



琴平町

public relations KOTOHIRA



# ことひら

VOL.496

## 12月の主な内容

- 2-8 町政情報
- 9 暮らしの情報
- 10 カメラレポート
- 11-13 教育委員会だより
- 13-14 子育て情報
- 15 情報ひろば
- 16-19 健康情報



● 第31回町民体育祭

2018  
**12**  
December

## 平成31年度 保育所(園)入所のご案内

平成31年4月からの保育所(園)入所申込の受付を行います。

出産予定や育児休業終了等で、5月以降の年度途中に入所を希望する場合も同時に受け付けますので、年度途中からの入所を予定されている場合も、必ずお申し込みください。

**申込書受付期間** 12月3日(月)～14日(金)(土・日を除く)

**申込書受付場所** 入所希望(第一希望)の保育所(園)

**申込書類配布場所** 入所希望の保育所(園)及び子育て支援課窓口

### ■入所要件

町内に住所を有する者で、児童の保護者(父母等)のいずれもが次のいずれかに該当し、日中家庭で保育ができない等保育の必要性があると認められる場合です【保育認定2号または3号に該当(下表参照)】。

- ① 家庭外で月48時間以上就労していること
- ② 家庭内(自営等)で月48時間以上就労していること
- ③ 出産前後の場合
- ④ 病気または心身に障害を有する場合
- ⑤ 同居又は長期入院等している親族を常時介護・看護していること
- ⑥ 家庭の災害のため復旧活動をしている場合
- ⑦ 月48時間以上就学していること(職業訓練校等での職業訓練を含む)
- ⑧ 求職活動(起業準備を含む)を行っていること
- ⑨ その他
  - ・虐待やDVのおそれがあること
  - ・育児休業中の継続利用であること 等



●添付書類として、就労証明書等の児童の保育を必要とする状況を確認する証明書の提出が必要となります。

■ 町立南保育所 ☎75-1022 (定員90名/対象児:0～5歳児)

■ 町立北保育所 ☎73-3440 (定員60名/対象児:0～5歳児)

■ 社会福祉法人あかね保育園 ☎75-3060 (定員90名/対象児:0～5歳児) 子育て支援課 ☎75-6719

### 幼稚園・保育所(園)利用における支給認定

| 認定区分                 | 内容                                      | 利用時間区分          | 利用できる施設<br>(琴平町内)      |
|----------------------|-----------------------------------------|-----------------|------------------------|
| 1号認定<br>(教育標準時間認定)   | お子さんが満3歳以上で、保育を必要とせず、幼稚園で教育を希望する場合      | 教育標準時間          | 南幼稚園<br>北幼稚園           |
| 2号認定<br>(満3歳以上・保育認定) | お子さんが満3歳以上で、保護者の就労や疾病等の事由により、保育を必要とする場合 | 保育標準時間<br>保育短時間 | 南保育所<br>北保育所<br>あかね保育園 |
| 3号認定<br>(満3歳未満・保育認定) | お子さんが満3歳未満で、保護者の就労や疾病等の事由により、保育を必要とする場合 | 保育標準時間<br>保育短時間 | 南保育所<br>北保育所<br>あかね保育園 |



※「保育標準時間」…主に保護者のいずれもが、フルタイム勤務(月120時間以上)を想定した利用。利用可能時間は最長11時間(ただし、各施設の開所時間内に限る。個々の保育時間は各保育所において決定)。

※「保育短時間」…主に保護者のいずれも、または、いずれかが、パートタイム勤務(月48時間以上)を想定した利用。利用可能時間は最長8時間。

## 平成31年度 幼稚園入園のご案内

平成31年4月からの幼稚園入園申込の受付を行います。

## 申込期間

12月3日(月)～14日(金)(土・日を除く)

※期間厳守 ※郵送での受付は致しません。  
 ※入園決定は、願書の受付順ではありません。

## 申込先

各幼稚園 ※不明な点は各幼稚園にお尋ねください。

南幼稚園 ☎73-2521 北幼稚園 ☎73-2523



## 申込用紙配布場所

各幼稚園及び教育委員会

|         |                                                                                                                               |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 入園要件    | 町内に住所を有し、満3歳から小学校就学始期に達するまでの幼児で、幼稚園にて教育を希望する方【教育標準時間認定1号に該当(右ページ参照)】。                                                         |
| 入園資格    | 3歳児：本町に住所を有し、平成27年4月2日～平成28年4月1日に生まれた幼児<br>4歳児：本町に住所を有し、平成26年4月2日～平成27年4月1日に生まれた幼児<br>5歳児：本町に住所を有し、平成25年4月2日～平成26年4月1日に生まれた幼児 |
| 始業～終業時間 | 月～金 午前8時20分～午後2時30分                                                                                                           |
| 定員      | ●南幼稚園：3歳児35名/4歳児35名/5歳児35名<br>●北幼稚園：3歳児35名/4歳児35名/5歳児35名                                                                      |
| 通園区域    | ●南幼稚園：川西・川東・榎井・五條の全域、<br>苗田のうちJR線路より以西にお住まいの方で希望者<br>●北幼稚園：苗田・上櫛梨・下櫛梨の全域                                                      |
| 保育料について | 1カ月 5,000円 (別途、給食費・用品購入費・PTA会費等が必要)                                                                                           |
| 相談      | 発達等に関して気になるお子さんの就園相談は、教育委員会事務局(75・6715)で行っています。(給食は、アレルギーに関しては飲用牛乳除去のみ対応しています。アレルギーのあるお子さんについては、各幼稚園に申し出てください。)               |

## ■幼稚園入園児の預かり保育のご案内

|            |                                                                                                                             |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 預かり保育対象    | 町立幼稚園在園児 (就労証明書等必要)                                                                                                         |
| 預かり保育時間    | ●月～金 午後2時30分～午後6時まで<br>(土、日、祝日、盆休み、年末年始、年度始めを除く)<br>●春・夏・冬休みの長期休業も預かりを実施します。(午前8時20分～午後6時まで)<br>※長期休業中の昼食については、弁当持参でお願いします。 |
| 定員         | ●南幼稚園：満3歳児から満5歳児 50名<br>●北幼稚園：満3歳児から満5歳児 50名                                                                                |
| 申込期間       | 年度途中の申し込みは、預かり保育実施月の前月20日までに行ってください。新年度より希望される方の申し込みは、各幼稚園にお尋ねください。                                                         |
| 預かり保育料について | 保育料は、1カ月6,000円です。但し、月極め以外の一時預かりの保育料は1日500円です。                                                                               |

問 教育委員会 ☎75-6715

# 琴平町役場 年末年始の業務案内



## 役場の業務全般について

琴平町役場の年末の業務は、12月28日(金)まで、年始の業務は1月4日(金)から行います。

## し尿及びごみ収集業務について

### 【し尿】

| 汲み取り業者名  | し尿収集申込み締め切り | 年明け収集開始日 |
|----------|-------------|----------|
| 森清掃社有限会社 | 12月21日(金)   | 1月7日(月)  |
| 有限会社西本衛生 | 12月25日(火)   | 1月4日(金)  |

※汲み取り業者により年末収集申込み締め切りと年明け収集開始日が違いますので、ご注意ください。

### 【ごみ収集】

| 月日                      | 種類   | 収集該当地区                        |
|-------------------------|------|-------------------------------|
| 12月29日(土)～<br>12月30日(日) | —    | ごみ収集はありません                    |
| 12月31日(月)               | 可燃ごみ | 月・木曜日の可燃ごみ収集該当地区のみ臨時収集        |
| 1月1日(火)～<br>1月3日(木)     | —    | ごみ収集はありません                    |
| 1月5日(土)                 | 資源ごみ | 第1水曜日の資源・プラスチックごみ収集該当地区のみ臨時収集 |
| 1月14日(月・祝)              | —    | ごみ収集はありません                    |

※決められた収集日当日以外は、ごみを収集場所へ出さないようにしてください。

※粗大ごみ(有料収集)のご相談は、12月14日(金)までをお願いします。

●蛍光灯・乾電池は、12月の各地区の資源ごみ収集日に収集します。

問 総務課 ☎75-6700

し尿・ゴミ収集に関すること 住民サービス課 ☎75-6707

## 人事異動(11月1日)

※( )内は前職名

### 昇任

高齢者支援課長(高齢者支援課課長補佐)

大西 直樹

### 転任

高齢者支援課主任(福祉保険課主任)

浅田 浩司

観光商工課主査(住民サービス課主査)

中川 浩樹

福祉保険課主任主事(住民サービス課主任主事)

小野 翼

住民サービス課主事(生涯教育課主事)

高橋 諒

### 兼務を解く

福祉保険課長(福祉保険課長兼高齢者支援課長)

友枝眞理子

## 平成30年度町職員採用試験のお知らせ

### 試験区分および採用予定人数

大学卒業程度・一般行政 1名程度

**第1次試験** 平成31年1月20日(日)  
町役場にて実施

**申込** 町役場へ持参もしくは郵送  
申込期間:11月20日(火)～12月27日(木)

### 申込用紙の請求

町役場2階総務課で配布(郵便請求も可)  
※試験案内は町ホームページから  
ダウンロード可

問 総務課 ☎75-6700

# 12月3日～9日は「障害者週間」です

障害者週間は、障がいや障がいのある人への関心と理解を深めるとともに、障がいのある人の社会参加を促進することを目的とした週間です。

この機会に、相互に人格と個性を尊重し支え合う「共生社会」の実現に向けて取り組みましょう。

## ●障がい者を差別から守りましょう

「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）」では、障がいの有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現を目指して、次のように定めています。

- ① 不当な差別的取り扱いの禁止
- ② 合理的配慮の提供

## ●障がい者を虐待から守りましょう

障がい者虐待は

- 家庭や施設、職場等さまざまな場所や人間関係の中で起こります。
- 虐待している人に、虐待している認識がない場合があります。
- 虐待をされている人が虐待と認識できず、自分から被害を訴えられない場合があります。

障がい者虐待に気付いたら、すぐに通報を

虐待かどうか判別が難しい状態でも、気がかりなことがあれば迷わず相談しましょう。早めの対応が、事態の深刻化を防ぐきっかけになります。



## ●ヘルプマークをご存じですか

義足や人工関節を使用している人、内部障がいや妊娠初期の人など、外見では分からなくても援助や配慮を必要としている人がいます。ヘルプマークを身に着けた人を見掛けた場合は、電車やバス内では席を譲ったり、困っているようであれば声を掛けたりするなど、思いやりのある行動をお願いします。

問 福祉保険課 ☎ 75-6723

# 猫のご相談は県中讃保健所へ

保護を要する子猫・迷い猫に関するご相談は下記までご連絡をお願いします。

※動物愛護法により、猫を駆除目的で捕獲することはできません。



問 県中讃保健所衛生課（動物愛護担当）☎ 24-9964

## 10月分資源収集状況

| 品名     | 収集量(単位kg) | 売却費(円)  |
|--------|-----------|---------|
| アルミ缶   | 750       | 37,500  |
| スチール缶  | 480       | 7,200   |
| 新聞     | 7,500     | 116,250 |
| 雑誌     | 3,530     | 40,948  |
| 段ボール   | 3,770     | 43,355  |
| ペットボトル | 2,350     | 23,500  |
| 無色ビン   | 1,285     | 0       |
| 茶色ビン   | 1,143     | 0       |
| その他    | 430       | 0       |
| プラスチック | 3,190     | 0       |
| 合計     | 24,428    | 268,753 |

10月分資源ごみ処理に要した費用 **353,700円**

※資源リサイクル回収に、町民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

年末年始の臨時収集について  
12月31日(月)は月・木曜日の可燃ごみ収集該  
当地区のみ臨時収集を行います。1月5日(土)  
は第1水曜日の資源・プラスチックごみ収集該  
当地区の振替臨時収集を行います。

秋の叙勲  
受章おめでとうございます

**瑞宝単光章**  
**鉄道業務功労**

元 JR 四国琴平駅長  
**佐々木 仁 氏**

# 琴平町選挙管理委員会からのお知らせ

## 今回のテーマは『開票』

投票が終了し投票所が閉鎖されると、開票所にて開票作業が始まります。

投票所に行ったことがある方でも、開票所に行ったことがあるという方は少ないと思われるので、今回は開票に関して説明します。

### 1 開票に関わる人

開票所で開票を管理し責任を負うのは、「開票管理者」です。開票の公正を期すため「開票立会人」の制度があります。選挙人である住民の皆様も開票を参観することができます。

|       |        |                                                                                                                    |
|-------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 開票管理者 | 選出方法   | その選挙の選挙権を持つ有権者の中から、市区町村の選挙管理委員会が選任します。                                                                             |
|       | 具体的な職務 | 仮投票の受理不受理の決定、投票の点検、投票の効力の決定、開票結果の報告、開票録の作成、開票所の秩序維持など。                                                             |
| 開票立会人 | 選出方法   | その選挙の候補者や名簿届出政党等が各開票区の選挙人名簿の中から、本人の承諾を得てそれぞれ1人を定め、市区町村の選挙管理委員会に届け出ます。常に3人以上10人以下でなければならず、届け出が10人を超えた時は、くじで10人にします。 |
|       | 具体的な職務 | 開票手続の立ち会い、開票管理者が行う投票の効力の決定に際しての意見陳述など。                                                                             |

### 2 開票所の場所

開票所の場所は、市区町村の選挙管理委員会が定めて告示します。一般的には体育館や公会堂などが使用されます。琴平町では、従来から琴平町総合センター2階大ホールや、琴平小学校体育館を使用しています。

## こんぴーくん 活動日記!!

こんにちは。こんぴーくんの活動報告です。  
10月7日は石段マラソンが開催されました。早朝からの雨天の影響で本番までに路面が乾燥しなかった為、急遽本宮がゴールになりましたが、選手の皆さんは無事完走することができました。こんぴーくんも必死で応援しました。今年は「インスタボード(写真)」も作成され、こちらも参加者に好評でした！  
10月10、11日は毎年恒例の金刀比羅宮の例大祭が神事場で行われました。今年は日本一の経験もあるパフォーマーの「Juggler」さんや「Lion」さんが来てくださり、2日間に渡ってパフォーマンスをご披露下さりまして、会場は非常に盛り上がりしました。こんぴーくんの出演は2



日目のステージでした。あいにくこの日は終日雨でしたがこんぴーくんの出演のときは雨もあがり、町民の方々とふれあうことができました。

10月20、21日は「ご当地キャラ博in彦根」に参加してきました。全国から170以上のご当地キャラが彦根城のふもとに集まる大きなイベントで、今年はメイン会場にこんぴーくんのブースを設置させて頂きました。「ひこにゃん」や「くまモン」、ゲストに「ふなっしー」がステージに立つなど、全国的に有名なキャラと一緒に会場を盛り上げました。こんぴーくんの切りのよさはこの会場でも「かっこいい！」と評判でした。去年のイベントや歌舞伎などで会ったことのある人はこそり「久しぶりー会いたかったよ」と声をかけて下さったりして、とても励みになりました。また来年も彦根に訪れたいと思います。これからもこんぴーくんは頑張りますので応援のほどよろしくお願ひします。



## 3 開票の日時

開票の開始日時は、市区町村の選挙管理委員会が定めて告示します。選挙結果を有権者の皆様に少しでも早く知らせる必要があることから、琴平町では、従来から午後8時に投票所を閉鎖した後、午後8時30分から開票を開始しています。

## 4 開票の参観

選挙人は、開票を参観できます。ただし、開票管理者は、開票所の秩序を維持する責任がありますから、参観者の数や行為について必要な制限をすることができます。

## 5 開票の手続

投票が終了し投票所が閉鎖されると、各投票区の投票管理者から投票箱、その鍵、投票録などが開票管理者に届けられます。開票管理者は、開票所でこれらが間違いなく送致されたかを点検した後に受領し、開票開始時刻まで保管、以下の手順で開票が開始されます。

# 1

### 開票開始の宣言

開票開始時刻になると、開票管理者は、開票立会人が3人以上参会していることとすべての投票箱を受領していることを確認し、開票の開始を宣言して投票箱を開けます。

# 2

### 投票の受理・不受理の調査

仮投票(※)、不受理または拒否の決定を受けた不在者投票を調査し、その投票の受理・不受理を決定します。受理と決定した仮投票等は、封筒から取り出し一般投票と混ぜ合わせます。

# 3

### 投票の点検

各投票箱の投票を一緒に混ぜ合わせた上で、それぞれの投票の効力(有効・無効)を決定し、各投票者(または政党等)別に得票を計算します。ここで、正確を期すために、開票事務に従事する者2人にそれぞれ同じ候補者等の得票数を計算させます。

# 4

### 得票数の確認、開票録の作成等

投票の点検が終わると、開票管理者は、①各投票者(または政党等)の得票数を確認し、②開票録を作り、③開票結果を選挙長に報告し、④投票用紙を梱包して、開票立会人とともに封印して市区町村の選挙管理委員会に送付します。

#### ※「仮投票」

投票管理者は、投票が行われる際に、選挙人が本人であるかどうかを確認できない場合や、選挙権を持っていないと認めるときは、投票を拒否します。この拒否に対して、その選挙人が不服を申し立てた場合や、拒否または拒否しないことに投票立会人が異議のある時などは、投票管理者は、選挙人に仮に投票を行わせません。これを、「仮投票」といいます。仮投票では、選挙人に通常の投票用紙に記載させたうえで仮投票用封筒に封印して、投票箱に入れます。代理投票の場合にも、代理投票を申し出て断られた選挙人に不服がある時や、代理投票を認めたことに対して投票立会人に異議がある場合は、代理記載によっても仮投票を行います。複雑ですが、どちらも選挙の公平と公正を期すための大切な制度です。

## 人権週間

## 「世界人権宣言」から70年

## 人権擁護は平和と自由の基礎

20世紀には世界大戦が二度も起こり、特に第二次世界大戦ではユダヤ人虐殺や原爆投下などによって数千万人も大量の人々が犠牲になりました。国際社会はこの悲惨な経験を深く反省し、「人類社会のすべての構成員の固有の尊厳と平等な権利を承認することは世界における自由、正義及び平和の基礎である」という「世界人権宣言」(宣言)が国連第三回総会で採択されました。こうして人権尊重が自由と平和を擁護するための重要な取組みとして認識されるようになりました。それは1948(昭和23)年12月10日のことで、今年でちょうど70年目の節目を迎えます。日本では12月4日から10日を「人権週間」として全国で「宣言」の主旨や人権尊重意識の啓発活動などが行われています。

「すべて人は、人種、皮膚の色、性、言語、宗教、政治上その他の意見、国民的もしくは社会的出身、財産、門地その他地位又はこれに類するいかなる事由による差別をも受けることなく、この宣言に掲げるすべての権利と自由とを享有することができ」と。これは「宣言」の第2条です。日本国憲法もほぼ同じで、第13

条は「すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする」となっています。人権とは、あなたの幸せづくりのことです。

## 人権尊重を生活の中に活かそう

ところで、古くからの慣習や伝統の中には、現代の人権規範と矛盾するものが残っていて人権問題を起こす場合があります。例えば、大相撲で「土俵の上に女性を上げない」のは「女性差別」か「伝統」か、大きな話題になりました。土俵上で男性市長が倒れ、女性が救急のために土俵に上がった時に「女性は降りてください」とアナウンスが流れました。マスコミでは「女人禁制は時代遅れ」との報道がありましたが、相撲協会は「伝統。大相撲の土俵上は男性だけの厳しい世界」とコメントしています。何らかの理由で始まったことでしょうが、現代の人権感覚から考えるとどうでしょうか。

ある生命保険会社は約款で「健康状態、遺伝、既往症等」を加入審査の基準にしていました。同様の約款が33社で確認され、金融庁は削除するよう指導し

ました。理由は、保険業法第5条特定の人の対する不当な差別的取り扱いの禁止に触れるからです。欧米では「遺伝差別」を規制する国もあります。厚生労働省の調査では、自分や家族の病気や遺伝情報で差別を受けた経験者は2%、回答者の350人が保険加入や就労、結婚などで不利な扱いを受けています。「社会における個人遺伝情報利用の実態とゲノムリテラシーに関する研究」。遺伝病とは、遺伝子が突然変異などによって発症することですが、「遺伝性の病気因子が必ず発症する」という誤解が根強く、病歴や障害に関する差別的温床になっています。

迷信や習慣を人権尊重の観点から、また合理的な観点から見直してみましよう。

## じんけんフェスタ2018

12月8日(土) 10～16時

サンポート高松

「ミュージカル」はだかの王様▽濱田祐太郎じんけん漫

談▽ガイナーズ

選手とスポーツ

交流▽障害者ス

ポーツ体験など

(入場無料)



問 人権同和室 ☎75-6701

あなたの回答が、日本の未来へ活かされます。

# 住宅・土地 統計調査

調査へのご協力、  
ありがとうございました。



総務省統計局

## 年金相談・お手続きの際は、ぜひご予約を!

年金事務所では、年金相談や年金請求手続きについて、「事前予約」を行っています。年金事務所でご相談される際には、「予約相談」をぜひご利用ください。

- ◆予約相談希望日の1か月前から前日まで受付しています。
- ◆お申し込みの際は、基礎年金番号の分かるもの(年金手帳や年金証書など)をご用意ください。

ご予約は、全国共通の予約専用受付電話「0570-05-4890」、または、お近くの年金事務所に、電話・来訪時にお申し込みください。

問 住民サービス課 ☎75-6704  
善通寺年金事務所 ☎62-1662



## 琴平町商工会からのお知らせ

7月発売のプレミアム付琴平町共通商品券につきましては、沢山の方にご購入頂きありがとうございます。有効期限は平成30年12月31日(月)までになっていますので、お早目のご使用をお願いいたします。有効期限を過ぎた商品券は使用できなくなりますのでご注意ください。

なお、8月以降に販売した商品券は有効期限が違いますのでお間違えのないようにご使用ください。



有効期限：平成30年12月31日

**必ず記載の有効期限内にご使用ください!!**

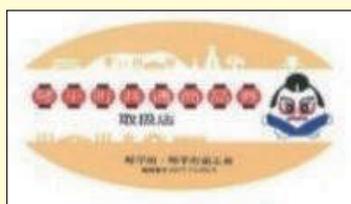
※琴平町商工会では、「琴平町共通商品券」を販売しています。贈答用・お祝い・記念品・イベントの賞品・お中元・お歳暮などに「琴平町共通商品券」を贈りませんか。琴平町共通商品券は商品券取扱店でお買い物ができます。

### 1. 琴平町共通商品券とは

- (1) 発行額面は、500円券と1,000円券の2種類があります。
- (2) 有効期限は、発行日から6ヶ月です。
- (3) どなたでも購入できます。

### 2. 購入方法

商工会へ電話でのお申込み又は、琴平町共通商品券購入申込書に記入していただき商工会へ直接またはFAXでお申込ください。出来上がり次第ご連絡しますので商工会にてお受け取りください。琴平町共通商品券購入申込書は、商工会のホームページからダウンロードできます。



**琴平町共通商品券取扱店を随時募集中!**

琴平町共通商品券の取扱店になりませんか?  
のぼりと取扱店ステッカー無料配布中

※平成31年度以降も毎年プレミアム付商品券は発売予定

問 琴平町商工会 ☎73-5525 観光商工課 ☎75-6710

## ヘルスメイト通信

～琴平町食生活改善推進協議会～

### 「生涯骨太クッキングを開催しました!!」

10月27日(土)、25名の方にご参加いただき、生涯骨太クッキングを開催しました。骨折や骨粗しょう症はもちろん高血圧や動脈硬化も予防する効果のあるカルシウムですが、義務教育が終了すると摂取量はどの世代もグッと減ってしまっているのが現状です。育ち盛りのお子様はもちろん、働き世代、高齢世代にも、もっと牛乳・乳製品の効率の良い食事への取り入れ方を調理実習を通して普及させていく目的でこの教室は開催されました。

大人数の参加でバタバタとしましたが、「乳製品をこんな形で料理に取り入れると食べやすいというのがわかった。家庭でも作ってみます。」などの感想もいただきました。

また来年も機会がありましたら、広報でも募集しますのでよろしくお願い致します。



問 福祉保険課 ☎75-6705

# カメラレポート



10/9

## 「科学の甲子園ジュニア全国大会」出場者表敬訪問

12月7～8日に茨城県で行われる「科学の甲子園ジュニア全国大会」に出場する、琴平中学校2年の東條友香さんが表敬訪問しました。

「科学の甲子園ジュニア全国大会」は、全国の中学生が都道府県を代表して科学の思考力・技能を競うもので、東條さんは同大会の県大会で優秀な成績を収め、県代表選手として出場することになりました。

東條さんは、「単に数学・理科のテストではなく、発想の柔軟さが試される大会でした。」と県大会の感想を述べていました。

町長からは、「琴中生の誇りを持って、落ち着いていつものペースで頑張ってください。」と激励の言葉を贈りました。



10/7

## 丸亀高校演劇部表敬訪問

8月に長野県で開催された「第42回全国高等学校総合文化祭」の演劇部門で最優秀賞・文部科学大臣賞(15年ぶり2回目)を受賞した丸亀高校演劇部で本町出身の宮武咲弥さん、長井ゆいさん、上原綺花さんが表敬訪問しました。

演目「フットボールの時間」は、丸亀高等女学校(現・丸亀高校)の女生徒が「女性らしくない」という批判を受けながらもフットボール(サッカー)に熱中する姿を描いたもので、「時代考証が難しく、想像を膨らませながら劇を創り上げました。」と受賞までのエピソードをお話してくださいました。

町長は「町民も今回の受賞を喜んでいる。これを励みに勉強や演劇に一層がんばってください。」と、激励の言葉を贈りました。



10/25

## 第37回琴平町文化祭開会式

新町のACTことひらで、「第37回琴平町文化祭」(主催:町文化協会)の開会式が行われました。

まず、来賓の方によるテープカットが行われた後、町文化協会の門協会長から「今日からの文化祭が、『歴史と文化のまち ことひら』のネームバリューにふさわしく、町の文化芸術の発展につながるものになればと思っています。」と挨拶がありました。その後、こんぴら三味線同好会と尺八会による演奏があり、最後には三味線と尺八の演奏に合わせ、こんぴら民謡同好会の方や来賓の方、来場された方々も一緒になって、こんぴら船々と炭坑節を踊りました。

作品展示の部は12月4日までとなっています。

皆さん是非ご覧になってください。



10/15

## 稲刈り

苗田地区の山下農場で、北幼稚園と北保育所の子どもたちが6月に田植えをした稲の稲刈りを行いました。

子どもたちは、先生や保護者と一緒に鎌を使って稲を刈った後、稲の束を、少し離れたところに用意された稲架(はさ)まで運びました。最初は、稲の束の重さに慣れず1束ずつ慎重に運んでいましたが、慣れると皆競うようにして何束も両手に抱え運んでいました。

稲刈りが終わった後は、子どもたちは、稲を刈ってさげざるものがなくなった田んぼを駆け回ったり、虫取りをして遊んでいました。

収穫したお米は、乾燥～脱穀～精米を経て、11月の収穫祭や保育所や幼稚園で食べる予定とのことです。

# 教育委員会だより

## 教育委員会 10月定例会報告

### 1 教育上の諸問題

中学校改築について  
学校施設の修繕等について  
その他

### 2 報告・連絡事項

- ① 小児生活習慣病対策事業による採血
- ② 町民文化祭 10月25日(木)～12月4日(火)
- ③ 就学時健康診断 10月18日(木)
- ④ 榎井小学校訪問 10月19日(金)
- ⑤ 琴平小学校訪問 11月5日(月)
- ⑥ 南幼稚園訪問 11月9日(金)
- ⑦ さぬき歌舞伎まつり
- ⑧ 豊明文化祭 10月27日(土)・28日(日)
- ⑨ 町民体育祭 11月12日(月)・13日(火)
- ⑩ 就学指導委員会 11月4日(日)
- ⑪ 琴平中学校人権劇 11月15日(木)
- ⑫ 今後の定例教育委員会の日程(予定)
- 11月定例教育委員会 11月23日(金)
- 12月定例教育委員会 11月29日(木)
- 12月定例教育委員会 未定
- ⑬ その他

問 教育委員会 ☎75・6715

平成30年度  
青少年健全育成  
「家庭の日」入賞作品

ポスターの部

特選

琴平中学校 3年 長井 みき



入選

琴平中学校 1年 土井 大地

琴平小学校 3年 曾根 愛梨

琴平小学校 6年 棚澤 蒼

象郷小学校 3年 堀切 颯太

象郷小学校 6年 山内 香凜

榎井小学校 5年 中西 蓮

琴平中学校 1年 合葉 信吾

琴平中学校 1年 渡辺 沙來

琴平中学校 1年 渡邊 裕姫

琴平中学校 2年 大谷 玲加

琴平中学校 3年 平田満理奈

琴平中学校 3年 森井 美心

琴平中学校 3年 美濃 里胡

琴平小学校 1年 濱田はづき

琴平小学校 2年 平田 九雲

琴平小学校 2年 尾鼻 睦希

琴平小学校 3年 百々 哲也

琴平小学校 3年 弓削 力也

琴平小学校 4年 信高 飛雅

琴平小学校 4年 井出 明湊

琴平小学校 5年 永島 義

榎井小学校 1年 岡田 一毅

榎井小学校 2年 佐藤 奏

榎井小学校 3年 中西 華

榎井小学校 5年 高木 佑樹

榎井小学校 5年 三頭 沙椰

榎井小学校 6年 今村 有華

榎井小学校 6年 宮地 咲空

象郷小学校 1年 井上 夢花

象郷小学校 1年 大場 愛夢

象郷小学校 2年 並木 理緒

象郷小学校 3年 兼若 絢菜

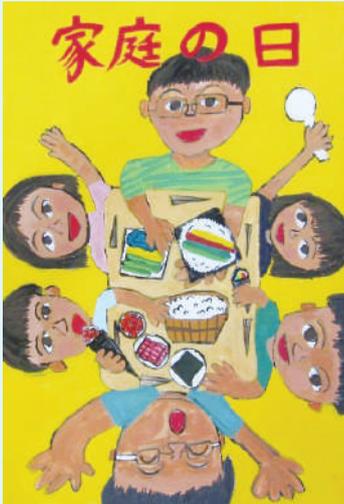
象郷小学校 4年 里坊かんな

象郷小学校 5年 氏家 碧海

象郷小学校 5年 藤原 奈央

象郷小学校 6年 成行 桃佳

※11月8日(木)～13日(火)までACTことひらにて展示させていただきます。



榎井小学校 4年 水原 歩

# 琴中改築ニュース

～愛♡と夢と笑顔☺があふれる学校!～

## 改築工事が始まりました!



仮囲いの準備をしています。



仮囲いを設置し、工事区画を立入禁止にして、生徒の安全対策を行っています。



試掘調査を4ヶ所行い、地盤を確認しました。調査の結果、支持地盤として問題ありませんでした。



外構の解体工事をしています。

### I 期工事工程表

|             | 平成 30 年度 (2018 年度) |   |    |      |    |   | 平成 31 年度 (2019 年度) |    |    |            |   |   |         |   |    |    |        |          |   |
|-------------|--------------------|---|----|------|----|---|--------------------|----|----|------------|---|---|---------|---|----|----|--------|----------|---|
|             | 8                  | 9 | 10 | 11   | 12 | 1 | 2                  | 3  | 4  | 5          | 6 | 7 | 8       | 9 | 10 | 11 | 12     | 1        | 2 |
| 仮設工事 (仮囲い)  | 仮囲い設置期間            |   |    |      |    |   |                    |    |    |            |   |   |         |   |    |    |        |          |   |
| 仮設工事 (外部足場) |                    |   |    | 外部足場 |    |   |                    |    |    |            |   |   |         |   |    |    |        |          |   |
| 解体工事        | プール他解体             |   |    |      |    |   |                    |    |    |            |   |   |         |   |    |    | 検査・引渡し | 備品搬入・引越し |   |
| 外構工事        |                    |   |    | プール南 |    |   |                    |    |    |            |   |   | 敷地境界沿い他 |   |    |    |        |          |   |
| 校舎棟工事       |                    |   |    | 基礎工事 |    |   | 1F躯体               | 2F | 3F | 外装・内装仕上げ工事 |   |   |         |   |    |    |        |          |   |
| 体育館棟工事      |                    |   |    | 基礎工事 |    |   | 1F躯体               | 2F | 3F | 外装・内装仕上げ工事 |   |   |         |   |    |    |        |          |   |

※2020年度に、既存校舎・体育館の解体、グラウンド整備、外構工事等のII期工事を予定しています。

問 学校整備等推進室 ☎75-6728

4月1日より自転車条例が  
施行されています

最近、自転車のスピードの出し過ぎなどによる事故やルールに違反する危険な運転が全国的に社会問題となっています。

香川県における人口10万人当たりの自転車事故発生件数は、2005年から7年連続ワースト1位でした。その後、事故件数は減っていますが、依然ワースト上位が続いています。そこで、「香川県自転車の安全利用に関する条例」が制定され、4月1日より施行されています。

◎条例で次のことが定められました。

#### 〔自転車利用者の遵守事項〕

##### 〔歩行者優先〕

自転車が行き止まりの歩道では、歩行者に迷惑を及ぼす恐れがあるときは、自転車を押し歩く。

また、他の自転車との並進運転をしないこと。

##### 〔ながら運転の禁止〕

スマートフォン等を見るときは停止する。

##### 〔目没前のライト点灯〕

目没の30分前にはライトを点灯する。

##### 〔自転車の点検整備の義務化〕

「ブレーキ(前後とも)は利くか」

「ライト(前照灯)は点灯するか」

「反射板は付いているか」等

##### 〔ヘルメット着用の促進〕

「頭のサイズに合ったヘルメットを選ぶ」

「水平にかぶる」

「あごひもは、しっかりと締める」

##### 〔自転車損害保険等に加入する努力義務〕

自転車利用者が正しく交通ルールやマナーを知って、自転車の安全利用を心がけましょう。



問 少年育成センター ☎75-0919

# 教育委員会だより

## ヴィスポことひらからの お知らせ

## 運動を生活の一部にしませんか?

ヴィスポことひらで気分爽快!! 大人も子どももココロスッキリ!カラダスッキリ!  
 お子様から年配の方まで幅広い年齢層の方たちが集まるヴィスポことひら!  
 寒いからといって家にこもらず、ヴィスポことひらで汗を流しませんか!  
 そんな方をヴィスポことひらのスタッフは応援いたします。  
 また、会員にならなくても都度利用ができますので、お気軽にご来館ください。  
 スタッフ一同、お待ちしております。

12月27日(木)～  
1月1日(火)は  
休館日となります。

問 ヴィスポことひら ☎75-0010 (火曜日定休)



## こんぴら子ども塾 12月予定表

12月5日(水) 午後3時15分～午後4時15分

- 榎小体育館…運動あそび
- 象小体育館…キッズテニス

12月12日(水) 午後3時15分～午後4時15分

- 琴小視聴覚室…森の生きもの観察会
- 象小体育館…茶道



## ACTことひら(町立ギャラリー) 12月の展示案内

第37回琴平町文化祭  
10月25日(木)～12月4日(火)

全町まるごと  
歳末大売り出し  
12月22日(土)～12月25日(火)

展示場所: 琴平町176番地  
 展示時間: 午前9時～午後5時  
 ☎73-2655 休館日: 毎週水曜日

# 12月 子育て支援センター ひまわり 予定表

| 日                  | 月                 | 火                      | 水                      | 木                                  | 金                      | 土           |
|--------------------|-------------------|------------------------|------------------------|------------------------------------|------------------------|-------------|
|                    |                   |                        |                        |                                    |                        | 1           |
| 2<br>お休み           | 3<br>・IT よろず相談    | 4<br>・あさっちゃん           | 5<br>・みんなで遊ぼう          | 6<br>・工作教室<br>「クリスマス」              | 7<br>・ふれあい遊び           | 8<br>・生活発表会 |
| 9<br>お休み           | 10<br>・わらべ歌遊び     | 11<br>・手芸教室            | 12<br>・うめ組との<br>ふれあい遊び | 13<br>・リトミック                       | 14<br>・うめ組との<br>ふれあい遊び | 15          |
| 16<br>お休み          | 17<br>・IT よろず相談   | 18<br>・バルーンで<br>あそぼう   | 19<br>・みんなで遊ぼう         | 20<br>・クリスマス会                      | 21<br>・ふれあい遊び          | 22          |
| 23<br>天皇誕生日<br>お休み | 24<br>振替休日<br>お休み | 25<br>・楽器を鳴らして<br>楽しもう | 26<br>・みんなで遊ぼう         | 27<br>・異文化にふれよう<br>・お誕生会<br>・給食試食会 | 28<br>・自由遊び            | 29<br>年末休み  |
| 30<br>年末休み         | 31<br>年末休み        |                        |                        |                                    |                        |             |

- ひまわり開所時間  
毎週月～金曜日(祝日を除く)  
午前9時～正午/午後2時～午後4時
- 育児相談  
面接相談…毎週月～金曜日(祝日を除く)  
午前9時～午後4時  
電話相談…TEL 75-3060(土日祝日を除く)  
午前10時～午後4時  
訪問相談…電話で予約(土日祝日を除く)
- 園庭開放  
「あおぞら」…毎週月～土曜日(祝日を除く)  
午前9時～午後4時  
※園行事などで利用場所が限定  
される場合があります。
- 対象 0歳児～就学前児親子

※詳しくは、情報誌 月刊「ひまわり」をご覧ください。情報誌 月刊「ひまわり」置き場所(敬称略)…町役場・総合センター・琴平郵便局・やまもと耳鼻咽喉科

琴平町地域子育て支援拠点事業委託施設  
あかね保育園子育て支援センターひまわり

Webからも予定がご覧いただけます。 <http://www.akane.or.jp/>  
 (携帯電話・スマートフォン・パソコン共通)  
 サーバー回線の混雑によりつながりにくい場合もあります。その時は何度か試してみてください。

乳幼児相談  
**ピヨピヨ広場**

予約不要  
ぜひお越しください

**12月25日(火) 琴平町ふれあい交流館**

**第1部 乳児相談** 午前10時～午前11時30分受付

**内容** 身体計測・育児相談・離乳食相談など  
※平成30年7月生のお子さんにはブックスタート  
(絵本の読み聞かせ・絵本のプレゼント)もあります!!

**対象** 平成30年9月生(3か月児)・平成30年7月生(5か月児)・  
1歳未満の乳児

**第2部 幼児相談** 午後1時30分～午後3時受付

**内容** 身体計測・育児相談・栄養相談・1歳記念手形(平成29  
年11月～平成30年1月生のお子さん)  
※1歳記念手形の受付は午後2時30分まで

**対象** 1歳以上の幼児

**幼児健診**

対象の方には  
個別にご案内を  
お送りしています

**12月20日(木) 四国こどもとおとなの医療センター**

**1歳6か月児健診** 午後1時15分～午後1時45分受付

**対象** 平成29年4月～5月生

**3歳児健診** 午後1時45分～午後2時15分受付

**対象** 平成27年5月～6月生

**たまご学級**

参加費無料  
育児用品サンプルの  
プレゼントつき!

**12月16日(日) 総合センター**

午前9時30分～正午

**内容** ミニ講座、沐浴体験、妊婦体験、  
パパママ交流会など

**対象** 2月以降に出産予定の妊婦さんご家族

**申込先** 子育て支援課



●その他、お子さんのことばや発達、育児に関する悩みや不安などの相談の場も設けています。

子育て  
ママ知識



冬のスキンケア



冬に入り、とにかく乾燥が気になる季節になりました。子どもの肌は大人よりも皮膚が薄いため水分が蒸発しやすく乾燥してかきむしったり、寒いからと厚着をしすぎてあせもになったりと、肌トラブルが起こりやすくなります。

毎日のスキンケアできれいな肌を保ち、元気に冬を乗り切りましょう!

お風呂のポイント



湯温は38～40℃で、湯につかる時間は10分程度にしましょう。身体を洗うときは、逆さにしても下に落ちないくらいしっかりと泡で優しく洗い、きれいに流しましょう。入浴後は柔らかいタオルで押さえるように水分をふき取ります。

顔はこまめにケアを



顔は外気に触れやすく、特に頬は乾燥しやすい部分です。よだれやミルク・食べこぼしなど顔についたものをそのままにしていると肌荒れの原因となります。優しくふき取り、こまめに保湿を行いましょう。

保湿剤はたっぷり



水分を保つためにお風呂上がりは10分以内に保湿しましょう。乾燥が強いときはオイルやクリームタイプがおすすめです。クリームなら大人の指先から第一関節まで伸ばした量、オイルやローションタイプなら1円玉サイズが適量とされています。

環境を整えよう



定期的に換気を行い、湿度は45～60%を保つよう心がけましょう。加湿器の使用や、濡れタオル・洗濯物などを干すことも効果的です。

**ケアをしても改善されない場合や肌荒れが強い場合は、医療機関を受診しましょう!**

|               |       |       |       |       |         |
|---------------|-------|-------|-------|-------|---------|
| 時 日 時         | 所 場 所 | 料 料 金 | 内 容   | 対 対 象 | 申 申 込 み |
| 問 お 問 い 合 わ せ |       | 資 資 格 | 定 定 員 | 規 規 制 | 他 そ の 他 |

催し

◆ 満濃池森林公園 森林の寺子屋教室  
クリスマスリース作りと古楽器演奏

時 12月9日(日) 午前9時～正午  
所 満濃池森林公園森林学習展示館  
料 800円  
申 電話申込  
11月30日(金)～12月7日(金)  
(午前8時～午後5時)  
定 25名(先着順)  
問 公園管理事務所 ☎57-6520

◆ ガーデンセミナー「正月の寄せ植え作り」

時 12月16日(日)  
午後1時30分～午後3時45分  
所 坂出市番の州公園管理事務所  
(旧番の州プール西隣)  
料 2,500円  
内 正月用の材料を用いて寄せ植えを作ります。(作品はお持ち帰りいただけます。)  
※終了後、園芸やガーテニングに関する園芸相談会も行います。  
申 郵便又はFax、Eメールで。(電話申込みは不可)  
(申込受付は11月25日(日)～)  
定 先着15名  
問 坂出緩衝緑地管理事務所  
☎45-6820 FAX 43-5213  
Eメール:info@bannosu5.com

◆ 全国一斉生活保護ホットライン

時 12月18日(火)午前10時～午後1時  
内 電話による相談  
フリーダイヤル0120-158-794  
通話料無料(相談日のみ開設)  
問 県弁護士会 ☎087-822-3693

◆ 満濃池森林公園  
剪定教室(常緑・落葉樹)と  
剪定道具手入れ教室

時 12月23日(日)午前9時～正午  
所 満濃池森林公園森林学習展示館  
料 無料  
申 電話申込  
11月30日(金)～12月7日(金)  
(午前8時～午後5時)  
定 25名(先着順)  
問 公園管理事務所 ☎57-6520

お知らせ

◆ 「チェックしなくちゃ。最低賃金」  
最低賃金「時間額792円」が  
10月1日から適用されました!

香川県の最低賃金は、雇用形態や呼称に関わらず、県内で働くすべての労働者に対して、10月1日から「時間額792円」が適用されます。  
※産業によっては、別途特定最低賃金が設けられているものがあります。  
問 香川労働局労働基準部賃金室  
☎087-811-8919

◆ 新春初歌いカラオケイベント  
出場者募集

時 平成31年1月12日(土) 午後2時～  
所 ポートレースまるがめ特別観覧施設[ROKU]  
料 無料  
申 郵便はがきに必要事項を記入  
(12月10日(月)必着)  
中讃ケーブルテレビジョン  
カラオケイベント事務局  
☎24-6110  
問 (受付:平日午前9時～午後5時)

◆ 琴平警察署からのお願い

香川県警察では、テロを未然に防止するために、不審者・不審物等に対する警戒を強化しています。  
日本でテロを発生させないためには、皆様の協力が不可欠です。  
「いつもと違うな」、「何かおかしいな」と感じたことがありましたら、迷わず110番通報をお願いします。  
問 琴平警察署 ☎75-0110  
県警察本部 ☎(087)833-0110

試験

◆ 自衛官等採用試験案内

対 ①陸上自衛隊高等工科学校生徒  
②自衛官候補生  
③15歳以上17歳未満の男子  
※中学校卒業業者等  
④18歳以上33歳未満の男女  
※10月1日から対象年齢の上限が変更になりました  
申 ①平成31年1月7日(月)まで  
②年間を通じて行っています  
問 自衛隊善通寺地域事務所  
☎63-2363

募集

◆ (公財)砂原児童基金平成31年度  
校外教育スポーツ奨学金事業  
奨学生募集

内 経済的な理由等で学校外教育(塾やスポーツ教室等)を十分に受けることができない小学生から高校生までの子ども達に対する助成事業として、学校外教育に掛かる経費(月謝等)を支払う給付型奨学金事業を行います。詳しくは当財団HP(<http://s-jidoukikin.or.jp>)をご覧ください。  
対 県下の小・中・高校生  
申 平成31年1月15日(火)必着  
問 (公財)砂原児童基金  
☎087-837-2230

◆ 第1回「海の管制官」ワークショップ  
(体験型学習)参加者募集  
～運用管制官の職場・業務を  
体験してみよう～

時 平成31年1月31日(木)までの  
随時の日(土・日・祝日を含む)  
※12月28日から1月3日は除く  
午前10時～午後5時までの間  
で約2時間実施  
所 備讃瀬戸海上交通センター(綾歌郡宇多津町青の山3810-2)  
対 高校生、大学生、専門学校生、社会人等(高校卒業資格があり概ね23歳までの一般の方)で管制業務に興味を持っている方  
料 無料  
申 概ね1週間前までに電話申込  
問 備讃瀬戸海上交通センター整備課管理係 ☎49-3366  
(受付時間:午前8時30分～午後8時)

◆ シルバー会員の入会説明会

働く意欲があり、「生涯現役」を目指す方へ!健康のために身体を動かしましょう。仲間づくりのための同好会や各種講習会もあります。  
時 12月17日(月)  
午後1時30分～  
所 仲善広域シルバー人材センター(善通寺市ワークプラザ2階)  
対 昭和34年3月31日以前に生まれた方  
他 持参物がありますので、事前にご連絡ください。  
問 (公社)仲善広域シルバー人材センター  
琴平地区センター ☎75-0277

2018.12/1  
スタート!まいにち健康チャレンジ!  
マイチャレかがわ!県民の健康づくりを  
応援します!

県全体で県民の皆さまの健康づくりを後押しする環境づくりを推進するため、かがわ健康ポイント事業「マイチャレかがわ!」を12月1日から新たに開始します。

楽しみながら継続的に健康づくりを実践していただくために、今回、機能豊富で手軽に参加できるスマートフォンアプリを開発しました。スマートフォンアプリをお持ちでない方や小学生は、記録シート版(紙)での参加もできますので、家族みんなで取り組むことが可能です。

家族や職場の仲間、友人を誘い合い、ぜひ、参加してください!

## 内 容

ウォーキングや朝ごはんを食べるなどの目標「マイチャレンジ(マイチャレ)」の達成、健康診断やがん検診の受診、献血やボランティア活動などの社会参加に健康ポイントを付与して、一定の健康ポイント数を獲得した方が『マイチャレカード』を受け取り、これを提示すると県内の協力店でサービスを受けることができ、さらに、賞品が当たる抽選にも参加できます。

さあ、あなたも理想のカラダとごほうびを目指して、レッツ・マイチャレ!

## 対 象 者

小学生以上の県民

協力店も募集中!



## 実施期間

12月1日～平成31年3月1日

## 参加方法

「記録シート(紙)」または「スマートフォンアプリ」を用いて、健康ポイントを貯めます。

※「記録シート(紙)」は県広報誌12月号と共に配布していますが、WEBサイトからもダウンロードできます。

「スマートフォンアプリ」は、12月1日からダウンロードが可能です。



詳しくは、ホームページをチェック!   <https://mychalle-kagawa.com>

問 マイチャレかがわ運営事務局 ☎087-861-8139 (10:00 ~ 17:00 平日のみ)

成人の80%が自覚なく歯周病にかかっています。

## 平成30年度歯周疾患検診を受けましたか?

歯周病は、口からはじまる生活習慣病です。歯と歯ぐきのすきまから侵入した細菌が原因で起こります。むし歯と違って痛みが出ないことが多く、気づかないうちに進行します。また、歯の健康は全身の健康と関係しており、歯周病や歯の喪失は、さまざまな悪影響をおよぼします。健康を守るため、「歯周疾患検診」を受けましょう。

**対象者** 琴平町に住所を有し、今年度40・45・50・55・60・65・70・80歳になる方  
(ただし、すでに検診を受けられた方は除く)

**期 間** 平成31年3月31日まで

**場 所** 町指定歯科医療機関 (要予約) ※詳細は送付しているハガキをご覧ください

**内 容** 問診、口腔内診査、唾液による歯周病検査

**持 参 物** ハガキ (対象者には4月に送付しています)、健康保険証

**費 用** 無料

※ハガキを紛失された方は福祉保険課(☎75-6705)までご連絡ください



問 福祉保険課 ☎75-6705

## 後期高齢者医療制度からのお知らせ

# ご存じですか??フレイル

加齢に伴う変化

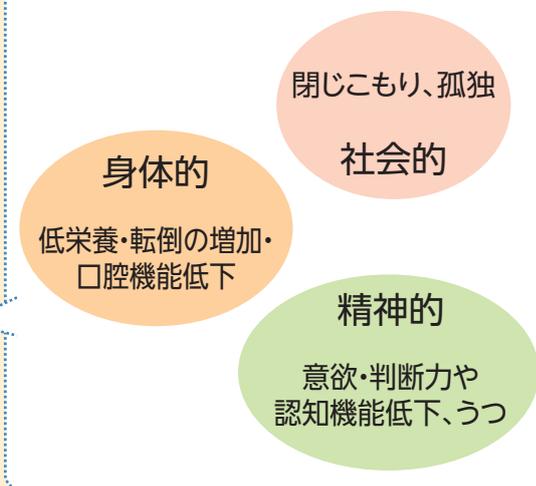
- ・食欲の低下
- ・活動量の低下(社会交流の減少)
- ・筋力の低下
- ・認知機能低下
- ・多くの病気を抱えている



危険な加齢の兆候(廊年症候群)

- ・低栄養
- ・転倒、サルコペニア\*1
- ・尿失禁
- ・軽度認知障害(MCI)

フレイルの多面性



※フレイル(Frailty)とは病名ではなく、筋肉や心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすい状態を表す言葉です。高齢者の多くはフレイルを経て要介護状態に至るといわれています。元気に日常生活を送り、健康寿命を延ばすためにはフレイルの予防・改善が大切です。

※厚生労働省「高齢者の低栄養防止・重症化予防等の推進について」より抜粋

\*1 サルコペニアとは、加齢による筋肉量の減少と筋力が低下した状態。

## ●あなたは大丈夫ですか?『フレイル』チェックしてみましょう!

- 買い物でペットボトル(2kg程度)などを運ぶのが困難になった(筋力の低下)
- 外出する機会が減った(身体活動性の低下)
- 最近体重が減った(6か月で2~3kg程度)
- 横断歩道で青信号の間に渡るのが難しい
- 疲れやすくなった

▼3つ以上当てはまると**フレイル**  
1~2つ以上当てはまると**フレイル予備軍**  
の可能性ががあります。

## ●生活習慣を見直してフレイルを予防・改善しましょう!

●バランスよく、しっかりたべましょう。また、歯の状態がよくないと飲み込む機能の低下につながります。歯の定期検診を受けましょう。



食・口腔機能

栄養

身体活動・運動など

●1日中家で過ごすことが多くなると脳への刺激が減ってしまいます。散歩など外出する機会を増やしましょう。



運動

健康長寿  
3つの柱

社会  
参加

●趣味やレクリエーションを楽しむことは、人生が豊かになるだけでなく、認知症を防ぐためにも大変有効です。



趣味・ボランティア・  
就労など

問 県後期高齢者医療広域連合 ☎087-811-1866

# 放っておくとコワイ! 高血圧!

日本人の3人に1人が高血圧

40歳を過ぎると約半数が高血圧症になるとされており、特に高齢者の割合がかなり多くなっています。

## 高血圧の原因

高血圧の9割以上は、その原因がはっきりと分からない「本態性高血圧」と言われるタイプです。食塩のとりすぎや運動不足、喫煙などの不健康な生活習慣が組み合わさって発症するとされています。



高血圧は症状がないまま、長年かかって血管を傷つけるため「サイレント・キラー」とも呼ばれる恐ろしい病気です!  
**高血圧を放置するのは、とても危険です!**



## 高血圧の予防方法

- ① 減塩を心掛けましょう
- ② 意識して体を動かしましょう
- ③ ストレスを解消しましょう
- ④ 禁煙、適度な飲酒を心がけましょう

## 健康相談をしませんか

町では、みなさんの健康づくりを応援するため、町内で隔月に健康相談をおこなっています。お時間や場所のご都合のよいところをご利用ください。皆さまのお越しをお待ちしております。

**内容** 健康に関する相談、血圧測定、尿検査、体脂肪率や筋肉量等測定  
**場所** 総合センター、デイサービスセンター、ゆうあいの家、文化会館、榎井公民館、農改センター

※各場所の日時は毎月の広報カレンダーをご覧ください



問 福祉保険課 ☎75-6705

## 12月の休日当番医・当番薬局

変更の際はホームページにご案内いたします。

| 日付     | 病院名             | TEL     | 薬局名        | 住所              | TEL     | FAX     |
|--------|-----------------|---------|------------|-----------------|---------|---------|
| 12月2日  | 大浦内科消化器科医院      | 75-1600 | 花水木調剤薬局    | 琴平町榎井853-3      | 56-4500 | 56-4510 |
| 12月9日  | 永生病院            | 73-3300 | わかば調剤薬局    | まんのう町買田233-11   | 56-4312 | 56-4313 |
| 12月16日 | 大山内科医院          | 79-3311 | N P 吉野調剤薬局 | まんのう町吉野1572-8   | 79-2666 | 79-3101 |
| 12月23日 | ふかだクリニック        | 73-2211 | 四條薬局       | まんのう町四條179      | 58-8015 | 58-8016 |
| 12月24日 | いわさき循環器科内科クリニック | 75-2700 | なのはな薬局     | まんのう町東高篠1377-1  | 75-2877 | 75-2844 |
| 12月30日 | 池田内科医院          | 73-2366 | さくま調剤薬局    | 琴平町753-4堀瀬ハイツ1F | 58-8850 | 58-8851 |

小児救急電話相談 電話番号: #8000 または 087-823-1588 毎日午後7時～翌朝午前8時

休日・夜間の急な子どもの病気について、小児科医師・看護師から症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

## 地域包括支援センターだより

自分のために、家族のために。  
健康長寿を目指そう!

出前講座いたします!

## 『認知症サポーター養成講座』

## 認知症サポーターとは??

認知症サポーターは、認知症に関心を持ち、学び、認知症の方やその家族が安心して暮らせる地域であるように、できる範囲で手助けをする方です。

琴平町では、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりをめざし、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を見守る応援者＝「サポーター」の養成を行っています。

## 認知症サポーター養成講座について

- ① 内容：講話（認知症の基礎知識、症状や支援について）、認知症の方への対応方法について
- ② 時間：月～金までの午前9時～午後5時の間 ※所要時間は1時間～1時間30分程度です
- ③ 講師：認知症キャラバンメイト（町職員ではない場合もあります）
- ④ 対象：概ね10名以上のグループ、団体、企業、商店等
- ⑤ 申込：希望日の1カ月前までに、地域包括支援センターまでご連絡ください
- ⑥ 費用：無料



開催中!

## 健康太極拳

呼吸を意識したストレッチとゆったりとした動きの太極拳で心身のバランスを整えてみませんか。  
毎月1回(第2火曜)開催の教室です!

日時 12月11日(火) 午後1時30分～午後3時

場所 総合センター 対象 65歳以上の町民 ※体験可・保険代のみ必要です



問 地域包括支援センター ☎75-6880

## 琴平町徘徊高齢者等SOSネットワーク事業

急速な高齢化に伴い、認知症による徘徊高齢者等が増加しています。琴平町では徘徊高齢者等の早期発見・早期保護のため、またご家族の負担を軽減するために、「徘徊高齢者等SOSネットワーク事業」を実施しています。

事前に情報を共有することで、実際の行方不明の発生時、捜索に必要な情報を迅速に伝達でき、一刻も早い発見に繋がるものと期待されます。事前登録をし、ネットワークを利用することで、徘徊トラブルを未然に防ぎましょう!

## 《登録手続きについて》

認知症高齢者等が行方不明となった場合の捜索に必要な情報や、徘徊をしていた認知症高齢者本人が発見・保護された場合に、本人確認と家族などへの連絡が迅速に行えるよう、ご本人の情報を事前に登録しておきます。

登録内容は、高齢者支援課・地域包括支援センター、琴平警察署で共有し、行方不明発生時、協力機関へ伝達します。

- ◆申込者 本人または家族等
- ◆対象者 町内に在住する認知症等の疾病で徘徊等の心配のある方
- ◆手続き 高齢者支援課または地域包括支援センターまでご連絡ください。  
登録方法のご案内をします
- ◆問合せ 高齢者支援課:75-6706 地域包括支援センター:75-6880





| 日                                                                                                                                                                                                | 月                                                            | 火                                                                                                             | 水                                                                                | 木                                                                                                                                                  | 金                                                         | 土  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----|
| <b>12月の町税等の納期</b><br><b>総セ</b> 総合センター<br><b>ゆ家</b> ゆうあいの家<br><b>榎公</b> 榎井公民館<br><b>かりん</b> かりん健康センター<br><b>農改</b> 象郷農改センター<br><b>文化</b> 文化会館<br><b>ふれあ</b> ふれあい交流館<br><b>医セ</b> 四国こどもとおとなの医療センター |                                                              |                                                                                                               |                                                                                  |                                                                                                                                                    |                                                           | 1  |
| 2                                                                                                                                                                                                | 3                                                            | 4<br>胃がん検診 総セ<br>8:15~11:15受付 予約制                                                                             | 5<br>男性のための料理教室<br>10:00~13:00 総セ                                                | 6<br>ほっとひといき琴平<br>10:00~13:00 総セ<br>特定健診 前立腺がん検診<br>肝炎ウイルス検診 総セ<br>8:30~11:00、予約制<br>13:00~15:30受付                                                 | 7<br>いきいき健康教室<br>10:00~11:30 総セ<br>健康相談<br>13:30~15:00 文化 | 8  |
| 9                                                                                                                                                                                                | 10                                                           | 11<br>親子のわんわん教室<br>9:30~11:30 かりん<br>当:まんのう<br>健康太極拳<br>13:30~15:00 総セ                                        | 12<br>脳力向上頭のげんき塾<br>9:30~11:30 総セ                                                | 13<br>法務相談<br>10:00~15:00 総セ<br>ほっとひといき琴平<br>10:00~13:00 総セ<br>こころの健康相談<br>14:00~ 要予約 ゆ家                                                           | 14<br>いきいき健康教室<br>10:00~11:30 ゆ家                          | 15 |
| 16<br>たまご学級 要予約<br>9:30~12:00 総セ                                                                                                                                                                 | 17                                                           | 18<br>ヘルスメイト養成講座<br>9:30~13:00 総セ<br>元気力アップ教室(運動)<br>10:00~11:30 総セ<br>弁護士相談<br>13:30~15:30 要予約<br>地域福祉ステーション | 19<br>行政相談<br>10:00~15:00 総セ<br>健康相談<br>10:00~11:30 榎公<br>健康相談<br>13:30~15:00 農改 | 20<br>特設人権相談<br>9:00~12:00 総セ<br>ほっとひといき琴平<br>9:30~13:00 総セ<br>法務相談<br>10:00~15:00 総セ<br>1歳6か月児健診<br>13:15~13:45受付 医セ<br>3歳児健診<br>13:45~14:15受付 医セ | 21<br>いきいき健康教室<br>10:00~11:30 総セ                          | 22 |
| 23 天皇誕生日                                                                                                                                                                                         | 24 振替休日<br>ごみ収集は<br>ありません                                    | 25<br>ピョピョ広場<br>(第1部)乳児相談<br>10:00~11:30受付<br>(第2部)幼児相談<br>13:30~15:00 ふれあ<br>ことばと子育て相談<br>11:00~要予約 ふれあ      | 26                                                                               | 27<br>障がい者・児生活支援相談<br>9:00~12:00 総セ<br>ほっとひといき琴平<br>10:00~13:00 総セ<br>こころの健康相談<br>14:00~ 要予約 かりん                                                   | 28<br>御用納め<br>(年始は1月4日から開庁)<br>いきいき健康教室<br>10:00~11:30 ゆ家 | 29 |
| 30                                                                                                                                                                                               | 31<br>ごみ<br>月・木<br>可燃ごみ収集地区<br>収集あり<br>~1月3日までごみ<br>収集はありません |                                                                                                               |                                                                                  |                                                                                                                                                    |                                                           |    |

行事について: 行事の色が 青→相談、オレンジ→福祉・保健関係、みどり→その他

## 12月の相談日

| 相談種別         | 日 時                                         | 場 所        |
|--------------|---------------------------------------------|------------|
| ふれあい相談       | 不定期開催<br>事前にお問い合わせください。(☎75-1371)           | 地域福祉ステーション |
| 弁護士相談        | 【要予約】 ☎75-1371<br>12月13日(火) 午後1時30分~午後3時30分 | 地域福祉ステーション |
| 少年相談         | 月~金曜日(祝日以外) 午前9時~午後5時                       | 少年育成センター   |
| 行政相談         | 12月19日(水) 午前10時~午後3時                        | 総合センター     |
| 法務相談         | 12月13日(木)・20日(木) 午前10時~午後3時                 | 総合センター     |
| 特設人権相談       | 12月20日(木) 午前9時~正午                           | 総合センター     |
| 障がい者・児生活支援相談 | 12月27日(木) 午前9時~正午                           | 総合センター     |

## 交通事故

| 種別   | 月・計 | 10月 | 累計  |
|------|-----|-----|-----|
| 発生件数 |     | 1件  | 30件 |
| 傷 者  |     | 1人  | 38人 |
| 死 者  |     | 0人  | 0人  |

(琴平警察署)

## 火災・救急

| 種別  | 月・計 | 10月 | 累計   |
|-----|-----|-----|------|
| 火 災 |     | 0件  | 4件   |
| 救 急 |     | 60件 | 623件 |

(仲多度南部消防署)



**琴平町の現況**  
(平成30年10月末現在)

■人 □/8,727人 (前月比-8人) ●男/4,013人 (前月比-3人) ●女/4,714人 (前月比-5人) ■世帯数/3,717世帯 (前月比-6世帯)

\*平成28年10月26日総務省公表の平成27年国勢調査確定値を基に推計しています。