



Public Relations of Manno

まんのう町

広報 まんのう

9
September

2009 vol.42



7.30 ポーチュラカ
(長尾ふれあいパーク花公園)

9月号の 主な内容

- 特集 自分でできる防災対策
- デマンド乗合タクシー利用申込者への確認作業開始
- 子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券配布
- 9/13 敬老会開催
- 8/30 衆議院議員総選挙・最高裁判官国民審査

まちの 動き

〈平成21年8月1日現在〉

- 人口 20,272 人 (前月比-16人)
男: 9,741 人
女: 10,531 人
- 世帯数 7,040 世帯 (前月比+6世帯)

●この広報誌の内容は、ホームページでもご覧いただけます。

<http://www.town.manno.lg.jp>

まんのう町
携帯版ホームページは、
こちらのQRコードから⇒



自分でできる防災対策

特集

防災の要は、「自助意識」と「日ごろの準備」

9月1日は「防災の日」。この日は、1923（大正12）年の関東大震災の発生や1959（昭和34）年の「伊勢湾台風」の被害を被ったことを契機に1960（昭和35）年に設けられました。災害に対しては、常日ごろからの準備が重要ですが、災害の発生を未然に防止し、被害を最小限に止めるにはどうすればよいかということを、行政のみならずみんなが家庭や職場、地域などで考えることが大切です。ここでは、自分でできる防災対策のいくつかをご紹介します。

防災対策の基本は、「自助・共助・公助」といわれています。「自助」とは、自分の命は自分で守ることを、「共助」とは、自分たちの地域は自分たちで守ることを、「公助」とは、個人や地域の力では解決できないことについて、県や市町、消防、警察、自衛隊など、公的機関が行うことをいいます。

多くの方は自助と共助と公助の割合は、1対2対7だと考えているかもしれませんが、災害が起されば自助と共助と公助の割合は、7対2対1になるという調査結果があります。

このことから、防災対策を考える上で最も重要なのは「自助」の部分ということになります。

それでは、一体どういうことを事前しておけばいいのでしょうか。これからみていくことにしましょう。

原始的な方法で安否確認を

災害が発生したときに一番大事なことは、本人と家族の安否確認です。

避難場所一覧表

地区	場 所
満濃	役場本庁
	高篠ふれあいセンター
	満濃保健センター
	勤労青少年ホーム
	なごみ館
	高篠小学校
	高篠公民館
	四条小学校
	四条公民館
	満濃農改センター
	満濃中学校
	町防災センター
	祓川児童館
	満濃武道館
	満濃南小学校
	吉野公民館
	吉野体育館
	神野公民館
	町農村婦人の家
	長炭小学校
琴南	琴南支所
	美合出張所
	琴南公民館
	琴南小学校
	琴南農改センター
	琴南中学校
	旧琴南東小学校
	川奥集会場
仲南	仲南支所
	仲南小学校
	仲南公民館
	仲南農改センター
	旧仲南北小学校
	旧仲南西小学校
	旧仲南東小学校

予備的避難場所一覧表

地区	場 所
満濃	満濃ヒルズカントリークラブ
琴南	国営讃岐まんのう公園中央広場
仲南	健康ふれあいの里
仲南	サン・スポーツランド仲南

震度6弱以上の地震など大規模な災害が発生した場合に、一般加入電話や公衆電話では「災害用伝言ダイヤル」（ま

ず171番にかけて、後は音声案内に従います。）が、携帯電話では「災害用伝言板」が、インターネットでは「災害用ブロードバンド伝言板」が利用可能となります。

しかし、この機能は万能とは言えません。地震などで停電した場合、電話も使えなくなるからです。

そういう場合を想定すると、安否確認を日ごろから容易にできる工夫が必要になってきます。

例えば、ホワイトボードを活用してみるのはいかがでしょうか。家族みんなのその日の予定をこれに書き込み、家の中で一番目に付く所に置いておきます。家を出る時、それを見る習慣をつけるといった具合です。

自分の住んでいる地域の特性と避難場所を知る

まんのう町では、平成19年3月に「防災マップ」を作成し（各世帯に地区別の物を配布済み）、そこには避難場所Ⅱ左表Ⅱや浸水想定区域、土石流危険区域、急傾斜地崩壊危険区域、地滑り危険区域などが記載されています。

自分の家の周辺は、その地図上ではどうなっているのか、避難場所まではどう行けばよいのかなど、一度考えてみましょう。また、地域で災害時に避難できる一次避難場所を決めておきましょう。

地震が起きたとき、あなたの家は大丈夫？

地震による強い揺れで住宅が被害を受けることは、将来も変わりません。そうなるという時代も住宅の耐震診断と耐震補強が必要です。新築の家も建った瞬間から古くなっています。

今は大丈夫でも年数がたってくると、地震に対する強度が弱くなってきます。地震で住宅が被害を受けたときは、たとえ小さな被害でも修理が必要です。過去に浸水被害を受けた住宅は、たとえ新しくても土台が腐っている危険性があります。油断していると、地震のときに大きな被害につながります。一度は、家の状態を確認してみましよう。

【専門的な相談や調査についての問い合わせ先】

■耐震診断

香川県建築士事務所協会

☎087(821)4280

■耐震改修

香川県建設業協会建築部会

☎087(822)2322

災害情報を入手するには

テレビやラジオ、町の音声告知放送（消防庁による全国瞬時警報システム（J-ALERT）により災害情報などが自動送信されます。）のほかに、県が行っている「避難情報配信サービス」があります。

このサービスは、事前に登録された方に市町が出す避難情報（避難勧告や避難指示など）がメールで配信されるものです。家にいない時もメールが届き状況が分かったり、地域を指定できるので離れて暮らしている家族の状況

が確認できたりします。

登録方法は、携帯電話で登録サイトにアクセスし、画面に従って登録していくだけです。

■URLからアクセス

<http://kagawa.bousai.88island.jp>

■香川県情報NAVYからアクセス

▽NTTドコモ

iMenu→メニューリスト→四国メ

ニュー→タウン情報／行政

▽au

Ezトップメニュー→エリア→四国

→タウンガイド・行政

▽SoftBank

メニューリスト→地域メニュー→四

国→四国メニュー行政

【配信サービスについての問い合わせ先】

香川県防災局危機管理課

☎087(832)3183

非常持ち出し品の定期点検を

非常持ち出し品には、一次と二次の2種類があります。一次持ち出し品とは、地震などが発生し避難するとき、最初に持ち出すべき物をいい、非常食（乾パンや缶詰など火を通さなくても食べられる物、ミネラルウォーターなど）や携帯ラジオ、懐中電灯（できれば一人に一つ）などが挙げられます。二次

持ち出し品とは、災害復旧までの数日間（最低3日分）を生活できるように準備しておく物をいい、飲料水（一人1日3リットルを目安）や食品、燃料（卓上コンロ、ガスボンベ、固形燃料）などが挙げられます。

いざというときに支障のないよう、持ち出し品を一覧表にして確認したり、食品類の賞味期限を確認したりするなど日ごろから準備をしておくことが大切です。

応急手当の仕方を知る

応急手当の仕方を知る一番効果的な方法は、応急手当の講習を受講することです。講習では、ただ方法を講師から聞くだけでなく、受講生が実際に手当の仕方を体験することができ、より実践的です。

AED（自動体外式除細動器）の使い方を学ぶ講習や、一般的な応急手当

の方法を学べる「救急講習」を消防署が行っています。自治会単位で申し込んで、実際に経験してみたいかがでしょうか。

【講習についての問い合わせ先】

まんのう町総務課

☎0877(73)0100

まんのう町の防災対策は、行政だけが考えるのではなく、住民の皆さんも考える必要があります。これを機に、自分の命は自分で守るという自覚を改めて持ち、今回ご紹介したもののほかには家族の中で話し合う環境をつくっていくことが求められています。

「備えあれば憂いなし」。

古くから日本に伝わることわざの意味を今一度かみ締めましょう。

AED設置場所一覧表

地区	場 所
満濃	役場本庁
	高篠小学校
	四条小学校
	満濃南小学校
	長炭小学校
	満濃中学校
	勤労青少年ホーム
	吉野公民館
	四条公民館
	高篠ふれあいセンター
琴南	なごみ館
	かりんの丘公園
	かりん温泉
	琴南支所
	琴南小学校
	琴南中学校
	琴南公民館
仲南	エピアみかど
	美霞洞温泉
	仲南支所
	仲南小学校
	塩入温泉
	サン・スポーツランド仲南

敬老祝い金が支給されます

まんのう町の高齢者を敬愛し、長寿を祝福するために、9月8日（火）、9日（水）には、町長が100歳以上の方をお伺いし、祝い金（5万円、うちまんのう町商品券5千円）をお渡しします。

このほか、9月中旬に各地区の民生委員が、77、88、99歳の方をお伺いし、祝い金をお渡しします。その祝い金額は次のとおりです。

数え年	祝い金
77歳 （喜寿）	1万円
88歳 （米寿）	2万円
99歳 （白寿）	3万円
うちまんのう町商品券5,000円	

高齢者慰問が行われます

9月8日（火）、9日（水）には、町長が95歳と100歳以上の方をお伺いし、多年にわたり社会の進展に尽くされたことに敬意を表し、記念品をお渡しします。

このほか、右記の方を除く、平成21年9月1日現在で90歳以上の方については、9月中旬に各地区の民生委員がお伺いし、記念品をお渡しします。

9/13（日）に**町の敬老会が開催されます**

今年度の敬老会は、平成21年9月1日現在で75歳以上の方を対象に、綾歌総合文化会館（アイレックス・丸亀市綾歌町栗熊西1680）で午前9時～午前11時40分の午前のみで行われます。

この会では、南ファミリー劇団による大衆演劇などが催され、出席された方には、記念品（まんのう町商品券など）をお渡しします。

当日は、送迎バスを運行しますので、ご利用ください。

介護保険適用福祉用具は、指定事業者からの購入を

福祉用具を購入した際に介護保険給付の対象となるには、購入先が、専門の資格者（福祉用具相談員）のいる介護保険適用指定事業者であることが必要です。

ご購入の際は、事前に役場健康増進課地域包括支援センター室または居宅介護支援事業所などにご相談いただくか、販売店で介護保険給付の適用方法をご確認ください。

【問い合わせ先】

まんのう町健康増進課
地域包括支援センター室

☎0877（73）0125

慢性疾患がある方や妊娠されている方は、インフルエンザに特にご注意を

通常のインフルエンザは、毎年秋以降に流行しますが、今年の秋以降には通常のインフルエンザと新型インフルエンザが重なって流行するものと考えられています。

現在流行している新型インフルエンザは、感染したほとんどの方は比較的軽症のまま数日で回復していますが、持病のある方など、感染することで重症化する危険性のあることがある程度分かっていますので、気を付けてください。

■特に注意が必要な方

慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病などの代謝性疾患、腎機能障害、ステロイド内服などによる免疫機能不全、妊婦、幼児、高齢者

■インフルエンザの症状

急な発熱、せき、のどの痛み、関節痛、倦怠感、下痢など

■日ごろからできること

①外出後のうがい・手洗いの徹底。
②熱やせき、くしゃみなどの症状がある方はマスクの着用を。

③慢性疾患がある方や妊娠している方は、症状が出た場合の対応については、あらかじめ主治医とよく相談してお

く。

④インフルエンザのような症状がある方は、かかりつけ医などの医療機関にまずは電話で相談し、受診時間や受診方法などを聞く。

【問い合わせ先】

発熱相談センター（中讃保健福祉事務所内）

☎0877（24）9962

※平日・午前8時30分～午後5時15分

FAX 0877（24）8341

高齢者や障害者のあんしん相談会（無料）

高齢者や障害者が安心して日常生活を送るために、関係機関が連携し、成年後見制度や日常生活自立支援事業（地域福祉権利擁護事業）などについての総合的な相談会が開催されます。

■日時／9月19日（土）午後1時30分～午後4時30分

■会場／サンポートホール高松・ホール棟6階（高松市サンポート2-1）、山本町保健センター（三豊市山本町財田西375）、土庄町総合福祉会館（土庄町甲611-1）

■対象者／高齢者、障害者、その家族および関係者

■相談方法／個別相談

■相談員／司法書士、社会福祉士、精

神保健福祉士、日常生活自立支援事業（地域福祉権利擁護事業）専門員

【問い合わせ先】

社会福祉法人香川県社会福祉協議会

☎087（861）8883

FAX 087（861）2664

電話での「高齢者・障害者の権あんしん相談」

☎087（815）5311

■期間／9月6日（日）～12日（土）

■時間／午前8時30分～午後7時

※土日は、午前10時～午後5時。

■相談員／人権擁護委員や高松法務局

職員

【問い合わせ先】

高松法務局人権擁護部第一課

☎087（815）5311

秋の全国交通安全運動

9月21日（月）～30日（水）

- 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底「後ろの安全は前の安心」
- 飲酒運転の根絶
- 交差点およびその付近での交通事故防止「さぬきとまろう運動」

まんのう町交通安全対策推進協議会

国民年金保険料に係る収納業務の一部が民間委託されます

社会保険庁では、国民年金保険料が未納となっている方に対する「電話・文書・個別訪問による納付督促業務」について、段階的に民間委託を実施しており、香川県内においても平成21年10月から開始される予定です。

この民間委託は、これまで社会保険庁が行ってきた国民年金保険料の収納業務の一部を民間事業者に委託し、低コストでより良いサービスの提供を目指して行われるものです。

民間事業者の担当者が保険料を収納する場合には、お客様が保険料の納付書をお持ちになっている場合に限りま

す。民間事業者が指定した口座に保険料振り込みの依頼をすることはございません。

基礎年金に係る国庫負担割合が2分の1に引き上げられました

平成21年6月26日に、「国民年金法等の一部を改正する法律等の一部を改正する法律」と「国民年金法施行令等の一部を改正する政令等の一部を改正する政令」が公布・施行されたことにより、基礎年金に対する国庫負担割合が3分の1から2分の1に引き上げられました。

デマンド乗合タクシーの利用申し込みをされた皆さまへ

申し込み内容の詳細な確認作業を行っています

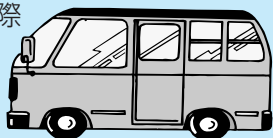
先月号（一緒に配布したチラシも含みます。）でもお知らせしたように、11月から「デマンド乗合タクシー」の実証運行が始まります。

■申込書を提出しただけでは、登録完了にはなりません

利用申込書をご提出された方には、予約センターから申し込み内容の確認を郵便で行っています。その際に、タクシーの乗り降りに時間が掛かるなど運転手に知っておいてほしいことや気掛かりなことがあれば、ご相談ください。これが終了すれば、登録完了となります。

■場合によっては、自宅での確認作業も行います

利用者の利便性向上とタクシーの効率的な配車のために、場合によっては、乗車場所の確認を、申込者と確認しますので、その際にはご協力をお願いします。



【問い合わせ先】

まんのう町企画政策課 ☎0877(73)0106

これにより、国民年金保険料免除期間の老齢基礎年金額の計算方法が変更になります。例えば、全額免除の場合であれば、今までは納付した月の3分の1として計算していたものが2分の1になり、半額免除の場合であれば、納付した月の3分の2として計算していたものが4分の3となります。なお、計算方法が変更になるのは、平成21年4月以降の国民年金保険料免除期間からです。

【問い合わせ先】

香川社会保険事務局善通寺事務所

国民年金課

☎0877（62）1660

満濃保健センターが公民館として生まれ変わります

昭和59年に地域における健康づくりの推進拠点として建設された「満濃保健センター（まんのう町吉野）」が9月30日をもって閉館することになりました。

閉館後は改修工事を行い、吉野公民館として新たに生まれ変わります。

しばらくの間、ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

【問い合わせ先】

まんのう町教育委員会

☎0877（73）0108

8 / 30

第45回衆議院議員総選挙・ 最高裁判所裁判官国民審査の投票日

国政に私たちの意思を反映させる大切な選挙です。皆さんそろって投票に行きましょう。

投票日時

8月30日（日）、午前7時～午後8時
※第19投票区（川奥集会場）の投票時間は午前7時～午後6時。

投票できる人（①かつ②）

- ①平成元年8月31日以前に出生した者（8月30日までに満20歳に達する者）
- ②まんのう町内に住所を有し、平成21年5月17日から引き続きまんのう町の住民基本台帳に記載されている者

一定の事由があれば、「代理投票」が認められます

身体障害や病気、けがのため、自分で投票用紙に文字などを書くことができない方には、代理投票が認められます。その際には、投票所の係員に申し出てください。

投票日当日にどうしても行けない方には、別の投票方法があります

■期日前投票

投票日に次のような事由に該当する

区域	投票区	投票所
満濃	第1投票区	種子集会場
	第2投票区	塩田集会所
	第3投票区	長炭地区活性化センター（なごみ館）
	第4投票区	長尾会館
	第5投票区	満濃保健センター
	第6投票区	神野自衛消防屯所
	第7投票区	勤労青少年ホーム
	第8投票区	まんのう町役場
	第9投票区	満濃農村環境改善センター
	第10投票区	羽間集会場
	第11投票区	高篠ふれあいセンター
	第12投票区	西高篠集会所
	第13投票区	公文下自治会集会場
琴南	第14投票区	梶洲集落センター
	第15投票区	まんのう町役場琴南支所
	第16投票区	琴南公民館
	第17投票区	琴南総合センター
	第18投票区	西谷農村活性化センター
	第19投票区	川奥集会場
仲南	第20投票区	春日公民館
	第21投票区	帆山公民館
	第22投票区	新目小国会館
	第23投票区	仲南北幼稚園

どの投票所になるかは、投票日前に送付される「投票入場券」でご確認ください。

と見込まれる方には、投票日の前に投票することができます。

①投票日に仕事や親族の冠婚葬祭があること。

②レジャーや買い物などの私用または事故により、自分の投票区の区域以外にすること。

③けがや出産、病気、老衰などで歩くのが不自由であること。

④引っ越しなどをして、他の市町村に住んでいること。

▽日時／8月19日（水）～29日（土）

午前8時30分～午後8時

▽場所／町役場本庁3階大会議室

■不在者投票

次の①または②に該当する場合は、「不在者投票」を行うことができます。

その際には、事前にまんのう町選挙管理委員会事務局に投票用紙を請求してください。

①仕事や旅行などで、選挙期間中、まんのう町以外の市区町村に滞在して、滞在先の市区町村で投票する場合

②香川県選挙管理委員会が指定した病院や施設で投票する場合

■郵便などによる不在者投票

次の①または②に該当する場合は、「郵便などによる不在者投票」を行うことができます。その際には、あらかじめ

め「郵便等投票証明書」の交付を受け、8月26日（水）までにその証明書を添えて投票用紙などを、まんのう町選挙管理委員会事務局に請求してください。

①身体障害者手帳または戦傷病者手帳が交付されており、その障害の程度が一定の基準に当てはまる者

②介護保険の被保険者証の要介護状態区分が「要介護5」の者

■郵便などによる不在者投票における代理記載制度

郵便などによる不在者投票ができ、さらに身体障害が一定の基準を満たせば、あらかじめまんのう町選挙管理委員会事務局に届け出た者（選挙権を有する者に限ります。）に投票に関する記載をさせることができます。

【問い合わせ先】

まんのう町選挙管理委員会事務局

☎（73）01000

【議会情報】

第5回まんのう町議会臨時会
会期／7月14日

農業委員会委員となるべき者の推薦について

農業委員会委員に、町議会から川榮氏、武田正治氏、橋塚弘氏、川原弘樹氏が推薦されました。

運動と食事の両面から自分の体をしばっていく

当初、体重や脂肪量、筋肉量、基礎代謝量などを測定してから約2カ月。この期間、運動面では、参加している二人には有酸素運動であるウォーキングに取り組んでもらいました。その成果は左表のとおりです。

すき間時間を活用し、運動量の確保を

Aさんは、まとまった運動時間を確保できずに、目標である週4回以上のウォーキングについては、達成できて

	Aさん(女性、50歳代)	Bさん(男性、30歳代)
身長	157.0cm	171.7cm
体重	51.55kg (+0.05kg)	69.50kg (-7.75kg)
体脂肪率	27.1% (-0.1%)	15.6% (-6.6%)
脂肪量	13.95kg (-0.1kg)	10.85kg (-6.3kg)
筋肉量	35.45kg (+0.05kg)	55.60kg (-1.4kg)
BMI ※1	20.9 (±0)	23.6 (-2.7)
基礎代謝量	1,074kcal (+3kcal)	1,628kcal (-59kcal)
約2カ月の取り組み状況	①まとまった運動に取り組むことができなかった。 ②ときどき間食をしてしまった。 ③果物と牛乳・乳製品を摂取するようになった。	①毎日、継続的な運動ができた。週末は長めに運動をした。運動することが楽しになった。 ②間食を完全にやめた。 ③牛乳・乳製品の摂取量を減らし、果物を毎日食べるようになった。
運動目標	①こまめに動くこと。1日7,000歩以上歩くこと。 ②毎日、ストレッチングをすること。	①運動を義務化せずに、ゆったりと継続的に行うこと。 ②筋力トレーニングの実施。
食事目標	嗜好品を少なめにする。	食事をバランスよくすること。

※1 肥満判定の一つの指標。体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出。BMIが22のときに疾患発症の危険性が最小になるといわれています。

※カッコ内の値は、当初測定した数値と比較しての増減。

いない状況でした。そこで、ウォーキングの時間を確保するよりも、生活をする中で、積極的に動くことを目標にしました。仕事場での移動は、階段を使ったり、早歩きをしたり、買い物するときも意識して歩くのがいいでしょう。

ゆっくりしたペースで体重を落としていくことが大切

Bさんは、順調に効果が出ているようです。しかしながら、急激な体重の減少が気になります。少々頑張り過ぎ

ているようです。体重を落とすことだけを目標にしてしまうと、せっかくためてきた筋肉が落ちてしまい、基礎代謝が減少し、逆に太りやすい体質になってしまいます。ゆっくりと確実に脂肪を落としていくことを忘れないようにしましょう。

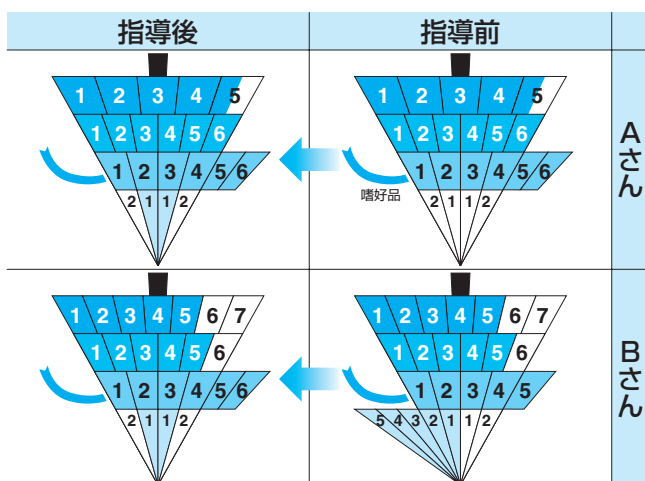
二人には、新たに、筋力トレーニングにも取り組んでいただくようにしました。このコーナーで取り上げてきた、「今月の筋力トレーニング」です。さて、効果はどうなるのでしょうか。体重計だけでは分からない、体脂肪率の変化を、今後は注目していきましょう。

運動だけでなく、食生活の改善も必要

食生活の改善を図るのに、「食事バランスガイド」を使用するのも一法です。食事バランスガイドとは、具体的に1日に何をどのくらい食べたらいのかを料理で示したものをいいます。コマの形は、身体のバランスを取ることを意味しており、上から主食・副菜・主菜を示し、面積と数で食べる量を示しています。栄養を完全にする牛乳・乳製品(左)と果物(右)はコマの先に示しています(下図参照)。

食事バランスガイドを使うことで、次にやるべきことが見える

二人とも食事バランスガイドを使用



し、自分の食生活を視覚化することで、ほぼバランスの良いコマに改善されました。

しかし、主菜の量だけはコマからはみ出したままでした(左図)。副菜は調理に時間がかかる割に脇役でしかないのに対し、主菜は手早く作られて主役として食事が成り立ちます。その結果、食べ過ぎにつながってしまうのです。摂取量を抑えるには、例えば、厚切り肉は薄切りにし、野菜炒めなどにする効果的です。

体の減量をする場合でもバランスの良い食事を取ることは基本です。主食・主菜・副菜をそろえてバランスの良いコマを目指しましょう。

— 私たちの健康は、私たちの手で —

ヘルスメイトへの道

6



平成21年度ヘルスメイト養成講座の第2回目が7月24日、琴南農村環境改善センターで開催されました。

今回の講座では、町の保健師から「まんのう町民の健康状況と保健事業」についての講話が、三豊総合病院地域医療部長の中津守人先生「写真」から「国民の健康状況と生活習慣病予防」と題しての講演がありました。

ここでは、その中で中津先生が行った講演内容の一部をご紹介します。

健康寿命を平均寿命に近づける

ある調査によれば、平均寿命と健康寿命（元気で活動的に暮らすことのできる年数）の差は、約6年だそうです。この差の約6年間は「寝たきり期間」ということです。



この寝たきりの原因の3割以上は脳血管疾患という調査結果があります。その疾患は、動脈硬化により起こるものです。

動脈硬化に

なる原因として、年齢や性別、家族歴と、肥満や脂質異常症、糖尿病、高血圧、運動不足、ストレス、喫煙などが考えられます。前者については、自分ではどうすることもできない要素ですが、後者については、自分でなんとかできる要素です。さらに、後者の項目をよく見ると、それらは普段の生活習慣が関係していることが分かります。つまり、動脈硬化の進展が心臓病や脳卒中といった生活習慣病につながっていくのです。

特定健診を受けて、現状の把握を

脳卒中や心臓病の発症リスクは、肥満、高血圧、高血糖、脂質異常症の4因子のうち、危険因子一つで5・1倍、危険因子二つで5・8倍、危険因子三つで何と31倍になります。

その危険性を未然に防ぐために、「特定健診」があります。この健診は40歳～74歳を対象に行われ、へその高さで測った腹囲やBMI、脂質、血圧、血糖、喫煙歴を基に、一定の基準を満たせば、その人に危険信号がとまります。

とにかく、高血圧、高血糖、脂質異

常症の原因は、内臓脂肪型肥満なので、これを解決しなければ根本的には改善されません。

1日1杯の牛乳で丈夫な骨を

寝たきりの原因の第2位は、骨粗しょう症です。年齢別に見ると、その発症頻度は、男性では80歳を過ぎないと増加しないのに対し、女性では50歳代から段階的に増加します。

骨粗しょう症の危険因子としては、女性や家族歴、やせ、骨折歴、閉経、カルシウム不足、日光不足、運動不足、喫煙、ストレスなどがあります。

それを防ぐには、食生活はもちろんのこと、転ばないための日常の工夫として、足の裏を敏感にさせることが大切です。これには、足の指でグー・チョキ・パーと何回も繰り返してみるのが簡単です。

絶賛放送中

中讃テレビ「食育工房」

今月の出演者は、まんのう町食生活改善推進協議会の上村廣子さん＝写真右＝と、特別ゲスト・堀田修平くん＝写真中央。



テレビで紹介された料理レシピ（全品）は、町ホームページや、健康増進課、各支所の窓口で手に入ります。

食育標語

「泣いている
残してしまった
食べ物が」



仲南小学校6年
西原 遥菜

「好ききらい
勇気を出して
まず一口」



仲南小学校5年
森近 卓哉

※所属名と学年は、応募時のもの

無料クーポン券を使って子宮頸がん・乳がん検診の受診を

がんは、死亡原因の第1位です。しかし、診断と治療の進歩により早期発見、早期治療が可能になっています。

このたび、国では、女性特有のがんの検診受診率が低いことから経済危機対策における未来への投資につながる子育て支援の一環として、一定の年齢に達した女性（5歳刻みで絞り込み）に対し、子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券が配布されることになりました。

該当する方（今年度で8月末までに両がん検診を受診した方を除きます。）には、町から8月下旬ごろに無料クーポン券をお送りしています。

なお、子宮頸がんや乳がん検診の受診間隔は医学的には2年に1回が推奨されています。従来町では両検診を隔年で実施しています。今回の措置は特別なもので、今までの受診間隔には影響しないものとして扱います。

実施期間

平成21年9月1日～平成22年3月31日
※休診日を除きます。

実施場所

町実施の集団検診場所または町指定

の医療機関

※詳しくは、案内文書を参照のこと。

対象者の生年月日

子宮頸がん検診

生 年 月 日
昭和63(1988)年4月2日～平成元年(1989)年4月1日
昭和58(1983)年4月2日～昭和59年(1984)年4月1日
昭和53(1978)年4月2日～昭和54年(1979)年4月1日
昭和48(1973)年4月2日～昭和49年(1974)年4月1日
昭和43(1968)年4月2日～昭和44年(1969)年4月1日

乳がん検診(検診方法：視触診およびマンモグラフィー検診)

生 年 月 日
昭和43(1968)年4月2日～昭和44年(1969)年4月1日
昭和38(1963)年4月2日～昭和39年(1964)年4月1日
昭和33(1958)年4月2日～昭和34年(1959)年4月1日
昭和28(1953)年4月2日～昭和29年(1954)年4月1日
昭和23(1948)年4月2日～昭和24年(1949)年4月1日

持参物

健康保険証と、お送りする「検診無料クーポン券」

「問い合わせ先」

まんのう町健康増進課

☎(73) 0126

食改の食育だより

一食に野菜を120g食べよう

15分で朝食作り
料理レシピ



カラフルで楽しいラップごはんを、子どもと一緒に作って食べよう。

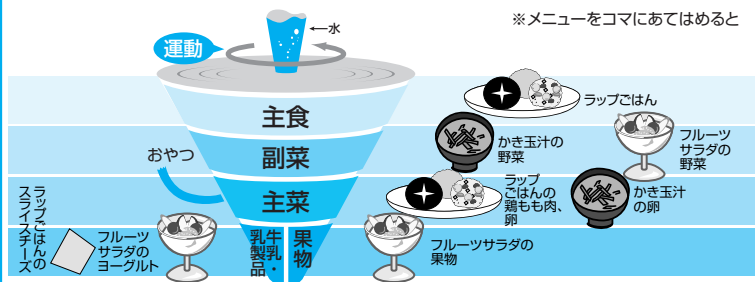
ラップごはん

600kcal台の栄養バランスメニュー

ラップごはん、ワカメのかき玉汁、フルーツサラダ

食べだ物を食事バランスガイドのコマにあてはめてみましょう。

※メニューをコマにあてはめると



材料(4人分)

- 米 2.5合 ●水 470cc ●酒 大さじ1・小さじ2 ●しょうゆ 大さじ1・小さじ1
- 塩 小さじ1/2弱 ●鶏もも肉 80g ●にんじん 1/4本 ●しめじ 15g
- グリーンピース 12粒 ●焼きのり 2枚 ●スライスチーズ 1枚 ●卵 1個
- 砂糖 小さじ1 ●油 小さじ1/2

作り方

1. にんじんはみじん切り、鶏もも肉としめじは一口サイズに切り、④を加えて炊飯する。
2. グリンピースを並べたラップの上にごはんを載せて包む。
3. ラップ、のり、チーズ、ごはんの順に載せ、ラップで丸める。
4. フライパンで薄焼き卵を作り、4つに切る。図のように並べラップで包む。

●エネルギー 455kcal ●タンパク質 13.7g ●脂質 7.7g ●食物繊維 2.1g ●食塩 1.6g

ふるさと探訪

42

「どんぐり村長の記」

明治四十三年春、第十一代香川県知事小野田元熙^{もとじろ}氏が当時の十郷村において大規模な植林事業が行われているのを視察して感激し、書き残された一幅の書が役場の二階の床の間に飾られていました。

後の世をはかりて植うるくぬぎ山

ととせの後は黄金なるらん

当時、日露戦争で国力を消耗した日本、特に農村は不況のどん底にあり、その日の生活にも苦しむ人たちが村有林の薪をあさる姿を見た村長河口秋次^{あきじ}氏は「このままにしてはおけない。もしこのまま二、三年も放置すれば六百町歩にのぼる山々は丸裸になってしまう」「そうだ植林だ。植えるんだ、すべての山々に。村民には苦しいけれどもしばらくの間我慢してもらわねばならぬ」と固く決意し、わらじのひもも固く六百町歩の山々を実地踏査するとともに植林の計画案を作成したのです。

出来上がった計画では、六百町歩のうち造林を要する面積は四四五町歩。

これを毎年百町歩ずつ植林して四年で完了する計画書を議会に提出しました。

しかし、村にとって造林費は臨時的な経費であり、すべて借財に待つほかに難事業でした。議会の承認を受けた村長は先頭に立って、木枯らしの山野に「どんぐり」を拾い、神社の森に杉の実を拾うという苦心を重ねて健苗を育成し、明治四十三年二月待望の植樹を開始したのです。

だが、世間の目は冷たく、村民は「どんぐり村長」と呼んでのしりました。

しかし、村長の決意は固く明治四十四、四十五年と継続されて事業は完了しました。ところが、熱の人、実行力の人、河口秋次氏は不幸にして植林完了直前の明治四十四年十一月、不帰の客となりました。

河口氏逝いてすでに百年、氏の面影は再び見ることはできませんが、植えられた山々は春ともなれば一斉に芽を吹き、その成長を一日として休むことはありません。

「国破れて山河あり、城春にして草木深し」唐の詩人の言葉を借りるまでもなく、自然の尊さの中にこそ人間は本来の姿を発見します。大事業のために一身を燃やし尽くされた河口村長の御冥福をお祈りして御紹介の言葉と致します。

(文責 追土 大平良正)



多文化共生への扉

ブラジルの中に溶け込む日本文化

私は、ブラジルのサンパウロ市から約3年前に日本に来て、まんのう町で暮らし始めて9カ月ほどになります。

日本との時差が約12時間あるサンパウロ市は、人口約1,100万人で、ブラジルかつ南半球最大の都市です。冬は短く、6、7月の2カ月ほどで、日本の秋ぐらいの気候になります。

私は、サンパウロ市で警察官をしていました。警察官のトレーニングでは、日本の空手や柔術なども選択でき、豊の部屋で練習していました。私は空手を選択し、瓦割りなどもしました。そのほかに射撃の練習や、水難救助のトレーニングにも励みました。

サンパウロ市は、生活にはとても便利な街であるものの、事故や犯罪が多くありました。日本でも泥棒がいらないわけではありませんが、サンパウロ市では仕事をしていない間でも、家に泥棒が入りはしないかと心配でした。その点、日本の治安の良さはとてもいいことです。

市内には、日本のデパートやショッピングセンター、百円ショップなどがあり、日本かと思うような東洋人街「リベルダージ」があります。地下鉄のキオスクで日本

人に「いらっしやいませ」と言われたときにはびっくりしました。

まんのう町に来て素晴らしいと思ったのは、自然の美しさです。山の色や川がともきれいで、かりん会館から見る満濃池の景色も素晴らしいものでした。満濃池を初めて見たときは対岸が見えず、とても大きいので海かと思いました。

私の母方の祖母は日本人で、私は日系3世になります。私の母語のポルトガル語を祖母は話すことができ、日本料理をよく作ってくれました。魚料理が中心で、赤飯やお寿司なども作ってくれ、そのため私は刺身や納豆などの日本料理が大好きです。

父方の祖父はイタリア人なので、ポルトガル語は少し苦手ですが、話をするときにはゆっくりポルトガル語を話していました。

日本での暮らしに慣れてきましたが、ブラジルで暮らしている長男とは3年くらい会っていないです。言葉や文化は違っても、家族を思う気持ちは一緒です。長男は今独学で日本語を勉強しているのでも、早く日本で家族と一緒に暮らせる日が来ることを願っています。(四條 オリオマル・アパレシード・エスカロン)

会館ジャーナル

社会のベテラン

高齢者の人権

65歳以上を高齢者と決めたのは1956年で、国連が定めたものでした。それから半世紀がたって日本は世界一の長寿国となり、65歳以上を高齢者とするのに違和感も出ています。そこで前期高齢者・後期高齢者という考えが生まれました。

個人差がありますが前期高齢者には元気な人が多く、社会参加に意欲的です。厚生労働省も「能力は年齢と関係ない」と、社会の支え手として高齢者の活躍を訴えています。そのため、就労や地域活動など社会参加が重要な人権課題となっています。シルバー人材センターもその一つで

人権コラム

31

シリーズ
「暮らしの中の人権問題(3)」

す。後期高齢者は個人差があります。自立困難な人が多く、介護や医療などが重要な人権課題となっています。

高齢者は貴重な体験や知識、技術などを持っており、国連は「高齢者は社会のベテラン」とする新しい高齢者観を打ち出しました。高齢者の見方を見直したいものです。



(香川人権研究所)

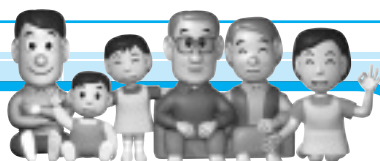
長尾会館の増築と大規模改修工事を行います

〔平成22年2月下旬ごろまで〕

工事の際は、児童や道路を通行する歩行者、自転車、車両などの安全確保に細心の注意を払い実施します。利用者の皆さまをはじめ、住民の皆さまには、大変ご迷惑をお掛けしますが、何とぞご理解とご協力をお願いいたします。

なお、会館事務や開催講座などについては、9月から会館西駐車場に設置する仮設プレハブで対応します。

【問い合わせ先】 ☎ (79) 2021



人権作文コーナー

クラスのきずな



濃南小学校
6年 松浦 直輝

ぼくたちのクラスで、こんなことがありました。それは、ぼくたち学級委員が中心になって、クラス目標を考えていた時のことです。「学級目標は、どんなのがいいですか。」とみんなに聞きました。みんなはだまっただまま、すわっていました。「何で答えてくれないのだろう。」と、ぼくはとても不安になりました。

「近くの人と相談してください。」と言うと、相談が始まりました。

相談が終わわり、五つほど目標が出ました。しかし、その直後、ぼくの心に折れるほどのいたみが走ったのです。

「その目標は、いやや。」とか、「その目標はできんやろ。」とか自分の勝手な発言が数名から出てきたのです。「意見があるなら手を挙げて言ってください。」と言うと、だまっています。それどころか、考えようともせずに、むだ話をする人も出てきました。

このようなことがあり、みんなではげまし合い、協力して一つのことに取り組み、きずなを深める目的で六月十九日、ドッジボール大会をしました。二チームに分かれ、三日間練習しました。練習の時、ドッジボールの苦手な子に向かって「取れや。」と言って相手を傷つける言葉を言う子はおらず、「どんまい。」や「おいしい。」等のほめ言葉が自然と言えていたのです。みんな笑顔で笑い声やはげましの言葉が、大空へひびきました。結果は悪くても、一人一人が精一杯がんばっていたので、とてもうれしかったです。

ぼくは、この経験から学んだことがあります。それは、相手のことを何一つ考えずに、とげのある言葉を言うのではなく、自分に言われたらどんな気持ちになるかと、考えることが大切だと分かりました。相手の傷ついた心はなかなか治りません。心を傷つけるのであれば最初から言わないほうがいいのです。これから、友達が困っている時は、自分から声をかけ、はげまし合っていくことを忘れずに、きずなを深めていきたいと思っています。

印有効◆作成上の注意／「家庭の日」を中心に、明るい家庭づくりや青少年の活動を進める「地域ぐるみ運動」を表すものであること。対象(年齢)にふさわしい題材、描写であること。「家庭の日」、「明るい家庭」などの言葉を入れること。四つ切りの大きさの画用紙を使用のこと。◆作品の提出先／小学生・中学生・高校生は、学校に提出。一般の方は直接提出。◆その他／作品は未発表のものに限ります。作品には、小学生・中学生・高校生は学校名・氏名・学年を、一般の方は住所・氏名を明記のこと。ご記入いただいた個人情報厳重に管理し、本募集に関すること以外に使用しません。応募は一人1点。応募いただいた作品は原則としてお返ししませんので、必要な方は下記までご連絡ください。入賞作品の著作権は、主催者に帰属し、主催者において広報資料に活用。入賞者については、学校名・学年(一般の方は市町名)・氏名を公表。

【作品提出先／問い合わせ先】

青少年育成香川県民会議事務局
(香川県総務部県民活動・男女共同参画課内) ☎087(832)3196

◆平成21年度自衛官採用試験 ■防衛大学校(幹部自衛官を養成するコース)

◆応募資格／高卒(見込みを含みます。)で21歳未満の者◆受付期間／9月7日(月)～10月2日(金)◆第1次試験／11月7日(土)、8日(日)

■防衛医科大学校(医師である幹部自衛官を養成するコース)

◆応募資格／高卒(見込みを含みます。)で21歳未満の者◆受付期間／9月7日(月)～10月2日(金)◆第1次試験／10月31日(土)、11月1日(日)

■看護学生(自衛隊病院などの看護師を養成するコース)

◆応募資格／高卒(見込みを含みます。)で24歳未満の者◆受付期間／9月7日(月)～10月2日(金)◆第1次試験／10月24日(土)

【問い合わせ先】

自衛隊善通寺地域事務所

☎0877(63)2363

◆平成22年度香川県立農業 大学校学生

◆受験資格／【推薦入試】香川県内の高等学校を平成22年3月卒業見込みの者で、卒業後に香川県内において農業経営または農業・農村における指導者を志す者。推薦基準は、学習成績概評がC段階以上で本校専願者に限ります。【一般入試】高等学校を卒業した者(平成22年3月卒業見込みの者を含みます。)またはこれと同等以上の学力を有すると知事が認めた者。◆募集コース／担い手養成科(修学期間2年)野菜園芸、花き園芸、果樹園芸、造園緑化、畜産コース◆募集人員／5コース合わせて45人◆受付期間／【推薦入試】10月1日(木)～15日(木)※当日の消印有効、【一般入試・前期】12月7日(月)～21日(月)※当日の消印有効、【一般入試・後期】平成22年2月22日(月)～3月1日(月)※当日の消印有効◆試験日／【推薦入試】10月22日(木)、【一般入試・前期】平成22年1月7日(木)、【一般入試・後期】平成22年3月8日(月)◆試験内容／【推薦入試】小論文1課題(60分、800字程度)、面積、【一般入試】小論文1課題(80分、1,000字程度)、面接◆試験会場／県立農業大学校

【資料請求先／問い合わせ先】

香川県立農業大学校

☎0877(75)1141

〒766-0004

仲多度郡琴平町榎井34-3

※資料請求の場合は、返信用切手200円分を同封のこと。

氏名	誕生日	保護者名	地区
佐野 寛人	7. 3	優二	中通
渡辺 彩乃	7. 4	良介	七箇
山地 丞	7. 8	良典	吉野
寺嶋 穂莉	7.22	陽介	東高篠
三井 ひなの	7.27	隆宏	吉野下

7月届け出分

おくやみ

ご冥福をお祈りします…(敬称略)

死亡者名	死亡月日	年齢	地区
廣瀬 久仁江	6.30	83	岸上
増田 智恵子	6.30	82	七箇
香川 勝芳	7. 3	81	公文
藤川 美智子	7. 3	67	吉野下
宮川 則夫	7. 3	81	東高篠
西山 貞義	7. 4	79	炭所西
京兼 スエノ	7. 5	87	東高篠
中田 モト	7. 5	89	長尾
大西 政子	7. 6	97	七箇
吉原 冷子	7.12	54	吉野
田岡 廣之	7.18	52	岸上
石原 忠義	7.20	72	吉野下
香川 正之	7.20	96	造田
岡田 ヒサ子	7.21	89	造田
松内 ミネ	7.22	96	七箇
増田 チヨ子	7.23	96	岸上
宮地 松美	7.24	78	中通
古市 マサエ	7.26	95	吉野
中川 フサエ	7.27	102	勝浦
三崎 雅	7.28	73	東高篠
増田 フジノ	7.30	99	長尾

※ご家族やご遺族の了解を得て掲載しています。

おめでた

健康やかな成長を…(敬称略)

7月届け出分

氏名	誕生日	保護者名	地区
黒木 暖斗	6.21	憲二	炭所西
小西 萌香	6.23	啓介	西高篠
中山 友梨咲	6.24	重幸	長尾
泉田 葵衣	6.26	隆志	長尾
井坂 紗埜	7. 1	省吾	公文

情報ひろば

はかりの定期検査を受けましょう

取引や証明にはかりを使用する方は、計量法により2年に1回定期検査を受けなければなりません。

この定期検査を次の日程で実施しますので、必ずいずれかの会場で検査を受けてください。

- ①◆とき／9月2日(水)◆会場／仲南農改センター②◆とき／9月3日(木)◆会場／まんのう町役場③◆とき／9月4日(金)◆会場／まんのう町役場④◆とき／9月9日(水)◆会場／琴南公民館

※時間は、いずれも午前10時～午後3時。

- ⑤◆日時／9月18日(金)午前10時～午前11時30分◆会場／まんのう町役場※この日の検査は実施されない場合がありますので、なるべく①～④でご対応ください。

【問い合わせ先】

香川県計量検定所

☎087(881)2517

まんのう町産業経済課

☎0877(73)0105

2010年版 県民手帳・県民ノート予約受付中

◆申込期限／9月11日(金)◆申込場所／企画政策課、各支所、美合出張所◆受取場所／申し込みをされた場所と同様※代金と引き換え。11月下旬ごろを予定。◆種類／【県民手帳】縦14.5cm×横8.3cm、400円(税込み)、【県民ノート】縦17.5cm×横11.0cm、500円(税込み)

【問い合わせ先】

まんのう町企画政策課

☎0877(73)0106

催し物

◆無料調停相談会

◆相談内容／交通事故、多重債務、土地建物、近隣関係、家庭問題、相続関係など◆その他／受付は先着順【丸亀会場】

◆日時／9月16日(水)午前9時30分～午後3時◆会場／丸亀市民会館(丸亀市大手町2-4-20)2階第6会議室

【問い合わせ先】

丸亀調停協会 ☎0877(23)5270

【善通寺会場】

◆日時／9月26日(土)午前10時～午後3時◆会場／善通寺市民会館(善通寺市文京町3-3-1)2階小会議室

【問い合わせ先】

善通寺調停協会 ☎0877(62)0315

◆中小企業に関する無料法律相談会

◆日時／9月16日(水)午後3時～午後5時◆会場／香川県弁護士会館(高松市丸の内2-22)◆相談方法／弁護士による面談◆相談内容／事業承継、事業再生支援、労使関係、各種社内規定の策定、コンプライアンス体制の構築など◆その他／予約制。9月11日(金)まで受け付けますが、定員になり次第締め切らせていただきます。

【予約先／問い合わせ先】

香川県弁護士会 ☎087(822)3693

◆弁護士・司法書士らによる多重債務者無料相談会

◆日時／9月19日(土)午前10時～午後4時◆会場／香川県弁護士会館(高松市丸の内2-22)、善通寺市総合会館(善通寺市文京町2-1-4)◆定員／各会場とも20人※先着順。要電話予約。◆申込期限／9月14日(月)

【問い合わせ先】

香川県総務部県民活動・男女共同参画課 ☎087(832)3172、3175

◆動物愛護フェスティバル

◆日時／9月23日(水)午前10時～午後3時◆会場／サンポート高松1階展示場・多目的広場(高松市サンポー

ト2-1)◆内容／ペットなんでも相談、犬・猫の適正な飼い方講習、子犬・子猫の里親探し、動物児童画コンクールの表彰など

【問い合わせ先】

香川県健康福祉部生活衛生課

☎087(832)3179

◆「法の日」週間記念 無料法律相談

◆とき／10月1日(木)◆受付時間／午前9時30分～午後3時30分※必ず時間内に受付を済ませてください。◆会場／高松家庭・簡易裁判所庁舎1階(高松市丸の内2-27)◆相談方法／面談による相談(30分程度)◆その他／予約不要。受付順。

【問い合わせ先】

香川県弁護士会 ☎087(822)3693

◆社会保険制度実務講習

◆日時／10月5日(月)～7日(水)午後1時～午後5時◆会場／丸亀高等技術学校(丸亀市港町307)◆内容／労働保険・雇用保険・健康保険・年金などの制度についての基礎的知識や実務手続き◆講師／香川労働局、丸亀公共職業安定所および香川社会保険事務局善通寺事務所の職員◆募集人員／15人◆対象者／在職者(社会保険事務初心者)◆受講料など／3,050円◆申込期限／9月24日(木)

◆税務講習

◆日時／10月14日(水)、21日(水)、28日(水)午後1時～午後5時◆会場／丸亀高等技術学校(丸亀市港町307)◆内容／相続税を中心とした税務知識◆講師／四国税理士会丸亀支部会員◆募集人員／15人◆対象者／在職者◆受講料など／3,000円◆申込期限／9月30日(水)

【申し込み先／問い合わせ先】

香川県立丸亀高等技術学校キャリアアップ担当 ☎0877(22)2633

募集

◆平成21年度青少年健全育成「家庭の日」ポスター

◆応募資格／香川県内に住所を有する小学生・中学生・高校生・一般◆応募期限／9月7日(月)※当日の消



男女共同参画推進講演会

女性の参加で変わるまちづくり



講演する岡内高松市副市長

男女共同参画推進講演会が6月24日、役場本庁で開かれ、講師に岡内須美子高松市副市長を招き、約120人が講演を聞きました。

この講演会は、町が昨年度策定した『まんのう町男女共同参画プラン』の中で、男女共同参画の考えに対し理解を深めるための啓発活動の一つに位置付けられ、今回第一弾の試みとして実施されたものです。

講演では、岡内さんが高松市職員だったころに、女性为中心となって政策を考えた経験を述べ、「女性が参加することで多文化共生につながり、そうすることで組織としても強くなります」と、女性の意思決定の場への参加の重要性を訴えかけました。

のびのびまんのうっ子教室



阿部純也先生の指導の下、体操をする子どもら

肥満児になるのを防ごうと、のびのびまんのうっ子教室(まんのう町食育推進協議会主催)が7月4日、琴南農村環境改善センターで開催され、町内の園児・児童ら28人とその保護者13人が参加しました。

はじめに、大塚滝子会長が「食べ物を選ぶ力、味が分かる力、料理ができる力、自分の体を大事にできる力、食べ物の命を感じる力の5つの力を、今回の教室で身に付けてください」とあいさつ。その後、種や断面の写真を見て野菜の名前を当てるゲームや、風船を使つての運動などが行われました。

このほか、子どもたちは用意された弁当箱に、出来上がった料理を詰めながら、栄養バランスについて学びました。

食事と運動で心も体も元気に

第59回社会を明るくする運動・出発式

安全で安心して暮らせる地域社会を目指して



栗田町長に法務大臣のメッセージを伝える長尾会長＝手前右

第59回社会を明るくする運動の出発式が7月1日、役場本庁玄関前で行われました。

この運動は、みんなが犯罪や非行の防止と、犯罪をした人や非行のある少年の改善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、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築こうと、毎年7月に全国的に行われているものです。

式では、長尾文昭仲多度地区保護司会長が法務大臣からのメッセージを、朝倉安子仲多度地区厚生保護女性会長が県知事からのメッセージを栗田町長に伝えました。

式終了後、広報車を出発させ、各地区で啓発活動を行いました。

出前ワークショップ



児童が作った作品を壁にかざし映像を見せる長野さん＝写真左

出前ワークショップ(香川県立ミュージアム主催)が6月24日、琴南小学校で開催されました。

このワークショップは、見て、感じ、考え、学ぶことで、子どもたちに豊かな心をはぐくんでもらうとともに、夏休み限定の子ども向け展覧会で展示する作品を作るために行われました。造形作家の長野由美さんらの指導の下、全児童らは、帯状の黒画用紙をセロハンテープでつなぎ、ステンドグラスのように赤・緑・黄・青色のセロハンをはって、空に飛んでいたらいいなあと思う生き物を作りました。

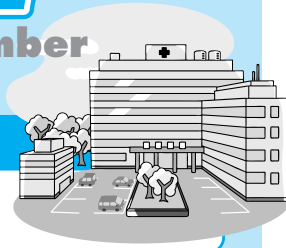
作品が出来上がると、児童らは、作品に光を当てて、映し出される映像を楽しんでいました。

作った作品は、県立ミュージアムに8月31日まで展示



9月の行事予定

Event Schedule in September



日	行事名	時間	場所
3(木)	未楽来運動教室 心配ごと相談	10:00～11:00 13:00～16:00	満濃農改センター
4(金)	健康相談	13:30～14:00	帆山公民館
6(日)	パパ・ママ(両親)学級 (要予約/健康増進課 ☎73-0126)		四条公民館
7(月)	栄養相談(要予約/健康 増進課☎73-0126)		役場本庁
9(水)	心配ごと相談	9:00～12:00	琴南総合センター
10(木)	こころの健康相談 (要予約/健康増進課 ☎73-0126) 身体・知的障害者相談 未楽来運動教室 身体・知的障害者相談	9:30～11:30 10:00～11:00 13:30～16:30	役場本庁 琴南農改センター 満濃農改センター 仲南支所
11(金)	離乳食講習(要予約/健 康増進課☎73-0126)		高篠ふれあい センター
14(月)	健康相談	13:30～14:00	新日小国会館
15(火)	栄養教室 (高血圧と心臓病の予防 と改善/要予約/健康 増進課☎73-0126)	9:30～12:30	琴南農改センター
16(水)	3歳児健診	13:30～14:30	仲南農改センター
17(木)	身体・知的障害者相談 未楽来運動教室	9:00～12:00 10:00～11:00	役場本庁 吉野体育館
18(金)	行政相談・人権相談 健康相談	10:00～15:00 13:30～14:00	琴南公民館 宮田公民館
19(土)	無料法律相談 (要予約/まんのう町商 工会☎73-3711)		まんのう町 商工会館
24(木)	こころの健康相談 (要予約/健康増進課 ☎73-0126) 精神保健福祉相談 未楽来運動教室 健康相談 行政相談・心配ごと相談	9:00～12:00 10:00～11:00 10:00～11:30 13:00～16:00	仲南農改センター 役場本庁 満濃農改センター エピアみかど 仲南支所
25(金)	健康相談	13:30～14:00	春日公民館
27(日)	胃・子宮がん検診	8:30～11:00	仲南農改センター
30(水)	乳幼児健診	13:30～14:30	仲南農改センター

休日当番医

テレフォンサービス
☎(73)4400(日・祝日のみ)

日	科	医療機関名	電話番号
6日	内科	林医院	75-5125
	外科	山本ヒフ泌尿器科医院	75-3112
13日	内科	岩崎医院	75-5161
	外科	松浦外科胃腸科医院	75-3211
20日	内科	岩佐病院	73-3535
21日	内科	小国医院	75-2317
	外科	岩佐病院	73-3535
22日	内科	おおにし病院	75-5101
23日	内科	大浦内科消化器科医院	75-1600
27日	内科	森内科医院	73-4188

※当番医は予告なく変更される場合があります。ご了承ください。



平成21年 町内の110番・119番

区分	7月中	1月からの累計
交通事故		
物損(件)	35 (26)	221 (204)
人身(件)	18 (15)	105 (115)
死亡(件)	0 (1)	2 (2)
救急出動		
火災(件)	0 (1)	9 (9)
救急(件)	67 (88)	545 (549)

※()内の数字は昨年同期の件数

スポーツの結果 (敬称略)

日	大会名	場所	結果
7月26日(日)	まんのう町 グラウンドゴルフ 協会杯大会	長炭平山 グラウンド 参加:65人	優勝:田中博文(神野) 準優勝:田岡 博(岸上) 第3位:末久 忠(吉野)

エコポイントと町商品券が交換可能に

詳しい内容については、音声告知放送や
ホームページでお知らせします。

【問い合わせ先】まんのう町商工会 ☎(73)3711

学校記者クラブ

熱き思いを

今月の
リポーター
 琴南中学校 3年
麻植 若菜

琴南中学校には、ソフトテニス部、剣道部、吹奏楽部しかありませんが、各部が総体やサマーコンサートに向けて練習に励んでいます。



その激励のために、七月一日、期末テストの終了した午後、総体壮行会が行われました。

吹奏楽部の演奏が始まり、運動部の入場です。ソフトテニス部の私は、二年生の時から大会に出場させてもらっていましたが、今回は最後の大会ということで今までにない緊張感がありました。

ステージに設置された大きなスクリーンに各部の練習風景が映され、さらに一人一人のアップの中、保護者の方からのメッセージが朗読されました。琴南中学校のように少人数の学校だからこそできるのだなあと、改めてありがたさを感じました。

また、母がこんなふうに私のことを応援してくれているのだと思うと、頑張らなければと熱い思いがこみ上げてきました。

実は去年、ソフトテニス部には私以外に下級生二人の二人しか部員がいなかったたので、総体でも新人戦でも団体戦には出られませんでした。しかし、この春新入部員が六人も入ったので、やっと団体戦にも出場できることになりました。団体戦ならではの雰囲気や意気込みを先輩に味わせられると思うと、三年生として自分自身がしっかりしなければと、さらに気持ちが高ぶっています。

また、個人戦では、ずっとペアを組んできた下級生と共に練習の成果を発揮し、是非県大会に出場しようと思っています。

期末テスト後、朝練を始めた男子ソフトテニス部。放課後武道館から聞こえる勇ましい「面！」の声。そして、学校全体を包んでいる楽器の音色。今、暑い夏を迎え、琴南中学校全体がさらに熱く燃えています。

私たち三年生にとつての最後の大会。全力で戦い、忘れられないものになりたいと考えています。

学校美術館



「のこり2年間よろしくね」 長炭小学校 4年 山下 湧哉



「いろいろななかまたち」 長炭小学校 2年 小亀 海



定額給付金の申請はお済みですか？

申請期限は、

9月30日(水)

定額給付金の申請期限が迫っています。定額給付金の受給資格のある方で、申請がお済みでない方はお早めに申請してください。申請書を紛失したり、申請方法が分からなかったりするなど、ご不明な点があれば役場までご連絡ください。

なお、期限までに申請がなかった場合は、受給を辞退したものとみなされますので、ご注意ください。

【問い合わせ先】

総務課定額給付金事業対策室
☎(73)0100