の話と体操

日時 10月25日(土) 午後1時30分～4時

場所 財田町デイサービスセンター

▶問い合わせ 財田町デイサービスセンター
☎67-0120

高齢者あんしん相談

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

日 程	時 間	場 所
6日(月)	10:00～11:00	三野町保健センター
9日(木)		三豊市役所
14日(火)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
15日(水)		豊中庁舎
16日(木)		山本庁舎
20日(月)		詫間ふれあい交流館
27日(月)		市民センター仁尾

みとよ元気運動塾

転倒予防のための運動教室

日 程	時 間	場 所
2日(木)	10:00～11:30	山本町農村環境改善センター
	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
10日(金)	10:00～11:30	三野町生涯学習センター
	13:30～15:00	仁尾町文化会館
15日(水)	10:00～11:30	マリンウェーブ
27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

脳きらり教室

認知症予防の教室

④「やってみよう! 認知症予防運動」

日 程	時 間	場 所
6日(月)	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
7日(火)		みとよ未来創造館
8日(水)		マリンウェーブ
20日(月)		三野町生涯学習センター
22日(水)		豊中町農村環境改善センター
24日(金)		山本町生涯学習センター
28日(火)		仁尾町文化会館

オレンジかふえのお知らせ

認知症が気になる人や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。

料金 100～500円



▲7月にみんなの看多機なないろで開催されたオレンジかふえ

日 程	時 間	場 所	申し込み・問い合わせ先
15日(水)	13:30～15:00	三野町保健センター(太陽の家)	みの元気塾 ☎72-1872
	13:30～15:30	山本町老人ふれあいプラザ	地域包括支援センター ☎73-3021
16日(木)	14:00～16:00	みんなの看多機なないろ(高瀬町)	みんなの看多機なないろ ☎24-8911
17日(金)	13:30～15:00	仁尾町文化会館	地域包括支援センター ☎73-3021
19日(日)	13:30～15:30	特別養護老人ホームとよなか荘	とよなか荘 ☎56-6300
23日(木)	13:30～15:30	マリンウェーブ	地域包括支援センター ☎73-3021
24日(金)	14:00～16:00	みとよ未来創造館	四国学院大学専門学校 ☎72-5192
25日(土)	14:00～16:00	野田原集落センター(財田町)	阿須波(谷口) ☎090-5712-6777

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 2日(日) 9:00～15:00		みとよ未来創造館	文化協会高瀬支部 ☎72-5367(大井)
		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) 9:00～20:00		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 26日(日) 9:30～12:30		上高野文化センター 上高野児童館	上高野文化センター☎62-2377 上高野児童館☎62-5463
		作品展示	11月1日(土) 9:30～18:00 2日(日) 9:30～16:00		・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
	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 9日(日) 9:00～15:00		マリンウェーブ
仁尾町	作品展示	11月2日(日) 9:00～17:00 3日(月・祝) 9:00～15:00			仁尾町体育センター	文化協会仁尾支部 ☎090-5163-1356 (河田)
	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 26日(日) 9:00～16:00			・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」	
	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(福崎)



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

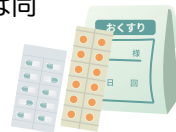
複数の医療機関を受診している場合でも、薬の情報をまとめて継続的に管理してもらえます。薬の重複や相互作用による悪影響を防ぐことができ、治療が効果的になるようにサポートしてくれます。

💊 おうちに「残薬」^{ざんやく}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を一緒に考え、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

じんけん探訪 114



性的マイノリティ※

性的多様性の視点でみると

性別の種類は、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く」「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、否定せずにゆっくりと耳を傾ける
- ・ 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



募集

自衛官（特別職国家公務員）募集

区分		応募資格
① 自衛官候補生	18歳以上33歳未満の男女	
② 防衛大学校学生	18歳以上21歳未満の男女	
③ 推薦	中学卒（見込み含む）17歳未満の男子 ※その他条件あり	
④ 一般	中学卒（見込み含む）17歳未満の男子	

試験日 第1次試験

- ① 受付時にお知らせ
 - ② 11月1日（土）
 - ③ 令和8年1月10日（土）～12日（月・祝）のうち指定日
 - ④ 令和8年1月24日（土）、25日（日）のうち指定日
- 受 ① 随時受け付け中
- ② 10月16日（木）まで
 - ③ 11月28日（金）まで
 - ④ 令和8年1月15日（木）まで
- 申問 自衛隊観音寺地域事務所
☎ 25・6122



相談

西讃保健福祉事務所 10月相談（要予約）

- 【統合失調症 家族教室】
時 10月9日（木）
午後1時30分～3時30分
- 対 統合失調症の人の家族
- 内 講義「障がいのある人への就労支援について」 他
- 受 10月6日（月）まで
- 【心の健康相談】
時 10月15日（水）
午後4時20分～5時15分
- 【思春期相談】
時 10月20日（月） 午後3時～5時

申問 西讃保健福祉事務所

☎ 25・2052



社会保険労務士による
無料出張年金相談（要予約）

時 10月8日（水）
午前10時～午後3時

場 危機管理センター

内 年金相談や年金請求、各種手続きの受け付け

持 基礎年金番号が分かる書類、相談者の本人確認ができるもの

※代理人の場合は、委任状および代理人の本人確認ができるもの

申問 街角の年金相談センター高松
☎ 087・811・6020

講座・教室

市総合体育館 10月健康教室

【健康相談と運動処方】

時 10月11日（土）、30日（木）
午前9時～10時30分

10月16日（木）、26日（日）
午前8時30分～10時

内 トレーニング機器での運動
料 200円

【走る教室】（要予約）

時 10月9日（木）、14日（火）
午後6時～7時

料 500円 数小学生 30人

【バランスポール講座】（要予約）
時 10月11日（土）
午前10時30分～11時30分

料 200円 数10人

申問 市総合体育館 ☎ 72・1500

楽しくスポーツ教室（要予約）

時 10月12日（日）
午後2時～3時30分

場 高瀬町体育館

対 障がいのある人と家族 など

申問 かがわ総合リハビリテーション福祉センター

☎ 087・867・7686

バウンドテニス教室（要予約）

時 11月1日（土）、8日（土）、15日（土）、22日（土）
午後7時30分～9時

場 吉津小学校体育館

対 小学4年生以上

受 10月24日（金）まで

申問 市スポーツ協会 ☎ 73・3138

図書館ニュース

問い合わせ 生涯学習課 ☎ 73-3135

★10月の休館日★

□ 休館日 ○ ゆめ図書館開設日

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	

【臨時休館】

…詫間町 図書館休館
…山本町 図書館休館



▲おはなし会情報は
こちらから

みとよゆめ図書館の開設時間が変わりました

開設時間 午前10時～午後5時

場 所 ゆめタウン三豊



三豊総合病院 10月健康教室

【糖尿病教室】(要予約)

時 10月15日(水) 午後3時～4時

内 糖尿病神経障害、サルコペニアについて 他

【腎臓病教室】

時 10月16日(木)

午後3時30分～4時30分

内 糖尿病と腎臓病 他

【食べて治して、ハッピーライフ】

時 10月17日(金) 午前10時～正午

内 調理実習 血糖値が気になる人へ野菜たっぷりメニュー 他

料 1,000円(当日集金)

【肝臓病教室】

時 10月23日(木)

午後2時～3時30分

内 肝臓にやさしい食事 他

【みとよサプリ】

時 10月28日(火)

午後0時30分～1時

内 きちんと食べよう！朝ごはん！

申問 三豊総合病院 ☎52・3366

こころの健康づくりセミナー

時 11月5日(水)

午後1時30分～3時30分

場 三豊合同庁舎(観音寺市)

対 メンタルヘルスに興味がある人

演 心のケアを学ぼう

講 香川大学医学部臨床心理学科

臨床心理士・公認心理師

太田 美里 先生

受 10月31日(金)まで

申問 西讃保健福祉事務所

☎25・2052

イベント

詫間町民俗資料館・考古館

「嗚呼！なつかしの昭和40年代展」少年編

時 11月30日(日)まで

※月曜は休館

内 昭和40年代の子どもたちが熱狂した玩具や文房具などを展示

料 一般…100円

中高生…70円 小学生…50円

問 詫間町民俗資料館・考古館

☎23・6709



香川大学サテライトセミナー

時 10月31日(金)

午前10時～11時30分

場 危機管理センター

内 地域の災害特性を知ろう

問 香川大学

☎087・832・1278

香川高等専門学校

学園祭・オープンキャンパス

時 11月1日(土)、2日(日)

場 詫間キャンパス

高松キャンパス

問 香川高専高松キャンパス

☎087・869・3811



▲詳細はこちらから

四国学院大学

【back to the 大学祭】

時 10月12日(日)

午前9時30分～午後6時

内 ライブや屋台

問 四国学院大学

☎0877・62・3966

【オープンキャンパス】

時 10月12日(日)

午後1時30分～3時30分

内 大学説明、個別相談

問 四国学院大学

☎0120・459・433



▲大学祭



▲オープンキャンパス

にじまちカフェ縁

時 10月25日(土)

午前10時～正午 ※出入り自由

場 たかせ人権福祉センター

対 LGBTQ+(性的少数者)の当事者、家族、支援者など

料 大人…300円

18歳以下…100円

※茶菓子付き

問 人権課 ☎73・3008

三豊にじいの研究会(田中)

☎080・1998・9238



マリンウェーブ情報

▶問い合わせ
マリンウェーブ ☎56-5111

たくまシーマックス×マリンウェーブ・カルチャー コラボ企画! ボクシングエクササイズ

ボクシングの動作をベースにした、
脂肪燃焼や筋力アップなどさまざまな
効果が期待できるシェイプアップ
プログラムです。

中学生以上であれば、性別年齢問わず、
どなたでも当日参加OKです！



時 10月17日(金)、11月21日(金)、12月19日(金)
午後7時30分～8時10分(レッスン40分)

場 マリンウェーブ

講 たくまシーマックス支配人 高田 明浩 氏

料 各日500円 ※当日、受付でお支払いください。

持 動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物



10月のお知らせ

時 = 日時 場 = 場所 講 = 講師 内 = 内容 対 = 対象 数 = 募集人数 持 = 持ち物 種 = 種目
料 = 参加費用 受 = 受付期間 演 = 演題 申 = 申し込み方法・申込先 問 = 問い合わせ先

Enjoy Brass in かんおんじゅ

時 11月1日(土)

開演…午後0時30分

場 ハイスタッフホール(観音寺市)

内 三豊市・観音寺市内の中学校・高校、吹奏楽団体による演奏

問 豊中中学校 62・2071



まち歩き「オトグイの郷(要予約) 香田を歩く」

時 11月15日(土)、12月6日(土)

午前10時～正午

※午前9時45分に香川高専託 間キャンパス駐車場に集合

場 託間町香田地区付近

内 県指定無形民俗文化財に指定された「船越八幡神社のオトグイ」を中心に香田地区の歴史を紹介

料 500円

持 動きやすい服装、歩きやすい靴

受 10月31日(金)まで

※定員に達し次第締め切り

申 問 まちづくり推進隊託間

83・3639



▲申し込みはこちらから

その他

イノシシにご注意ください

市内各地でイノシシが出没しています。イノシシを目撃したら、近づくず、落ち着いてゆっくりとその場から離れましょう。決して威嚇したり、無理して追い払ったりしないでください。

農作物を守るため、侵入防止柵を設置する場合、費用の一部を補助しています。

問 農林水産課 73・3040



水田政策(5年水張りルール)が見直されました

経営所得安定化対策等実施要項などの改正により、水田政策が見直されました。

水田政策

・1カ月以上の湛水管理(水張り)

・水稲作付け

※今年度と令和8年度は「連作障害を回避する取り組み」を実施した場合も、水稲の作付けをしたとみなします。その場合、作業日誌の作成と保管、提出が必要です。

問 農林水産課 73・3040



▲詳細はこちらから

文書館だより

秋期企画展「有線放送の時代」

昭和30年代に各町に設置された有線放送を紹介します。

時 10月11日(土)～12月7日(日) 午前9時～午後5時
※月曜、10月31日(金)、11月28日(金)は休館

内 ・有線放送から行政無線への変遷を伝える歴史公文書などの展示
・有線放送の番組表・時間表が掲載された旧町の広報
・有線放送の現場や施設を撮影した写真 他



◀有線放送電話の交換風景(高瀬町 昭和40年)

▶問い合わせ 文書館 63-1010

税務課からのお知らせ

市県民税・森林環境税(普通徴収)(第3期分)
国民健康保険税(普通徴収)(第4期分)
介護保険料(普通徴収)(第4期分)
後期高齢者医療保険料(普通徴収)(第4期分)

口座振替日 および 納期限 **10月31日(金)**

☆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

「おうちでフィットネス in みとよⅡ」で隙間時間に運動しよう



運動は、「身体」と「こころ」にさまざまな良い影響をもたらします。健康を維持するためには、適度な運動が大切です。運動が苦手な人でも安心して始められるような分かりやすい解説付きで、「運動したいけど何から始めればいいのか分からない」そんな人にこそおすすめです。

動画内容	動画公開日
①部位トレ 腕編	10月10日(金)
②部位トレ 肩編	24日(金)
③部位トレ 太もも編	11月14日(金)
④部位トレ ふくらはぎ・すね編	28日(金)
⑤部位トレ 体幹前面編	12月12日(金)
⑥部位トレ 体幹側面編	26日(金)
⑦全身トレーニング編1	令和8年1月 9日(金)
⑧全身トレーニング編2	23日(金)



◀視聴はこちらから

▶問い合わせ 健康課 73-3014



8月の市内交通事故発生状況()内は前月比 発生件数8件(-2) 死者数0人(0) 負傷者数8人(-2)
※速報値のため、実際の件数とは異なる場合があります。

休日当番医

※休日当番医は、都合により変更になることがあります。

受診する前に医療機関へお問い合わせください。

※歯科の診療時間は、午前9時～正午

※内＝内科、外＝外科、整＝整形外科、脳＝脳神経外科、
歯＝歯科

日程	医療機関名	診療科	市町名	電話番号
5日(日)	今滝医院	内	観音寺	27-6218
	岩崎病院	外・内	詫間	83-6011
	タカシ歯科クリニック	歯	観音寺	24-4618
12日(日)	羽崎病院	整	観音寺	25-3382
	今川内科医院	内	豊中	62-2052
	アリーデンタルクリニック	歯	観音寺	23-7330
13日(月・祝)	たしる医院	内	観音寺	25-8413
	藤田脳神経外科医院	脳	高瀬	72-1135
19日(日)	門脇医院	内	観音寺	54-2011
	そがわ医院	整・内	豊中	62-2357
	塩田歯科医院	歯	観音寺	25-3872
26日(日)	松井病院	脳・内	観音寺	23-2111
	嶋田内科医院	内	三野	73-5178
	しつかわ歯科医院	歯	詫間	83-6480

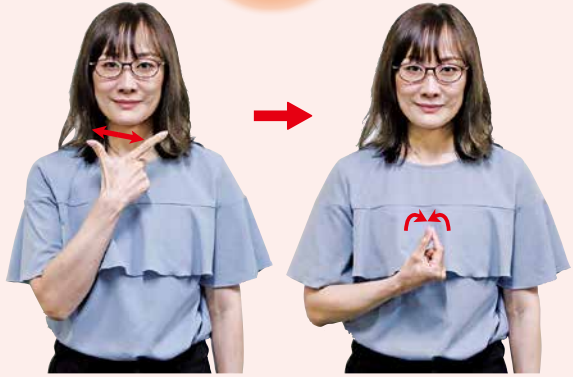
＼手話で話そう！／

No.22

こころのバリアフリー

手話を使って、コミュニケーションの輪を広げていきましょう。

「好き」



▲喉に向けて開いた右手の親指と人差し指を、
下げながら閉じます。

▶問い合わせ 福祉課 ☎73-3015

相談名		日程	時間	場所	問い合わせ
健康	健康相談	2日(木)	9:30～11:00 (要予約)	マリンウェーブ	健康課 ☎73-3014
		8日(水)		山本町保健センター	
		10日(金)		豊中町保健センター	
		16日(木)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター	
		20日(月)		三野町保健センター	
		21日(火)		市民センター仁尾	
		29日(水)		みとよ未来創造館	
	かがわ若者サポートステーション※①	16日(木)	13:00～17:00 (要予約)	三豊市役所	福祉課 ☎73-3015
	青年・成人の発達障がいに関する相談	17日(金)			
	こころの相談	27日(月)	13:30～15:00		
行政・その他	行政相談	1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
		6日(月)	10:00～12:00	市民センター仁尾	
			13:00～15:00	みとよ未来創造館	
		8日(水)	10:00～12:00	豊中庁舎	
		10日(金)	10:00～12:00	財田庁舎	
		15日(水)	13:00～15:00	マリンウェーブ	
		16日(木)	13:00～15:00	粟島開発総合センター	
		20日(月)	13:00～15:00	山本庁舎	
	人権相談	1日(水)	10:00～13:00	市民センター仁尾	人権課 ☎73-3008 または各支所
		3日(金)	9:30～12:00	山本町農村環境改善センター	
		7日(火)	9:30～12:00	財田庁舎	
		17日(金)	10:00～13:00	市民センター三野	
	職業相談	20日(月)	10:00～11:30	ふれあいプラザにお	☎82-2607
	農事相談	7日(火)	13:30～16:00	危機管理センター ※対象地域は高瀬・山本・財田	農業委員会事務局 ☎73-3046
	就農相談	16日(木)	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
		31日(金)			
	よろず三豊サテライト※②	21日(火)	9:00～17:00 (要予約)	インパルみの	産業政策課 ☎73-3012
	知財相談				

※① 働くことに悩みを抱える15～49歳の人・家族への就労支援相談

※② 中小企業などの経営相談

子育てするなら
三豊が一番！



ここ笑み通信

こども・子育て・笑顔のみとよ

こんな時はどうしたらいいの!?

なないろの専門スタッフによる

子育てちょこっとアドバイス vol.13

▶ 問い合わせ

こども家庭センター「なないろ」

(子育て支援課内) ☎73-3016

第3回

プレコンセプションケアのポイント

女性と未来の赤ちゃんのために 今からとりたい「4つの栄養素」

忙しく働く女性が多く、食事に時間をかけることが難しい傾向にあります。そのため、栄養のバランスよりも、簡単で手軽に食べられ、おなかを満たしてくれるものを優先しがちです。なかには、ダイエットのために、サラダだけで済ませたり、お菓子を食事代わりにしたりする人もいます。

紹介する「たんぱく質」「^{ようさん}葉酸」「鉄分」「ビタミンD」は、健やかな体を作るために大切な4つの栄養素で、1日3食バランスよく取ることが大切です。



プレコンセプションケアとは

プレ (前) コンセプション (妊娠) で、“妊娠前”の健康管理という意味です。

妊娠前の若い頃から質の高い生活を送ることで、自分の今の健康だけでなく、将来の健康そして将来の赤ちゃんの健康につながります。



▲詳細はこちらから



肉、魚、卵、乳製品、大豆製品 など

たんぱく質

体づくりの材料になります。普段から、意識して摂取したい栄養素です。



ほうれん草、ブロッコリー、焼きのり など

^{ようさん}葉酸

赤ちゃんの神経系が作られるのに重要です。

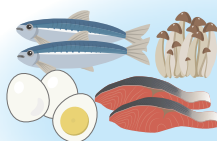
妊娠前から摂取し、先天性神経系トラブルのリスクを減らしましょう。



赤身の肉・魚、あさり、レバー、納豆、小松菜 など

鉄分

妊婦の鉄分不足は、貧血や母乳の出やすさなどに影響します。妊娠前に十分な鉄分を蓄えることで、母子の健康をサポートできます。



サケ、イワシ、サンマ、ウナギ、キノコ、卵 など

ビタミンD

妊婦だけでなく赤ちゃんの発育にも影響するともいわれています。食事と適度な日照で、ビタミンD欠乏を予防しましょう。



栄養素がたっぷりとれるお手軽レシピ

小松菜と豚肉の卵炒め



- ① 小松菜はざく切りにする。卵はボウルにいておく。
- ② フライパンにごま油を熱し、豚肉と小松菜を炒め、塩・こしょう・しょうゆを加える。
- ③ フライパンの端に②を寄せて、空いたところにごま油を足して卵を炒め、全体を混ぜ合わせる。

★豚肉の代わりにツナ缶でも！

【材料】(2人分)

・小松菜	1/2 束
・豚肉	100g
・卵	1 個
・塩、こしょう	少々
・しょうゆ	小さじ 1
・ごま油	適量

「プレコンセプションケアのポイント」のバックナンバー
【昨年度に掲載】〈第1回〉10月号 〈第2回〉12月号



◀ 広報バックナンバー
はこちらから

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!!



←ケータイ・スマホは
こちらからアクセス!



はじめまして

8月生まれの
赤ちゃん

35人

(男の子14人
女の子21人)

★10月のお知らせ★

乳幼児健診・10カ月児相談

個別に案内します

場所：三野町保健センター

4カ月児健診



令和7年6・7月生まれ

10カ月児相談



令和6年12月生まれ
令和7年1月生まれ

1歳6カ月児健診



令和6年3月生まれ

3歳児健診



令和4年3月生まれ

◎時間差での案内、体調の確認などにご協力ください

児童相談

要予約

場所：市役所3階

18歳未満の子どもとその保護者

28日(火) 13:30～16:00

希望者は24日までに電話でお申し込みください

◎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

▶申し込み・問い合わせ

こども家庭センターなないろ(子育て支援課内) ☎73-3016



家庭訪問型子育て支援ボランティア 「訪問支援員(ホームビジター)」 養成講座受講生募集

要予約

日時 10月16日(木)～12月2日(火)
期間内で7日間

場所 栗熊コミュニティセンター(丸亀市)

対象 子育て経験を生かした
ボランティア活動に参加
を希望する人

申請期限 10月10日(金)まで



▲日時や内容の
詳細はこちらから

▶申し込み・問い合わせ

NPO法人子どもの虐待防止ネットワーク・かがわ
☎080-2985-1556

三豊総合病院 オンライン出産準備教室

要予約

妊婦やその家族を対象に、出産準備
教室を開催しています。

出産に向けての準備や不安・悩みを
それぞれの専門分野の担当講師からお
話します。パートナーや家族、当院以
外で分娩予定の人も受講できます。



▲教室の内容など
はこちらから

日時 10月14日(火)、21日(火)、28日(火)
(毎月第2・3・4火曜日)
午後2時から(1時間半程度)

場所 オンライン
(ウェブ会議アプリ「ZOOM」を利用)

予約受付 開催日の2日前までに電話予約

▶申し込み・問い合わせ 三豊総合病院 ☎52-3366

M's Smile ふおとぎやらしい

10月
生まれ

- ①おなまえ
- ②生年月日
- ③保護者名(町名)
- ④メッセージ



はやし おと
① 林 央士ちゃん
② 2024年10月10日
③ 真・早絵(高瀬町)
④ みんなを笑顔、元気にしてくれる央士くん! いつもありがとうね!



まつかわ もとひろ
① 松川 朔文ちゃん
② 2024年10月1日
③ 智春・敦子(三野町)
④ 祝1歳!! 笑顔の素敵な『もび』すくすく元気に大きく育ってね☆



かわはら くれは
① 川原 紅映ちゃん
② 2024年10月11日
③ 大誠・ちひろ(高瀬町)
④ 皆に愛されまくり! 兄ちゃんと沢山思い出をつくらうね! だいすき!



ふじわら あやめ
① 藤原 莒ちゃん
② 2024年10月11日
③ 康貴・紗季(豊中町)
④ あやくん 祝1歳! これからもいっぱい食べて元気に大きくなってね



みに うた
① 三谷 詩ちゃん
② 2024年10月31日
③ 真矢・祐里(詫間町)
④ 1歳おめでとう! にいと仲良く大きく育ってね!

12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。

申し込み方法

市ホームページから、または秘書課まで写真を持参してください。

▶申し込みはこちらから



受付期間

10月10日(金)～31日(金)

▶申し込み・問い合わせ
秘書課 ☎73-3001



みとよ キッチン



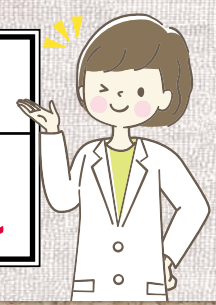
vol.15

今月は

健康課の管理栄養士による
健康レシピ

さっぱりしたあえ物で疲労回復！

ニラともやしのごま酢あえ



材料(2人分)

■ニラ	1/2束
■もやし	60g
■ニンジン	10g
合わせ調味料	
■すりごま	大さじ1
■酢	小さじ1
■砂糖	} 小さじ1/2
■しょうゆ	
■ごま油	

管理栄養士からのコメント

- 疲労回復や食欲増進作用のある酢を使った、ニラともやしのさっぱりとしたあえ物です。
- ニラは抗酸化作用があり、老化防止や抵抗力を高める働きがあります。また、ニンニクと同じ香り成分のアリシンも含まれており、疲労回復や体力が落ちているときにもおすすめです。ビタミンやカルシウムも豊富に含まれています。

栄養価(1人分)

●エネルギー：44kcal	●タンパク質：1.7g
●脂質：2.7g	●炭水化物：3.9g
●食物繊維：1.5g	●塩分：0.3g

作り方

- ① ニラ、もやし、ニンジンは4cm幅に切る。
- ② 鍋に湯を沸かし、ニラ、もやし、ニンジンを入れて2分ほどゆでたら、ザルにあげ流水にさらして水気を切る。
- ③ ボウルに合わせ調味料と②を加えてあえる。

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014

香川ではおなじみとなった、3年に一度開催される「瀬戸内国際芸術祭」。今年も栗島で、秋会期が開催されます！

栗島が会場の1つになってから早16年が経ちました。当時は私も職員ではなく、市民として瀬戸芸を楽しみました。島にある使われなくなった学校や郵便局、空き家などが、現代アートで生まれ変わります。普段とは違う島へ遊びに行くのは、特別感を味わえる小旅行になります。

今年しか見られない作品もありますので、これまで栗島や瀬戸芸に行ったことのある人もない人も、この機会にぜひ遊びに行ってみてください！

編集 後記



市公式LINEをご利用ください

防災や観光・イベントなどの市政情報を発信しています。また、受信設定をすると、希望する情報のみを受け取ることができます。



▲友だち追加はこちらから

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

三豊市の人口

※令和7年9月1日現在 ()内は前月比

世帯数 23,344 世帯(+17) 総人口 57,191 人(-30) 男 27,565 人(-11) 女 29,626 人(-19)

※香川県人口移動調査による