



P2

令和8年度施政方針・予算
継続と進歩、そして「革新」へ

2月22日、市消防団が、三観広域行政組合消防本部や県防災航空隊と協力して、山林火災防御訓練を行いました。団員たちは声を掛け合いながら、約2.2km先の山頂の想定出火元までホースをつないで放水し、山火事に備えて訓練しました。

撮影場所：塔重山公園（財田町）

令和8年度 三豊市の予算

財政経営課 73-3010

令和8年度予算は、骨格予算でスタート

令和8年度当初予算は、1月の市長選に伴い、経常的経費や継続事業を中心とした骨格予算でスタートします。

一般会計予算総額は、前年度比89億円、率にして19.4%減の369億5,000万円を計上しました。

三豊市第2次総合計画に掲げる『One MITOYO ~心つながる豊かさ実感都市~』の実現に向け、重点プロジェクトに位置付けられる事業を中心に効果的・効率的で緊急性の高い実現可能な事務事業を予算化しました。

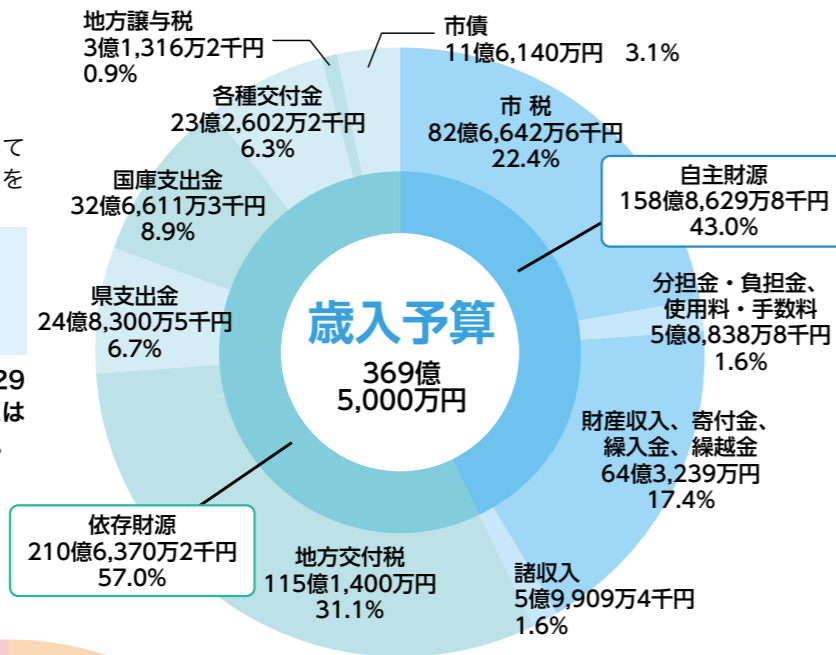
新たな政策的経費や新規事業は、今後補正予算に計上し、併せて本格予算とする予定です。

【歳入】

歳入予算のうち、使い道が決められていない一般財源として、主に次のものを計上しています。

- 市税 82億6,642万6千円
- 地方交付税 115億1,400万円
- 地方譲与税・交付金 26億3,918万4千円

市税などの自主財源が158億8,629万8千円、地方交付税などの依存財源は210億6,370万2千円となりました。



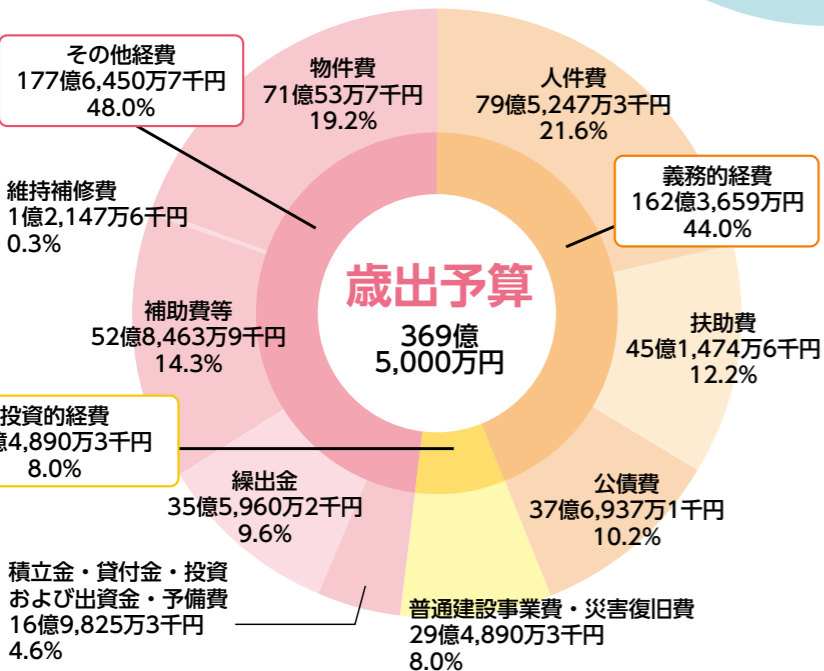
【歳出】

歳出予算のうち義務的経費では、次のものを計上しています。

- 人件費 79億5,247万3千円
- 扶助費 45億1,474万6千円
- 公債費 37億6,937万1千円

給与改定による人件費の増などにより義務的経費が前年度比増となっています。

投資的経費は29億4,890万3千円で、豊中地区新設小学校建設事業や松崎地区就学前施設（仮称）整備事業の完了に伴い、大きく減少しています。



三豊市誕生から20年、東日本大震災や新型コロナウイルス感染症など、予期せぬ巨大な危機に直面し続けてきました。このような激動の時代においても、人口減少などの課題と対峙し、『継続と進歩』をスローガンに掲げ、『健康』『教育』『三豊市独自の脱炭素社会』の三本柱を軸に据えながら、『革新』をキーワードに重点プロジェクトを推進してまいります。

また、高杉晋作の言葉「おもしろきこともなき世をおもしろく、すみなすものは心なりけり」を胸に、未来に向けて持続可能な三豊市を、共に創り上げていくことではありませんか。市民の皆さまの一層のご理解とご協力を重ねてお願い申し上げます。



▲施政方針の全文はこちらから

市政の『3本の柱』

健康

長寿介護課

4月から、組織を改編し、高齢者に関する福祉業務と相談支援業務、介護保険業務を集約して、市民の皆さまの利便性を向上します。

健診データの分析

デジタル技術を活用し、健診データなどを分析することで、生活習慣の改善や病気の早期発見につなげます。



教育

「学びの場」の提供

・放課後改革

さまざまな興味や関心に応じた「学びの場」を提供するとともに、地域教育ファンドを活用した部活動の地域展開をさらに進めます。

・高瀬中学校夜間学級

多様な生徒の状況に応じて、教育活動を充実していくために、引き続き安定した運営に努めます。

・国際バカロレア教育*

令和9年度に詫間小学校が認定校になることをめざし、取り組みます。



▲夜間学級で実施された職業体験出前教室

市独自の脱炭素社会

ネイチャーポジティブ*の推進

本市が誇る豊かな自然資源を「育てる」「守る」「増やす」ことで、地域の価値向上や持続可能な地域づくりに結び付けます。

行政DX* 「書かない・行かない」窓口の実現に向けた行政手続きのオンライン化

防災 地域防災計画の修正および総合防災マップの改訂

農業 高付加価値化への支援や、流通・加工・販売に至るまでのバリューチェーン*全体の連携強化

*国際バカロレア教育…探究的な学びで、主体性と思考力を伸ばす国際的な教育プログラム。

*ネイチャーポジティブ…自然をこれ以上減らさず、回復・増加させていこうという考え方。

*行政DX…国や自治体がデジタル技術を活用し、行政サービスや業務のやり方などを変えること。

*バリューチェーン…企業の事業活動を「価値連鎖」として促して把握する考え方。

令和8年度施政方針と予算
継続と進歩、そして「革新」へ

活動 03

瀬戸内国際芸術祭・栗島会場を舞台に、島を“楽しみ尽くす”広報と新企画を展開！

▶島マップ

SNSの発信を強化し、期間中は毎日の投稿を心がけた結果、今年度はフォロワー数が約1,500人増加しました。『島マップ』の制作調整やWEBサイトを新たに構築し、スタッフブログや企画の舞台裏を公開するなど、芸術祭をより身近に感じてもらう工夫を行いました。

また、市内事業者が関われる機会をつくるため、島の空き家を活用した『週替わり島食堂』を企画・運営。そのほか、他部門の協力隊たちと連携したオープニングイベントや島内の鬼瓦を探すゲーム『鬼瓦クエスト』を実施し、島での滞在時間を楽しくてもらう企画を行いました。

◀高瀬高校の生徒の皆さんにも『週替わり島食堂』の出店協力をしてもらいました



活動 04

市内で働く かわいい大人を知る『地域のお仕事図鑑』を制作

協力隊の活動を通して、「観光業」は地域のなりわいや日々の暮らしがあってこそ成り立つものだと実感しました。その想いから、地域を支えてきた“かわいい大人”の働き方や価値観を子どもたちに伝えたいと考え、制作に取り組みました。

香川大学の学生や商工会と連携して、地域事業者などを取材し、「まちをひらく」仕事への関心を持つ入口となるものをめざしました。完成したデータ版教材を市ホームページなどに掲載しています。また、『地域の人事部』noteにも制作の裏側を記録しています。

▶noteはこちら



▶地域事業者を取材



▶香川大学生と事業者の皆さん

活動 05

外部人材との連携・人材育成の取り組み

任期中は、協力隊や地域活性化起業者、地域プロジェクトマネージャーなど、市役所内に外部人材が増えるなかで、それぞれの強みを生かせる体制作りに取り組みました。

例えば、市内で2日間の香川県協力隊研修を企画・開催し、三豊の取り組みや現役、OB・OGの活動を他地域へ発信。また、高瀬高校の総合学習では、生徒の企画実現を伴走し、実際に考えを伝える場をつくりました。

形に残りにくい取り組みではありますが、任期後も続いていくような“人と人をつなぐ土台づくり”を大切にしてきました。

これからも協力隊の活動を見守ってください！

▶協力隊 Instagram



▶三豊の元協力隊の活動を紹介(県内研修)

わらわらこ

今後は、任期中に取得した精神保健福祉士の資格を生かし、香川県内に定住して病院で働きます。この地域で暮らす方々が抱える心の悩みや生きづらさに寄り添い、地域で暮らしやすい環境づくりを担う存在でありたいと考えています。

また、任期後も個人の活動として情報発信を続け、WEBサイトへの記事投稿を継続していく予定です。香川での暮らしの中で気付いたことや感じた日常を自分なりの言葉で発信していきます。

改めて、三豊市で3年間活動を続けることができたのは、温かく見守り、支えてくださった皆さまのおかげです。本当にありがとうございました。

地域おこし協力隊(観光振興担当)

たけうち なお 竹内 奈央

令和5年4月、「観光振興」をミッションに、東京から三豊市へ移住しました。縁もゆかりもなかったこのまちで、地域おこし協力隊として3年間活動しました。これまでの取り組みとそこで見てきた三豊の魅力を振り返ります。



産業政策課

73・3012

地域おこし協力隊活動レポート

総集編

三豊へ来たきっかけと実際に住んでみての印象

初めて三豊市を訪れたのは、旅行がきっかけでした。瀬戸内海の穏やかな景色や漂流郵便局、お遍路の寺などに触れるうちに、「いつか、こんな場所で暮らしてみたい」と思うようになりました。

実際に暮らしてみると、食のおいしさや晴れの日の多さ、穏やかな気候に支えられた心地よい日常があり、観光では気付かなかった豊かな暮らしが三豊にはたくさんあると感じました。

活動 01

イベントの場から、三豊のファンをつくる

市の魅力を市外へ発信するため、『瀬戸内みとよマルシェ in 有楽町』や『子ども図書館船ほんのもり号 寄港イベント』、『紫雲出山さくら鑑賞会』、『EXPO 2025 大阪・関西万博』など、市のPRイベントに携わりました。

出店時には、ポスターやノベルティの制作、クイズやプレゼント企画を通して、来場者の心に三豊市の取り組みが残るよう工夫しました。

▶関西万博で三豊市をPRしてきました



活動 02

ゆめタウン三豊で、月に一度の『つながる市』

ゆめタウン三豊店にある店舗と地域の事業者の皆さまをつなぎ、全国の無印良品で取り組まれている『つながる市』を、毎月定期開催しました。「こちよ暮らし」というコンセプトに共感した事業者が想いを重ね、売り上げの相乗効果につながる関係づくりをめざしました。

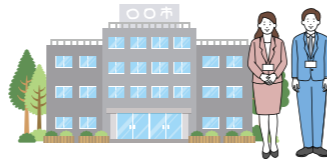
任期の締めくくりには、人気飲食事業者や読み聞かせボランティアが一堂に会する大型マルシェイベント『つながる市でつながった市』を開催し、多くの方にご来場いただきました。

◀クリスマスのイベント時に、読み聞かせをしてくれた皆さん



4月から
市役所の組織・業務の所管が一部変わりました 地域戦略課 73-3011

◆介護保険課の名称を、『長寿介護課』に変更し、福祉課が所掌していた「高齢者福祉に関すること」は、長寿介護課へ移管しました。



部 名	課 名	主な業務内容	電話番号	FAX	場 所
健康福祉部	長寿介護課	介護認定、各種介護給付、介護予防、介護支援、地域包括支援センター、 <u>高齢者福祉</u> （敬老会活動、老人クラブ、老人保護措置、 <u>高齢者福祉タクシー</u> など）	73-3017	73-3023	本庁舎3階

※下線部業務は、福祉課から変更になりました。

◆各支所の所掌事務に「自治会に関すること」「交通に関すること」「地区衛生組織に関すること」を追加しました。

『三豊市生活応援商品券』
受け取れなかった人は、産業政策課までお越しください 産業政策課 73-3012

1月1日時点で市内に住民登録がある人に、1人当たり1万円の『三豊市生活応援商品券』を世帯主宛てに世帯員分をまとめてゆうパックで発送しました。

不在などで商品券を受け取れていない人は、産業政策課までお越しください。



持ち物 マイナンバーカードなどの本人確認書類
※来庁者と世帯主が異なる場合は、来庁者と世帯主双方の本人確認書類（原本）が必要です。



◀詳細はこちらから

65歳以上で免許を返納した皆さんへ
高齢者福祉タクシー利用券を交付しています 長寿介護課 73-3017

高齢者福祉タクシー利用券の交付を希望する人は、長寿介護課または各支所で申請してください。すでに申請済みの人は、再度申請する必要はありません。案内通知を送付していますので、期限内に受け取り場所へお越しください。

対 象 市内に住居登録がある満65歳以上（4月1日現在）で、運転免許証（原付を含む）を持っていない人や自主返納した人

交付額 年間8,000円（500円券×16枚）分の利用券

申請に必要なもの 次のいずれか1つ
 ・取消通知書（警察署で交付）
 ・運転経歴証明書（警察署で交付）
 ・失効した運転免許証

今年度から申請先は『長寿介護課』に変わりました



※交付された本人のみ、使用可能です。（同乗は可能）
 ※不正な使用・申請があった場合は、利用券の返還や交付資格を取り消します。
 ※利用券2枚とコミュニティバスの回数券（11枚つづり）を交換できます。バス乗車時に、運転手へお申し出ください。

三豊市市制施行 20 周年記念事業 夢をつなぐ音楽会

稲沢 朋華
瀬戸フィルハーモニー
交響楽団

市制施行20周年を迎えた三豊市。この20年で育まれてきた夢の一つが、ふるさとの舞台に立ちます。20周年の節目にふさわしい心に響く音楽のひとつを、ぜひ会場でお楽しみください。

指揮者
三ツ橋 敬子

ピアニスト
稲沢 朋華



日 時 6月28日(日) 開演:午後2時

場 所 マリンウェーブ

料 金 【全席指定】2,000円
 ※未就学児の入場はご遠慮ください。
 ※小学生以上は、チケットが必要です。

曲 目
 ・ショパン スケルツォ第2番
 ・シベリウス 交響詩フィンランディア
 ・ドヴォルザーク 交響曲第9番新世界より第2楽章
 ・チャイコフスキー ピアノ協奏曲第1番

チケット販売!

三豊市先行販売

日 時 4月25日(土)午前10時から
場 所 マリンウェーブ
 ※1人4枚まで
 ※チケットの購入は、現金のみ
問い合わせ マリンウェーブ
 ☎ 56-5111

秘書課 73-3001

**65歳以上の皆さんへ
長寿手帳を交付しています** ☎ 長寿介護課 73-3017

県発行の長寿手帳を県内の指定公共施設で提示すると、入場料などが無料または割引になります。

利用できる施設
宗吉かわらの里展示館、栗林公園、県立ミュージアムなど
※施設により、要件が異なります。

対象 市内在住の65歳以上の人
申請先 長寿介護課または各支所
マイナンバーカードや運転免許証など年齢が確認できるものを持参してください。



遺児年金を支給しています ☎ 子育て支援課 73-3016

対象 遺児の親権者または現に遺児を監護し、市内に住民登録がある人
※遺児とは、次のいずれかに該当する義務教育終了前の子どもです。
①父母が死亡 ②父または母が死亡 ③父母または一方が1年以上生死不明
※離婚後に死亡、再婚または事実婚した場合は、該当しません。

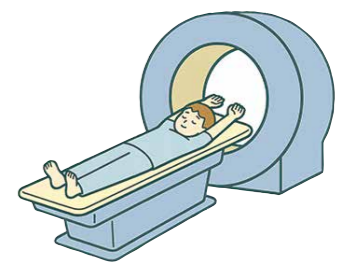
支給額 遺児1人につき、月額1万円
申請先 子育て支援課または各支所
現在、受給している人には『現況届』を送付します。4月30日(木)までに提出してください。



**申し込みは4月14日(火)まで
国保人間ドックを受けましょう** ☎ 健康課 73-3014

対象 市内に住民登録がある国民健康保険被保険者のうち、昭和27年4月1日～昭和62年3月31日生まれの人
※国民健康保険の適用開始日と三豊市に住民票を移した異動日が、令和8年4月1日以前の人に限りです。

申請方法 3月下旬に郵送済みの申込書を健康課または各支所へ提出
提出期限 4月14日(火)まで
※期日を過ぎると、受け付けできませんのでご注意ください。



国民年金のお知らせ ☎ 市民課 73-3005
普通年金事務所 0877-62-1662

令和8年度の保険料は、月額17,920円
毎月の保険料は、納付書や口座振替、クレジットカードで納めることができます。
また、6カ月、1年など定められた月数分をまとめて前払いすると、割引が適用されてお得です。



産前・産後期間の国民年金保険料免除制度
国民年金第1号被保険者が出産した場合、産前・産後の一定期間は、国民年金保険料を納付したとみなされ、老齢基礎年金の受給額に反映されます。

- 免除期間**
- ・出産(予定)日が属する月の前月から4カ月間
 - ・多胎妊娠の場合は、出産(予定)日が属する月の3カ月前から6カ月間
- ※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産で、死産や流産、早産の場合を含む。
- 届出時期** 出産予定日の6カ月前から可能
申請場所 市民課または各支所、年金事務所
持ち物
- ・基礎年金番号が分かる書類
 - ・マイナンバーカードなど本人確認ができるもの
 - ・母子健康手帳

学生納付特例制度
20歳以上の学生は、本人の所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される制度があります。

承認期間 4月～翌年3月
申請場所 市民課または各支所、年金事務所
持ち物

- ・基礎年金番号が分かる書類
- ・マイナンバーカードなど本人確認ができるもの
- ・学生証のコピー(有効期限が表記されているもの)または在学証明書(原本)

※制度の対象とならない学校もあります。

**社会保険労務士による
無料出張年金相談** 要予約

日時・場所 4月8日(水) 危機管理センター
21日(火) 山本庁舎
午前10時～午後3時

持ち物

- ・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

▶**申し込み・問い合わせ**
街角の年金相談センター高松 ☎087-811-6020

**マイナンバーカードを医療費助成の受給者証として
利用できるようになりました** ☎ 健康課 73-3014

デジタル庁では、マイナンバーカードで医療機関や薬局を受診できる情報連携システムの整備を進めています。
これを受け、市でも4月からマイナ保険証を医療費助成の受給者証として利用できるようになりました。情報連携システム対応済みの医療機関および薬局で、次の受給者証の提示が不要になります。

対象の受給資格者証

- ・子ども医療費
- ・ひとり親家庭等医療費
- ・重度心身障害者等医療費

※紙の受給者証の交付を廃止するものではありません。
※紙の受給者証の提示で受診することもできます。

利用方法

⚠️ **マイナンバーカードの健康保険証の利用登録(マイナ保険証)が必要です**
医療機関などに設置しているマイナンバーカードの読み取り機で、マイナ保険証をかざし、『医療費助成の各種受給者証を利用する』を選択してください。

←マイナンバーカード読み取り機

▲詳細はこちら

**医療費助成制度(子ども・ひとり親家庭等・重度心身障害者等)を利用している皆さんへ
学校などの管理下で生じた負傷・疾病は
『災害共済給付制度』を優先してください** ☎ 健康課 73-3014

『医療費助成制度』ではなく『災害共済給付制度』を
学校や保育施設などの管理下で生じた災害(負傷・疾病)で医療機関を受診する際は、医療費助成制度(子ども・ひとり親家庭等・重度心身障害者等)の受給資格者証は提示せず、一旦、医療費の自己負担分を支払ってください。
その後、学校などを通じて、日本スポーツ振興センターへ災害共済給付の申請をしてください。
※市立の学校などは、日本スポーツ振興センターに加入しており、掛け金は市と保護者で負担しています。

なぜ『災害共済給付制度』が優先なの?
本来、災害共済給付制度で賄われるべき医療費の自己負担分を、医療費助成制度により市が負担することは、将来的な医療費助成制度の安定した運営に支障をきたすことにもつながるため、ご理解とご協力をお願いします。
※災害給付の対象外となる場合は、健康課までお問い合わせください。

問い合わせ先

- ・医療費助成制度のこと…健康課
- ・災害共済給付制度のこと…各学校など



自動車税の減免申請を受け付けます

☎ 税務課 73-3006
県税事務所自動車税課 087-806-0314

障害者手帳などの交付を受けている人で、一定の条件を満たす場合は、申請をすると、本人や家族が運転する自動車などにかかる税金が減免になります。
※すでに減免を受けている人は、申請事項に変更がない限り、再申請は不要です。
※令和7年度中に車を買って替えた人は、新しい車で再申請が必要です。

《市税》令和8年度軽自動車税

申請期限 5月25日(月)まで
受付場所 税務課または各支所

※自動車税《県税》の減免を受けている人は、軽自動車税《市税》の減免申請はできません。

《県税》令和8年度自動車税

申請期限 5月27日(水)まで
受付場所 県税事務所自動車税課

※必ず事前に、お問い合わせください。

県税の出張受付を行います

日時 4月8日(水)、15日(水)、5月20日(水)
9:00~16:00
場所 西讃県民センター(三豊合同庁舎)

事前にご相談ください 鳥獣被害防止対策に補助金を交付します

☎ 農林水産課 73-3040

農林水産業振興事業

イノシシやアライグマ、ニホンザルなどによる農業被害対策として、市内在住者に補助金を交付します。
※購入後の申請は対象外です。

申請期限 令和9年1月29日(金)まで



事業名	補助内容	補助率
被害対策用ネット等設置事業	市内にある水田や畑の農作物を、イノシシなどから守るための金網、ネット、電気柵などの材料費用	事業費の1/2以内(上限額20万円) ※受益戸数2戸以上で、一体的に整備する場合は、事業費の2/3以内(上限額30万円)
狩猟免許等取得補助事業	受験申請時における診断書発行料、予備講習会受講料、試験費用 ※狩猟免許を新規に取得し、市鳥獣被害対策実施隊員として活動する意志がある場合	事業費の10/10以内
駆除用罟具等購入補助事業	市内有害捕獲許可者が設置する、くくり罟や箱わななどの購入費用	事業費の1/2以内 ※上限あり

地域ぐるみ鳥獣被害防止対策事業

継続して鳥獣被害対策を実施する『中山間地域等直接支払交付金・多面的機能支払交付金』の協定集落および農家を含む自治会を支援します。
地域ぐるみで組織的に、「農地を含んだ侵入防止柵の整備」「鳥獣捕獲」「鳥獣被害対策勉強会」の全ての活動を行うことが条件です。

申請期限 11月30日(月)まで

事業名	補助内容	補助率
集落防護柵設置	・侵入防止柵など設置に対する資材費用	事業費の10/10以内(上限額150万円)
地域ぐるみで取り組む鳥獣被害防止対策	・捕獲器材費用 ・追込機材の導入費用	事業費の1/2以内(上限額50万円)



▲ワイヤーメッシュ柵



▲電気柵

4月から国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の仮徴収が始まります

☎ 税務課 73-3006

仮徴収(公的年金からの天引き)

年間の保険税(料)額が決定する前に、4~8月の年金支給日に、保険税(料)を公的年金から天引きする制度です。

新規対象者には、4月上旬に通知を送付します。
※4月から新たに天引きが始まる人は、令和6年中の所得を基に仮計算された保険料の1/6相当の額になります。(介護保険料・後期高齢者医療保険料のみ)
※令和8年度の保険税(料)額が決定後、10月以降の天引き分で、残りの保険税(料)額を調整します。

年間保険税(料)の仮徴収と本徴収の時期・金額

年金支給月	天引きされる金額
仮徴収 4月 6月 8月	2月と同額
本徴収 10月 12月 翌年2月	年間保険税(料)額のうち、仮徴収で納められなかった額を3等分

納付方法

公的年金から天引きの場合

日本年金機構による天引き可能対象者が決まり次第、自動的に始まります。



納付書または口座振替の場合

年間の保険税(料)額の決定後、7月から納付書または口座振替による納付が始まります。
※国民健康保険税・後期高齢者医療保険料は、年金天引きを停止して口座振替に変更することができます。希望者は、税務課または各支所へお申し出ください。

令和8年度 後期高齢者医療保険料

後期高齢者医療保険料は、全員が等しく負担する「均等割額」と、所得に応じて決まる「所得割額」の合計額です。保険料率は、2年ごとに見直しを行い、都道府県ごとに決定するため、県内全ての市町は、同率です。

4月からは、子ども・子育て支援金制度が施行され、これまでの「医療分」とは別に、「子ども・子育て支援分」の保険料が新たに設けられます。

令和8年度の保険料率

区分	医療分	子ども・子育て支援分	合計
均等割額	58,000円	1,300円	59,300円
所得割率	9.93%	0.25%	10.18%

※賦課限度額(負担額の上限)
・医療分の限度額は85万円
・子ども・子育て支援分の限度額は21,000円

保険料額の通知 個人ごとの保険料額は、7月中旬に送付する保険料額決定通知書でお知らせします。

均等割額の軽減

世帯の被保険者全員と世帯主の総所得金額などの合計額で、均等割額の軽減割合を判定します。

均等割額の軽減割合		対象者の所得要件 (世帯主および世帯の被保険者全員の軽減判定所得の合計額)
医療分7.2割	子ども・子育て支援分7割	43万円+10万円×(★給与所得者等の数-1)以下
5割		43万円+(31万円×世帯の被保険者数)+(10万円×(★給与所得者等の数-1))以下
2割		43万円+(57万円×世帯の被保険者数)+(10万円×(★給与所得者等の数-1))以下

※賦課期日(4月1日)の世帯状況で判定しますが、年度途中で被保険者になった人は、資格取得日が賦課期日になります。
※65歳以上の人は、公的年金所得の最大15万円を控除します。

2/12-13 自信をもって夢に向かおう

日本サッカー協会による「夢の教室」が開催され、元プロアスリートが夢先生として市内の小学校を訪問。夢先生が自らの夢を叶えるまでの歩みを話し、夢を持つことの素晴らしさやそれに向かって諦めずに努力することの大切さなどを伝えました。



▲元Jリーグサッカー選手の田中 英雄さん



▲元競泳日本代表の松本 弥生さん

みとよHOT
ほっとNEWS

詳しくは市ホームページで紹介！



春のイベント情報

朝日山森林公園 桜まつり

第41回 謎之丞まつり

日時 4月1日(水)～6日(月)
8:00～14:00
※ライトアップは、22:00ごろまで
場所 朝日山森林公園



朝日山森林公園を守る会
090-3655-7456

日時 4月4日(土)10:00～20:30
場所 戸川ダム公園、道の駅たからだの里さいた
駐車場 財田支所、財田町総合運動公園、雫子尾広場、宝山湖OKURAボールパーク
※駐車場から会場まで、送迎バスを運行します。



謎之丞まつり実行委員会 090-3184-2229

2/25 比地大っ子の思いつなぐ

比地大小学校で閉校記念行事が行われ、全校児童と地域の皆さんが、一緒に過去の写真を見ながら、小学校の歴史を振り返りました。



比地大小学校

2/24 長く太く育ったアスパラガスを収穫

笠田小学校3年生20人が、地元農家の協力でアスパラガス「さぬきのめざめ」の収穫を体験し、給食で「アスパラのあえもの」としておいしくいただきました。



笠田小学校付近

2/12 株式会社カクイチから寄付贈呈

株式会社カクイチから、『宝山湖ボールパーク夢いっぱいプロジェクト』へ活用してほしいと、企業版ふるさと納税として日除け屋根3棟の寄付をいただきました。



▲観客席に設置された日除け屋根 ▲(左から)田中 離有 代表取締役社長、山田市市長

3/8 取り組んできた成果を発表

身の回りの課題解決や地域の魅力発信などの探究学習を行う『みとよ探究部』の第9期発表会が行われ、小中高生11人が活動の成果や経緯を述べました。



瀬戸内・暮らしの大学

2/28 桜の名所を後世に残すために

市観光交流局主催の「紫雲出山桜植樹式」が開催され、松崎小学校の児童たちが、1品種5本の桜を植えたほか、紫雲出山から出土した石斧の説明を受けました。



紫雲出山

2/26 持続可能な観光を学ぶ

日本航空株式会社およびサステナビリティコーディネーター協会と連携し、市内事業者向けに持続可能な観光の実践セミナーを開催しました。



市民センター1階

フラワーパーク浦島 開花シーズン

混雑緩和のため、入場制限および交通規制を行います。

期間 4月24日(金)～5月15日(金)



※期間中、駐車場は有料(花摘み体験料込み)で、現地支払いです。
※駐車場は、1時間程度利用可能です。
※混雑時には、入場制限をする場合があります。
※開花状況により、期間を変更する場合があります。



▲料金などはこちらから

花と浦島イベント実行委員会
090-7914-5841

※『さぬきニノ宮ふる里まつり』と『よしづ花まつり』は開催されません。



☎ 地域包括支援センター 73-3021
 南部高齢者サポート（財田町） 67-3788
 北部高齢者サポート（詫間町） 24-8820

元気で長生き！介護予防

地域包括支援センターでは、自分らしく過ごせるように、専門の講師が年間を通して教室を行っています。自分の健康状態を知り、一緒に介護予防に取り組んでみませんか？日時や場所の詳細は、広報みやとや市公式LINE、市ホームページでお知らせしますのでお気軽にご参加ください。

市公式LINE登録はこちらから



教室名	開催月	会場	申し込み先
みとよ元気運動塾	毎月1回（4～3月） ※8月は休み	高瀬・山本・三野・豊中・詫間・仁尾・財田	当日会場にお越しください。
脳きり教室	毎月1回（5～2月）		
要予約 元気まんてん教室	全12回（5～12月）	高瀬・山本・詫間	地域包括支援センター ☎73-3021
要予約 男性の運動教室 自主グループ ばわふる運動塾OB会	毎月2回（4～3月）	三野・豊中	

対象 市内在住の概ね65歳以上の人 ※脳きり教室は、40歳から参加できます。



4月のご案内

もの忘れ相談会 **要予約**

日時 4月27日（月）
14:00～15:00

場所 みとよ未来創造館

受付 4月24日（金）まで



▲申し込みはこちらから

▶申し込み・問い合わせ
 地域包括支援センター ☎73-3021

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
9日（木）	9:00～11:00	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
16日（木）		市民センター詫間

つなぐ会 もの忘れが気になる人と家族の交流会

日時 4月23日（木） 14:00～16:00

場所 みとよ未来創造館

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	山本町保健センター
	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
13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
15日（水）	10:00～11:30	市民センター詫間

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 100～300円



▲マニキュアを塗ってもらいおしゃべりを楽しむ皆さん

日程	時間	場所	申し込み・問い合わせ先
10日（金）	13:30～15:00	三野町保健センター（太陽の家）	みの元気塾 ☎72-1872
15日（水）	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	みんなの看多機能ないろ（高瀬町）	みんなの看多機能ないろ ☎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

「おたっしやさん！こんにちは」～地域で輝く元気の秘訣～



▲香川 隆子さん

市内で元気に活動している人を紹介します。香川さんは、元気まんてん教室や脳きり教室、みとよ元気運動塾に、意欲的に参加されています。

- Q** 元気に過ごすために普段から心がけていることはありますか？
- A** 「人と交流すること」を大切に、さまざまな活動に参加しています。昔から続けているなぎなたでは、ねんりんピックで優勝したこともあります。今は子どもたちになぎなたを教えています。
- Q** 教室に参加して、何か生活に変化はありましたか？
- A** ひ孫や孫に会いに、今でも1人で東京へ行っています。体力や気力を保つためにも、これからも市の教室に参加すれば、健康でいられると思います。

要予約 元気まんてん教室を3会場で実施します

市内在住の65歳以上の人を対象に、ストレッチやバランス運動を組み合わせた複合的なプログラムを行います。※参加できるのは、1につき1会場のみです。※今回申し込みができるのは、山本会場のみです。



▲山本会場に参加した皆さん

山本

- 日時 5月20日（水）～8月5日（水）
午後1時30分～3時（全12回）
- 場所 山本町保健センター
- 定員 30人
- 受付 4月6日（月） 午前9時から
※先着順

高瀬

- 6月予定（受付は5月開始）

詫間

- 10月予定（受付は8月開始）



▲申し込みはこちらから

☎ 地域包括支援センター 73-3021



犬・猫を飼っている皆さんへ

環境衛生課 ☎ 73-3007

狂犬病の予防接種は必ず受けましょう

登録している犬の飼い主へ、案内はがきを送付します。記載された日程・実施会場へ、はがきを持参し、注射を受けてください。犬の登録と狂犬病予防注射は、飼い主に義務付けられています。

料金 注射手数料 2,450円
注射済票交付手数料 550円

※案内の日程で都合が悪い場合は、最寄りの動物病院へはがきを持参し、注射を受けてください。※飼い主の変更や飼い犬が死亡した場合などは、環境衛生課へご連絡ください。

飼い犬・飼い猫の不妊・去勢手術費の一部を補助します

交付要件 ・市内に住居登録があり、市内で犬または猫を飼っている
・県内の動物病院で不妊・去勢手術を受けている など

補助金額 犬または猫1匹につき、3,000円
※当該年度において、1世帯につき犬または猫のいずれか1匹までです。

申請書などの様式は、環境衛生課または各支所にあります。 ▲詳細はこちらから



野良猫の不妊去勢手術費の一部を補助します

クラウドファンディングの寄付金を使用して、野良猫の「TNR」活動（捕まえて、不妊去勢手術をし、元の場所に戻す）の費用を補助します。

対象 《個人枠》市内に住居登録がある人 など
《登録団体枠》譲渡ボランティア制度に登録がある人が代表者の団体 など

補助金額 不妊去勢手術費：1頭当たり上限《メス》16,500円《オス》11,000円
※個人枠は、1世帯につき5頭までです。
※登録団体枠は、頭数制限なく、治療費と消耗品費も補助します。

申請方法 猫の捕獲・手術前に市職員が現地確認を行い、支援が必要と判断した場合に限り申請可能です。事前に環境衛生課へご連絡ください。



▲詳細はこちらから

広報クイズに答えて「緑ヶ丘総合運動公園トレーニングジム無料回数券」をもらおう！

正解者の中から、抽選で5人に、4月からリニューアルした「緑ヶ丘総合運動公園トレーニングジムの無料回数券」をプレゼントします。

クイズ 三豊市が進める市政の3本柱は、「健康」「市独自の脱炭素社会」あと1つは何？

「○○」
漢字2文字を入れてください。
(ヒント：2ページをご覧ください)

応募方法 ①住所②氏名③年齢④電話番号⑤クイズの答え⑥今月号の感想(良かった点、気になった点など)を記入し、応募フォームまたは郵便はがきでご応募ください。

送付先 〒767-8585
三豊市高瀬町下勝間2373番地1
三豊市役所 秘書課 広報担当宛

4月20日(月)必着 ▲応募はこちらから

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※収集した個人情報は、当該業務に限って使用します。

緑ヶ丘総合運動公園トレーニングジム

4月からサポート体制を強化し、リニューアルします。

★専門スタッフによるサポートタイムを導入。初めての人も安心。

★個人トレーニング指導を開始！

★モニターを見ながらストレッチできるセルフケアスペースを設置。

目的に合わせて選べるスタジオレッススタート！

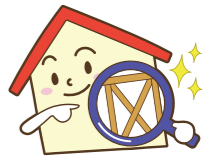


▶詳しくはこちらから

市文化・スポーツ振興事業団(ミクスポ) 72-1500



先着順 住宅の耐震対策を支援します！



建築住宅課 ☎ 73-3044

民間住宅耐震対策支援事業費補助金をご活用ください

南海トラフ大地震に備えて、耐震性の向上を図り倒壊などの被害を減少させるため、耐震診断や耐震改修工事などの実施に一定の助成を行います。

申請者の要件 住宅所有者または所有者から承諾を得た人で、市税を滞納していない人

住宅の要件

- ・昭和56年5月31日以前に建てられた一戸建て住宅または長屋建て住宅 ※併用住宅も含む(居住の用に供する部分の床面積が、延べ床面積の1/2以上のもの)
- ・耐震対策を行った後も、居住の場として利用されるもの
- ・建築基準法の規定に基づく重大な違反がないもの
- ・耐震改修工事などにあつては、耐震診断により倒壊する可能性が高いまたは倒壊する可能性があると考えられたもの
- ・過去に同一区分の補助を受けていないもの



▲詳細はこちらから

補助メニューと補助金額

耐震診断 ※1	耐震改修工事 ※2	簡易耐震改修工事 ※2 (木造に限る)	耐震シェルターなど設置工事
診断に要する費用から 2,000円を減じた額 (上限11万3,000円)	改修工事に要する費用の 全額 (上限115万円)	簡易改修工事に要する費用の 全額 (上限57万5,000円)	設置工事に要する費用の 全額 (上限23万円)

※1 耐震診断は、所定の講習を受けた建築士または構造設計一級建築士(耐震診断技術者)が行うものに限りです。
※2 耐震改修工事(簡易耐震改修工事含む)は、県内に主たる営業所を有する事業者が施工するものに限りです。

注意事項

- ・補助金交付決定日前に着手したものや令和9年1月末日までに完了しない事業は、対象外です。
- ・リフォームなどを併せて行う場合は、耐震改修などに要する費用のみが対象です。

申請期限 **12月15日(火)まで** ※先着順



老朽化した危険な空き家の解体・除却工事費用の一部を補助します

補助の対象

住宅 老朽化し、放置すれば倒壊などにより周辺の住環境に影響を及ぼす恐れのある空き家

申請者 補助対象住宅の所有者またはその相続人など

工事 ・市内事業者が解体する工事
・令和9年1月末日までに事業が完了する工事

※他にも要件がありますので、事前に建築住宅課へお問い合わせください。

補助金額 補助対象事業費または国の定める額のいずれか少ない方の金額の80% (上限160万円)

申請期間 4月6日(月)～6月5日(金)

申請先 建築住宅課
※郵送の場合、締切日必着

注意事項

- ・補助金交付決定日前に開始(契約)している工事は対象外です。
- ・現地調査の結果などにより、対象とならない場合があります。
- ・老朽危険度の高いものから優先して補助予定者としてします。



▲詳細はこちらから

募集

市男女共同参画社会づくり推進協議会 市民公募委員 募集

任期 2年間(令和8・9年度) 市内在住で熱意があり、年2〜3回程、平日昼間に開催する会議に出席できる人 ※市議会議員や他の審議会委員は除く。



詳細はこちらから

講座・教室

運動会に向けてスピードアップかけっこ教室 (要予約) 4月12日(日) 午前10時〜11時 場番の州公園(坂出市) 対小学生

三豊総合病院 4月健康教室 (要予約) 腎臓病教室 4月16日(木) 午後3時30分〜4時30分 内臓の働きについて

市役所窓口で使用する 広告入り封筒を作製・寄付していただける事業者を募集

公共職業訓練(6月生募集) ものづくり溶接加工科 6月2日(火)〜11月27日(金) 場ボリテクセンター香川(高松市)

相談 遺言・相続に関する 無料法律相談 (要予約) 4月16日(木) 午前10時〜午後4時

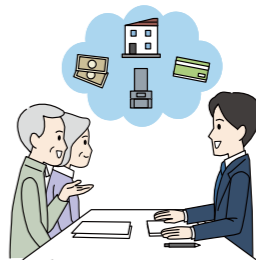
イベント

四国学院大学 オープンキャンパス(要予約) 4月26日(日) 午前10時〜午後3時

志々島でジオハイキング (要予約) 5月8日(金) 午前8時30分〜正午 ※宮ノ下港に午前8時15分に集合

司法書士総合相談センター 定例相談会 (要予約) 4月18日(土) 午後1時〜4時

丸亀市市民交流活動センター(マルタス) 一般相談(相続、不動産登記など)、法テラス相談、成年後見相談 ※30分無料



図書館ニュース 生涯学習課 73-3135 4月の休館日★ 4月1日(水) 豊中町図書館リニューアルオープン!

その他

合併処理浄化槽維持管理費 補助金額が変更になります 市内の専用住宅に設置されている合併処理浄化槽(20人槽以下)を、適正に維持管理(保守点検・清掃・法定検査など)した人に、補助金を交付しています。

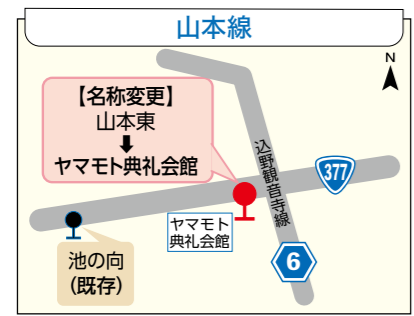
年次有給休暇を上手に活用し働き方・休み方を見直しましょう 年次有給休暇は、法律で定められた労働者に与えられた権利です。



マリンウェーブ情報 マリンウェーブ 56-5111 三豊市市制施行20周年記念 映画『パウ・パーティーinシアター』上映会



コミュニティバスにゆ〜す 33 地域戦略課 73-3011 4月からダイヤを改正します 市ホームページや時刻表、バス予報アプリなどで確認できます。



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
※脳=脳神経外科、内=内科、小=小児科、外=外科
整=整形外科、歯=歯科

日程	医療機関名	診療科	市町名	電話番号
5日(日)	松井病院	脳・内	観音寺	23-2111
	小野医院	内	詫間	83-8181
	小川歯科医院	歯	観音寺	54-5118
12日(日)	三野小児科医院	小	観音寺	25-7788
	山地外科医院	外	三野	72-2577
	クロダ歯科医院	歯	観音寺	25-8348
19日(日)	小林整形外科医院	整	観音寺	25-7311
	大西医院	内	山本	63-2081
26日(日)	漆川歯科医院	歯	観音寺	54-2077
	森内科・循環器・子どもクリニック	内・小	観音寺	25-7363
	みとよ市民病院	内・整	詫間	83-3001
29日(水・祝)	あらき歯科クリニック	歯	観音寺	23-4182
	国土外科医院	外・整・内	観音寺	25-0290
	みずた内科	内・小	詫間	83-7218

手話で話そう! No.28
この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。

「お困りごとは何かありますか?」

①「困る」 ▲右手の指をそろえて軽く曲げ、こめかみあたりで前後に動かす。

②「何か」 ▲右手の人差し指を立てて、左右に振ります。

③「ですか?」 ▲右手の手のひらを見せながら、前に出す。

福祉課 73-3015

困っていませんか? お気軽にご相談ください

4月2日(木)は世界自閉症啓発デー
4月2日(木)～8日(水)は発達障害啓発週間

生きづらさを感じている人は、その原因の1つに発達障がいがある関係していることがあります。お気軽にご相談ください。

相談窓口

- 福祉課 ☎73-3015
- 子ども家庭センター『なないろ』(子育て支援課内) ☎73-3016
- 学校教育課 ☎73-3131
- 保育幼稚園課 ☎73-3036
- 県発達障害者支援センター『アルプスカガワ』 ☎087-866-6001
- 県ふじみ園相談支援センター ☎0877-98-3163



4月は若年層の性暴力被害予防月間

「同意のない性的な行為は性暴力」「被害者は悪くない」という認識を、社会全体に広げましょう。

相談窓口

緊急の場合は、ためらわず110番を!

- 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター ☎#8891
- 性犯罪被害相談電話(警察) ☎#8103
- 三豊警察署 ☎72-0110



DV相談プラス (内閣府)



キュアタイム Cure time (内閣府)

相談名	日程	時間	場所	問い合わせ	
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		
					山本庁舎
	8日(水)	10:00~12:00	豊中庁舎		
	10日(金)		財田庁舎		
15日(水)	13:00~15:00	市民センター詫間			
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		
	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	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) 30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	
よろず三豊サテライト※ 知財相談	21日(火)	9:00~17:00 (要予約)	インパルみの	産業政策課 ☎73-3012	
健康・福祉	健康相談	9日(木)	山本町保健センター 三野町保健センター 危機管理センター	健康課 ☎73-3014	
		10日(金)			
		28日(火)			
	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		
にじまちカフェ〜縁〜※②	25日(土)	10:00~12:00	たかせ人権福祉センター	三豊にじいる研究会 ☎080-1998-9238	
思春期相談	13日(月)	15:00~17:00		西讃保健福祉事務所	
心の健康相談	15日(水)	16:20~17:15		☎25-2052	

※中小企業などの経営相談 ※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 ※②LGBTQ+ (性的少数者) 当事者や家族などの交流の場

税務課からのお知らせ

4月1日以降に発送するコンビニバーコード付納付書が、納期限後も最大1年間コンビニエンスストアなどでの使用が可能になりました。詳しくは、納付書内の使用期限をご確認ください。ただし、納期限後に納付した場合には、延滞金がかかる場合があります。

対象の市税 個人住民税(普通徴収)、国民健康保険税、固定資産税、軽自動車税

心温まる贈りもの (2月受付分)

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

三豊市へ
生活協同組合コープかがわ(高松市)

みとよ市民病院 Vol.1
けんこう一筆箋

病院長 かねなか 渦中 淳一から一言

今月号から、みとよ市民病院は、市民の皆さんへお役に立つ情報を発信していきたいと思っております。病院の紹介やお薬、リハビリ、栄養、看護のことなど、多岐にわたっているいろいろなテーマで考えています。当院が発行していた広報紙『マーガレット』に代わり、ホームページとともにご覧ください。

内科医師から

今月のテーマ『片頭痛』

頭がズキズキと痛く、吐き気も出てくる片頭痛に、長年苦しんでいる人が大勢います。しかし、市販の痛み止めを使って我慢していませんか? 片頭痛は、生活の質や仕事の効率を損なう病気です。さらに、放置していると頭痛の回数が増えていく「慢性化」を招く恐れがあります。

この数年間で、片頭痛の治療は劇的に進化しています。片頭痛に特化した鎮痛剤や予防薬により、頭痛回数が減ったり、あまり痛くなくなったりと、穏やかな日常を取り戻せる人がいます。

市販薬が手放せない、月に何度も寝込んでしまうという人は、一度脳神経内科や脳神経外科を受診してください。最適な治療法を一緒に考えましょう。



診療予定表などはこちらから

みとよ市民病院 83-3001

2月の市内交通事故発生状況()内は前月比 発生件数14件(+5) 死者数0人(0) 負傷者数20人(+3)
※速報値のため、実際の件数とは異なる場合があります。

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!!



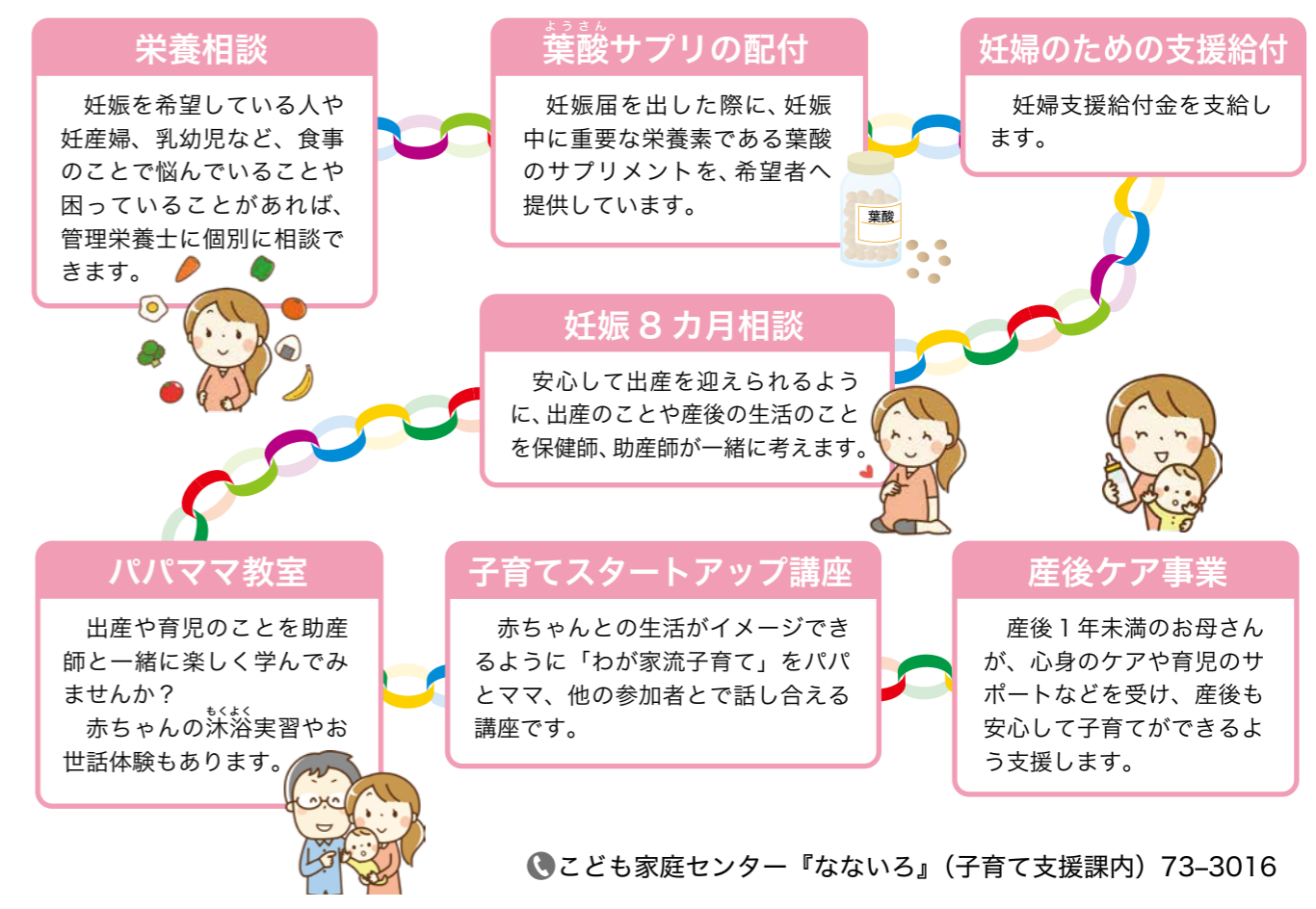
ホームページは
こちらから



『なないろ』をご利用ください

『なないろ』では、妊娠・出産・子育ての悩みの相談や支援をしています。

妊娠届から出産後までの主な事業を紹介します



こども家庭センター『なないろ』(子育て支援課内) 73-3016

4月の お知らせ

はじめて
まして
2月生まれの赤ちゃん
23人(男の子7人
女の子16人)

NEW 妊婦向けRSウイルスワクチンが 定期接種になります

生後の赤ちゃんが、RSウイルスに感染した場合の重症化リスクを下げる効果が期待できます。

対象 妊娠28週0日～36週6日の妊婦
接種時期 妊娠28週0日～36週6日の間に1回
※赤ちゃんに抗体が十分に移行するためには、
出産日の少なくとも2週間前までの接種が
おすすめです。

費用 公費負担
予診票は、母子健康手帳交付時にお渡しするほか、
対象者に送付します。

こども家庭センター『なないろ』
(子育て支援課内) 73-3016

“コスモランドみの” 遊具をリニューアルしました

県内在住のアーティストである山口 一郎さんのイラストを使用したほか、乳幼児向け遊具も追加されました。



リニューアル記念 イベント

日時 4月4日(土)～5日(日)
11日(土)～12日(日)
11:00～16:00
道の駅ふれあいパークみの 72-5300



▲詳細はこちらから

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12月生まれ
令和8年1月生まれ

10カ月児相談

令和7年6・7月生まれ

1歳6カ月児健診

令和6年9・10月生まれ

3歳児健診

令和4年9・10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

離乳食講習会

要予約 場所：三野町保健センター

1歳未満児を持つ家族

17日(金) 10:30～11:30

希望者は10日までに電話でお申し込みください

児童相談

要予約 場所：市役所3階

18歳未満のこどもとその保護者

28日(火) 13:00～17:00

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

こども家庭センター『なないろ』(子育て支援課内) 73-3016

6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。

受付期間 4月10日(金)～30日(木)
▶申し込み・問い合わせ 秘書課 ☎73-3001



▲申し込みはこちらから

※このコーナーの個人情報営業目的などに利用することを禁じます。

M's Smile ふおとぎやらしい

4月生まれ
●おなまえ
●生年月日
●保護者名(町名)
●メッセージ

 おおかた こはる ① 大方 心晴ちゃん ② 2025年4月28日 ③ 俊記・満里奈(財田町) ④ こはちゃん誕生日おめでとう! これからの成長も楽しみ! 大好き!	 ながい けんとう ① 永井 謙翔ちゃん ② 2025年4月5日 ③ 隆弘・園子(三野町) ④ 祝1歳! 謙翔が大好きだよ! これからも健やかに育ってね!	 おおつか しゅう ① 大塚 柊侑ちゃん ② 2025年4月2日 ③ 龍也・実里(三野町) ④ 笑顔が素敵な柊侑の人生が愛溢れるものとなりますように!	 いなだ あさひ ① 稲田 旭ちゃん ② 2025年4月12日 ③ 太一・彩花(高瀬町) ④ 旭くんお誕生日おめでとう☆これからも元気に大きくなってね!	 たかぎ あこ ① 高木 彩瑚ちゃん ② 2025年4月3日 ③ 住知・祐美(詫間町) ④ 誕生日おめでとう! 笑顔溢れる楽しい毎日を重ねていこうね!	 うえむら うるは ① 植村 羽瑠華ちゃん ② 2025年4月23日 ③ 光平・紅音(豊中町) ④ うーちゃん1歳おめでとう! 羽瑠華はパパとママの大事な宝物です!	 だて めぶき ① 伊達 芽吹ちゃん ② 2025年4月15日 ③ 昌毅・亜依(豊中町) ④ いつも笑顔ありがとう。これからも元気に育ってね!	 たかはし みお ① 高橋 美桜ちゃん ② 2025年4月22日 ③ 康一・亜佳璃(豊中町) ④ 毎日幸せをありがとう。これからも元気に育ってね!	 しらかわ たいが ① 白川 大芽ちゃん ② 2025年4月18日 ③ 純一・麻偉(高瀬町) ④ たいちゃんお誕生日おめでとう! 笑顔いっぱい元気に育ってね!	 みやけ みなと ① 三宅 湊翔ちゃん ② 2025年4月12日 ③ 翔・奈未(山本町) ④ 1歳おめでとう! これからも笑顔で健やかに育ってね!	 しらかわ はると ① 白川 遥士ちゃん ② 2025年4月27日 ③ 翔一・結梨(豊中町) ④ みんなに笑顔を届ける遥士くん! 元気にすくすく育ってね!	 もり りょうすけ ① 森 瞭介ちゃん ② 2025年4月24日 ③ 裕貴・華歩(高瀬町) ④ 1歳おめでとう。モリモリ食べて元気に大きく育ってね!
---	--	--	---	--	---	--	--	--	--	--	---



みとよ キッチン



vol.21

今月は

健康課の管理栄養士による
健康レシピ

季節の春キャベツを堪能

春のやわらかロールキャベツ



材料(2人分)

- ■春キャベツ 小1玉 ■牛乳 25ml
- ■タネ材料
- ■合いびき肉 150g ■タマネギ 1/2個
- ■パン粉 1/2カップ ■卵 1/2個
- ■塩・こしょう 少々
- ■ケチャップ 大さじ1
- ■調味料
- ■水 1/2カップ
- ■固形コンソメ 1/2個
- ■カットトマト缶 1/4カップ
- ■ケチャップ 大さじ2/3
- ■塩・こしょう 少々

管理栄養士からのコメント

春キャベツは、葉がやわらかく、甘みがあるのが特徴です。さっと下ゆでするだけで包みやすく、加熱時間を短縮することで、ビタミンCを保ちやすくなります。春キャベツの甘みを生かすことで、塩分を控えめにしても満足感のある味付けに仕上がります。さらに、トマトに含まれるリコピンは、牛乳などの乳製品と一緒に食べることで吸収率が高まり、まろやかな味わいになります。

作り方

- ① 春キャベツは芯をくり抜き、熱湯でさっとゆでて冷ましておく。
- ② タネの材料をボールに入れてよくこね、4等分にしておく。
- ③ 春キャベツでタネを包む。(小さい葉で巻いてから、大きい葉で巻く)
- ④ 鍋に③を並べて調味料を入れ、落とし蓋代わりに、春キャベツの葉の残りを全て広げて入れる。
- ⑤ 中火で加熱し、ぐつぐつと煮立ったら弱火にして30分ほど煮込む。
- ⑥ 牛乳を加え、さらに2~3分煮る。

栄養価(1人分)

- エネルギー：291kcal ● タンパク質：20g
- 脂質：16g ● 炭水化物：23.3g
- 食物繊維：4.5g ● 塩分：1.3g

▶問い合わせ 健康課 ☎ 73-3014

花 盛りの季節です！広報4月号を作成している現在、3月初旬には、各地で梅の花が咲き誇っています。近くを通るだけで、とてもいい香りが漂ってきて、さすが多くの和歌に詠まれるだけあるなあと感心しながら癒されています。

梅の次は、桃に桜に。特に市内には桜のお花見スポットがたくさんあります。今年の桜の開花予想は、例年よりやや早めとのこと。今年も運動も兼ねて紫雲山に徒歩で登ってみたり、不動の滝で甥っ子とピクニックしたりしてみようと思います。皆さんも、お花見を楽しんでください。

後記 編集



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

※QRコードは㈱デンソーウェブの登録商標です

三豊市の人口

※令和8年3月1日現在 ()内は前月比
世帯数 23,336 世帯(+16) 総人口 56,869 人(-42) 男 27,352 人(-39) 女 29,517 人(-3)

※香川県人口移動調査による