

# まんのう



餅花づくり (高篠ふれあいセンター)



## 1月号の主な内容

- 新年のご挨拶 町長・議長 …………… 2~3
- 成人式のご案内 1月10日(日) …………… 4
- 女性議会開催 1月17日(日) …………… 4
- 第3回ソフトバレーボール大会募集 …… 6
- まんのう健康体操 ネーミング募集 …… 7



### まちの動き

〈平成27年12月1日現在〉

- 人口 …… 19,378人(前月比-19人)  
男： 9,343人  
女：10,035人
- 世帯数 … 7,411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▶



# 28 年 ご挨拶



まんのう町長

## 栗田 隆義

### まんのう町版総合戦略・人口ビジョン

平成二十八年の輝かしい新春を迎え、謹んでお慶びを申し上げます。

さて、地方を取り巻く環境は、急速な少子高齢化や人口減少、基幹産業である農林業の衰退等、極めて厳しい中、第三次安倍内閣では「地方創生の進化」によりローカルアベノミクスを実現するとしております。まんのう町におきましても知恵を絞り、住民と一体となって、人口減少の克服と地域の活性化に資するよう、「まんのう町版総合戦略」「人口ビジョン」を十月末に策定しました。今後、地方創生の具体的政策の実現に邁進してまいります。

満濃中学校改築問題につきましては、夏休みを中心に品質問題解決計画に基づき追加施工、修補工事が施工され、十一月には「まんのう町PFI事業問題第三者委員

会」の品質問題については解決をした旨の報告書が特別委員会です承され品質問題に関しては一応の解決をみたところであります。今後、残された諸課題につきましても早期の問題解決に向け鋭意努めてまいります。

仲南地区幼保一体化施設「仲南こども園」は九月に開園いたしました。十月には早期支援教育センター「たむ（多夢）」が開所され、一人ひとりの子どもの個性が輝く町づくりを目指します。「こども未来夢基金」活用事業も順調に進められております。

五月に開催されましたNHK全国ラジオ体操は多くの皆さん方の参加をいただき実況中継でまんのう町を全国にPR出来ました。

また、平成二十九年秋に香川県満濃池森林公園に皇太子殿下をお迎えして開催される、全国育樹祭につきましまして、開催地元町として、全国育樹祭まんのう町実行委員会を立ち上げ、記念すべき素晴らしい大会になりますよう盛り上げていきたいと考えております。

本年も、わが町の将来像「元氣まんまん、まんのう町、改革と協働、輝きのまち」づくりに向けて全職員一丸となって取り組んでまいりますので町民の皆様方の一層のご理解、ご支援をよろしくお願いいたします。

最後に町民皆様方にとって新しいこの一年が、幸多き年でありますことを心からご祈念申し上げます、新年のご挨拶いたします。

# 平成 新年の

## 新たな地域コミュニティづくりを

新春をお迎えになられました皆様、誠におめでとうございます。議長として2度目の年頭ご挨拶です。昨年は議員辞職勧告決議案の採決から始まり、春にはそれに関して議員現数が1名減の15名で任期を全うすることになりました。そして満濃中学校等建設PFI（民間活力導入）事業における建設監理の不手際に関する問題等も含めて、なにかとご心配をおかけしていますことにお詫びを申し上げる次第です。

新しい年の昭和91年、戦後71年、阪神大震災後21年、そして町合併10年を迎えるにあたり、まんのう町議会としては心新たに「チームまんのう」を掲げ、議会一丸となって職務の遂行を図り住民各位の負託にこたえてまいります。皆様方からの貴重なご意見や提案を集約し政策課



まんのう町議会議長  
関 洋三

題に繋げていくシステム（方法）づくりがより大事であることに気づきます。それには組織の充実、すなわち地区によっては自治会の組織見直しも含めた組織改革も必要でしょう。歴史ある自治会という名前すら若い世代にはトラウマに感じることを耳にする時代です。無負担や無義務を主張して自治会の加入や立ち上げに消極的な若い世代に対して、どのように対応していくかも現実の課題です。

人間は人の為に生き、そして人を楽しませることが出来れば、より心豊かに生きられる、という仏教の教えを準用すれば一案生じるような気がします。組織エリア（地区）の見直しを図り、地区住民が100パーセント加入のコミュニティ（つながり）・協議会等の発足推進を図ると共に、そのパイプ（連絡）役を役場職員にも関わってもらい官民共同の体制づくりを研究してまいります。

まんのう町議会は年2回「議会報告会」を他町に先がけて実施しておりますのでお越しくください。又「議会だより」を年四回発刊していますのでご覧ください。そして十分に意見をお寄せください。議員一同今後とも人間形成を一層高め、町行政と皆様を繋ぐ役目に徹してまいります。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

# 祝 成人

## まんのう町成人式のご案内

本年、成人式を迎えられるのは、1995年（平成7年）4月2日から1996年（平成8年）4月1日までに生まれた方々になります。まんのう町では男性114名、女性117名の計231名が晴れて大人の仲間入りを果たします。おめでとうございます。

### ▼開催日時

1月10日（日）

受付／午後2時30分から  
開式／午後3時

### ▼会場

まんのう町民文化ホール

（生間415-1）

### ▼問い合わせ先

教育委員会 社会教育課

☎（73）0108



昨年の成人式の様子

## 平成28年度

### まんのう町奨学生募集

#### ▼受付期間

1月5日（火）～2月1日（月）

#### ▼資格

町内に5年以上在住する者で、高等学校および大学などへの進学に際して学資の支弁が困難と認められる者。ただし、独立行政法人日本学生支援機構などの学資金を受けている者を除きます。

#### ▼認定手続き

奨学生希望者は、願書、在学学校長による推薦書、その他必要書類をまんのう町教育委員会学校教育課までご提出ください。

#### ▼選考方法

学業、人物、健康および所得などの各項目をまんのう町奨学金選考委員会で検討した上、教育委員会が予算の範囲内において決定します。

### ▼問い合わせ先

教育委員会 学校教育課

☎（73）0108

## 第7回まんのう町女性議会

町内の女性13人が議員となり、町の将来の在り方や、福祉・教育・子育て・環境などの分野の質問を町長などに行います。ぜひ、一度傍聴においでください。

## 犬の散歩中のふんの片付けを徹底してください

散歩中の犬のふんをそのままにしている飼い主がいるとの苦情が多く寄せられています。犬がふんをすることは仕方ないことですが、飼い主がふんの後始末をしないことは他人に不快な思いをさせ、衛生的にもよくありません。

愛犬のふんは飼い主が責任を持って片付け、散歩の際にはビニール袋などを準備して出掛けましょう。きれいなまちづくりにご協力ください。

犬のふんでお困りの方には「犬のふん禁止」の看板を無償でお渡ししています。

【問い合わせ先】 住民生活課 ☎（73）0123



▼日時 1月17日（日）午後1時  
▼会場 町役場本庁4階議場  
▼問い合わせ先  
企画政策課 ☎（73）0106

平成27年

## 年末年始の交通安全県民運動

12月 10日  
1月 10日

年末年始は交通量の増加やあわただしさ、飲酒の機会が増えることなどから重大事故の多発が懸念されます。このため、県民総ぐるみで交通安全意識の高揚に努め、交通ルールの順守と正しい交通マナーの実践を習慣付けることにより、交通事故防止の徹底を図りましょう。

### 運動重点

- ① 高齢者の交通事故防止
- ② 飲酒運転等の根絶  
（飲酒運転等悪質・危険な運転の追放）
- ③ 交差点および交差点付近での交通事故防止
- ④ 後部座席を含めた全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
- ⑤ 若者の交通事故防止

# 高額医療・高額介護合算療養費制度について

1カ月にかかった医療費や介護サービス費の自己負担額が高額になった場合、それぞれの保険には月単位で限度額を設け、自己負担額を軽減する制度がありますが、医療と介護両方の負担が長期にわたって継続的に重複している世帯にとっては、家計の負担は軽くありません。このような場合、負担の軽減を図るために設けられたのが、**高額医療・高額介護合算療養費制度**です。

1年間（毎年8月1日～翌年7月31日）に『医療保険』と『介護保険』の両方に自己負担があり、その合計が算定基準額を超えた場合、申請によって基準額を超えた金額が支給されます。

**支給要件を満たすと思われる方には、平成28年1月上旬に、香川県後期高齢者医療広域連合から支給申請のお知らせをお送りします。申請先は、福祉保険課です。**

申請に際しては、被保険者証（後期高齢者医療と介護保険の両方）、申請者ごとの印鑑、振込口座の分かるもの（被保険者本人以外の口座への振込みは委任状が必要となります。）をご持参ください。

所得区分		対象者	後期高齢者医療制度 + 介護保険の自己負担限度額 (8月1日～翌年7月31日までの1年間の合計)
現役並み所得者		自己負担割合が「3割」	67万円
一般		自己負担割合が「1割」で低所得者以外	56万円
低所得者	II	低所得者I以外	31万円
	I	世帯全員の各所得金額（年金所得は控除額を80万円として計算）が0である方	19万円

※自己負担額から限度額を差し引いた額が501円以上の場合に限り支給されます。※計算期間：毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間

【問い合わせ先】・福祉保険課 ☎ (73) 0124 ・香川県後期高齢者医療広域連合 ☎ 087 (811) 1866

## マイナンバー制度通信⑤

### マイナンバー(個人番号)は何に利用されるの？



マイナンバー（個人番号）は、法律により社会保障・税・災害対策等の限られた分野で利用できると定められています。さらに、町がマイナンバーを独自に利用する場合も社会保障や税、防災に関する事務、またこれらに類する事務であり、条例で定める必要があります。平成28年1月より順次右表のような事務にマイナンバーが必要となってきます。

マイナンバーの利用範囲		別表第一(第9条関係)
社会 保障 分野	年金分野	⇒年金の資格取得・確認、給付を受ける際に利用。 ○国民年金法、厚生年金保険法による年金である給付の支給に関する事務 ○国家公務員共済組合法、地方公務員等共済組合法、私立学校教職員共済法による年金である給付の支給に関する事務 ○確定給付企業年金法、確定拠出年金法による給付の支給に関する事務 ○独立行政法人農業者年金基金法による農業者年金事業の給付の支給に関する事務 等
	労働分野	⇒雇用保険等の資格取得・確認、給付を受ける際に利用。ハローワーク等の事務等に利用。 ○雇用保険法による失業等給付の支給、雇用安定事業、能力開発事業の実施に関する事務 ○労働者災害補償保険法による保険給付の支給、社会復帰促進等事業の実施に関する事務 等
	福祉・医療・その他分野	⇒医療保険等の保険料徴収等の医療保険者における手続、福祉分野の給付、生活保護の実施等低所得者対策の事務等に利用。 ○児童扶養手当法による児童扶養手当の支給に関する事務 ○母子及び寡婦福祉法による資金の貸付け、母子家庭自立支援給付金の支給に関する事務 ○障害者総合支援法による自立支援給付の支給に関する事務 ○特別児童扶養手当法による特別児童扶養手当等の支給に関する事務 ○生活保護法による保護の決定、実施に関する事務 ○介護保険法による保険給付の支給、保険料の徴収に関する事務 ○健康保険法、船員保険法、国民健康保険法、高齢者の医療の確保に関する法律による保険給付の支給、保険料の徴収に関する事務 ○独立行政法人日本学生支援機構法による学資の貸与に関する事務 ○公営住宅法による公営住宅、改良住宅の管理に関する事務 等
税分野	⇒国民が税務当局に提出する確定申告書、届出書、課税等に記載。当局の内部事務等に利用。	
災害対策分野	⇒被災者生活再建支援金の支給に関する事務等に利用。 ⇒被災者台帳の作成に関する事務に利用。	
⇒上記の他、社会保障、地方税、防災に関する事務その他これらに類する事務であって地方公共団体が条例で定める事務に利用。		



第3回 まんのう町

# ソフトバレーボール大会

主催：まんのう町教育委員会 主管：まんのう町スポーツ推進委員会

**3月20日(日) 春分の日 開催** **申込期限2月15日(月)**

**ソフトバレーボールの普及と愛好者相互の交流を深めることを目的に開催します。ふるってご参加ください！**

- ▶開催日時 3月20日(日)  
受付 8:30開始、開会 8:45、終了 15:00予定。  
ただし、参加チーム数によって変更有。
- ▶会場 スポーツセンターまんのう(吉野下)
- ▶競技規則 2015年度ソフトバレーボール競技規則に準ずる。  
ただし、メンバー交代は自由とする。コート内はフリー・中級については、コート内男子2人までとする。なお、審判については、原則参加チームの相互審判とし、各チームはホイッスルを持参する。
- ▶競技種別
  - (1)フリー：男女各2人。ただし、男子に代えて女子が出場しても良い(女子4名可)
  - (2)中級：同上
  - (3)初級・ファミリー：初心者・高齢者・子どもで構成するチーム。子どもが参加する場合は、大人男女各1名か女性2名と小学生以下の子どもで構成されたチームとする。
- ※各グループにおいて、参加チーム数が少なく、1試合以上組めない場合は、参加を辞退して頂くことがあります。
- ※各チーム、選手は競技運営上、6名までとする。
- ▶競技方法
  - (1)1セット15点のラリーポイント制の3セットマッチ。
  - (2)デュースは、2点差がつくか、17点先取チームの勝利とする。
  - (3)予選リーグののち、同順位チーム同士で決勝戦を行う。ただし、チーム数によって変更有。
  - (4)欠員が出た場合は不戦敗とする。
- ▶組合せ  
参加チーム数に応じて試合方法、組合せを主催者側にて決定する。
- ▶参加資格 主に町内在住または、町内在勤者で構成されたチーム。
- ▶参加料 1,000円/チーム(大会当日持参ください)
- ▶申込方法  
下記の申込用紙に必要事項を記入の上、2月15日(月)までに教育委員会または各公民館に持参。または、FAX(73)0113、メール：kyoiku@town.manno.lg.jpにて提出。申込書は町ホームページにもあります。
- ▶表彰 各グループの上位チームには、賞状・賞品等を授与する。
- ▶その他 主催者側でレクリエーション保険に加入しますが、それ以外の責任については負いかねます。
- 【問い合わせ先】教育委員会社会教育課 ☎(73)0108

キリトリ線

## まんのう町ソフトバレーボール大会参加申込書

まんのう町教育委員会社会教育課 宛

**FAX:0877-73-0113 E-mail:kyoiku@town.manno.lg.jp**

フリガナ	
チーム名	
<input type="checkbox"/> フリー <input type="checkbox"/> 中級 <input type="checkbox"/> 初級・ファミリー	

※参加希望のエントリーグループを○で囲んでください。

NO	名前	性別	年齢	主審
1				
2				
3				

NO	名前	性別	年齢	主審
4				
5				
6				

※主審ができる方に○を記入ください。

平成    年    月    日

フリガナ			
代表者			
住所			
連絡先	自宅：	携帯：	

# 健康で長生きを応援したいので まんのう健康体操を作りました!

みなさん高齢になっても元気でいられるために、何かがんばっていることがありますか？  
年を重ねるごとに、運動不足、骨や関節の病気などで運動器等が衰え、徐々に介護が  
必要な状態になる場合があります。まんのう町では、高齢になっても元気な人であられる  
町を目指し、「まんのう健康体操」を推進していきます。



12月11日には、まんのう健康体操のお披露目がありました。

誰もが一度は口ずさんだことのある「線路はつくよどこまでも」  
の曲にあわせて運動をします。1回の運動で「ストレッチ」  
「筋力トレーニング」「有酸素運動」「脳トレーニング」ができます。

曲は、町内2つのコーラスグループ「あの頃コーラス“ポコ・ア・ポコ”」  
と「ひまわり」にご協力いただき収録しました!



## 📎 「まんのう健康体操」のネーミングを募集します!!

「まんのう健康体操」は子どもから高齢者まで幅広く行える運動です。みなさんに親しまれ、町内全域に浸透するようにネーミングを募集します。採用された方には健康グッズのプレゼントもありますので、皆さん奮ってご応募下さい。※まんのう町民の方に限ります。

- ▶ 募集期間 1月29日(金)まで
- ▶ 応募方法 ネーミング、応募者の氏名、住所、電話番号をハガキ等に明記の上、下記までお送りください。
- ▶ 結果発表 審査のうえ、広報まんのう4月号で発表します。

【問い合わせ先・送付先】

〒766-0015 まんのう町長尾501-1 まんのう町健康増進課 ☎ (73)0126 FAX (79)3276

“うどん”のようになが〜く たっしゅに **健康長寿**

### 医療機関の適正受診等に関するパンフレット・啓発グッズについて

後期高齢者の方に、医療機関の適正な受診等にかかるパンフレットと啓発グッズを配付します。ご希望の方は、後期高齢者医療担当窓口（福祉保険課）にお問い合わせください。  
医療機関を上手に受診して、なが〜くたっしゅにくらしましょう。



全教室 基本  
参加費無料!



# スポーツセンターまんのう 地域開放教室

1月

※教室の申込がお済みの方は、開始15分前より受付で名簿に記名をお願いします。  
平成27年4月～平成28年3月までの教室参加の申込は受付を終了しております。  
定員の空きについては、事前にお問い合わせください。

Manno  
スポーツセンターまんのう  
町立図書館だより

日	月	火	水	木	金	土
					1 休館日	2 休館日
3 休館日	4 膝痛予防改善教室 14:00～15:00 ヘキサスロン 16:30～17:30	休館日	6 ピラティス 14:00～15:00	7 硬筆教室 13:00～14:00 肩こりほぐし教室 14:00～15:00 キッズ運動教室 16:30～17:30	8 腰痛ほぐし教室 14:00～15:00 バレトン& ストレッチ2 20:00～21:00	9 笑って健康になる講座 14:00～15:00 パソコン教室 15:00～16:00
10 子ども創造力育成 ワークショップ ①16:00～17:00 ②17:00～18:00 おはなし会 (ねむの木) 11:00～	11 膝痛予防改善教室 14:00～15:00 ヘキサスロン 16:30～17:30 バレトン&ストレッチ1 19:00～20:00		13 リズム体操 14:00～15:00	14 肩こりほぐし教室 14:00～15:00 キッズ運動教室 16:30～17:30	15 ベビーマッサージ 11:15～12:15 心と体をほぐす ストレッチ 20:00～21:00	16 母と子のリトミック 10:00～11:00
17 おはなし会 (ねむの木) 11:00～	18 膝痛予防改善教室 14:00～15:00 ヘキサスロン 16:30～17:30		20 ピラティス 14:00～15:00	21 硬筆教室 13:00～14:00 肩こりほぐし教室 14:00～15:00 キッズ運動教室 16:30～17:30	22 腰痛ほぐし教室 14:00～15:00 バレトン& ストレッチ2 20:00～21:00	23
24 おはなし会 (メリーバスターマンのう) 11:00～	25 ヘキサスロン 16:30～17:30 バレトン&ストレッチ1 19:00～20:00		27 リズム体操 14:00～15:00 キッズブレイクダンス 18:00～19:00	28 キッズ運動教室 16:30～17:30	29 ベビーマッサージ 11:15～12:15 心と体をほぐす ストレッチ 20:00～21:00	30 アフタービクス 14:00～15:00 マタニティビクス 15:15～16:15
31	※ おはなし会 …子ども向けのおはなし会30分程度		※12月29日～1月3日は休館日です。			

「投げる、走る、跳ぶ」運動の基本動作を遊びの中で身に付けます。

産後の体型を取り戻すだけでなく、早期体力回復や機能回復を促します。

有酸素運動を行い、妊娠時に起こるトラブルを改善します。

## スポーツセンターまんのうだより

### ランニング教室

ランニングやジョギングに自信がない方や不安に思っている方、長く走れるコツをお教えいたします。この機会に是非ご参加ください！  
▶日時：1月17日(日) 14:00～15:00 ▶定員：10名  
▶参加費：500円 ▶持ち物：外履き運動靴、飲み物、タオル

### 健康になるための講座～健康グッズ編～

バランスボールやチューブなどの健康グッズを使った運動方法をお教えします。この機会に是非ご参加ください！  
▶日時：1月20日(水) 14:00～15:00 ▶定員：10名  
▶参加費：500円 ▶持ち物：室内用シューズ、飲み物、タオル

### 鉄棒教室

前回り、逆上がりが上手に出来るコツをお教えします。苦手な逆上がりができるようになるかも？  
▶日時：1月31日(日) 小学校低学年…14:00～15:30 小学校高学年…16:00～17:30  
▶定員：各15名 ▶参加費：500円 ▶持ち物：室内用靴、飲み物、タオル

スポーツセンターまんのうは、まんのうかりんカードの加盟店です。利用料・教室参加料にご利用できます。

問い合わせ先

☎(73)3611 15:00～22:00(休館日：毎週火曜日、12月29日～1月3日)  
ホームページ [http://towntip.jp/manno/sns/community.php?bbs\\_id=826](http://towntip.jp/manno/sns/community.php?bbs_id=826)



## 町立図書館だより

### ポインタナ導入!

デジタル情報スタンド「ポインタナ」を設置しました。ポインタナに表示されている町の情報やチラシなどのおすすめ情報を、ご自分のスマートフォンに取り込むことができます。ぜひご利用ください。



### ご寄付をいただきました

こんびらライオンズクラブ様、安心医療村だん路様よりご寄付をいただきました。子どもたちに読んでもらえる本を購入いたします。ありがとうございました。

### 特設コーナー

前半は「新しいこと始めよう」、後半は「冬を楽しもう」です。

開館日のお知らせ●1月4日(月)から開館します。年末年始も返却ポストはご利用できます。ただし、DVD、大型絵本、紙芝居の返却はご遠慮ください。

### 問い合わせ先

☎(56)4055 Eメール [toshokan@manno-library.jp](mailto:toshokan@manno-library.jp)  
ホームページ <https://www.manno-library.jp/>  
開館時間：10:00～18:00 休館日：火曜(祝日の場合は翌日)



# まんのう花遍路

まんのう町役場を訪れると、本庁の玄関にいつもきれいな花が生けられているのをご存知ですか。新年を迎える一月の花遍路は、自然が芸術と一体化した華道に想いを馳せてみたいと思います。

華道は日本発祥の芸術ですが、現代では国際的に広がってきています。もっとも欧米のフラワーデザインは、3次元のどこから見てもいいように生けられています。日本の華道は、方向を正面と定めている流派が多いようです。また、花だけでなく枝ぶりや木の幹の形状、葉や苔などすべてを花材とし鑑賞する点でも、海外のアレンジの概念とは一線を画しています。自然は自然のままが美しいという方もおられますが、生け花とは「花を生かすこと」ですから、花と生ける者の想いを互いに生かして自然を一枚の絵のように見立てるのも一興かと思えます。

まんのう町の花遍路紀行も十一カ所目となりました。役場の花は、町内の方がご厚意で生けてくださっています。新年の福の神を気持ちよくお迎えするため、ご自宅の玄関を飾る参考に「鑑賞ください」。



## まんのう天文台だより ~星のあるまち まんのう~

### ★ 今月の天体 「おうし座のプレアデス星団 (M45)」

プレアデス星団は、寒さ厳しい冬の夜、頭上に輝く「おうし座」にある和名「すばる」の名で有名な、肉眼で観察できる美しい散開星団です。「すばる」とは、「統(す)ばる」で、一つにまとまるという意味を持っています。そのほかの和名には、「六連星」、「羽子板星」、「群がり星」、「ごちゃごちゃ星」、「一升星」、「七つ星」などがあります。普通の視力の人で6~7個の星が見えます。天体望遠鏡では、約140個の星の集まりであることがわかります。



まんのう天文台で撮影したおうし座のプレアデス星団(M45)

#### まんのう天文台からのお知らせ

天体観測会の日程等詳細については、町ホームページをご覧ください。

#### 問い合わせ先

- まんのう天文台 ☎(89)0619  
(留守の場合は、琴南公民館へ転送されます)
- 社会教育課 ☎(73)0108

音声告知器のふれあいチャンネルで放送中の「天文台で星を見よう」もぜひ併せてお聴きください。  
▶放送予定日：1月8日(金)午後8時30分、15日(金)午後8時30分(再放送)

## 1日350gの野菜を食べよう! 食改の



この一皿で野菜たっぷり100g! ペロッと食べられるあっさり味!!

## 人参と大根の豚肉炒め



#### 材料 (4人分)

- 人参 60g
- 大根 300g
- 豚もも肉(薄切り) 100g
- 生姜 10g
- 塩 小さじ1/2
- 塩・こしょう 少々
- 油 大さじ1
- しょうゆ 小さじ1
- さいいんげん 適量

[エネルギー]	85kcal
[タンパク質]	6.1g
[脂質]	4.4g
[食物繊維]	1.5g
[食塩]	1.0g

**1** 皮をむく

皮をむく

**2** 蓋をして弱火で2~3分蒸し煮する。

大根が透き通ってきたらこれらを加えて炒め、火が通ったらしょうゆを加える。

炒めて塩をふる

油

**3** ゆでたさいいんげんを散らす。

ざっとかき混ぜたら完成。

**一口メモ** 人参は色が濃く鮮やかで、艶のあるものを選びましょう。触ってみて硬さを感じるものは鮮度が落ちてきています。

#### 料理のポイント

- 人参は油で炒めることで、脂溶性のビタミンであるカロテンの吸収がよくなります。
- 野菜の切り方をせん切りから乱切りに変えることで、しっかり噛んで食べられる一品になります。

# 三頭越えの今昔



何時も世話をしてくれている、まんの町文化財保護協会役員の文雄さんから三頭山の登山に行こうと案内をいただいた。非常に関心があった山なので、すぐにOKをした。

登山を始めると、次第に青い苔の付いた一抱えほどもある岩石がゴロゴロしていて、伏流水が顔を出して岩場の下をチヨロチヨロ流れるような処に差し掛かった。最初は甘く見えていたので、予想以上に険しい道に驚いていると、苔に滑って転倒しそうになった。すると後ろからグツと支えてくれた人がいた。会長であった。私の足が不安定なのを見てすぐ後で付いていくれたらしい。感謝、感謝である。お陰で無事山頂に

着くことが出来た。

この険しい道を振り返って思い出すのは、私の部落で大先輩の博労をしていた通称デンヤン（名は伝助。明治13年生まれ）のことである。長尾の自宅からこの峠を越えて牛を飼育している農家まで30km以上ある道程を着物の裾をからげて、麻裏草履（裏にタイヤ片を縫い付けた）を履いて年に何回か往來をしていたのだ。特に驚きなのは、急用で1日に2回行かなくてはならなくなったが、帰りが遅くなり、暗くなつて疲れ、造田で泊まると私に語ったことがある（大先輩が76・77歳位頃）。たいした健脚である。

先日、昭和24年頃泊まり込みでこの付近で仕事をしていたことがあるという石割り職人の友達が、当時の三頭峠は今のよう荒れた道ではなく猫車が通るくらいの道で行者さんが時々通ることがあり、一般の人はあまり声をかけることはないが、行者さんだけは必ず挨拶をして通って行ったと話してくれた。

今は荒れ放題だが、半世紀前までは、模範家庭の諺で「讃岐男に阿波女」と呼ばれた縁結びの街道であり、行者さんが修行のために道場と道場を行き交う修行道であり、金毘羅さんへの参詣道でもあった。田植え時期には、午後になると国道438号線を3日も4日も黒い借耕牛の列で埋め尽くした、運命共同体の街道でもあった。

三頭山では、当時を思わせる鳥居、灯籠、道標、石像、石碑等を見て、会長の説明を聞き、感慨深い思いに浸った。

(文責 長尾 山口與三郎)

## 国際交流員ザックさんのコラム

第5回



### 豊島を訪れて



ふた月続けて、また瀬戸内海の島を訪れる機会に恵まれました。四国環境パートナーシップオフィス（四国EPO）に誘われ、豊島のオリーブ農業とオリーブ・オイル生産を直接体験しました。そして、2000年6月の公害調停成立によって行われ始めた産廃処理施設を見学する機会を得ました。

ことを知りました。その産廃問題に関する資料館で、8メートルの高さもある地面に掘り込んだゴミの壁を見たときには、言葉もなく驚きました。見学する前は香川県に豊島のような環境問題があるということも知らず、新しく考えることができました。

最後に収穫したオリーブで作られたオリーブ・オイルを味わう前は産廃不法投棄についての会議。そこで、豊島の環境回復についての講座、子供たちの芸術紹介、「未来に向かった希望」など、色々勉強になりました。

豊島見学が解散して、フェリーに乗っていた時に1人で考える時間がありました。やっぱり、豊島のように不法投棄など、過去の環境問題を見ると落ち込みますが、それよりもその問題が小さなコミュニティが協力したことと解決されたことを知ることで、逆に嬉しくなります。

(国際交流員 ザカリ・ジェイクス)

### 国際交流協会 ザック・カフェのご案内

国際交流員のアメリカ人ザック先生と会話を楽しみませんか。英語ができなくても大丈夫。日本語と英語を交えながら、世界のいろいろな事柄をグローバルな視点でお話する会です。どなたでも気軽にご参加ください。

- ▶ 日時: 1月19日(火) 14時~15時半
- ▶ 場所: かりん会館 ▶ 参加費: 500円 (お茶代)
- ▶ 申し込み・問い合わせ先: かりん会館 (水曜休館) ☎ (75) 0200



長尾会館 だより

平成27年度 第9回

長尾会館  
ふれあいパン教室

開催日時

1月13日(水)・20日(水)  
9:30~13:00

場所

まんのう町立長尾会館 生活改善室  
(長尾1582番地)

内容

講師指導のもと  
「キャラメル食パン」  
と「カレー」を  
作ります。



参加費

1,000円(当日集金します)  
※昼食代・材料費・受講料込み。  
当日は、ハンドタオル・エプロン  
をご持参ください。

申し込み

1回の定員は先着6名です。  
1月4日(月)~8日(金)までに、  
長尾会館まで電話またはFAXにて  
お申し込みください。  
☎(79)2021 FAX(56)9068

じんけん

シリーズ まんのう町 住みよい町づくり ~障がい者との共生~ ⑩

合理的配慮(その③)

障害者も利用できる制度を

県内のA社(信用金庫)は内臓疾患や手足に障害がある方も働き続けられるように様々な配慮をしています。

人工透析しながら勤務

Bさん(男性)は数年前、土曜日に通院して腹膜透析するようになり、その後病院で週三回、夜間に人工透析を受けるようになりました。透析治療はできるだけの時間をかけるのが効果的なため、毎週月、水、金の三日間、午後四時半に退社して、夜十時ぐらいまで透析するようになりました。A社には時差勤務制度があり、本人の都合で勤務時間帯を早めたり遅らせたりできます。Bさんはこの制度を利用し、通常の勤務時

間は午前八時半から午後五時半ですが、月、水、金は一時間早く出勤して一時間早く退社します。Bさんは時差勤務制度を利用して人工透析を受けながら仕事を続けています。

誰もが利用できる制度

「業界では珍しい制度です。おかげで周囲に遠慮せず透析へ行けて助かっています」とAさん。もともとA社ではお客様の都合によって夕方以降に相手を訪問することもあり、勤務時間をシフトする制度がありました。Aさんたちはこの制度を利用しています。他にもA社には一時間単位の時間有給制度もあり、勤務時間中の通院や子どもへの学校参観などに利用されています。(香川人権研究所)



第6回

ふれあい じんけん フェスタ

第6回ふれあいじんけんフェスタが12月6日、長尾会館で開催されました。

館内では、長尾会館で活動している同好会や、町内幼稚園・小学校・中学校の生徒らが制作した人権をテーマにしたポスターや書道作品などが多数展示されました。また、クリスマスツリーのクラフト作り体験や、ピザ作り体験など親子で楽しめる体験コーナーもあり、人気を集めていました。つきたての餅やあたたかいお汁のふるまいなども好評で、来館者からは多くの笑顔がこぼれていました。



地理歴史（日本史・世界史）の3教科から2教科選択（マークシート）。英検2級以上もしくはTOEIC600点以上の志願者は英語を免除（満点換算）。センター利用入試（A日程）も、1月4日から受付開始

▶**問い合わせ先**  
四国学院大学入試課  
☎0120-459-433（フリーダイヤル）

**第四級アマチュア無線技士養成課程講習会**

[日時] 2月14日(日)、21日(日)  
[申込期限] 2月8日(月) 正午まで(定員36名) [会場] 城乾コミュニティセンター(丸亀市南条町) [費用] 22,750円(18歳以下7,750円)

▶**問い合わせ先・申し込み先**  
丸亀市通町45 窪田誠一  
☎090-7578-6234

**お子さまの教育資金を「国の教育ローン」(日本政策金融公庫)がサポート!**

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

[融資額] お子さま1人につき350万円以内 [金利] 年2.05% ※母子家庭の方などは年1.65%(平成27年11月10日現在) [返済期間] 15年以内 ※母子家庭の方などは18年以内

▶**問い合わせ先**  
教育ローンコールセンター  
☎0570-008656(ナビダイヤル)  
☎03-5321-8656

**無料相談**

**年金相談会**

香川県国民年金基金では、公的年金全般についての年金相談所を開設します。この機会に老後の設計を立ててみられてはいかがでしょうか?お気軽にご相談ください。

[日時] 2月2日(火) 午前10時30分～午後4時 [場所] 町役場本庁3階第1会議室

▶**問い合わせ先**  
香川県国民年金基金  
☎0120-65-4192

**医薬品副作用被害救済制度**

平成25年3月31日までに、市町村の助成により、ヒトパピローマウイルスワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種した方のうち、接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診した方は、接種との関

連性が認定されると、医療費・医療手当が支給される場合がありますので、お心当たりのある方は、具体的な請求方法等について、下記の救済制度相談窓口に至急お問い合わせください。

▶**問い合わせ先**  
独立行政法人医薬品医療機器総合機構  
☎0120-149-931(フリーダイヤル)  
☎03-3506-9411(有料)

**高齢者や障害者のあんしん相談会**

[日時] 1月16日(土) 午後1時30分～4時30分(午後4時受付終了) [場所] 高松テルサ(高松市屋島西町2366-1) [内容] 高齢者や障害者、その家族などからの無料個別相談

▶**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

**「相続登記はお済みですか月間」司法書士無料相談会**

[日時] 2月6日(土) 午前10時～午後3時 [場所] 丸亀市民会館2階第2・3会議室(丸亀市大手町2-4-20)ほか [費用] 無料 [予約] 不要(当日、直接会場にお越しください) [相談内容] 相続登記、遺産分割、遺言などの相続相談。売買、贈与、名義変更などの登記相談。その他身近な法律相談

▶**問い合わせ先**  
香川県司法書士会事務局  
☎087-821-5701

**表彰**

**国民参政125周年・普通選挙90周年・婦人参政70周年における選挙関係功労者表彰**

【内閣総理大臣表彰】



元まんのう町選挙管理委員会委員  
千葉 正信 さん(東高篠)

**法務大臣表彰**

【更生保護功労】  
仲多度地区  
保護司会長  
谷本廣太郎 さん  
(造 田)



**第49回中学生の「税についての作文」入賞者**

全国納税貯蓄組合連合会および国税庁が主催する中学生の「税についての作文」で次の方々が入賞されました。

【公益社団法人丸亀法人会会長賞】  
佐野可奈子さん(琴南中学校3年)  
【丸亀税務署管内納税貯蓄組合連合会優秀賞】  
森 美優里さん(満濃中学校1年)

**戸籍の窓**

※ご家族やご遺族の了解を得て掲載しています。

氏名	生年月日	保護者名	地区
白川 凌介	10.30	広明	四 條
近藤 晃大	11.1	晃敬	長 尾
宮武 希	11.4	完次	四 條
白川 彩晴	11.8	智大	東高篠
西井 詩	11.11	貴敏	真 野
岩倉 ころこ	11.17	啓太	西高篠
西山 明里	11.28	和輝	買 田

**おくやみ**

氏名	死亡日	年齢	地区
高木 ツヤ子	10.31	98	四 條
曾我部 ヤチヨ	11.1	100	炭所東
白川 昭一	11.8	88	追 上
爲廣 一雄	11.9	97	吉 野
本多 弘	11.10	89	東高篠
高尾 仙	11.11	84	勝 浦
宮脇 吉保	11.15	65	炭所東
饗庭 ミユキ	11.16	88	岸 上
栗田 信一	11.16	84	四 條
山田 昭三	11.17	87	佐 文
尾上 幸市	11.21	84	佐 文
青野 勝	11.24	84	佐 文
今田 サワエ	11.25	83	真 野
森 正幸	11.25	78	東高篠
山本 國一	11.27	92	中 通
山口 松江	11.28	96	長 尾

# Information 情報ひろば

## 香川労働局からのお知らせ

●**年末年始ゼロ災香川推進運動**  
『「たぶん」「だろう」に  
危険がひそむ しっかり点検  
年末年始』

年末年始は労働災害の発生要因の増大が懸念されます。1年の締めくくりを笑顔で送り、災害の無い明るい新年を迎えるために、「安全第一」という基本に立ち戻り、経営トップが安全衛生に対する決意を新たに、対策を徹底しましょう。

▶**問い合わせ先**  
香川労働局労働基準部健康安全課  
☎087-811-8920

●**香川県特定(産業別)最低賃金改正**  
平成27年12月15日から

- ・冷凍調理食品製造業  
時間給750円
  - ・はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業  
時間給850円
  - ・電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業  
時間給 805円
- 平成27年12月16日から
- ・船舶製造・修理業、船用機関製造業  
時間給 860円
- に改正されました。適用される業種等については、お問い合わせください。

▶**問い合わせ先**  
香川労働局賃金室  
☎087-811-8919

## 丸亀税務署からのお知らせ

●**平成27年分の確定申告について**  
税務署ではご自分で申告書を作成される方のために、申告会場(確定申告書等作成コーナー)を設置し、記載方法のアドバイスを行っております。

▶**開設期間・時間** 2月1日(月)～3月15日(火)まで(土、日除く)。午前9時から午後4時まで  
▶**場所** 丸亀税務署

▶**問い合わせ先**  
丸亀税務署 ☎23-2221

## 第70回香川丸亀国際 ハーフマラソン大会 交通規制のお知らせ

▶**日時** 2月7日(日) 午前10時25分～午後1時50分  
▶**規制区間** 国道11号、県道33号線(県立丸亀競技場～坂出市京町)

▶**問い合わせ先**  
香川丸亀国際ハーフマラソン大会  
組織委員会事務局 ☎24-6274

## 催し物

### キムチ講座

▶**日時** 1月14日(木) 午前10時～正午  
▶**場所** かりん会館  
▶**定員** 15名(先着順)  
▶**申込期間** 1月5日(火)～12日(火)  
▶**参加費** 1,000円(協会の場合は500円)、キムチの材料・昼食代込  
▶**持ち物** エプロン・持ち帰り用容器  
▶**講師** 兪善愛(ユ・ソンエ)先生  
▶**内容** 本場のキムチづくり体験。出来たキムチは持ち帰り可。かりん亭で特別メニューキムチうどんのふるまいがあります

▶**問い合わせ先・申し込み先**  
まんのう町国際交流協会  
(かりん会館内、水曜休館日)  
☎75-0200

## 満濃池森林公園 剪定(松)教室と お庭の管理方法教室

▶**日時** 1月17日(日) 午前8時30分～正午  
▶**場所** 香川県満濃池森林公園森林学習展示館  
▶**定員** 25名(先着順)  
▶**申込期間** 1月5日(火)～12日(火)  
▶**内容** 公園の松を使った松の剪定技術を造園技術者と体験

▶**問い合わせ先・申し込み先**  
公園管理事務所 ☎57-6520

## 募集

### かがわーくフェア 新春の就職面接会

▶**日時** 1月8日(金) 午後1時～4時(受付開始 午後0時30分) 事前予約不要、参加無料  
▶**開催場所** サンメッセ香川  
▶**対象者** 平成28年3月の大学・短大・高専・専修学校等の卒業予定者(既卒者含む)および中途採用希望者  
▶**参加者** 事業所約120社(見込み)

▶**問い合わせ先**  
香川県商工労働部労働政策課  
☎087-832-3369

### 四国職業能力開発大学校 平成28年度一般入試

▶**試験日** 2月4日(木) [願書受付] 1月12日(火)～28日(木) (当日消印有効)  
▶**募集科** 生産技術科・電子情報技術科・電気エネルギー制御科・住居環境科  
▶**対象者** 高校を卒業した者および平成28年3月卒業見込の者

▶**問い合わせ先**  
四国職業能力開発大学校学務課  
☎24-6255

### 四国学院大学一般入試 (A日程)願書受付開始

▶**出願期間** 1月4日(月)～30日(土) (消印有効)  
▶**試験日** 2月6日(土)  
▶**場所** 四国学院大学  
▶**内容** 試験科目は、英語・国語・

さらに 平成28年4月より  
ご利用いただきやすくなります!!

New!  
Open!

- ショートステイ 新設増床  
40床・全室ゆつたり個室
- デイサービスセンター 新設1階移転

平成28年4月1日 開設予定



社会福祉法人 正友会 特別養護老人ホーム 満濃荘  
☎0877-79-3011

お気軽に  
ご相談ください。

## 1月10日は110番の日!

～事件・事故 緊急ダイヤル110番～

110番は、事件や事故が発生した場合等、緊急に警察へ連絡する電話です。110番の通報は全て香川県警察本部につながり、同時にその通報内容を琴平警察署でも聞いています。通報する際は「いつ・どこで・何があったのか」等を応対する警察官の質問にしたがって、落ち着いて答えてください。目や言葉の不自由な方は、「携帯電話メール110番」メールアドレスkk110@docomo.ne.jp「FAX110番」087-831-0100をご利用ください。

また、緊急時以外の110番のご利用は避けてください。急を要しない通報や相談・要望等は、琴平警察署または警察相談電話(☎9110)等への連絡をお願いします。

▶**問い合わせ先** 琴平警察署 ☎(75) 0110



# 1月 月くらしのカレンダー

Event Schedule January



行事名	日	時間	場所
<b>無料法律相談</b> [要予約 / まんのう町商工会 ☎73-3711]	16日		まんのう町商工会館
<b>心配ごと相談</b>	7日	13:00~16:00	満濃農改センター
	13日	9:00~12:00	琴南総合センター
	15日	13:00~16:00	仲南支所
<b>身体・知的障害者相談</b>	14日	9:30~11:30	琴南農改センター
		13:30~16:30	仲南支所
	21日	9:00~12:00	役場本庁
<b>こころの健康相談</b> [要予約 / 健康増進課 ☎73-0126]	14日		仲南公民館
	28日		琴南農改センター
<b>人権相談</b>	14日	10:00~15:00	なごみ館
<b>行政相談</b>	15日	13:00~16:00	仲南支所
<b>交通事故巡回相談</b> [要予約 / 総務課 ☎73-0100]	21日	10:00~15:00	役場本庁
<b>精神保健福祉相談</b>	28日	9:00~12:00	役場本庁
<b>栄養相談</b> [要予約 / 健康増進課 ☎73-0126]	4日		かりん健康センター
<b>離乳食講習</b> [要予約 / 健康増進課 ☎73-0126]	8日	13:30~15:30	かりん健康センター
<b>3歳児健診</b>	20日	13:00~14:30	かりん健康センター
<b>1歳児健診</b>	22日	13:00~14:30	かりん健康センター
<b>乳児健診</b>	27日	13:00~14:30	かりん健康センター
<b>未楽来運動教室</b>	7日	10:00~11:00	満濃農改センター
	14日		かりん健康センター
	21日		満濃農改センター
	28日		満濃農改センター
<b>パパ・ママ(両親)学級</b> [要予約 / 健康増進課 ☎73-0126]	24日		かりん健康センター

## 休日当番医

(日・祝のみ)  
 テレフォンサービス ☎73-4400

日	科	医療機関名	電話番号
1日	内科	大浦内科消化器科医院	75-1600
2日	内科	永生病院	73-3300
3日	内科	大山内科医院	79-3311
10日	内科	ふかだクリニック	73-2211
11日	内科	いわさき循環器科内科クリニック	75-2700
	外科	山本ヒフ泌尿器科医院	75-3112
17日	内科	池田内科医院	73-2366
	外科	川口医院	79-0711
24日	内科	森内科医院	73-4188
31日	内科	林医院	75-5125

\*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。

### 救急電話相談

(19:00~翌朝8:00)  
 ●一般 ☎087-812-1055  
 ●小児 ☎#8000または☎087-823-1588

## 平成27年 町内の110番・119番

区分	11月中	1月からの累計
交通事故	物損(件)	33 ( 32 )
	人身(件)	13 ( 7 )
	死亡(件)	0 ( 0 )
救急出動	火災(件)	1 ( 0 )
	救急(件)	104 ( 92 )

※カッコ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
11月28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 (平田宅地跡) (参加:69人)	【優勝】 武井 伸夫 (神野) 【準優勝】 栗田 正信 (四條) 【第3位】 武田 正治 (吉野)

学校記者クラブ

縦割りの活動を通して

今月のリポーター



満濃南小学校 6年  
つかもとたいと  
塚本 泰斗



色別なわとび大会に向けては、大なわが苦手な一年生にみんなで声をかけたり、軽く背中を押してタイミングを教えたりもします。このような縦割り活動を通して、満濃南小学校は学年をこえて、みんな仲良く、笑顔で過ごすことができている。この伝統をこれからも大切にしていきたい。

満濃南小学校には、全校生が仲良くなる秘密があります。それは、縦割り活動です。一年生から六年生までが八つの色別チームに分かれ、学年が混ざり合いながら、いろいろな行事を行っています。今年の運動会は、色別対抗つなぎが大いに盛り上がりました。どのチームも、みんな声を出し、一致団結して力をふりしぼりました。勝敗に関係なく、楽しく競技を終えることができました。仲良しタイムは、月に二回、火曜日の朝に行われます。上学年が、チームで行う遊びを考えます。自分たちだけが楽しめる遊びではなく、低学年も中学年も楽しめる遊びを考えたいですが、遊びを考えることもルールを説明することもとても難しいです。しかし、学年に関係なく、みんなが楽しそうに遊んでいる姿を見たり、「楽しかった。」という声を聞いたりすると、またやりたいなと思えます。

おもむき講座

おもむき講座では、町民の皆さんの同好会活動などを紹介しています。今月は町民英会話教室です。

英会話教室

受講生らのメッセージ

● 英語を身近に感じる貴重な機会です。いくつになっても新しいことを学ぶのは楽しいです。  
● 講師のザックさんが分かりやすく教えてくれるので、いつも和気あいあいとしています。

ザック先生からのメッセージ

● 生徒の皆さんから英語を学ぶ熱意が伝わってくるのがいいですね！  
● 基礎を学ぶ初級クラスと会話中心の中級クラスがあるので、自分のレベルにあった英語を学べますよ。

毎週水曜日、四条公民館にて初級クラス（午後6時30分より）、中級クラス（午後7時45分）を開催しています。  
連絡先 まんのう町国際交流協会事務局（かりん会館内） ☎（75）0200



学校

学校

美術館

うちゅうたんけん



四条小学校 1年  
まなべ ひなた  
真鍋 陽向



天空

四条小学校 4年  
おぐに ひめか  
小國 姫佳



お手軽朝食メニューコンクール表彰作品

野菜たっぷり♥  
和風オムレツde朝ごはん

(和風オムレツ、枝豆ボールおにぎり、貝だくさんみそ汁、牛乳、みかん)

まさき ちさと ようこ  
正木 地里 さん、瑤子 さん (高篠幼稚園) 作



入賞

調理時間  
20分

ポイント

- チーズと卵のkokoroでピーマンの苦味がなくなり、野菜が苦手な子にもおすすめです。
- なすの皮をむいて貝に入れるとふわっとして食べやすいです。

※朝食コンクール内の所属は、応募時のものです。