



広 報

みとよ



打って笑って長生きだ!

ゲートボール「たこ木チーム」

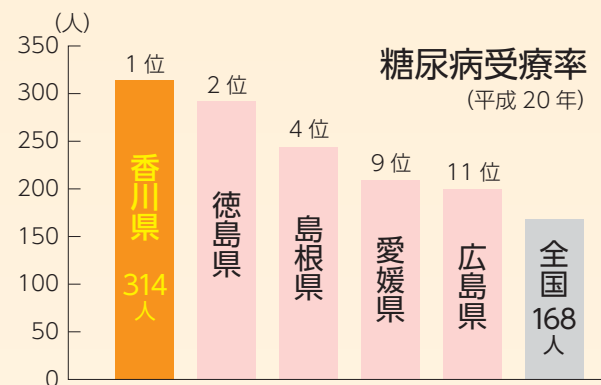
3

2012
JUNE

第78号

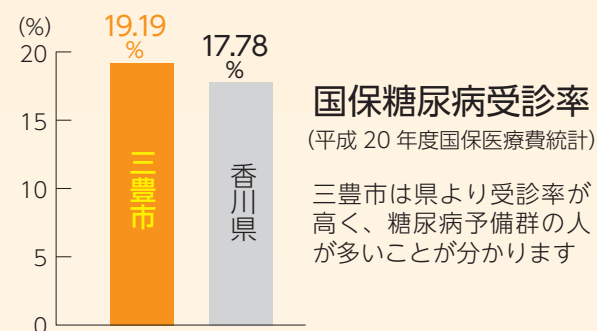
6

三豊市公式ホームページ <http://www.city.mitoyo.lg.jp/>



怖い糖尿病の脅威！ ワースト 1 位を返上しよう

※受療率とは調査日に病院等を受診した人を人口 10 万人であらわした数です



三豊市は県より受診率が高く、糖尿病予備群の人が多くことが分かります

平成 23 年三豊市特定健康
調査の受診率は 37.7%
でした。受診した人の結果
は「血圧」に異常がある人
が 44.2%、中性脂肪値
が高い人が 26.2%、糖
尿病の改善指導や治療が必
要な人が 19.2%でした。
特に糖尿病の改善指導が必
要な人の割合は国や県より
高く、三豊市では糖尿病予
備群が多いことが分かっ
てきました。

国や県より多い
糖尿病予備群

メタボリックシンドロームの原因となる「肥満、高血糖、高血圧、高脂血症」の 4 つが全くない人に心臓病が起る危険度を 1 としたとき、原因を 1 つ持つている人の危険度は約 5 倍、3 つ以上持つている人の危険度は約 36 倍になることが分かってきました。

ちよつと高めに
要注意！

糖尿病や高血圧は予防することができ、これらをコントロールすることで心筋梗塞や脳梗塞、腎不全などの病気を抑えることができます。糖尿病予備群が多いことを踏まえ、市ではメタボリックシンドロームの診断による特定健診や特定保健指導を推進し、生活習慣病の予防や改善に取り組んでいます。

予防は健診チェックから

あなたにも 知ってほしい メタボチェック

「まだまだ、病気じゃないから」と安心せずに、メタボチェックをしてみてください。自覚症状がない病気の発見や予防に役立ちます。

1. 肥満

- ☐ この 1 年間で体重の増減が ± 3kg 以上あった
 - ☐ 20 歳のときの体重より 10kg 以上増えている
- (1 つでも当てはまる人は無理のない減量を)

2. 運動習慣

- ☐ 1 年以上継続している運動習慣がない
- ☐ 1 日の歩行(同じ程度の運動)時間は 1 時間未満である
- ☐ 同世代の同姓と比べて歩くのが遅い方だ
- ☐ つい乗り物に乗ってしまう

(2 つ以上当てはまる人はウォーキングや筋力トレーニングを)

3. 食習慣

- ☐ 早食い、大食い、ながら食が多い
 - ☐ 野菜料理が少ない
 - ☐ 夜食や間食が多い
 - ☐ 朝食を抜くことが多い
 - ☐ ほぼ毎日アルコールを飲む
- (2 つ以上当てはまる人は間食を減らし、よく噛んで)

4. その他の生活習慣

- ☐ タバコを吸っている
 - ☐ 1 年以上健診を受けていない
- (1 つでも当てはまる人は、まず 1 年に 1 度定期健診を受けましょう)

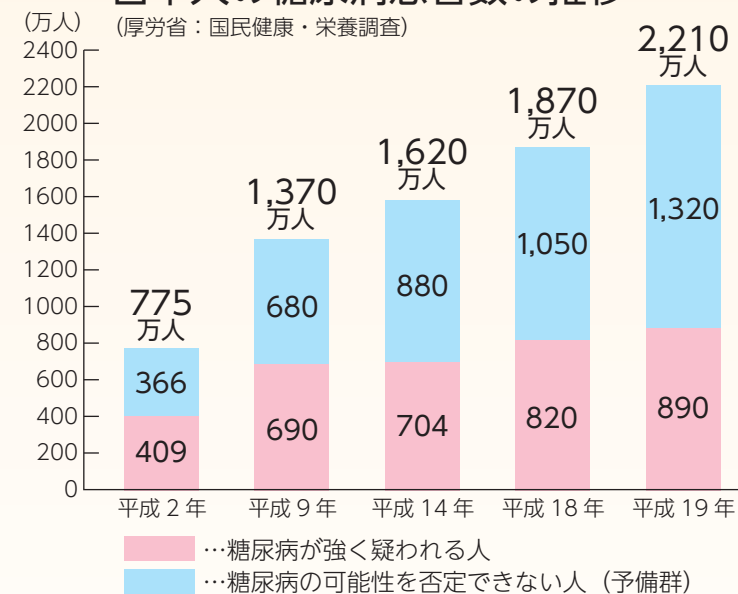
健診のすすめ

手遅れになる前に



日本人の糖尿病患者数の推移

(厚労省：国民健康・栄養調査)



健診は健康維持の第 1 歩

健康な時には健康のありがたさが分からず、また、自分だけは大丈夫、病気になんかならないと健診を見過ごしていませんか。日本人の糖尿病患者数(予備群を含む)は平成 19 年に 2,210 万人となり、17 年間で 1,500 万人近く増えています。合併症が怖い糖尿病は、重症化するまではほとんど自覚症状がなく、健診のみが早期発見のチャンスです。

健康で生活するために、健診の大切さを今一度考えてみませんか。



保健師 中西 由香さん

皆さん、毎年検診を受けていますか？

がん検診を受けている人はわずか 20 ～ 30% で、約 7 割の人が受けていません。私たちのおよそ 2 人に 1 人ががんになり、3 人に 1 人ががんで命を落とすといわれています。検診は自分の健康を振り返るチャンスです。

あなたもできる「ながら運動」

テレビをみながら、電話をしながら、歯磨きしながら、買い物しながらなど生活の中でちょっと工夫をして、体を動かしてみよう。効率よく脂肪を燃やしたい人は筋肉トレーニングの後にウォーキングをすることがおすすめです。



4月25日に開催された「みとよ健康教室」グループごとに測定結果をみながら改善点を確認（写真上）

体重や体脂肪率・内臓脂肪レベルなどの測定（写真右）

改善は自分を知ることから始まる

と高め」の項目が積み重なることでも心臓病や脳卒中になる危険度が一気に上がります。

特定健診では糖尿病などの発症リスクが高い人を早期に発見し、生活習慣の改

善をサポートすることで病気を防いだり、重症にならないように支援しています。国民健康保険に加入している40～74歳の人を対象に、集団検診や三豊市および観音寺市の指定医療機関で受診できます。（個人負担額 集団検診 700 円、医療機関 1,000 円）

Go! Go! 5皿で野菜を摂ろう

糖尿病の改善には食生活の見直しが大切です。香川県民の野菜摂取量は男性が全国で最下位、女性が全国ワースト2位です。三豊市民へのアンケートでも、約8割の人が野菜が摂れていませんでした。野菜の1日の摂取量 350 グラムは、野菜の小鉢を5皿と覚えると簡単！野菜と一緒に食べると満腹感を感じやすく、食べ過ぎも防げます。

歯周病と糖尿病は迷惑なパートナー

糖尿病の人は歯周病になりやすく、歯周病になると糖尿病が悪化することが明らかになってきました。歯磨きの後、出血したり、歯肉から膿が出る、口臭が気になる、歯が少しぐらつくなど1つでも気になれば、歯科医院に行きましょう。

自分にできることから始めよう

改善も予防も、一気に始めると長続きしません。運動でも食事でも、どんなことでも、できることから始めましょう。徐々に増やしていくことで、あまり苦痛を感じることなく取り組みます。ジョギングやウォーキングも、最初から長距離、長時間行うのではなく、短い時間、短い距離から徐々に長く伸ばしていくことが継続の秘訣です。

▼問い合わせ
健康課 ☎ 73・3014

Interview

健康が1番 市民の皆さんに体験を聞いてみました



糖尿病にはならないと頑張る!!

財田町 山路加代子さん

健診でこのままだと糖尿病になりますよと言われ、ショックを受けました。ヘモグロビンの数値が 6.1 とちょうど境界線でした。一番変わったのがお菓子の食べ方です。お菓子がほしくなると食後すぐに食べ、間食はしません。お味噌汁は具だくさんで、ごはんを食べる前に飲みます。野菜を体に入れてから食べるのがコツだと健康教室で知りました。また毎日犬の散歩を約 2km、30 分程しています。その時、歩幅を広げて歩くことで、カロリーの消費が増えることも知りました。絶対に糖尿病にはならないぞと自分に言い聞かせて頑張っています。



2人3脚でメタボ改善!!

豊中町 近藤 修さん

健診の結果を見た保健師さんから指導の電話がかかってきたことがきっかけでした。朝食から大好きな果物をたくさん食べていたのを指摘されてびっくり。朝だから大丈夫と思っていたんです。「糖尿病になってしまうと、思っている以上の節制をしないといけませんよ。ちょっとの辛抱で時々好きなものを食べたらいんですよ」と言われた一言で保健師さんとの2人3脚が始まりました。1年間で約 10kg、腹周りも 10cm 以上痩せました。友人には同級生で一番顔色がいいぞと言われて、嬉しいです。皆さんも健診には絶対行って、結果を少し気にしてみてください。



運

自然体で楽しく運動

詫間町 江中正治さん

シーマックスに通い始めて約 13 年。筋トレや自転車こぎなど 1 日約 2 時間、運動を楽しんでいます。食事制限はせずに体重が約 3kg 減り、少し高かった血糖値も正常に。老人会の役員や公民館活動に積極的に参加し「自分の健康は自分で守る」をモットーに、フットワーク軽く動き回れるのも、運動のおかげです。



歯

しっかり噛んで！

高瀬町 小山栄三郎さん・ハルミさん

栄三郎さんは 92 歳になった今も、全部自分の歯です。朝はパンと共に必ず牛乳を飲み、夜はヨーグルトを食べます。軟らかいものばかりでは歯によくないので、何でもしっかり噛んで食べます。歯みがきは朝・晩 2 回し、歯医者に行くこともほとんどないそうです。歯には噛むことが大事、牛乳が 1 番と勧められました。



食

旬の食材を和食で

仁尾町 組橋秀子さん

市で研修を受けた役員が、それぞれの地域で、食生活の改善をみんなに伝えるヘルスメイトとして約 20 年活動しています。脂っこいものを控え、食物繊維をとるなど、やっぱり和食がいいんですね。お薦めの「しゃけの土佐漬け」も揚げずに焼いてどうぞ。旬のものを取り入れ、料理の仕方でも健康維持を…

がん検診 も忘れずに！

【がん検診】 「がん検診希望申込書」を提出している人は、下記の日程で受診票が届きます。申し込みがまだの人は、健康課までお問い合わせください。

検診名	検診種類	実施時期	受診票の届く時期
子宮頸がん・乳がん	集団検診	8～10月	7月
	医療機関	6～12月末	5月中旬
胃がん 結核・肺がん	集団検診	10～11月	9月
大腸がん	集団検診	10～11月	9月
	医療機関	6～10月末	5月中旬

【無料クーポン券でこの機会に受診を！】



子宮頸がん検診・乳がん検診・大腸がん検診の対象者に無料クーポン券を送付しています。

（クーポン対象者は、4月20日現在、市内に住所がある人で4月1日現在右記年齢の人です）

検診名	クーポン対象年齢
子宮頸がん	20・25・30・35・40歳
乳がん	40・45・50・55・60歳
大腸がん	

運動不足解消のための市民運動講座 「からだすっきり！ひきしまる」

- 日 時**
6月16日（土）午後2時～3時30分
- 場 所**
高瀬町農村環境改善センター
- 講 師**
カマタマレー讃岐トレーナー健康運動指導士 水藤圭祐先生
- 内 容**
ストレッチング・コアトレーニング
インナーマッスルトレーニング
- 定 員**
150人（先着順、定員になり次第締め切ります）
- 申し込み方法**
電話で健康課まで
※運動しやすい靴と服装で飲み物を持参してください。
- ▶申し込み・問い合わせ 健康課 ☎ 73-3014

健康知っ得情報 みんな元気に

香川県の20歳以上の人の1日の歩数は男性が6,695歩（全国37位）、女性が5,790歩（全国39位）と低い順位でした。糖尿病などの生活習慣病を予防するための目標値は成人男性で9,200歩以上、成人女性で8,300歩以上ですが、急に歩数を増やすことは難しいかもしれません。

最近は1日の歩数を1,000歩増やすだけでも効果があると言われています。まず、今自分が歩いている歩数より1,000歩増やすことを目標にしましょう。（平成22年度国民健康・栄養調査より）

（歩数の目安）
スーパーで10分程買い物 約320歩
犬の散歩20分 約1,800歩

▶問い合わせ 健康課 ☎ 73-3014



健康診査 を受けに行こう！

▶問い合わせ 健康課 ☎ 73-3014

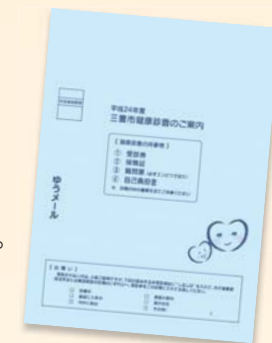
健康診査とがん検診の実施時期が異なりますのでご注意ください。

【健康診査】

集団検診または三豊市および観音寺市の実施医療機関で受けられます。

受診するときは、6月に届く青い封筒と保険証を必ずご持参ください。詳しくは、同封の「ご案内」をご覧ください。

なお、受診前には問診票および質問票（集団検診のみ）に記入して持参してください。



◎対象および検診内容

種 類	内 容	対 象
集団検診・医療機関検診	特定健康診査	三豊市国民健康保険に加入している人 (40～74歳の人・20～39歳で希望する人…若年者は集団検診のみ)
	後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険に加入している人 (75歳以上の人・65～74歳で一定の障害認定を受けている人)
	前立腺がん検診	50歳以上の男性
	肝炎ウィルス検診	40歳以上で過去に受診したことのない人 ※今までに市が実施した肝炎ウィルス検査を受けていない40・45・50・55・60・65・70歳になる人には受診票を送付します

※対象年齢は特定健康診査は平成25年3月31日、前立腺検診および肝炎ウィルス検診は平成25年4月1日現在です

◎日時および場所

種 類	月 日	時 間	場 所
集団検診	6月21日（木）～22日（金）	9:00～11:30 13:30～15:00	財田町公民館
	6月27日（水）～29日（金）	9:00～11:30 13:30～15:00	高瀬町農村環境改善センター
	7月5日（木）～6日（金）	9:00～11:30 13:30～15:00	山本町保健センター
	9日（月）	9:00～11:30	
医療機関検診	6月1日（金）～10月31日（水）	医療機関にお問い合わせください	三豊市・観音寺市の実施医療機関

※三野町・仁尾町・詫間町・豊中町の健康診査は7～8月の予定です



香大医学部の先生がやってくる！これは聞く価値あり！！

▼問い合わせ
企画財政課 ☎ 73-3010
豊中町環境改善センター
場所 19時～20時30分

【6月の講座】

月日	内容	講師
6/7（木）	生活習慣病としての脳梗塞	医学部脳神経生物学 中村丈洋准教授
6/14（木）	生活習慣病としての肝疾患（脂肪肝）	医学部附属病院消化器・神経内科 出口章広講師

生活習慣病を見直すチャンス
香川大学が地域の人々の生活学習の場として、サテライトオフィスを開設しました。「生活習慣病を知る」をテーマに第1回講演「頭痛のはなし」を聞いた参加者は「分かりやすい講演でとてもよかったです。次も参加します」と話していました。

4月28・29日、春の叙勲、春の褒章受章者の発表があり、三豊市からは次の皆さんが受章されました。（敬称略、順不同）

春の叙勲

◆瑞宝小綬章

【税務行政事務功労】

宇野 宏（高瀬町）

◆旭日双光章

【地方自治功労】

安藤 幹夫（三野町）

【簡易郵便局受託業務功労】

川崎 茂俊（財田町）

◆瑞宝単光章

【矯正業務功労】

小野 順子（高瀬町）

【消防功労】

片山 泰秀（高瀬町）

横沢 広幸（三野町）

春の褒章

◆藍綬褒章

【更生保護功績】

小林 寿一（三野町）

知事表彰

5月1日、憲法記念日の知事表彰受賞者の発表があり、三豊市からは次の皆さんが受賞されました。（敬称略、順不同）

【地方自治功労】

浪越 敏（仁尾町）

【交通安全功労】

徳永 和司（山本町）

【医療功労】

香川 嘉宏（詫間町）

【商工団体功労】

林 茂樹（仁尾町）

【中小企業振興功労】

大矢根 裕一（仁尾町）

【畜産振興功労】

新延 修（三野町）

【水産業振興功労】

大平 保利（仁尾町）

【生活改善功労】

藤田 定子（山本町）

【建設功労】

真鍋 宙造（詫間町）

5月9日、地方自治の振興や発展に尽力した元市町議会議員の知事表彰の表彰式が行われ、三豊市からは次の皆さんが受賞されました。（敬称略、順不同）

【地方自治功労】

真鍋 時敏（詫間町）

篠原 芳一（豊中町）

文部科学大臣表彰

4月23日、子どもの読書を推進する活動が認められ、文部科学大臣表彰を三豊市から次の図書館が受賞されました。

高瀬町図書館

民間住宅耐震対策の一部変更

広報みとよ5月号20ページに掲載しました「民間住宅耐震対策支援事業」の内容を耐震対策の促進を図るため、次のとおり一部変更します。

①募集件数

【変更前】耐震診断25件

耐震改修5件

耐震診断40件

耐震改修6件

②申し込み期限

【変更前】平成24年12月20日（木）

【変更後】平成25年1月31日（木）

▼申し込み・問い合わせ

建築課 ☎73・3044

三豊市障害者計画（第2期）、三豊市障害福祉計画（第3期）を策定しました

2つの計画は、地域の障がい者施策を総合的に推進していくため一体的な計画として策定しています。

地域社会での生活の

選択機会、意思疎通手段の選択機会、共に学ぶ教育、雇用の安定と

促進など、相互に人格と個性を尊重しながら共生する社会の実現を

目指します。

詳しくは、市ホームページでご

覧ください。

▼問い合わせ

福祉課 ☎73・3015

市民対話集会のご案内

市政の課題を市長とともに考えませんか。

今年は「自主自立した市民が創るまちづくり」と「学校の再編整備」をテーマに対話集会を行います。どなたでも自由に参加できますので、ぜひ会場へお越しください。

日時および場所

月	日	時 間	場 所
6	29日(金)	午後7時～9時	財田町公民館
7	1日(日)	午前10時～正午	市民交流センター
	2日(月)		山本庁舎
	3日(火)	午後7時～9時	高瀬町農村環境改善センター
	5日(木)		仁尾町文化会館
	6日(金)		三野町社会福祉センター
	9日(月)		詫間福祉センター

▶問い合わせ 秘書課 ☎73-3001



②

市民主体のまちづくり活動を支援します

まちづくり推進隊とは、まちづくり活動をしたい人が自主的に集まる、町を単位とする会員制の組織です。町民であれば誰でも会員になることができ、市から交付金を得て、まちづくり活動を行うことができます。

○市民主体の「まちづくり活動」

市では、多くのまちづくり活動が市民主体で行われています。

下校時の小中学生の見守りを目的としたグリーンパトロール隊による地域ごとの巡回や、小学校や中学校が中心となり、自治会、地区衛生組織などが協力して、資源回収も行われています。

また、東日本大震災をきっかけに、公民館や地区社会福祉協議会、自治会連合会、自主防災組織などが連携して企画し、市民主体で防災フェスタや防災訓練も行われています。

○まちづくり活動の課題

市民主体のまちづくり活動と言いながら、市が協力を求めるので、仕方なく参加している活動もあることでしょう。また、活動の参加者が十分確保されなかったり、予算確保に悩まされている活動もあることでしょう。

○市税の一部を市民の皆さんへ

今までは、市民の公益増進に用いるために皆さん



▲グリーンパトロール隊による巡回もまちづくり推進隊に

○交付金の使いみちは

交付金の使いみちは、理事会や総会を通じて会員相互の話し合いで決めることができます。モデル地区として詫間町に「まちづくり推進隊詫間」が設立され、約50人の会員が活動を始めています。

また、詫間町を除く6町では、まちづくり推進隊の設立に向けて準備が始まります。

○市民が活躍するまちづくり

まちづくり推進隊の活動に参加しませんか。ゼヒヤングシルバーの皆さんにはまちづくり推進隊に入会いただきたいと考えています。そして、人生経験の中で培った知恵を持ち寄り、生きがいをもって積極的に活動いただきたいと思います。そして、みんなが幸せになり、みんなが笑顔で暮らせるまちを実現させましょう。

▼問い合わせ

地域内分権推進課 ☎73・3012

まちづくり推進隊 会員募集！

まちづくり推進隊詫間では、会員を募集しています。会費は無料で、詫間町民であれば誰でも会員になれます。一緒にまちづくり活動をはじめませんか。

▼申し込み・問い合わせ
まちづくり推進隊詫間 ☎83・3639

環境にやさしい生活をしていますか 6月は「環境月間」です

環境省では、6月を「環境月間」と定め、環境保全についての関心と理解を深めるため、環境基本法で6月5日を「環境の日」と定めています。

身近なことからはじめてみませんか

私たちの生活の周りには、今からでも実行できる環境にやさしい取り組みがあります。

- ◆ 買い物袋やマイバックを持参して、レジ袋をもらわないようにする。
- ◆ シャンプーや洗剤などは、中身を詰め替えて容器を繰り返し使うようにする。
- ◆ リサイクルしやすいように分別を徹底し、ごみの出し方のルールを守る。

皆さんの少しずつの積み重ねが、環境を守る大きな力となります。

地域の環境をみんなで守ろう

環境省では5月30日（ごみゼロの日）から6月5日（環境の日）までを「全国ごみ不法投棄監視ウィーク」としています。市内でも不法投棄監視パトロールや環境美化活動等の取り組みが行われています。

「しない・させない不法投棄・野外焼却」

不法投棄は犯罪です。絶対にしてはいけません。不法投棄をした人には厳しい罰則が科せられます。

また、不法投棄をさせないことも大切です。不法投棄は管理が行き届いていない場所でも発生する傾向にありますので、土地所有者（管理者）は草刈りやご



み拾いを定期的に行い、不法投棄されにくい環境づくりに努めましょう。

ドラム缶や地面などで行うごみの野外焼却は、法律で固く禁じられています。焼却禁止の例外である農林水産業を営むためにやむを得ず行われる焼却であっても、周辺地域の生活環境に悪影響を及ぼすことの無いように十分配慮してください。

▼問い合わせ 環境衛生課 ☎73・3007

犬、猫を飼っている皆さんへ

飼い主のマナー

犬のフンの放置はしない

犬のフンの放置は条例で禁止されています。道路、公園、他人の土地などに犬のフンが放置され、「飼い主のマナーが悪い」との苦情が多く寄せられています。散歩中の犬のフンは持ち帰り、飼い主の責任で適切に処理して、きれいな街づくりを心がけましょう。

また、飼い猫のフンについても周囲に迷惑がからないように十分に注意しましょう。

犬の放し飼いはしない

犬の放し飼いは条例で禁止されています。他人に迷惑をかけるように、犬はつなぐか、柵の中に入れて飼いましょう。

また、散歩中も引き綱を付け、放さないようにしましょう。

犬を捨てない

犬を捨てることは法律で禁止されています。やむを得ず飼えなくなったときは、新しい飼い主を探すか、西讃保健福祉事務所（☎25・4383）に相談してください。

野犬などにえさを与えない

飼い主のいない犬や猫にえさを与えないようにしましょう。繁殖し集団化して、周辺的生活環境の悪化をまねくこととなります。

犬の登録と狂犬病予防注射

狂犬病予防法により犬の登録と年1回の狂犬病予防注射が犬の飼い主に義務づけられています。

犬の登録

環境衛生課または各支所、香川県獣医師会指定の動物病院ですることが出来ます。

◇登録手数料 3,000円

狂犬病予防注射

毎年1回の予防注射を忘れずに受けてください。

集合注射の期間内に注射を受けられなかった犬は、動物病院で注射を受けてください。

◇予防注射手数料 2,300円

◇済票交付手数料 550円

狂犬病予防注射済票

香川県獣医師会指定の動物病院

以外で狂犬病予防注射を受けたときは、注射時に発行される「狂犬病予防注射済証」を持って、環境衛生課または各支所で「狂犬病予防注射済票」の交付手続きを行ってください。

◇済票交付手数料 550円

各種届出

犬が死亡したとき、飼い主の住所・氏名などが変更になったときは、必ず環境衛生課または各支所へ届出を出してください。

犬をつれて市外へ転出した場合は、転出先の市区町村へ届け出をしてください。

迷い犬の保護

迷い犬を保護している場合があります。飼い犬が行方不明となって探されるときは、環境衛生課または各支所へお問い合わせください。

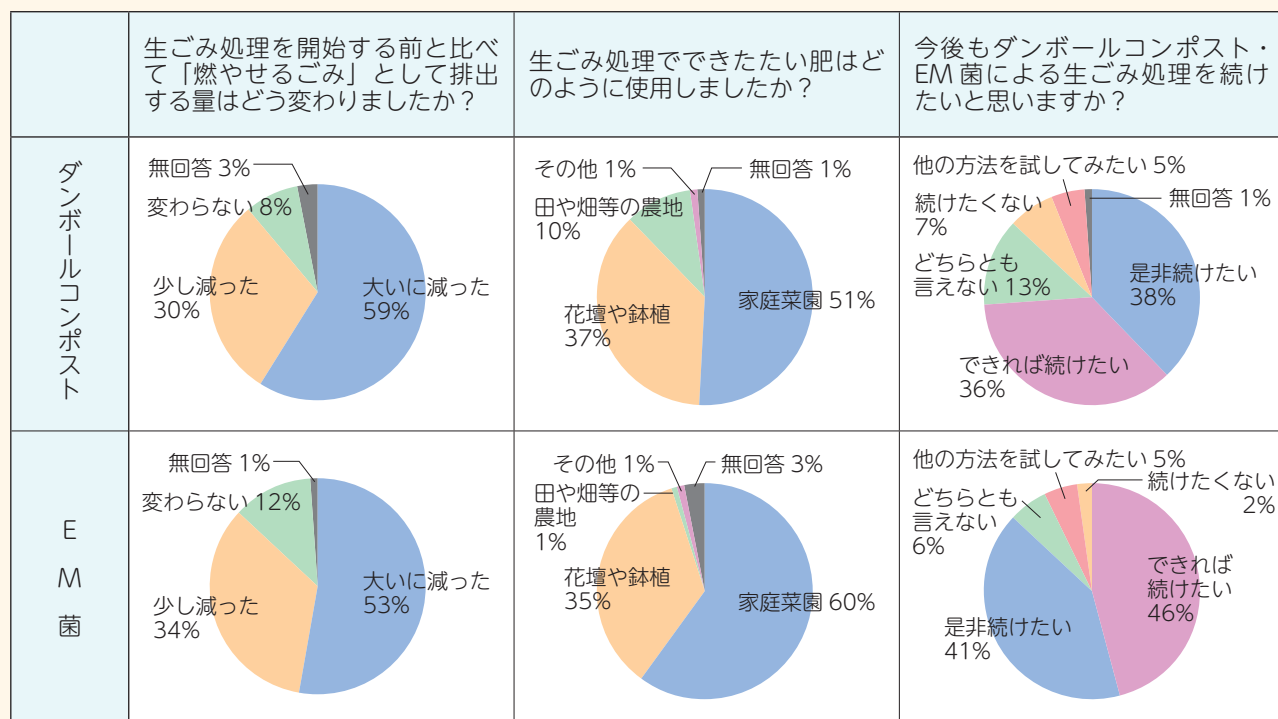
▼問い合わせ 環境衛生課 ☎73・3007

第2回 生ごみ減量化モニターの結果を報告します

昨年、モニターに応募された約300世帯の家庭で、「ダンボールコンポスト」と「EM菌」による生ごみ処理を3カ月間取り組んでいただきました。

実施後のアンケートでは、「燃やせるごみを出す量が減った」と答えた人が全体の8割以上、「今後もダンボールコンポスト・EM菌による生ごみ処理を続けたい」と答えた人が7割以上でした。

集計では、期間中に「ダンボールコンポスト」で約6.3トン、EM菌で約4.7トンの生ごみが家庭で処理できた結果になっています。



また、「生ごみを台所に溜めないで清潔になった」「たい肥として利用できるのを楽しみながら行えた」「自分や家族のリサイクル意識が高まった」などのご意見も多くいただきました。今後もモニターを実施し、普及促進に取り組んでいきます。

第3回 生ごみ減量化モニター募集

ダンボールコンポストやEM菌で生ごみのたい肥化を体験してみませんか

「循環型環境都市三豊」を目指す取り組みとして、家庭から排出される生ごみの減量を目的とし、今年度も「ダンボールコンポスト」および「EM菌」を用いた生ごみ処理に取り組んでいただけるモニターを募集します。

今まで捨てられていた生ごみが、良質なたい肥へと生まれ変わり、家庭菜園やガーデニングに利用できます。

皆さんのご家庭でも取り組んでみませんか。

対象

市内在住の人で、モニターとして3カ月間継続して取り組むことのできる人（事業所などの法人は除く）

※応募者は円滑にモニター業務ができるよう講習会にご参加ください。

募集予定数

ダンボールコンポスト 200件

EM菌 100件



ダンボールコンポスト



EM菌

申し込み方法

環境衛生課または各支所にある応募用紙に必要事項を記入して提出いただくか、市ホームページから環境衛生課あてにメールでお申し込みください。

▼問い合わせ 環境衛生課 ☎73・3007

ご存知ですか？

国民年金制度と届出が必要なとき

国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満のすべての人が加入する制度です。届け出を忘れると、将来受け取る老齢基礎年金の年金額が少なくなったり、受けられなくなる場合があります。また、不意の事故や病気で障がいが残ったり、亡くなられたときには、障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されなくなるおそれがあります。



次のようなときは、市役所への届け出が必要です。届け出を忘れずに、あなたの大切な年金の権利を守ってください。

○20歳になったとき

厚生年金や共済組合に加入していない人が20歳になったときは、第1号被保険者になりますので、「国民年金被保険者資格取得届」を提出します。

○会社を退職したとき

会社などに勤め厚生年金や共済組合に加入している人は、第2号被保険者になっています。60歳になる前に退職したときは、第1号被保険者になりますので、「国民年金被保険者種別変更届」を提出します。

○被扶養配偶者の収入が増えたとき

会社などに勤め厚生年金や共済組合に加入している人の被扶養配偶者（20歳以上60歳未満の人に限り）は、第3号被保険者になっています。

パート収入などが130万円以上になったときは、第1号被保険者になりますので、「国民年金被保険者種別変更届」を提出します。

○被扶養配偶者の配偶者が退職したとき

配偶者が退職して厚生年金や共済組合の加入者でなくなると、第3号被保険者だった人は第1号被保険者になりますので、「国民年金被保険者種別変更届」を提出します。

※第3号被保険者の人が離婚したときにも、第1号被保険者になるための手続きが必要です。※老齢厚生年金等を受ける権利をもっている配偶者が65歳になり第2号被保険者でなくなったときも、それまで第3号被保険者であった人は、第1号被保険者になるための手続きが必要です。

○国民年金に加入するとき、加入者の種別が変わるとき

事 項	国民年金の種別
20歳になったとき	年金未加入 第1号被保険者
会社を退職したとき	第2号被保険者 第1号被保険者
第3号被保険者のパート収入が増えたとき、 配偶者が退職したとき、 離婚したとき	第3号被保険者 第1号被保険者

○免除制度などをご利用ください

平成24年度国民年金の第1号被保険者の保険料は、月額14,980円です。

国民年金の保険料を納めることが経済的に困難なときには、市または年金事務所に保険料納付が免除または猶予される免除制度や学生納付特例制度の手続きを行うことにより、保険料の未納を防止できます。

▼問い合わせ

市民課 ☎73・3005
善通寺年金事務所

「ねんきんダイヤル」
☎0570・05・1165

年金相談を開設します

全国社会保険労務士会連合会運営の「街角の年金相談センター高松（オフィス）」では、社会保険労務士による年金相談所を開設します。相談料は無料で、申請等の手続きもできます。

日 時 6月13日（水）午前10時～午後3時
場 所 三豊市役所西館

持参品 年金手帳、年金証書、振込通知書などのほか、相談者本人であることが確認できるもの。

※代理の人がこられる際は、委任状および依頼を受けた本人であることが確認できるものが必要。

▼問い合わせ

街角の年金相談センター高松（オフィス）
☎087・811・6020

※電話による年金相談は受け付けていません。

7月1日から登録型本人通知制度が始まります

本人通知制度とは

この制度は、不正請求など個人の権利侵害の防止を図ることを目的として、事前に登録することにより、登録者の住民票の写しまたは戸籍謄抄本などの証明書が本人の代理人や第三者に交付された場合に、その交付の事実を郵送により本人に通知する制度です。

※代理人・第三者とは

- 委任状により代理人となった人
- 自己の権利を行使する人（債権者・相続人等）
- 弁護士・司法書士などの特定事務受任者

本人通知の対象となる証明書

- ①住民票の写し（除住民票を含む）
- ②戸籍謄抄本（除籍を含む）
- ③戸籍の附票の写し（除附票を含む）

本人通知の記載事項

代理人や第三者に証明書を交付した場合の通知内容は次の4項目です。

- ①交付年月日
 - ②交付証明書の種別
 - ③交付枚数
 - ④交付請求者の種別
- ※交付請求者の氏名や住所を通知することはできません。

本人通知制度を利用するには

事前に本人通知制度の登録が必要です。「本人通知制度事前登録申込書」を提出してください。登録日は申込書を受け付けた日で、登録完了日以降に交付した証明書が通知の対象となります。

なお、直接窓口にとられない場合は「郵送による申込」も可能です。

対象者

- ①市の住民基本台帳に記載されている人（除かれた人を含む）
- ②市の戸籍に記載されている人（除かれた人を含む）

期 間

登録日から3年で自動的に終了となります。引き続き本人通知制度の利用を希望される人は、更新の手続きが必要です。
申し込み（市民課のみ）
午前8時30分～午後5時15分
（土・日・祝日、年末年始を除く）

※運転免許証、旅券など本人であることが確認できるものをお持ちください。

▼問い合わせ 市民課 ☎73・3005

高規格救急車が新しくなりました

三観広域北消防署第三分署に配置している高規格救急車を更新しました。処置スペースが広く、防振ベッド、心電図や血圧を常時観察する患者監視装置、AED、人工呼吸器などの高度救命処置用資機材を備えています。



救急出動件数が年々増加しています。一人ひとりの大切な生命を救うため、救急車の適正な利用をお願いします。

▼三観広域消防本部 ☎24・0119

じんけん探訪22

身元調査お断り！

「しない」「させない」「許さない」戸籍謄本等不正取得による身元調査が問題になっています。同和問題は、「ある地域で生まれた」ことを理由に、結婚を反対されたり、就職や日常生活の上でさまざまな差別をうけているという重大な人権問題です。

県では、「香川県部落差別事象の発生の防止に関する条例」を平成8年7月1日から施行し、「県民や事業者は、特定の個人の結婚や就職に際して、身元調査をしたり調査の依頼や受託する行為、そのほか調査に協力するなどの部落差別事象の発生につながるおそれのある行為」を禁止するよう定めています。

身元調査は、同和地区だけの問題ではなく誰の身にも起こり得ることです。差別に深くかわりのある身元調査は、「しない・させない・許さない」という毅然とした態度や行動をとることが大切です。

一人ひとりの人権が尊重される明るい社会を築きましょう。

大きな節目となる20年目に向けての更なる前進を目指して

高三人研総会が4月10日に市内で開催されました。高三人研は今年で19年目を迎え、総会では岩田委員長が「地域に根ざした人権・同和教育のさらなる深まりを目指し、研修に励み、取り組みを充実させていきたい。」と決意を述べました。



▼問い合わせ 人権課 ☎73・3008



4/16 地域の人たちと一緒に山登り

詫間町公民館第3分館の皆さんと詫間保育所の年長児が高尾木山登山交流を行いました。山頂まで登りきった子どもたちは一段とたくましくなり、公民館の皆さんもその成長をとて喜んでいました。



4/8 活きのいい魚を求めて

仁尾町漁業協同組合で、今年初めての「朝とれ朝市」が行われました。タイ、イカ、カニ、キスなど活きのいい魚がところ狭しと置かれ、それぞれお目当ての魚を買い求めました。



4/25 公立初! かがわ地産地消応援事業所に認定!

公立初! 財田保育所が『かがわ地産地消応援事業所(給食部門)』に認定されました。給食にたからだ米や地元の食材をずっと使っていることなどが評価されたもの。子どもたちのために毎日愛情たっぷりの給食作り、ありがとうございます♥



5/6 優しい風と音色の中で 萬福寺藤まつり

大地と語り合う会主催の藤まつりが財田町萬福寺で開催され、藤の花が舞い散る中、抹茶のお接待やオカリナの演奏会が行われました。澄んだ音色に参加者は、日頃の喧噪から離れ、心洗われる時間を堪能していました。



4/18 たけのこいっぱいとったよ!

吉津幼稚園の年長児 21 人が吉祥寺のご協力をいただき、たけのこ掘りをしました。大きなたけのこは、みんなで協力して引っ張り、「うんとこしょ、うんとこしょ」と元気の掛け声が竹林に響き渡りました。



おっきいのがとれたよ〜♪



4/18 こいのぼり取り付け作業に挑戦

桑山小学校の5、6年生児童らが不動の滝カントリーパークに地域の人と力を合わせ、こいのぼり 50 匹を取り付けました。こいのぼりが風を受け勇壮に泳ぐと、全児童はとても感動していました。

みとよHOT ほっとNEWS

デイリー版ほっとニュースは
市ホームページで

三豊市

検索



4/25

木製ベンチ 2 脚が寄贈されました

社団法人観音寺法人会三豊南支部より木製ベンチ 2 脚が寄贈され、不動の滝カントリーパークに設置されました。ふれあいの場として多くの皆さんに利用されることでしょう。



4/28・29

色とりどり500株! 薬王寺ばたんまつり

毎年恒例のばたんまつりが薬王寺で開催されました。境内には、500 株の色とりどりのばたんが咲き誇る中、着物を着た子どもたちが抹茶の接待を行い、参加者は至福のひとときを過ごしていました。



5/5 秋の豊作を願って

宮中で執り行われる新嘗祭に献納する米の播種式が、豊中町の森徳義さんの献穀田で行われ、県や市の農業関係者など約 100 人が参加しました。市内から献穀田に選ばれるのは合併後初めてのこと。豊作を願いながら早生品種の「はえぬぎ」が丁寧にまかれました。

4/23 新茶のシーズンです!

新緑のまぶしい中、お茶娘により新茶の茶摘みが高瀬二ノ宮地区で行われました。今年は、冬場が冷え込んだこと、霜の害も少なかったことから、お茶の生育がよかったそう。高瀬茶の特徴、味の濃いお茶が楽しみです!



市営住宅の入居者募集

三豊市では次のとおり市営住宅の入居者を募集します。

市営住宅

- ① 団地名 神原団地（高瀬町下勝間）
募集 2戸
構造 3DK（中層耐火3階建）
使用料 18,300円～35,900円
- ② 団地名 西野団地（詫間町詫間）
募集 2戸
構造 3DK（中層耐火4階建）
使用料 21,700円～42,600円
・ 構造 3DK（中層耐火3階建）
使用料 20,100円～39,500円

※使用料は入居者の所得に応じて決定します。

申込ができる人（次の条件をすべて備えている人）

- ① 市内に住所または勤務場所を有する人
- ② 同居の親族か、同居しようとする親族がいる人（婚姻の届け出はしていなくても、事実上婚姻関係と同じ事情にある人や婚約者を含む）
（注）一定の条件を満たす場合、単身入居も可能です。
- ③ 現に住宅に困窮していることが明らかな人
- ④ 市町村税等を滞納していない人
- ⑤ 世帯の月額所得が基準の範囲内であること
- ⑥ 申込者または同居親族が暴力団員（暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律）第2条第6号に規定する暴力団員をいう）でないこと

入居の決定方法

入居者選考委員会により選考し、決定します。

入居予定時期 7月中旬

必要書類

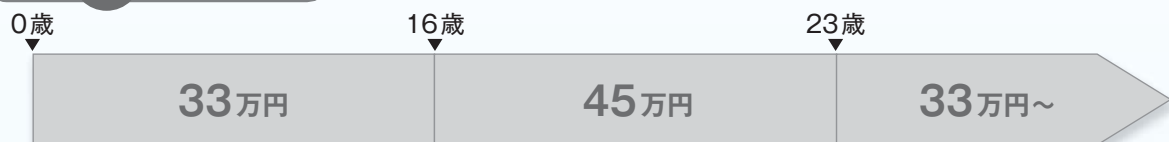
- ① 申込書・申立書等（住宅課・各支所にあります）

住民税（市・県民税）の扶養控除が見直されます

子ども手当の創設や高等学校授業料の実質無償化に伴う税制改正により、住民税（市・県民税）の扶養控除額が見直しされます。

- ◎ 16歳未満の扶養控除額（33万円）が廃止されます。
- ◎ 16歳以上19歳未満の上乗せ部分（特定扶養親族としての控除額上乗せ：12万円）が廃止され、扶養控除額は33万円になります。

改正前 扶養控除額



改正後 扶養控除額



年 齢	基 準 日
16歳未満	平成8年1月2日以降の生まれ
16歳以上19歳未満	平成5年1月2日～平成8年1月1日の生まれ
19歳以上23歳未満	昭和64年1月2日～平成5年1月1日の生まれ

- ・ この改正により19歳未満の人を扶養している人の住民税（市・県民税）の負担が増えることがあります。
- ・ 納税通知書の発送は6月中旬頃になります。

▶ 問い合わせ 税務課 ☎ 73-3006

7月は社会を明るくする運動の強調月間です

この運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

この運動の趣旨を広く理解していただくために、7月2日（月）午前9時30分より、第62回「社会を明るくする運動」の出発式を高瀬町農村環境改善センター駐車場にて開催します。幼稚園児に一日保護観察官への委嘱をはじめメッセーの伝達、香川県警察音楽隊の演奏等を予定しています。地域に根ざした国民運動として推進を図りますので、ご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

三豊地区保護司会

「梅雨・台風等異常気象時に備えて」

6月の梅雨時期を迎え、今後台風の発生だけでなく大雨やゲリラ豪雨も予想されます。そのような異常気象に備え、常日頃から水路やため池等の施設の適切な管理をお願いします。

もし、水路・農道・ため池等の施設や農地が被災した場合、降雨量によっては災害復旧事業の対象となる場合がありますので、その際は土地改良課までご相談ください。

▼ 問い合わせ 土地改良課 ☎ 73-3041

② 住民票（入居予定者全員）、所得証明書・納税証明書（15歳以上で学生を除く）、その他必要書類

申し込み方法

6月1日（金）～15日（金）の午前8時30分～午後5時（土・日は除く）までに、必要書類を住宅課へ提出してください。なお、受付は申し込み期間のみです。

▼ 問い合わせ 住宅課 ☎ 73-3045

みとよHOT ほっとNEWS



4/18 マナーを守ります！

自転車安全利用モデル校に比地大小学校が指定されました。これは、自転車に乗り始める小学生の時期に正しい交通マナーを学び、安全意識の啓発を図ろうとするものです。交通安全教室も開催され、児童たちは交通マナーを再確認しました。

4/20 宮城県知事から感謝状が届きました

東日本大震災の復旧・復興支援に対して、村井嘉浩宮城県知事から感謝状が届きました。これは多くの皆さんから心温まるご支援をいただいたことによるもので、市は今後も市民の皆さんとともに支援を続けてまいります。



4/25 見て、匂って、春を感じて♪

よもぎ団子パーティーが高瀬幼稚園で行われました。よもぎを摘んで、すりばちですって、丸めて、ゆでて、食べてと、園児たちは、春の香りをからだ全体で感じました。



みとよHOT ほっとNEWS



4/24 5/27 写真家ガボミさん写真展

写真家ガボミさんの写真展が財田町公民館で開催され、ことでのん生山工場で働く人たちや工具、部品などを撮影した作品100点が展示されました。来場者は「何度見ても味がありすばらしいです。」と笑顔で話していました。

6月は「児童手当」 現況届の月です

児童手当（4月より、子ども手当から名称が変更）を受けている人は、毎年6月に「現況届」を提出（公務員は勤務先）し、引き続き手当を受ける要件があるかどうかの確認を受けなければなりません。

対象者には、6月上旬に用紙を送付しますので、左記のとおり提出してください。

提出期限 **6月29日（金）**

提出先 **子育て支援課**

提出方法 **持参または郵送**



※6月分より、所得制限額（例：夫婦・児童2人世帯の場合、いづれか多い人の収入が960万円）以上の場合、支給月額が減額（5,000円）になります。

※届出をしないと、6月分以降の児童手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

《現況届に必要な書類》

- ・現況届（送付したもの）
- ・健康保険証（受給者本人）
- ・印鑑
- ・所得証明書（平成24年1月1日に三豊市に受給者および配偶者の住所がなかった人）
- ・受給者と児童の住所が異なる場合は、別居監護申立書（児童の住所が市外の場合、児童を含む世帯全員の住民票も必要）

※状況により、その他の書類が必要な場合があります。

▼問い合わせ 子育て支援課 ☎73・3016

子育て応援サイト「みとよ子育てネットここ笑み」開設

子育て応援サイト「みとよ子育てネットここ笑み（ここえみ）」を開設しました。子育てに関する保健、医療、福祉、教育などの支援制度や相談窓口などの情報提供を行っています。子育ての中で「こんなとき、どこに聞いたらいいのかな？」と悩んだときに、皆さんに役立てていただきたいと思います。

サイト名

みとよ子育てネットここ笑み（ここえみ）

主な掲載内容

子育てに役立つ情報（医療・助成）/ 地域子育て支援センターの紹介・各種教室 / 相談先案内 / 仲間づくり

ホームページアドレス：
<http://www.kokoemi.jp/>
携帯電話用アドレス：
<http://www.kokoemi.jp/m>

※三豊市のホームページからもご覧になれます。



▼問い合わせ 子育て支援課 ☎73・3016

施設サービス・短期入所サービスに係る食費・居住費の軽減制度

介護保険負担限度額認定証の更新

現在お持ちの介護保険負担限度額認定証の有効期限は、6月30日（土）です。

認定を受けていて今年度も該当する人には、6月中旬以降に更新の申請書を送付しますので、介護保険課または各支所で手続きしてください。

なお、有効期間は7月1日～翌年6月30日（1年間）で、対象者は生活保護受給者や住民税非課税世帯の人です。また、新規で認定を受けたい人も、介護保険課までお問い合わせください。

▼問い合わせ 介護保険課 ☎73・3017

健康長寿応援

～はじめましょう 介護予防～

運動や口腔機能の低下、栄養の改善が必要な人等を早期に把握するため、65歳以上の人（要介護認定を受けている人を除く）を対象とした基本チェックリストの記入を3月にお願しました。介護予防の必要な人には、教室のご案内します。住み慣れた地域の中で自分らしく、いきいきと暮らすためには、心身の機能低下を早めに改善することが大切です。

基本チェックリストで生活習慣を振り返り、必要な場合は、介護予防教室の参加申し込みをしましょう。「何かやってみよう」と思ったときが始めどきです。楽しく続けて、生涯元気で過ごしましょう。

▼問い合わせ 地域包括支援センター ☎73・3017

高齢者の権利をまもる講演会のお知らせ

認知症などにより判断能力が低下した人を支援する「成年後見制度」について、楽しい落語を聞きながら、理解を深めてみませんか。たくさんの人の来場をお待ちしています。

講師名 桂 ひな太郎 かつらひなたろう（落語家）

演題 落語で楽しく成年後見制度

日時 6月23日（土）午後1時～3時

場所 マリンウェーブ

定員 750人



申込み等 入場整理券が必要です。入場整理券は、6月11日（月）より介護保険課、各支所、各出張所、マリンウェーブで配布します。

※入場整理券の配布は1人3枚までとなります。

▼問い合わせ

地域包括支援センター ☎73・3017

身体・知的障害者相談員が決まりました

4月1日付けで三豊市長から次の方が委嘱されました。（敬称略）

身体障害者相談員

大西 廣（豊中町）

山下 猛（高瀬町）

谷川 虎男（財田町）

知的障害者相談員

森 眞一（豊中町）

白川 美香（山本町）

新庄 利治（三野町）

三宅 虎彦（詫間町）

近藤恵美子（高瀬町）

▼問い合わせ 福祉課 ☎73・3015

みとよHOT ほっとNEWS



4/19 香川大学サテライトオフィス開催

香川大学が県内3市（三豊市・坂出市・東かがわ市）にサテライトオフィスを開設することとなり、調印式が行われました。今後市民向けの講座などが実施される予定です。講座案内は7ページをご覧ください。

4/25 三豊ナスの苗引きとり

J A財田上支所で三豊ナスの苗の引き取りがありました。この日は約4,000本の苗を三豊ナス研究会の会員が軽トラックで取りに来ていました。収穫は6月ごろの予定。ナスの成長が楽しみです！



4/17 子育てと仕事が両立できるように

配電盤・自動制御盤等を製作している有限会社アイテム（豊中町）と、がんばる企業応援事業「子育て応援協定」を締結しました。この事業では子育てと仕事の両立ができる職場環境づくりに取り組む企業を応援しています。



みとよHOT ほっとNEWS



4/19 地震への対応を意見交換

四国地方整備局の部長や担当者が訪れ、地震の震度が見直されたことに対し、今後の対応や国の支援などについて、市長と意見を交わしました。震度の見直しを受け、今後三豊市においても地域防災計画を見直していきます。



「中国語講座」受講生募集！

クラス	水曜日 中級 木曜日 初級 金曜日 入門（初心者向け）
時間	18：30～19：45
期間	6月27日（水）～7月27日（金）
場所	マリンウェーブ
受講料	5,200円（全4回）

新しい中国からの国際交流員をご紹介します。
李さんは、6月中旬から国際交流協会にて勤務する予定です。



みなさん 你好（ニーハオ）！

中国から来た李会平です。はじめまして。

私のふるさと悠久の歴史を持つ古都、陝西省西安です。唐の時代には長安と呼ばれていました。有名な名所旧跡として、弘法大師が仏学を習得した有名な青龍寺があります。今回、私は弘法大師のふるさとである香川県に来ることができて、とても嬉しいです。中日友好の架け橋としてがんばりますので、よろしくお願いいたします。

まずは、一緒に楽しく中国語を勉強しましょう！（笑）

参加者募集！

国際理解講座「韓国ヘルシー料理教室」

～韓国では、夏バテした時に「チョルミョン」という、たっぷりの野菜を使った辛い麺料理を食べて元気を出します。夏バテに負けない韓国秘伝の夏のヘルシー料理作りに挑戦しましょう！～

日時	7月1日（日） 午前10時～午後1時	材料費	会員：500円 一般：700円 （会員登録は随時 受け付けています。）
定員	50人（先着順）		
場所	豊中町保健センター		
講師	朴 英信（韓国出身）	申し込み期限	6月27日（水）



三 ▶ 申し込み・問い合わせ （財）三豊市国際交流協会 ☎56-5121（火曜・祝日休館）<http://www.mitoyo.org/> 三

▼ 問い合わせ 企画財政課 ☎73・3010
<http://www.city.mitoyo.lg.jp/>
（トップ→三豊市の行政情報→男女共同参画）

この男女共同参画週間をきっかけに、男女共同参画への意識や価値観を見直してみよう。
☆三豊市男女共同参画プランは、市のホームページに掲載しています。

今年度の男女共同参画週間は「男女共同参画による日本再生」を重点とします。例えば、経済・ビジネスにおいて女性がもっと活躍すること、震災からの復旧・復興において女性が参画し、その視点を加えること、ワーク・ライフ・バランスにより男女の働き方や生き方を変えることなど、女性が日本再生の担い手として重要な役割を果たすことは、元気な日本を取り戻す鍵となります。

6月23日（土）～29日（金）は、
男女共同参画週間です
あなたがいる わたしがある
未来がある



目指せ男女共同参画社会

No.26

旬の味を楽しむ

フルーツ王国 簡単レシピ みとよの

旬のものを使って加工品を作ろう！

夏みかんのマーマレード

材料 夏みかん・・・ 1キロ
砂糖・・・ 600g
（夏みかんの総重量の60%）



作り方

- ① 夏みかんはよく洗い、外皮のきれいなところ、2/3を選び、あとの外皮は捨てる。
- ② ①の皮をむき、外皮を巾3cmに切り、できるだけうすく小口切りにする。
- ③ 鍋にたっぷりの水を入れ、②を加え、30～40分位茹でて、水に20分以上さらす。
- ④ 皮をむいた実は、横に二つ割りにして軽く汁をしぼる。
- ⑤ 汁をしぼったあとの実を1cm角にきざみ、ひたひたの水（約3カップ）を加えて30分煮て汁をとっておく。
- ⑥ 汁をとったカスに水を1カップ入れ5分くらい沸かし、汁をとり先にとった汁と合わせる。
- ⑦ ⑥の汁に分量の1/3の砂糖と、③の皮を加えて煮る。
- ⑧ 残りの砂糖を2回に分けて加え、強火で煮つけ、表面に浮き上がったあくをすくい取る。
- ⑨ 煮沸消毒したビンに入れてできあがり。



里山実ちゃん

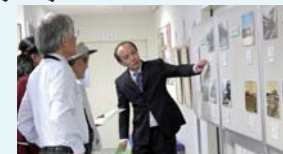
ワンポイント

外皮全部入れると苦味が強いので、外皮全体の2/3くらいを使うといいよ！

▶ 問い合わせ 農業振興課 ☎73-3040

三豊市文書館 体験講座 中国四国地区 第7回アーカイブズウィーク 「はじめての文書館！～施設見学と利用方法～」

日時	6月13日（水） 午後2時～
集合場所	市役所 山本庁舎
定員	30人（先着順）
申し込み	電話にて文書館へ
主な内容	①文書館の裏側見学（書庫見学） ②文書館の利用体験（文書館の資料の利用方法を体験）③文書館の業務体験（文書館で行っている文書の目録作成業務を体験）



市民の皆さんにはまだまだ馴染みがない文書館について、その利用方法や業務を実際に体験していただき、文書館に親しんでもらいます。

▶ 問い合わせ 三豊市文書館 ☎63-1010

作品募集！

三豊の魅力さがし写真コンテスト（夏の部）

三豊の観光PRにもってこいの写真を募集します。

テーマ 世界に発信 三豊の魅力

- ・夏のおすすめ美景スポット（海・山・島・花・日の出・夕日・田園など）
- ・夏の地域イベントの情景・歴史ある名所・旧跡

賞	最優秀賞	1人	30,000円
	優秀賞	4人	5,000円
	佳作	10人	三豊市商品券1,000円分

応募期限 9月28日（金）

▶ 応募・問い合わせ
三豊市観光協会 ☎56-9121



お知らせ

三豊市メール配信
サービス実施中
登録はこちら



募集

三豊市職員募集

募集人員

- 一般行政事務 10名程度
- 情報 若干名
- 土木 若干名
- 機械 若干名
- 電気 若干名
- 幼稚園教諭・保育士 10名程度
- 看護師 若干名

第一次試験日

7月22日(日)

試験場所

受験票送付時に通知

受付期間

6月18日(月)～29日(金)
(土・日を除く)

※郵送可(6月29日必着)

受験申込書・募集要項は、人事課および各支所にあります。
また市ホームページからもダウンロードできます。

※詳細は、募集要項をご覧ください。
◎高校卒(土木・建築資格者)および



び民間企業等職務経験者でU・Iターンによる定住者の採用試験は10月21日(日)の予定です。
申し込み・問い合わせ
人事課 ☎73・3002

相談

弁護士の多重債務者無料相談会

日時

6月26日(火)
午後1時～3時

場所

三野町社会福祉センター

相談

1人30分 4人まで(要予約)

申し込み期間

6月12日(火)～19日(火)

申し込み・問い合わせ
福祉課 ☎73・3015

精神保健相談日

日時

【中高年うつ・認知症相談】(要予約)
6月4日(月)・7月2日(月)

午前11時～正午

【思春期相談】(要予約)

6月11日(月)

午後2時～4時

【心の健康相談】(要予約)

6月27日(水)

午後2時～4時

【場所】

西讃保健福祉事務所

申し込み・問い合わせ

西讃保健福祉事務所

☎25・2052

さぬき若者サポートステーション出張相談

日時

6月27日(水)
午前10時～午後4時

場所

豊中町保健センター

対象

15歳からおおむね39歳までの人
またはその家族

相談内容

就職支援相談・キャリアアカウン
セリング

問い合わせ

さぬき若者サポートステーション
☎0877(58)1080

講座・教室

統合失調症家族教室

日時

6月13日(水)

三豊総合病院 6月の健康教室

【食べて治してハッピーライフ】
(テーマ) アンチエイジング②

日時

6月8日(金) 健康学習

午後2時～3時

6月22日(金) 調理実習

午前10時～正午

【腎臓病教室】

日時

6月21日(木)

午前10時30分～正午

【男性の調理実習】

日時

6月6日(水)

午前10時～12時30分

【夜間糖尿病教室】

日時

6月14日(木)

午後6時～7時

※各教室とも事前予約が必要

※調理実習・試食会は600円必要

申し込み・問い合わせ

三豊総合病院健康管理センター
☎52・2726

イベント

かなもりわたる
金盛弥 お遍路版画展

期間

6月12日(火)～7月8日(日)

午前9時30分～午後5時

※月曜日休館

場所

財田町公民館

市長杯大会結果

(敬称略)

第7回 ミニバスケットボール大会
(4月8日・豊中町体育館)

【団体の部・男子】

優勝 国分寺ミニバスケットボールクラブ
準優勝 高瀬ミニバスケットボールクラブ
優秀選手 真鍋 起馬

【団体の部・女子】

優勝 豊中ミニバスケットボールクラブ
準優勝 紀伊ミニバスケットボールクラブ
最優秀選手 筒井 桃花
優秀選手 石川 夢 宮澤 楓

【フリースローの部・男子】

高学年優勝 樋口 優 低学年準優勝 白川 成起

【フリースローの部・女子】

高学年優勝 石川 夢 高学年準優勝 桑田 聖菜

第7回 弓道大会
(5月6日・三豊市弓道場)

【男子の部】

優勝 竹下 裕章(一般)
準優勝 藤井 晴也(多度津高校)
第3位 平井 昭義(一般)

【女子の部】

優勝 陶山 瑞穂(高瀬高校)
準優勝 曾根 志帆(一般)
第3位 上森 奈々(笠田高校)

第7回 争奪ベタンク大会
(5月11日・比地小学校)

優勝 大見Aチーム
準優勝 家の浦チーム
第3位 二の宮Aチーム



申請はお済みですか?

農業者戸別所得補償制度の加入申請期限は

7月2日(月) までとなっております。

お済みでない人は、最寄のJA支店、中国四国農政局
高松地域センターにご提出ください。

▶問い合わせ 農業振興課 ☎73-3040
中国四国農政局高松地域センター
☎087-831-8185

笠田高校開放講座「暮らしいきいき講座」

回	月日	時間	内容
1	7月7日(土)	午前9時 ～ 正午	(開講式) やさしいパイオ実験
2	10月6日(土)		讃岐の味を楽しもう
3	11月24日(土)		クリスマスフラワーアレンジメント作り
4	12月8日(土)		お正月用寄せ植え作り
5	1月12日(土)		手打ちうどん作り

【場所】 笠田高等学校 【受講料】 7,000円程度(5講座分)

【対象】 市内在住者で5回とも受講できる人

▶申し込み・問い合わせ 笠田高等学校 ☎62-3345

アライグマ・ヌートリア防除従事者養成講習会開催

アライグマ等は鳥獣保護法により狩猟免許者、
防除従事者講習会修了者でないと捕獲することが
できません。自衛のために防除従事者養成講習会
にお申し込みください。

【日時】 7月6日(金) 午後1時～5時

【場所】 高瀬町農村環境改善センター

【対象】 20歳以上の県内在住者

【定員】 50人(申込順)

【内容】 防除従事者になる
ための必要な知識
の取得

【申し込み期限】
6月29日(金)

▶申し込み・問い合わせ 農業振興課 ☎73-3040



■内 容
四国霊場88カ所の山門や大師堂の版画

■S W I Mチャレンジ記録会 in 三豊
全国各地のスイマーが異なる時間・場所で行っている「S W I Mチャレンジ」が香川県では初の開催となります。

■日 時
7月1日(日)
午後1時～4時

■場 所
香川高等専門学校詫間キャンパス

■対 象

定期的に水泳を行っている人
※中学生以下は要保護者承認

■定 員
7人

■参加料
1,000円

■申し込み期間
6月4日(月)～

■申し込み・問い合わせ
(定員になりしだい締切)

香川高等専門学校詫間キャンパス
☎83・8507



その他

■農家のお母さんの技術を学ぼう
～豆腐・マーマレード作り～

■日 時
6月20日(水)
午前9時～午後1時

■場 所

財田町農産加工施設

■対 象

市内在住で農産加工に興味のある人(先着20人)

■持参物

エプロン・三角巾

■参加料

500円程度(軽食付き)

■申し込み期間

6月18日(月)

■申し込み・問い合わせ

農業振興課 ☎73・3040

■三豊市体育協会会長杯
高瀬オープン・ラジボール
卓球大会参加者募集

■日 時
6月24日(日)
午前9時開会

■場 所

総合体育館

■対 象

県内および近県在住者
(年齢制限なし)

■参加料

1チーム3,000円

■申し込み期間

6月15日(金)午後5時

■問い合わせ

体育協会卓球部(嶋田)

■高瀬・財田B&G海洋センター
プールオープン!

■期 間

■場 所

香川西部養護学校

■対 象

心身に障がいのある子どもの教育・就学等で悩んでいる人

■内 容

体験学習や授業参観

■申し込み・問い合わせ

香川西部養護学校

☎25・1775

■全 国 一 斉 「子 ども の 人 権
110番」強化週間

■期 間

6月25日(月)～7月1日(日)
午前8時30分～午後7時
(土・日曜日は午前10時～午後5時)

■相談電話番号

☎0120(007)110

■相談員

子ども人権委員をはじめ人権擁護委員および高松法務局職員

■問い合わせ

高松法務局

☎087(815)5311

■「女性の権利110番」

■日 時

6月26日(火)
午前10時～午後4時

■相談電話番号

☎087(822)3693

■内 容

電話相談および面接相談
※面接相談は要予約

6月1日(金)～9月9日(日)
午前9時～午後9時

※月曜日休館(月曜日祝日の場合は、火曜日休館)

■問い合わせ

生涯学習課 ☎62・1113

■精神障がい者と地域との交流
「カタリ場」

■日 時

7月5日(木)
午後1時30分～3時30分

■場 所

三豊市役所西館

■内 容

七夕の短冊・飾り作りなど

■申し込み期間

6月28日(木)

■問い合わせ

福祉課 ☎73・3015

■地域生活支援センターありあけ
☎57・5501

■ボランティア活動入門
一日セミナー参加者募集

■日 時

7月13日(金)
午前10時20分～午後3時30分

■場 所

観音寺市民会館

■講 師

四国学院大学 大山 治彦 氏

■参加料

500円(ランチ付き)

■申し込み・問い合わせ

県老人クラブ連合会

■申し込み・問い合わせ
県弁護士会
☎087(822)3693

■外国人の不法滞在・不法就労
防止にご協力ください

6月は「外国人労働者問題啓発
月間」です。

三豊警察署では外国人が安心して生活ができるよう防犯指導や交通安全指導を行っています。

外国人を雇用するときには、必ずパスポート等で在留資格や在留期間を確認してください。

■問い合わせ

三豊警察署 ☎72・0110

■七宝・有明ビーチウォーク

■日 時

7月7日(土)
午前9時30分開会

■場 所

有明ふれあい海岸

■内 容

5kmコースおよび2kmコースのウォーキング

■参加料

500円(傷害保険料ほか)

■持参物

滑りにくい靴、飲み物

■申し込み期間

7月5日(木)

■申し込み・問い合わせ

県里山ボランティアガイド組合(森)

☎090(1328)1283

マリンウェーブ情報

▶マリンウェーブ ☎56-5111

ザ・ブラザーズ・フォア

“ゴールデン アニバーサリー” ジャパンツアー2012

■日 時 6月16日(土) 午後7時開演(開場6時30分)

■料 金 5,500円 【全席指定席】

好評発売中

■出 演 The Brothers Four

■曲 目 七つの水仙
遙かなるアラモ
500マイルズ
グリーンフィールズ
花はどこへいった
など



～美しいハーモニーにのって「あの歌」がよみがえる～



心温まる贈りもの

(4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・順不同)

社会福祉協議会へ

白川 武志	高瀬町	横山 賢治	豊中町
小野 環	三野町	上森 ゆかり	豊中町
岩本 幸雄	三野町	植岡 澤江	仁尾町
西川 正明	三野町	吉田 俱良	仁尾町
石川 兼正	三野町	尾崎 悦子	財田町

曾保小学校・曾保幼稚園へ

吉田 俱良	仁尾町
-------	-----



三豊市の人口

平成24年 5月1日現在
()内は前月比

世帯数	22,982	世帯 (+49)	男 32,183	人 (+23)
総人口	67,568	人 (-11)	女 35,385	人 (-34)

※香川県人口移動調査による



「住宅用火災警報器」 設置しましたか？

万が一の火災への備えとして住宅用火災警報器を設置しましょう。住宅用火災警報器の設置は、すべての住宅に義務づけられています。設置することで火災の発生をいち早く知らせ、被害の拡大を防げます。個人でも容易に取り付けができ、ホームセンターなどで購入ができますので、「まだ付けていない」という人は、誰のためでもなく、自分のため、家族のために早く設置しましょう。



▶問い合わせ 三観広域北消防署 ☎72-2119

就農相談 担い手育成総合支援協議会 ☎62-3075
対象は、新規就農予定者・就農5年以内の農業者（要予約）

日 程	時 間	場 所
20日(水)	13:00～16:00	西讃農業改良普及センター
21日(木)		
22日(金)		

農事相談 農業委員会 ☎73-3046

日 程	時 間	場 所
7日(木)	13:30～16:00	高瀬町農村環境改善センター
対象地域 高瀬町・三野町・詫間町・仁尾町		

知的財産・技術相談 産業政策課 ☎73-3013
登録商標や企業・技術紹介の相談（要予約）

日 程	時 間	場 所
12日(火)	9:30～15:00	豊中町保健センター

休日当番医

日 程	医療機関名	市町名	電話番号
3日(日)	細川病院	詫間町	83-2211
	渡辺ハートクリニック内科	観音寺市	23-2022
10日(日)	瀬尾医院	仁尾町	82-2295
	辻整形外科医院	観音寺市	57-1100
17日(日)	岩崎病院	詫間町	83-6011
	高室医院	観音寺市	25-8311
24日(日)	今川内科医院	豊中町	62-2052
	香川井下病院	観音寺市	52-2215

休日当番医 歯科 診療時間は午前9時から正午まで

日 程	医療機関名	市町名	電話番号
3日(日)	三宅歯科医院	山本町	63-8500
10日(日)	多田歯科医院	観音寺市	25-3247
17日(日)	久保歯科医院	観音寺市	52-2009
24日(日)	河田歯科医院	観音寺市	23-1181

※休日当番医は、都合により変更になることがあります。

行政相談 総務課 ☎73-3000または各支所

日 程	時 間	場 所
5日(火)	13:00～15:00	財田庁舎
6日(水)	10:00～15:00	豊中庁舎
	13:00～15:00	三野町社会福祉センター
11日(月)	10:00～15:00	高瀬町農村環境改善センター
	13:00～15:00	山本庁舎
12日(火)	13:00～16:00	詫間福祉センター
15日(金)	10:00～15:00	仁尾庁舎

人権相談 人権課 ☎73-3008または各支所

日 程	時 間	場 所
6日(水)	10:00～15:00	山本町農村環境改善センター
		豊中庁舎
11日(月)		高瀬町農村環境改善センター
20日(水)		三野町社会福祉センター

職業相談 たかせ人権福祉センター ☎72-2501

日 程	時 間	場 所
18日(月)	10:00～11:30	たかせ人権福祉センター

健康相談 健康課 ☎73-3014
血圧測定・尿検査・健診結果・生活習慣病予防や禁煙等の相談

日 程	時 間	場 所
7日(木)	9:30～11:00	詫間福祉センター
8日(金)		豊中町保健センター
13日(水)		山本町保健センター
18日(月)		三野町保健センター
19日(火)		仁尾町福祉会館

※財田町国保高齢者保健福祉支援センター、高瀬町公民館の健康相談はお休みです。

こころの健康相談 福祉課 ☎73-3015

日 程	時 間	場 所
1日(金)	10:00～11:30	詫間福祉センター
25日(月)	13:30～15:00	高瀬町農村環境改善センター
7月6日(金)	10:00～11:30	山本町農村環境改善センター

乳幼児健診 子育て支援課 ☎73-3016

対 象	日 程	受付時間	場 所
4・10カ月児健診 (平成24年2月生まれ) (平成23年8月生まれ)	19日(火)	13:30 13:50	豊中町保健センター
	26日(火)		三野町保健センター
1歳6カ月児健診 (平成22年11月生まれ)	6日(水)		三野町保健センター
	7日(木)		豊中町保健センター
3歳児健診 (平成20年11月生まれ)	21日(木)	13:50	豊中町保健センター
	28日(木)		三野町保健センター

◎乳幼児健診は子どもの成長・発達を知る節目の時期に実施しています。ぜひ、この機会に受けましょう。

プレママひろば 子育て支援課 ☎73-3016

対 象	日程・受付時間	場 所
16週以降の妊婦 (希望者は26日までに 電話でお申し込みください)	27日(水) 9:30～12:00	高瀬地域 子育て支援センター

離乳食講習会 子育て支援課 ☎73-3016

対 象	日程・受付時間	場 所
1歳未満児の保護者 (希望者は15～27日までに 電話でお申し込みください)	7月4日(水) 10:30～11:00	三野町 保健センター

◎託児あり（申し込み必要）

ベビーマッサージ教室 子育て支援課 ☎73-3016

対 象	日程・受付時間	場 所
2～6カ月の乳児と保護者 (希望者は12日までに 電話でお申し込みください)	13日(水) ① 9:30～10:30 ② 10:30～11:30	豊中町 保健センター

◎申込み時に①または②のご希望の時間をお選びください。

楽しい歯磨き教室 子育て支援課 ☎73-3016

対 象	日程・時間	場 所
10カ月～3歳(市内在住)の 子どもと保護者(申込不要)	25日(月) 10:00～	すくすくランド たくま広場

◎持参物 歯ブラシ、ティッシュ

児童相談 子育て支援課 ☎73-3016

対 象	日程・受付時間	場 所
18歳未満の子どもと保護者 (希望者は25日までに 電話でお申し込みください)	26日(火) 13:30～15:00	豊中町 保健センター

◎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。

遊ビリテーション 地域包括支援センター ☎73-3017

日 程	時 間	場 所
7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
11日(月)	10:00～11:30	市民交流センター(豊中町)
	13:30～15:00	高瀬町農村環境改善センター
12日(火)	10:00～11:30	仁尾町文化会館
15日(金)	10:00～11:30	三野町保健センター
20日(水)	10:00～11:30	マリンウェーブ
	13:30～15:00	荘内自然休養村センター
26日(火)	10:00～11:30	二ノ宮地区農業構造改善センター

高齢者あんしん相談 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

日 程	時 間	場 所
4日(月)	10:00～11:00	仁尾庁舎
8日(金)		三野町保健センター
12日(火)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
14日(木)		三豊市役所
20日(水)		豊中庁舎
21日(木)		山本町保健センター
27日(水)		詫間福祉センター

脳きり教室 地域包括支援センター ☎73-3017

日 程	時 間	場 所
12日(火)	13:30～15:00	高瀬町農村環境改善センター
13日(水)		マリンウェーブ
15日(金)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
19日(火)		市民交流センター(豊中町)
21日(木)		三野町保健センター
22日(金)		山本町保健センター
26日(火)		仁尾町文化会館

精神デイケア 福祉課 ☎73-3015

日 程	時 間	場 所
7日(木)	10:00～11:30	高瀬町公民館（さくらの会）
14日(木)		
21日(木)		
19日(火)	13:30～15:30	詫間福祉センター(みつより会)

下高瀬幼稚園
一緒に遊ぼう♪幼小連携

みんなの
みとよ

すくすく通信

仁尾中学校
小さな親切運動 クリーン作戦



▲お友達の輪もぐっと広がるね



▲心もさわやかに♪

♪キンコンカンコン♪休み時間の小学校の合図が聞こえたと思うと、ぴかぴかの制服に身を包んだ新1年生が手を振りながら、今年も園庭にやってきました。下高瀬幼稚園と下高瀬小学校は境界の垣根やフェンスがなく隣接しています。そのため、毎年新学期には、新1年生が休み時間があると幼稚園の園庭にやってきます。新しい生活に緊張していた1年生が3月まで生活していた幼稚園に来て、ほんのひと時いるだけで緊張が和らぐのでしょうか。園児とドッジボールやサッカーを楽しむ姿も見られます。下高瀬幼稚園では、12年前から幼小連携を行っています。1学期は1年生と春さがしや泥んこあそび、4年生と草すべり、6年生とのプール遊び等を計画しています。

仁尾中学校の正門玄関には「小さな親切」の碑があります。この運動を唱えた東大の茅総長自筆の碑は、全国でたった一つ、仁尾中学校にしかありません。仁尾中学校では生徒会を中心に全校生徒がこの運動に取り組んでいるので、今では仁尾中学校のすばらしい伝統となっています。主な活動に、国立公園鳥島や町内のクリーン作戦があります。学校で学んだことを、社会の中で生かせるこの体験・経験が、仁尾中生徒を強く、たくましく育ててきました。しっかりとした人格をつくりあげるために小さな親切運動は役立っています。地域の方々や保護者の温かい声援を受けて、これからも、仁尾中学校の伝統である小さな親切運動を受け継ぎ、頑張っていきます。

文化財を訪ねて 30

つじ ふだ ば

辻の札場

～長きにわたって用いられた告知板～

江戸時代、各村や宿場町をはじめ人通りの多い場所などには各藩のお触れや法令を掲示する高札場が立てられていました。仁尾町仁尾にある『辻の札場』もそのひとつです。普門院の前に建てられており、周囲は広場になっています。当時は詫間や観音寺へ向かう交通の要所であり、周辺に多くの商家が軒を連ねていた場所で、多くの人々が集まっていました。

辻の札場は本瓦葺きの立派な造りです。棟の東西には丸亀藩を治めていた京極家の家紋である四ツ目の瓦が確認できます。柱と柱の間は、2.4mほどで、板が張られており、この周りを花崗岩の角柱が玉垣状に囲んでいます。

かつては板に直接、墨書でお触れや法令が記されており、人々にわかり易いように、仮名まじりの簡潔な文章で書かれていました。明治時代に入って廃止されるまで、高札場では様々な掲示が行われていました。

現存している高札場は数少ないため、規模が大きく保存状態が良好な辻の札場は、大変貴重な文化財であるといえます。辻の札場は昭和44年に県指定史跡になりました。

また、辻の札場は昭和54年に新しい掲示板が立てられるまで、旧仁尾町役場の公告などに用いられており、明治時代以降も人々に情報を発信し続けた珍しい高札場でもあります。

江戸時代から長きに渡って用いられた辻の札場は昔と変わらない場所で、現代の私たちにその歴史を伝えています。



▲辻の札場



▲京極家の家紋が入った瓦

<生涯学習課>

今月の市民力

70～80歳代の10人でゲートボールを楽しんでいる「たこ木チーム」。月・水・木・土の午前中、練習に励んでいます。ゲートボールを始めてよかったことは毎日定時に起床し、規則正しい生活を送るようになったこと、友達が地域から詫間町内に広がったことだそうです。今後の目標は先ず健康をずっと保つこと、そして次の大会でも優勝することと全員が笑いながろうなずいていました。皆さん、健康を維持して、頑張ってください!!

