琴平町

public relations KOTOHIRA

広報 ことひら

VOL.483

11月の主な内容

2-7 町政情報
8 くらしの情報
9 地域活動情報ひろば
10 カメラレポート
11 情報ひろば
12-15 教育委員会だより
16-17 子育て情報
17-21 健康情報

2017 11 November

●こんぴら石段マラソン

南海トラフ地震に備える!!

香川県シェイクアウト訓練 ～県民いっせい地震防災行動訓練～

大規模地震の発生時には、まずは自らの身は自らで守るという「自助」の考え方に基づいて、「いのち」を守ることが大切です。安全確保行動を通じて、地震防災の必要性を改めて確認していただくためにシェイクアウト訓練を行います。また、この訓練に合わせて家庭、職場などで避難訓練や消火訓練、備蓄品の確認などのプラスワン訓練を行いましょう。

日時 11月1日(水) 午前10時

訓練内容 訓練時刻になったら机の下に隠れたり、身をかがめるなどの「安全行動1−2−3」を約1分間行ってください。

訓練開始の合図 防災行政無線により訓練用の緊急地震速報を放送します。
※都合によっては日時を変更して実施することもあります。

訓練参加登録
実施日前日までに、専用Webサイト等から参加登録をお願いします。
http://shakeout.jp/event/kagawa/

Jアラート全国一斉情報伝達訓練

Jアラートは弾道ミサイル情報、緊急地震速報等、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を国から市町防災行政無線を自動起動し、伝達するシステムです。昨今の北朝鮮のミサイルなど油断できない状態が続いております。それに伴い、全国一斉にこのJアラートによる防災行政無線の起動訓練を行います。

日時 11月14日(火) 午前11時

配信文 「これはJアラートのテストです。」×3回

琴平町消防団、香川県消防操法大会へ出場

9月10日、香川県消防学校において琴平町消防団は香川県消防操法大会ポンプ車操法の部へ出場しました。選手は各分団から選抜メンバーを募り、過去に出場経験のある団員や仲多度南部消防組合の隊員による熱心な指導のもと、約4か月間、日々訓練を重ねてきました。また、選手以外の団員も選手のサポート役として訓練に参加し、優勝という目標に向かって消防団全体が一丸となって、日々全力で取り組んできました。

結果、琴平町消防団は優秀賞に輝きました。消防団員の火災発生時の正確で素早いポンプ車操法を身につけることが目的であるこの大会。身につけた技術をこれからの琴平町消防団の活動に活かしていきます。

問 総務課 ☎75-6700

金倉川沿線自治体（丸亀市・善通寺市・琴平町・まんのう町）合同海ごみ撲滅

金倉川等町内全域一斉クリーン作戦

身近なごみを拾うことが、実は「海ごみ」を減らすことにつながっていきます。

本町では、「ごみ」のないきれいで豊かな海をめざし、クリーンリバーKaNaKuRa主催による「金倉川沿線自治体合同一斉クリーン作戦」に協賛し、海ごみ撲滅清掃作戦を下記のとおり行います。ぜひ、ご家族、ご近所お誘い合わせの上ご参加下さい。
（自治会等には別途ご案内しています。）

日時 11月12日（日） 午前9時受付開始／午前9時20分出発式

集合場所 琴平町役場、象郷小学校

軍手、火ばさみ、ごみ袋は用意します。
※雨天中止（小雨で不明の場合は下記までお問い合わせ下さい。）

問 住民サービス課 ☎75-6707

住まいの耐震化 参加無料相談会

ご自宅が地震に耐えられるか不安に思っているけど、
①「耐震診断を受けるには、何から始めたらいいの?」
②「耐震改修工事ってどんなことをするの?」 ③「補助金について詳しく聞きたい。」
という方は、この機会に参加してみてはいかがでしょうか。

相談会では、経験豊富な建築士が「住宅の耐震化」について皆様の疑問にお答えします。
また、補助金の説明や受付も行います。

対象 昭和56年5月以前に建てられた住宅（借家を含む）にお住いの方
※枠組壁工法やプレハブ認定工法などの特別な工法で建てられた住宅は対象外です。

日時 11月28日（火）※電話で**要予約**（11月15日締切） **場所** 琴平町役場2階 第2会議室

持ち物 **①住宅の間取り等の図面、住宅の写真** ※ご自宅について詳しくお話するために必要です。
図面がない場合は、ご自身で書くなど、できる限りお願いします。
②固定資産税課税明細書 ※耐震診断をお考えの場合、概算費用の算出に必要です。
③印鑑（認印） ※耐震診断の補助を申請する場合、必要です。

補助金について

まずは**耐震診断**費用の**90%を補助（上限9万円）**

補強が必要な場合 →

耐震改修	工事費の**90万円まで全額補助**
簡易な耐震改修	工事費の**50万円まで全額補助**
耐震シェルター・ベッド	工事費の**20万円まで全額補助**

問 農政土木課 ☎75-6708

平成30年度 保育所(園)入所申込みについて

来年度の保育所(園)入所の申込みは

12月1日(金)～15日(金)

の期間で受付いたします。

申込用紙は**11月27日(月)**より各保育所(園)・琴平町福祉課に用意いたします。

なお、詳細につきましては、12月号の広報に掲載します。

問 福祉課　☎75-6706

平成30年度 幼稚園入園申込みについて

来年度の幼稚園入園の申込みは

12月1日(金)～15日(金)

の期間で受付いたします。

申込用紙は**11月27日(月)**より各幼稚園・琴平町教育委員会生涯教育課に用意いたします。

なお、詳細につきましては、12月号の広報に掲載します。

問 教育委員会　☎75-6715

琴平町町民 温泉入浴サービス事業の終了について

平素より本事業につきまして株式会社琴参閣様にてご協力いただいておりましたが、この度、諸般の事情により**平成29年12月27日(水)**の営業日をもちまして、同事業及び日帰り温泉の受け入れを終了することとなりました。

ご不便をおかけすることとなりますが、ご了承くださいますようお願い申し上げます。

なお、ご不明な点がございましたら、観光商工課までご連絡お願いいたします。

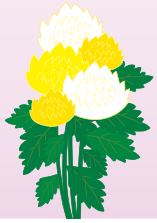
問 観光商工課　☎75-6710

平成29年度 戦没者追悼式のご案内

平成29年度琴平町戦没者追悼式を次のとおり行います。

【日時】平成29年11月14日(火)
◆受付　午前9時30分～
◆開式　午前10時

【場所】琴平町文化会館
2階 大ホール



問 福祉課　☎75-6706

9月分資源収集状況

品　名	収集量 (単位:kg)	売却費 (円)
アルミ缶	1,000	50,000
スチール缶	560	7,280
新聞	10,580	163,990
雑誌	5,910	70,920
段ボール	4,900	56,350
ペットボトル	2,190	43,800
無色ビン	2,005	0

品　名	収集量 (単位:kg)	売却費 (円)
茶色ビン	1,782	0
その他	669	0
プラスチック	3,960	0
合　計	**33,556**	**392,340**

9月分資源ごみ処理費用
468,784円

缶・ビン・ペットボトル等は、中身を処分し、水洗い後、資源収集日に出して下さい。

「南新町太鼓台」がお祭り備品を整備しました

南新町太鼓台では、コミュニティ活動の活性化を目的として、一般財団法人自治総合センターが実施している一般コミュニティ助成事業（宝くじ助成）を活用し、太鼓台のかき棒、白房、基台等を新調・整備しました。

一般財団法人自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ助成事業（宝くじ助成）を実施しています。

問 総務課　☎75-6701

郷土力士の活躍

両国国技館で行われた大相撲9月場所で、本町出身の天風関（東十両九枚目・尾車部屋）は、8勝7敗と、見事勝ち越しました。

先場所までは黒星が先行していましたが、今場所は初日から3連勝と好調だった天風関。「今場所は15日間気持ちを保つことができました。好調力士との戦いでも勝つことができたので、プラスになったと思います。」（天風）

今場所、幕内では3横綱をはじめ、休場者が目立つなか、15日間戦い抜いた天風関。「精神的にも肉体的にも、15日間耐えられる身体をつくっていかないといけません。巡業中にどれだけ追い込んでいけるかが大切だと思いますので、頑張りたいです。」（天風）と、力強いコメントをいただきました。

「来場所は今年の締めくくりとなります。自分でできる限りの最高の相撲をファンの皆さんに見ていただけるよう、頑張りたいと思います。」（天風）

郷土力士を応援し、更なる活躍を期待しましょう。

カマタマーレ讃岐 ホームゲームのお知らせ

場所：Pikaraスタジアム（県立丸亀競技場）

11月5日(日) 14:00開始
vs 松本山雅FC

11月19日(日) 16:00開始
vs 名古屋グランパス

お問い合わせ
株式会社カマタマーレ讃岐 087-887-3280

くらしのワンポイントアドバイス　平成29年9月分

架空請求の相談が急増しています！

平成29年4月から7月までに県消費生活センター・県民センターに寄せられた架空請求の相談が、前年度同期の3.2倍と大幅に増加しています。内容は「『有料動画の閲覧履歴があり、本日中に連絡しなければ法的措置をとる』とのメールが届いた」などです。

「裁判をする」などと不安を煽られても、利用した覚えのない請求は無視し、連絡してはいけません。連絡することにより個人情報が洩れ、さらなる詐欺の標的になる可能性があります。また、大手通販会社のプリペイドカードを買ってカード番号を教えろという要求にも応じないでください。

不審な時、不安な時、困った時は一人で悩まずに
香川県消費生活センター 087-833-0999
又は「消費者ホットライン 188（局番なし）」へお電話ください。

浄化槽法定検査のお知らせ

浄化槽は、生活排水をきれいにし、環境保全に大きな役割を果たしていますが、その機能を発揮させるためには適切な管理が必要です。

浄化槽を設置している方には、**保守点検・清掃・法定検査**が義務付けられています。

法定検査は、毎年1回、浄化槽が正常に機能しているかを、指定検査機関（公益社団法人香川県浄化槽協会）で調べてもらう重要な検査です。

浄化槽を設置しているすべての方に、同協会から法定検査の受検案内を郵送しますので、お申込みください。検査料は、10人槽までが4，900円です。

問 県浄化槽協会 ☎087-881-6600
住民サービス課 ☎75-6707

犬・猫の飼い主の方へ

最近、犬や猫の糞・野良犬・野良猫の件で苦情の連絡が多発しております。
次のことを飼い主の方は必ず守ってください。

●犬・猫を捨てないで下さい。

動物を捨てることにより、野生化し近辺の方々に危害を加えることにつながります。また、餌を与えることも無責任な行為です。（動物の愛護及び管理に関する法律）

飼い始めたら最後まで愛情と責任を持って飼いましょう。もし、やむを得ない事情で飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探すか、獣医さんに相談しましょう。

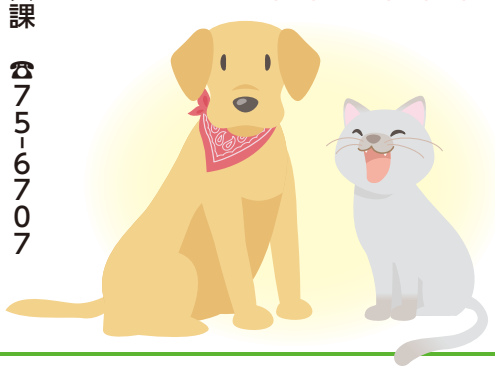
●フン尿の後始末は必ず行いましょう。

飼い犬・飼い猫のフン尿を放置すると、通行人やその土地の所有者に悪臭や汚れにより不快感を与えます。

犬の散歩中は必ず、スコップ・ビニール袋などを携帯し、きちんとフン尿の後始末をして下さい。

猫は自宅の敷地内から出ないよう工夫して下さい。

犬のフン尿等でお困りの方は、ご相談ください。



問 住民サービス課 ☎75-6707

ヴィスポことひらからのお知らせ

ヴィスポことひらは、皆様のおかげで13周年を迎えます。

琴平町民の皆様に感謝の気持ちを込めて、11月5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)の4日間は琴平町民の方は無料で施設利用できます。

＊受付にて琴平町民であることの証明（免許証等）を提示していただきます。
＊中学生以下の方はプール・お風呂のみのご利用。小学生以下のお子様は保護者の同伴が必要です。

冬期短期水泳教室のお知らせ

12月・1月にジュニアスイミングスクールの冬期短期教室を開催いたします。スイミングに興味のある方、冬場の運動不足を解消したい方、是非ご参加ください。詳しくはお気軽にお問い合わせください。ホームページにも掲載しております。

問 ヴィスポことひら ☎75-0010　火曜日定休

女性への暴力をなくそう

「女性に対する暴力をなくす運動」が毎年11月12日から25日に全国で取り組まれます。運動のシンボルカラーは紫（パープル）、昨年は東京スカイツリーなどで紫色の光を点灯する「パープル・ライトアップ」が話題となりました（イラストは「運動」のシンボルマーク）。

夫やパートナーによる暴力や性犯罪、売買春、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性への暴力の根底には女性の人権軽視があります。

県へのDV被害相談649件

県へのDV相談件数

年度	2014	2015	2016
件数	522	631	649

配偶者暴力相談支援センターに指定されている香川県子ども女性相談センターが2016年度に受け付けた配偶者からの暴力相談（いわゆる「DV」）の件数は649件で、前年度より18件増加しています。ただし相談者の実人員は530人で前年度より19人減少しています。相談内容は身体的暴力が398件で最も多く、次が精神的暴力で219件です。相談者の年齢は30歳代が163件で最も多く、40歳代が124件、20歳代が97件で、これらの世代が全体の約6割を占めています。20歳未満も17件、50～60歳代が81件、70～80歳代も29件あり、あらゆる年代でDV被害が起きていることがうかがえます。

なお、同センターは配偶者による暴力から被害者を守るために45人を一時保護しました。

女性に対する暴力をなくす運動(県内)

●街頭キャンペーン ●パープルライトアップ(四国学院大学礼拝堂・旧善通寺偕行社) ●DV防止パネル展(県立文書館)

メールを細かくチェック 行動監視も

精神的暴力	人格を否定する暴言、何を言っても無視して相手にしない、大声で怒鳴る、メールや電話の相手をいちいちチェックするなど交友関係を監視して配偶者を自分の思い通りに支配する、など
性的暴力	嫌がっているのに性的な行為を無理に強要する、避妊に協力しない、見たくないポルノ(ビデオや写真など)を無理に見せる、など
経済的暴力	給料や生活費を一切渡さない、借りた金を返さない、など

DV防止法が禁ずるDVとは身体的暴力、精神的暴力、性的暴力、経済的暴力のことです。身体的暴力が許されないことの理解は広がっています。しかし、メールや電話内容にまでいちいち立ち入って口をはさむ行動監視などは、女性の立場からすると「精神的暴力」ですがまだ理解が広がっていません。何がDVに当たるのかを知らない人もあり、女性の人権尊重について理解を深めあいましょう。

問 人権同和課　☎75-6719

仲多度南部消防組合が、救急の日イベントを開催しました!

仲多度南部消防組合では、「救急の日」啓発行事として9月9日(土)に、当消防組合駐車場においてイベントを開催しました。

琴平町、まんのう町、町外から来場した約240名の親子連れは、救急相談コーナー、AED心肺蘇生体験コーナー、救急資器材の見学、災害パネルの展示、応急手当資料配布、小児に多い事故のクイズコーナーを通じて救急知識を深めました。特に子供たちは、救急車内の見学、聴診器での「もしもし」体験、梯子車と記念撮影、防火服の試着、ロープ渡り体験コーナーで歓声を上げていました。

今回は救助隊員によるレスキューショーと題して、梯子車の操作訓練、ロープ渡り訓練、オーバーハングを披露するなどイベントを盛り上げました。

問 仲多度南部消防組合 消防本部　☎73-4211

知って得する国民年金
～社会保険料(国民年金保険料)控除証明書～

▼納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です!

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告の際、その**全額が社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。**

控除の対象となるのは、平成29年中(1月～12月)に納めた保険料全額です。(過去の年度分や追納保険料なども含みます。)

また、ご自身の保険料だけでなく、配偶者やご家族の負担すべき保険料を支払っている場合、その保険料も併せて控除が受けられます。

▼控除証明書の発送時期

平成29年11月、または平成30年2月のいずれかで発送予定。

平成29年1月から9月までの間に保険料を納めた実績がある方は、平成29年11月発送予定になります。

平成29年11月発送の対象とならなかった方で、平成29年10月から12月末までに保険料を納めた方は、平成30年2月発送予定となります。

▼控除証明書を大切に保管ください!

届きました控除証明書は、年末調整や確定申告を行う際に必要です。大事に保管し、申告の際には、忘れずに添付をお願いします。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万が一の際にも心強い味方です。保険料をきちんと納めて、豊かな生活を送りましょう。

11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」です!!

年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、善通寺年金事務所にお問い合わせください。

問 住民サービス課　☎75-6704　善通寺年金事務所　☎62-1662

こんぴーくん活動日記!!

こんにちは。今月のこんぴーくんの活動報告です。

9月10日は毎年行われている琴平町の敬老会の日でした。色々な出し物と一緒にこんぴーくんもお祝いしてきました。同じ町内にいても、こういったイベントでしかお会いできない方もきっとたくさんいらっしゃいますので、とてもいい機会でした。

9月21日は交通安全キャンペーンのため道の駅「空の夢もみの木パーク」で、園児たちと一緒にドライバーへの安全運転の呼びかけを行ってきました。園児たちは「生懸命!こんぴーくんも園児たちをしっかりサポートして、安全運転を呼びかけました。

イベントが目白押しの9月は24日に「第52回こんぴら石段マラソン」があり、そちらも参加してきました。昨年よりも参加者が多く、こんぴーくんも気合をいれて応援してきました。13分台で御本宮を往復してくるトップランナーもいれば、のんびりとこんぴーくんと写真を撮ってくれる参加者もいたり、思い思いにイベントを楽しんでいらっしゃいました。

最後に9月28日に高松空港にお邪魔してきました。ちょうどラフティングの世界大会に出場するオーストラリアのチームが来られて、一緒に写真を撮ったり琴平町のPRもできました。また世界に向けての発信ができました。余談ですが、2階のフロアのソファがうどん型に変わっていました。すわり心地も良かったので、機会がありましたらどうぞご覧ください。

これからもこんぴーくんは頑張りますので応援よろしくお願いします。

地域おこし協力隊 活動レポート

こんにちは、地域おこし協力隊です。最近急に気温が下がってきましたね。ちらほら風邪気味の方を見かけるようになりました。季節の変わり目は体調を崩しやすい季節でもあります。皆さんも、うがいや手洗いなど簡単にできる風邪対策を行なってください。

さて、今月は敬老会や、石段マラソンなど、行事が多くあり、琴平が賑わっていくお手伝いを数多くさせてもらっています。

その中でも、やはり氏子祭り(ちょうさ)の賑わいは一番だったと思います。けんかちょうさの本番となる10月2日はあいにくの雨でしたが、雨を吹き飛ばすほどの熱気と活気がありました。琴平町地域おこし協力隊としても、一緒に回ったり記録用の写真を撮ったりと、祭りの盛り上がりの一助となれたのではないかと思います。

また、近藤隊員が「コトコトコットンプロジェクト」として琴平の休耕地で綿を栽培しようというプロジェクトを進行しています。諸説ありますが、元々香川は「讃岐三白」として塩、砂糖、綿の栽培が盛んでした。昔から綿の栽培に適した気候と土壌だったということですね。実際に育ててみて、そんなに手がかかる印象はなく、綿の実がはじけた時などは可愛らしさと綺麗な白さに感動しました。花も綺麗で鑑賞用としても十分に価値があると思います。現在、琴平ではニンニクの生産量が県内一位ですが、ニンニクの白、綿の白、そして何かもう一つ白いものを加えて「こんぴら三白」としてPRしたら、盛り上がるのではないかと思っています。

今後も町民の皆さんと協力して、町を盛り上げていこうと思っていますので、よろしくお願い致します。

地域おこし協力隊では体験活動を募集しています!

町民の皆様から、隊員が協力できる「体験活動」を募集し、様々な本町の特性を体験してもらうこととしています。お気軽にご連絡ください。

問 総務課 企画・政策担当
☎0877-75-6701
FAX:0877-73-2120
E-mail:kikaku@town.kotohira.lg.jp

カメラレポート

9/19

琴平高校なぎなた部の町長表敬訪問

「平成29年度全国高等学校総合体育大会なぎなた競技大会」の団体戦で、琴平高校が見事優勝（2年ぶり5回目）を果たし、町長を表敬訪問しました。

「1年生の時から掲げてきた“全国優勝”を成し遂げることができて本当によかったです。」「仲間を信じて“みんなで一本”を目標に、チーム全体がチームのために役割を果たすことができたと思います。」と、選手それぞれが大会で感じたことを報告しました。

町長は、「本当におめでとうございます。この経験、そして仲間は、人生においてとても貴重なものです。なぎなたで鍛えた精神力とバイタリティをもって、今後も頑張ってください。」と、祝福と激励の言葉を送りました。

9/21~30

秋の全国交通安全運動

「秋の全国交通安全運動」期間中に、まんのう町の「道の駅空の夢もみの木パーク」でのキャンペーンや、町内各幼稚園児たちによる、ドライバーへの安全運転の呼びかけが行われました。

園児たちがドライバーの方々に、「気を付けて運転してください。」「交通安全お願いします。」などと言って啓発グッズを手渡すと、ドライバーの皆さんは、笑顔で「ありがとう」と答えていました。

これから秋の行楽シーズンが始まり、遠方に出かける機会も多くなります。普段の運転はもちろんですが、遠方にお出かけの際などは特に安全運転を心がけ、交通事故をなくしましょう。

9/24

こんぴら石段マラソン

金刀比羅宮例大祭奉祝奉賛会行事として、今年で52回目を迎えたこんぴら石段マラソンは、過去最多となる、約900名のランナーが参加し、盛大に行われました。

今年の最高齢の方はなんと94歳、そして最年少は0歳という、幅広い世代の方々が参加されました。速さに自信のある方はもちろん、お子さんを背負っている方、友達同士で楽しく参加されている方など、それぞれの参加者が思い思いに785段の石段に臨みました。

完走した参加者の中には「まだまだ走れます!」と余裕の表情の方や、「毎年参加しています。来年もまた参加したいです。」「家族で参加できて楽しかったです。」など、笑顔で話されていました。

10/11

こんぴーくんと遊ぼう

金刀比羅宮例大祭奉祝奉賛会行事として、神事場にて、「こんぴーくんと遊ぼう」が開催されました。今回は、こんぴーくんがゴールキーパーとなり、子どもたちとPK対決をするという内容でした。

町内の保育園児や小学生など多くの子どもたちが参加し、順番にシュートをしていきます。こんぴーくんは子どもたちが蹴ったボールに必死に食らいつき、俊敏な動きでキーパーをこなしていました。しかし子どもたちの中には大人顔負けのゴールを放つ子もいて、さすがのこんぴーくんも、ボールに追いつけずゴールを決められてしまう場面も。ゴールを決めた子どもたちは「やったー!」と喜んでいました。

情報ひろば
joho-hiroba

時日時　所場所　料料金　内内容　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

お知らせ

◆ 石綿による健康被害を受けた方のご遺族の皆様へ

労災保険法では、業務上で死亡した労働者の遺族補償給付の請求権は5年で時効となります。
しかし、石綿による健康被害が原因で業務上死亡したときは、5年以上経過していても石綿救済法の特例により平成34年3月27日まで特別遺族給付金の請求ができます。
問 香川労働局労災補償課
☎087-811-8921
丸亀労働基準監督署
☎22-6244

◆『必ずチェック最低賃金! 使用者も 労働者も』

香川県最低賃金 時間額【766円】平成29年10月1日から!※産業によっては、これとは別に特定最低賃金が定め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

◆ 高松法務局人権擁護部（人権相談所）の移転のお知らせ

高松法務局人権擁護部及び香川県人権擁護委員連合会は、平成29年10月30日(月)から、新庁舎に移転して業務を開始しましたのでお知らせします。
【新庁舎所在地】
〒760-0019 高松市サンポート3番33号高松サンポート合同庁舎南館2階
問 ☎087-821-7850
(平成29年10月30日(月)から)

催し

◆ 第21回 いいお産の日 いいお産・みんなで子育て ～あなたのそばに助産師がいます～

時 11月5日(日)
午前10時～午後3時
(受付は午前9時30分～午後2時30分まで)
所 岡田コミュニティーセンター
料 無料
対 これから出産する予定の方・子育て中の方 お産や育児に興味のある方
申 不要
問 県助産師会 ☎087-844-4131

◆「第11回 木の実アート展」（観る、遊ぶ、食べる!）

時 11月10日(金)～11月19日(日)
午前10時～午後3時
所 坂出市番の州公園 管理事務所
(旧番の州プール西隣)
内 ①観る…木の実アート展示、写真展示など
②遊ぶ…木の実アート「作り方教室」、木の実で遊ぶコーナー、クイズラリーなど
③食べる…焼芋・その他飲食店
④その他、鉢植えバラの販売や苔玉作りワークショップなど
他 事前に申し込みが必要なイベントもあります。詳細はお問い合わせください。
問 坂出緩衝緑地 管理事務所
☎45-6820

◆ 香川県立聾学校 学校祭

時 11月11日(土)
午前9時～午後2時30分
内 幼児児童生徒による劇等の舞台発表や作品展示、PTAバザーなど
申 不要 当日玄関にて受付
問 香川県立聾学校 ☎087-865-4492

◆「市民公開セミナー」

時 11月11日(土) 午後2時～
所 丸亀市生涯学習センター
料 無料
内 演題:「脳卒中にならないために」
講師:香川労災病院 院長 吉野 公博
特別講演:「トランプ時代のアメリカ」
定 先着500名
問 香川労災病院 総務課 ☎23-3111

◆ 無料税金相談

時 ①11月11日(土)、12日(日)
午前11時～午後3時
②11月13日(月) 午前10時～午後4時
所 ①フジグラン丸亀 フードコード館
②四国税理士会丸亀支部
(丸亀商工会議所会館1階)
内 相続税、贈与税、所得税、消費税などの税金に関する相談
申 予約優先
問 四国税理士会丸亀支部 ☎22-0041

◆ 第56回四国学院大学祭

時 11月11日(土)・12日(日)
所 四国学院大学キャンパス
内 学生による屋台、ふれあい動物園、パフォーマンスや音楽ライブなど
問 四国学院大学 ☎62-2111

◆ 第7回 満濃池 空海 こんぴら しあわせツーデーウオーク

時 11月25日(土)・26日(日)
午前8時20分スタート
(受付は午前7時30分から)
内 詳細はお問い合わせください。
問 まんのう公園管理センター
業務管理グループ企画担当 ☎79-1700

◆ 思春期精神保健研修会

時 12月8日(金)
午後2時～午後4時
所 香川県社会福祉総合センター 7階 大会議室
料 無料
内 演題:「思春期のこころを育てるABC活動～ポジティブ・メンタルヘルスの強化～」
申 11月24日(金)まで
定 150名(要申込)
問 県精神保健福祉センター
☎087-804-5566

試験

◆ 自衛官等採用試験案内 陸上自衛隊高等工科学校 生徒募集

対 15歳以上17歳未満の男子
(中学校卒業者等)
申 試験によって異なります。詳細はお問い合わせください。
問 自衛隊善通寺地域事務所 ☎63-2363

募集

◆ 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 11月15日(水) 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33年3月31日以前に生まれた方
他 持参物がありますので、事前にご連絡下さい。
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

教育委員会 9月定例会報告

1 教育上の諸問題

学校整備について

2 報告・連絡事項

①9月議会について
②校務連絡会　9月1日(金)
③運動会　3小学校・北幼稚園　9月18日(月)
　南幼稚園　9月23日(土)
　あかね保育園　9月23日(土)
④小児生活習慣病対策事業による採血　9月29日(金)
⑤稚魚放流
⑥さぬき歌舞伎まつり　10月28日(土)～29日(日)
⑦要請による学校訪問(象小)　10月30日(月)
⑧豊明文化祭　11月1日(水)～2日(木)
⑨町民体育祭　11月5日(日)
⑩今後の定例教育委員会の日程について
　10月定例教育委員会　10月26日(木)
　11月定例教育委員会　11月22日(水)

問 教育委員会 ☎75-6715

中学校改築検討委員会ニュース

～愛♡と夢と笑顔☺があふれる学校！～

中学校改築検討委員会では平成32年春開校予定の新中学校の基本設計を策定するための検討を行っています。

8月30日に第3回目を開催し、校舎の平面計画案について検討しました。計画案は校長先生、教頭先生、各教科の先生からのヒアリング、5月のアンケート内容を取り入れて作成しました。

検討委員会の内容については、準備ができ次第、ホームページで公表していきます。

問 学校整備等推進室 ☎75-6728

ACTことひら(町立ギャラリー) 11月の展示案内

第36回 琴平町文化祭 展示部門

10月26日(木)～12月5日(火)

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

知っていますか？ 11月は「子ども・若者育成支援強調月間」です。

(11月1日～11月30日)

少年が健やかに育つようみんなで支えましょう。

次代を担う青少年の健全育成は、町民のすべての願いであり責務でもあります。

香川県では、11月を「子ども・若者育成支援強調月間」と定めています。本町では、国や県の主旨を踏まえ、町民に育成支援のスローガン「いのち 輝く みんなの 未来」を浸透させるため、町役場北側に懸垂幕を設置して啓発を行います。

また、青少年が健やかに育つように少年育成センターでは、関係機関と連携を密にしながら育成支援に努めたいと思います。

明日の郷土を担う青少年が健全に育ち、社会生活を円滑に営むことができるよう地域社会全体で支えましょう。

問 少年育成センター ☎75-0919

こんぴら子ども塾　11月予定表

11月1日（水） 午後3時15分～午後4時15分
●琴小視聴覚室…和紙で作る花てまり　●象小理科室…科学工作
●山下農場…れんげの種まき　●榎小理科室…森の生きもの観察会

11月8日（水） 午後3時15分～午後4時15分
●榎小理科室…そろばん　●榎小体育館…キッズテニス

11月22日（水） 午後3時15分～午後4時15分
●琴小理科室…森の生きもの観察会　●榎小体育館…キッズテニス
●榎小理科室…華道　●象小理科室…科学工作　●山下農場…れんげの種まき

11月29日（水） 午後3時15分～午後4時15分
●榎小体育館…運動あそび　●榎小理科室…科学工作

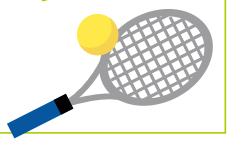
スポーツ少年団便り

琴平ジュニアソフトテニスクラブからのお知らせ

平成29年度をもちまして団員の募集を終了します。

活動は継続していきますが、来年度以降の募集はありませんのでご注意ください。

なお、入団を希望される小学校2年生から4年生のお子様は今年中の入団をお願いいたします。



「3・11からのメッセージ展」講演会

10月7日(土)ACTことひらにおいて、琴平町文化協会(会長　門脇俊文氏)主催の書家　池田秋濤先生による講演会が開催され、「つなぐ」という演題でユーモアを含めながらも、震災の悲惨さや被災者が支えあって生活している状況、人と人とのつながりの大切さを語ってくださいました。

会場には約70名もの方が来場し、先生のお話に熱心に耳をかたむけていました。

スポフェスin四国Cスタ丸亀

日　時　平成29年11月25日（土）午前9時30分～午後4時（予定）

場　所　四国コカ・コーラボトリングスタジアム丸亀（丸亀市金倉町975番地）

対　象　瀬戸内中讃定住自立圏域（丸亀市、善通寺市、琴平町、多度津町、まんのう町）にお住まいの方

内　容（予定）　球場内では、チャンバラ合戦・チェアエクササイズ・エアロビクス・バブルサッカー大会が行われます。ニュースポーツのスラックラインやスナッグゴルフの体験コーナー、また働く車&おもしろ自転車コーナーもあります！

問 教育委員会 ☎75-6716

熊本益城中学校との交流事業についてご報告

8月の広報で熊本益城中学校との交流事業についてご寄付をお願いしましたところ、短期間にもかかわらず予想を上回るご寄付をいただき、無事事業を行うことができました。ここにお礼とご報告をさせていただきます。

交流事業結果報告

8月22日、夏真っ盛りの暑い日に、琴平中学校の生徒及びPTA関係者総勢40名で、熊本県益城町立益城中学校を訪問し、様々な交流事業を行ってきました。

場　所：熊本県上益城郡益城町立益城中学校
参加者：琴平中学校生徒　26名
　　保護者及び関係者　14名

交流事業内容

- 益城中学校の校舎見学
- 柳　能展　一級建築士による講演会
  【熊本地震と木造住宅の耐震】
- 益城中学校吹奏楽部による歓迎の演奏
- 琴平中学校の生徒による琴中ソーラン披露
- 琴平中学校なぎなた部による演技＋リズムなぎなた披露
- 義援金集めの概要（GW駐車場運営風景）
- 義援金贈呈
- 益城中学校復興の歩みビデオ上映会
- 醤油うどんの接待600食

琴平からバスで8時間かけて益城中学校まで行き、交流事業で7時間の現地滞在後、再び8時間かけて戻ってくるというスケジュールの中、ケガも病気も無く無事に終えることができました。

事業の成果について

事業の成果としては、当初の目的である左記4点が全て達成できたと思います。

①子供達自らがボランティア活動で集めた義援金が、どのような形で使われ、どんな支えになったのかを確認(体感)できた。
②震災を跳ね返した益城中学校の生徒及びPTAと交流することで、生きるパワーをもらえた。
③今後のボランティア活動において、〝何のために〟(活動の意義)を理解できるようになった。
④地震に対する知識を正しく理解することができた。

また、参加した生徒や保護者からも

★子どもが危機感を感じ、毎日の当たり前の生活に感謝をしている。
★琴平で地震が起こったら?と考えるようになり、家族で災害時の避難場所や連絡方法を話し合った。
★益城中学の生徒が前向きに生きていることに感銘を受けた。
★今後もボランティア活動を積極的にしたい。
★災害は他人事ではないと考え出した。
★子どもが少し頼もしくみえた。
★益城中学校の全員が元気で強いなと思った。
★現地に行き、テレビや自分の想像よりも酷いことに衝撃を受けた。
★地震に対し、備えておくことや話し合っておくべき事の大切さを学んだ。

など、たくさんの感想がありました。

参加した生徒だけではなく、その家族にとっても良い【気づき】があったのではないかと思います。

ご支援についてのお礼

今回の事業に伴う収支報告は左記です。

〈収支報告〉

収入：519,000円
(補助金・参加費・寄付金)
支出：478,287円
(バス代・材料費・食糧費など)
差額：40,713円
＊差額については益城中学校に義援金として贈らせて頂きました。

前述の通り、益城中学校との交流事業を開催するにあたり、中学校の保護者だけではなく、地域の方々より温かいご寄付(お金や飲食物)をたくさん頂きました。お陰様で、子どもにとっても、親にとっても非常に意義のある経験ができたと思います。本来であれば、直接お目にかかってお礼を申し上げるべきところですが、この場をお借りしてお礼に代えさせて頂きます。本当にありがとうございました。

琴平中学校PTA会長　森藤　泰生
琴平中学校PTA生徒会長　安藤　夕

乳幼児相談

ピヨピヨ広場

みなさんぜひお越しください。（予約不要です）

11月28日(火)　総合センター

第1部　乳児相談　午前10時00分～午前11時30分受付

内容　身体計測・育児相談・情報提供・離乳食相談
※H29年6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　H29年8月生(3か月)・H29年6月生(5か月)・1歳未満の乳児

第2部　幼児相談　午後1時30分～午後3時00分

内容　身体測定・育児相談・栄養相談・1歳記念手形（H28年10月生～12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

とっと相談

11月28日(火)　総合センター

2歳半相談　午後1時30分～午後3時30分

内容　言語聴覚士による聴力検査、ことばや子育ての相談、身体計測、幼児相談、栄養相談

対象　H27年4月～6月生

子育てマメ知識

11月は児童虐待防止推進月間です

子育てに疲れた、つらいと感じることはありませんか

子どもが言うことを聞いてくれない、グズグズしてずっと抱っこしていて家事がはかどらない、イライラしてつい子どもにあたってしまう、育てにくさを感じる…などの経験はありませんか?

子育てしながら家事をしたり仕事をするのは、とても大変なことです。子育てしているあなたが深い寂しさや不安、イライラに襲われたら、周りの人たちに相談したり、役場や保健所などで話を聞いてもらいましょう。子育てのヒントを得られたり、気持ちが軽くなるかもしれません。抱え込まずに、誰かにSOSを出すことで、きっと解決策が見つかります。

琴平町では、不安や悩みを相談できる場として、こども相談、ことばと子育て相談があります。また、その他にも相談内容に応じて専門的に相談できる場もありますので、ぜひお気軽にご相談ください。

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を設けています。

問 健康推進課　☎75-6723

11月は児童虐待防止推進月間です。

「虐待を受けたと思われる子ども」を見つけたときや、ご自身が出産や子育てに悩んだときには、児童相談所や福祉課の窓口に連絡してください。

児童相談所全国共通ダイヤル　**189（いちはやく）番**

お住まいの地域の児童相談所に電話がつながります。

身近な相談窓口・連絡先

●県西部子ども相談センター（児童相談所）　TEL:24-3173
月～金曜　午前8時30分～午後5時15分（祝日・年末年始を除く）

●子育てホットライン（家庭教育電話相談）　TEL:087-861-4951
月～金曜　午前9時～午後4時30分
午後6時30分～午後10時
日　　曜　午後1時～午後4時30分
（土曜・祝日・年末年始を除く）

●子どもと家庭の電話相談　TEL:087-862-4152
月～土曜　午前9時～午後9時（祝日を除く）

●町福祉課　TEL:75-6706
月～金曜　午前8時30分～午後5時15分（祝日・年末年始を除く）

問 福祉課　☎75-6706

11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 ・めんこちゃん ・みんなで遊ぼ	2 ・リトミック ・身体計測	3 文化の日 お休み	4
5 お休み	6 ・IT よろず相談	7 ・あさっちぇ	8 ・めんこちゃん ・芋煮会	9 ・小麦粉粘土	10 ・めんこちゃん ・ふれあい遊び	11
12 お休み	13 ・歌おう! おどろう!	14 ・異文化に ふれよう	15 ・めんこちゃん ・みんなで遊ぼ	16 ・おやつ作り	17 ・めんこちゃん ・うめ組との ふれあい遊び	18
19 お休み	20 ・IT よろず相談	21 ・手芸教室	22 ・めんこちゃん ・みんなで遊ぼ	23 勤労感謝の日 お休み	24 ・めんこちゃん ・ふれあい遊び	25
26 お休み	27 ・わらべ歌遊び	28 ・楽器を 鳴らして 楽しもう	29 ・めんこちゃん ・みんなで遊ぼ	30 ・お誕生会 ・給食試食会	めんこちゃん… 育児サークルの活動です。	

※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）…琴平郵便局・町役場・総合センター・やまもと耳鼻咽喉科

● 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

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。
携帯電話▶http://www.akane.or.jp/i/
パソコン▶http://www.akane.or.jp/
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。

健康情報

追加健（検）診のお知らせ

6月～8月までに町内医療機関で**特定健診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診**を受けられていない方を対象に集団健(検)診を実施します。**受診を希望される方は健康推進課までお申込ください。**

日時 **11月21日(火)** 受付 午前8時30分～午前11時30分 午後1時～午後2時30分

場所 **総合センター 2階大ホール**

特定健診

対象

本町の国民健康保険に加入されている40歳～74歳の方

＊対象の方には事前にはがきにてご案内をお送りしています。

申込締切

11月7日(火)

＊健診案内時間は申込順となります。

前立腺がん検診

対象

本町に住所を有する50歳以上の男性

自己負担金

500円

申込締切

11月7日(火)

肝炎ウイルス検診

対象

琴平町に住所を有する方で、下記の表の生年月日に該当される方

＊ただし、平成29年6月～8月までに町内医療機関で肝炎ウイルス検査を受けられていない方。

肝炎ウイルス検査の対象者の生年月日	
	昭和51年4月2日～昭和52年4月1日
	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
	昭和41年4月2日～昭和42年4月1日
	昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日

＊今までに検査を受けられたことのある方は受ける必要はありません。

自己負担金 **無料** **申込締切** **11月7日(火)**

問 健康推進課 ☎75-6723

高額医療・高額介護合算療養費制度

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。このような場合の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。この制度では、世帯内の同一の医療保険の加入者の方について、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。

*高額介護合算療養費の該当になった対象者には、香川県後期高齢者医療広域連合より、平成28年度分申請書（平成30年1月頃発送予定）が送付されますので申請してください。

所得区分		算定基準額（後期高齢者医療制度+介護保険の自己負担限度額）
現役並み所得者		67万円
一　　般		56万円
低所得者	Ⅱ	31万円
	Ⅰ	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

申請に際しては

- ●高額介護合算療養費等申請書兼自己負担額証明書交付申請書
- ●別紙「高額介護合算療養費・高額医療介護（予防）サービス費の支給申請について（お知らせ）」
- ●印鑑（認印　注:申請者ごとに印鑑をご用意ください。）
- ●口座を確認できるもの（被保険者本人以外の口座への振込は委任状が必要となります）
- ●個人番号が確認できるもの（個人番号カード又は通知カード等）

窓口に来られる方の身分証明書（運転免許証等）をご持参ください。

問 健康推進課　☎75-6705　県後期高齢者医療広域連合　☎087-811-1866

後期高齢者医療制度からお知らせ

保険料は、被保険者の方々が病気やケガ等で被保険者証を使って、医療機関等にかかるときに必要な医療費の大切な財源です。

医療にかかる費用のうち、被保険者の方が医療機関で支払う自己負担分を除いた費用を公費（国・県・市の負担金）で約5割、後期高齢者支援金（若い世代の保険料）で約4割、残り約1割を被保険者の方々が保険料として負担し、社会全体で後期高齢者医療制度を支えています。

後期高齢者医療制度の財源

医療費

医療機関で支払う窓口負担（所得に応じて1割または3割）

＋

保険料【約1割】

後期高齢者支援金【約4割】
※若い世代の保険料

公費（税金）【約5割】
国:県:市町=4:1:1

患者負担

保険でまかなう医療給付費

問 県後期高齢者医療広域連合　☎087-811-1866

11月14日は『世界糖尿病デー』 11月9日～15日は『全国糖尿病週間』です！

知らないとコワイ **糖尿病**

糖尿病患者数は、生活習慣や社会環境の変化に伴って急速に増加しています。香川県の糖尿病の受療率と死亡率は高く、全国ワースト2位となっています。

糖尿病はどんな病気？

糖尿病は、血糖値が高い状態が続く病気です。インスリンというホルモンの分泌や働きが低下することで起こります。高血糖が続くと、全身の血管が傷つき、さまざまな合併症を引き起こします。

糖尿病はなぜこわい？

自覚症状がないため気づいたときにはかなり進行していることが多くあります。血糖値が高い状態を放置すると網膜症・腎症・神経障害などの合併症（糖尿病の3大合併症）を引き起こし、末期には失明したり透析治療が必要となることがあります。さらに、脳卒中、心筋梗塞なども起こりやすくなります。

健康診断での早期発見と生活習慣の改善・治療の継続により、血糖値をコントロールし合併症を予防することが大切です。

糖尿病予防の5か条

1 肥満の解消
適正体重を目指して、まずは肥満解消を。

2 食べ過ぎ、飲み過ぎをやめる
一日の摂取エネルギーを守ることが大切。アルコールは意外にも高エネルギーなので注意を。

3 ストレスを解消する
ストレスによって自律神経や内分泌機能に異常が起こると、ブドウ糖の代謝が低下します。

4 栄養バランスのとれた食生活
ビタミン・ミネラルはインスリンの代謝をスムーズにします。栄養バランスのよい食事をとりましょう。

5 適切な運動習慣
適度な運動は血糖値を下げ、肥満予防にも効果的です。

町では、住民のみなさんの健康づくりを応援するため、健康相談を行っています。

今回の健康相談は

日時／場所			内　容
11月 6日(月)	総合センター	午前10時～正午	健康についての相談
11月22日(水)	ゆうあいの家	午前10時～正午	血圧測定、尿検査、体脂肪測定など

★今後の健康相談の日程・場所については、毎月の広報カレンダーをご参照ください。

問 健康推進課　☎75-6723

管理栄養士オススメ ★★★ 三ツ星レシピ

かぼちゃのマヨ白和え

栄養価（1人当たり）
エネルギー　144kcal
たんぱく質　3.2g
脂質　7.5g

乾燥肌や花粉による肌トラブルに悩まされがちな季節の変わり目には、βカロテンやビタミンC・ビタミンEが豊富なかぼちゃはおすすめです。βカロテンには、皮膚や粘膜を健康に保つ働きがあります。またかぼちゃのビタミンCはでんぷんにくるまれて存在しているため、加熱しても破壊されにくく、効率よく摂取できます。

かぼちゃはカンボジアから渡来し、カンボジアがなまって「かぼちゃ」と呼ばれるようになったといわれています。これから寒さも厳しくなる季節です。甘味があってホクホクの温かいかぼちゃ料理で冬を乗り切りましょう。

材　料（4人分）

かぼちゃ 300g　絹ごし豆腐 70g　塩 2つまみ
マヨネーズ 大さじ2　すりごま 大さじ1.5

作り方

1. かぼちゃは皮を切り落として、小さめにカットする。耐熱皿にのせて少量の水をふり入れ、ふんわりとラップをして500Wの電子レンジで5分程加熱する。（様子をみて硬そうならもう少し加熱してください。）

2. ボウルに移しかえたら熱いうちにマッシャーでなめらかになるまで潰す。そこにその他の材料を全て加え、木べらなどでざっくり混ぜ合わせて完成。
※ここでグチャグチャ混ぜない！豆腐の水分などでドロドロになってしまいます。ある程度混ざったらOKです♪

年をとっても元気になれる!! 介護予防講演会

今後の人生をより楽しく充実して生きるため、そして住み慣れた場所で暮らしていくために、何が大切か。
「介護予防ってなに?」「どんなことしたらいいの?」と思っている方、
そして介護予防に興味のある方、大歓迎です!
これからの人生に役立つ情報を楽しくお伝えします。
ぜひ、お申し込みください。

締切迫る!

日時 11月19日(日)
午前10時～午前11時30分

場所 総合センター　**講師** 佐藤 孝臣 先生(大分県作業療法士)
参加費 無料　**定員** 70名(先着順)　**申込締切** 11月15日(水)

開催中! 脳力向上!頭のげんき塾

申込必要

毎回違った内容で**楽しく脳の活性化**に取り組めます。みんなで笑い合うことで心も元気になれる教室です。毎月1回(第2水曜)開催です!

日時 11月8日(水)
午前9時30分～午前11時30分

内容 11月は、ゲーム、脳トレ学習、ストレッチ、指体操、ミニ講義「口腔ケア」
場所 総合センター　**対象** 65歳以上の町民　※要事前申込み、作品づくりの際は実費が必要

募集中! 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)開催です!

日時 11月14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

問 地域包括支援センター ☎75-6880

11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
11月3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
11月5日	池田内科医院	73-2366	さくま調剤薬局	琴平町753-4掘瀬ハイツ1F	58-8850	58-8851
11月12日	山本ヒフ泌尿器科医院	75-3112	アピス薬局	まんのう町四條1129番1	73-0270	73-0271
11月19日	中川医院	77-2330	NP長炭調剤薬局	まんのう町炭所西1525-4	79-1967	79-1968
11月23日	やまもと耳鼻咽喉科	75-4133	ごじょう薬局	琴平町五條653-1	75-6588	75-6586
11月26日	川口医院	79-0711	シマヤ真鍋漢方薬局	琴平町225	75-3574	75-3662

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!

知っていますか?

ロコモティブシンドローム

ロコモティブシンドローム(略称:ロコモ)とは、筋肉・骨・関節・軟骨・椎間板等の運動器に障害が起こり、「立つ」「歩く」等の日常的な運動機能が低下している状態のことです。新・国民病ともいわれる、運動器の生活習慣病です。

50歳代に入ると筋力は一気に低下し、ロコモまたはロコモ予備軍に該当する人が急増します。そしてロコモが進行すると、介護が必要な状態になる危険性があります。

加齢
運動不足
活動量の低下
肥満・痩せすぎ
など

→

ロコモ予備軍

骨や関節の病気
(骨粗鬆症、変形性関節症、脊柱管狭窄症など)
バランス能力の低下
筋力の低下 など

→

ロコモティブシンドローム

→

介護が必要な状態に!

何歳からでも遅くない!「いつまでも元気で動ける体」を目指そう!

ロコモ予防のポイントは、運動習慣を持ち、筋力低下を予防することです。60歳代・70歳代からでも、運動習慣を継続することで筋力を向上することができると言われています。身体の機能が低下してしまう前に取り組み始めることが、将来の生活を変えることに繋がるのです。

ロコモについて知った今がスタートラインです。運動習慣を持ち、いつまでも元気で動ける体をつくりましょう。

申込開始! 「もっと元気になれる方法」をお教えします!
仲間と一緒に始めてみませんか。

心も体もシャキっとげんき体操

腰や膝の痛みを改善したり、バランスが悪くなっている筋肉を気持ちよく整え、足の裏への重心のかけ方を見直すことができる、全身の調子を整える体操の教室です。この先も「シャキッとげんき」な体をつくりませんか。

日時 平成30年1月15日(月)～3月12日(月)
(毎週月曜日・全8回) 午前10時～午前11時30分

場所 総合センター **対象** 65歳以上の町民 **募集人数** 20名(先着順)

申込先 地域包括支援センター ※初めての参加の方を優先いたします。
※定員になり次第、受付を終了させていただきます。

申込締切 12月13日(水)

広報 ことひら

2017 November 11 こんぴらカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
11月の町税等の納期 国民健康保険税……3期 介護保険料……3期 後期高齢者医療保険料……5期 			1 健康体操教室 13:30~15:00 総セ 豊明文化祭	2 ほっとひといき琴平 10:00~13:00 総セ こんぴらすこぶる元気塾⑧ 13:30~15:30 総セ 豊明文化祭	3 文化の日 ごみ収集はありません	4
5 町民体育祭 8:30~14:00 ヴィ (予定)	6 健康相談 10:00~11:30 総セ	7	8 脳力向上!頭のげんき塾 9:30~11:30 総セ 健康体操教室 13:30~15:00 総セ	9 ほっとひといき琴平 10:00~13:00 総セ こころの健康相談 14:00~要予約 かりん こんぴらすこぶる元気塾⑨ 13:30~15:30 総セ	10 胃がん検診 8:15~11:15受付 予約制 総セ いきいき健康教室 10:00~11:30 ゆ家	11
12 クリーン作戦 9:00~受付	13	14 親子のわんわん教室 9:30~11:30 総セ 健康太極拳 13:30~15:00 総セ 戦没者追悼式 10:30~ 文化	15 大腸がん検診 9:00~15:00 健推 健康体操教室 13:30~15:00 総セ	16 大腸がん検診 9:00~15:00 健推 ほっとひといき琴平 9:30~13:00 総セ こんぴらすこぶる元気塾⑩ 13:30~15:30 総セ	17 乳がん検診 9:00~11:00、総セ 13:00~15:00受付 子宮頸がん検診 9:00~11:00受付 総セ いきいき健康教室 10:00~11:30 総セ 大腸がん検診 9:00~15:00 健推	18
19 「年をとっても元気になれる! 介護予防講演会」 10:00~11:30 総セ	20	21	22 まちの保健室 10:00~12:00 ゆ家 健康体操教室 13:30~15:00 総セ	23 勤労感謝の日 ごみ収集はありません	24 いきいき健康教室 10:00~11:30 ゆ家	25
26	27	28 ピヨピヨ広場 (第1部)乳児相談 10:00~11:30受付 (第2部)幼児相談 13:30~15:00 総セ とっと相談 (2歳半相談) 総セ 13:30~15:30受付 住まいの耐震化 無料相談会 予約制 役場	29	30 ほっとひといき琴平 10:00~13:00 総セ	総セ 総合センター ゆ家 ゆうあいの家 健推 健康推進課 かりん かりん健康センター 文化 文化会館 ヴィ ヴィスポことひら 	

11月の相談日

相談種別	日時	場所
ふれあい相談	毎週月~土曜日 午前10時~午後3時	地域福祉ステーション
弁護士相談	【要予約】☎75-1371 11月14日(火) 午後1時~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	11月15日(水) 午前10時~午後3時	総合センター
法務相談	11月9日(木)・16日(木) 午前10時~午後3時	総合センター
障がい者生活支援相談	11月30日(木) 午前9時~正午	総合センター
地域療育相談	11月2日(木) 午後1時30分~午後4時30分	総合センター

交通事故

種別＼月・計	9月	累計
発生件数	5件	37件
傷者	9人	52人
死者	0人	1人

(琴平警察署)

火災・救急

種別＼月・計	9月	累計
火災	0件	0件
救急	50件	515件

(仲多度南部消防署)

琴平町の現況

(平成29年9月末現在)

■人口／8,939人 (前月比−10人)
●男／4,079人 (前月比−6人)
●女／4,860人 (前月比−4人)
■世帯数／3,762世帯 (前月比−3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。

発行／琴平町役場総務課
香川県仲多度郡琴平町榎井817-10
TEL(0877)75-6701 FAX(0877)73-2120
●琴平町ホームページアドレス／URL: http://www.town.kotohira.kagawa.jp
●琴平町メールアドレス／E-mail:kotohira@town.kotohira.lg.jp