

令和6年7月分	
回覧	特定健康診査は無料です
回覧	健康まつり
	ニュースポーツ交流会
	琴平町母子愛育会だより
	認知症との ふたつ の 付き合い方 !!
	シャントセナ

部数が不足している場合は、琴平町企画防災課（75-6711）までご連絡ください。

40～74歳の琴平町国保加入者の方へ



特定健康診査は無料です 年 1 回受けましょう

実施期間 令和6年10月31日(木)まで ※休診日を除く

実施期間終了間近は混み合いますので早めの実施をお勧めします。



令和6年5月に

対象者へ受診券をお送りしています

内容等は受診券をご確認ください

実施医療機関(五十音順)

- ・池田内科医院
- ・岩佐病院
- ・岩崎医院
- ・大浦内科消化器科医院

特定健康診査のメリット

- ◎ 自覚症状の出にくい生活習慣病を**早期発見**できる
- ◎ 毎年受けることで、継続して自分の健康状態を確認できる
- ◎ 健診結果に応じた保健指導(専門家のサポート)を受けることができる



健診を受けて良かった！
健診結果をヒントに
生活習慣病を予防しよう！



※特定健康診査の受診券を紛失した方は、再発行しますので子ども・保健課へご連絡ください。
(受付 平日 8:30～17:15)

※町の特定健康診査を受診せず、ご自身で人間ドックを受けている方は費用の一部を助成する制度があります。
(助成条件等は裏面参照)

令和6年度人間ドック受検費用の一部助成について

助成対象者

町内に住所がある40歳以上の方(年度内に満40歳になる方も含む)で、
令和6年4月1日～令和7年3月31日に人間ドックを受けた方のうち、次のいずれかに該当する方

- ・琴平町国民健康保険の被保険者
- ・後期高齢者医療の被保険者
- ・社会保険被保険者の被扶養者のうち、人間ドック受検に対する助成制度のない方

助成回数
年度内1人1回

助成対象要件※次の条件をすべて満たす方

- ・検査項目に琴平町が実施する特定健康診査の全ての項目が含まれていること
- ・同じ年度内に、各保険者が実施する特定健康診査及び後期高齢者健康診査又は各種がん検診等との重複受診がないこと
- ・人間ドックの結果を特定保健指導等に活用することに同意していただけること
- ・町税等を完納していること

助成金額

助成対象者一人につき15,000円

※但し、当該人間ドックに係る自己負担金額が助成金額に満たない場合は、自己負担金額とする。

申請方法※下記の書類を子ども・保健課へ提出

申請期限
令和7年3月末

- ① 琴平町人間ドック受検者助成金交付申請書兼請求書(子ども・保健課で配布しています)
- ② 医療機関が発行した人間ドックに要した費用の領収書(原本)
- ③ 受検した人間ドックの結果表
- ④ 質問票(琴平町国民健康保険および後期高齢者医療被保険者のみ)(子ども・保健課で配布しています)
- ⑤ 受検した時の保険証(申請時に提示してください。)

※③の結果の発行が申請期限を過ぎる場合は、申請書と領収書(原本)を申請期限までに必ず子ども・保健課まで提出してください。

※ 肺、胃、大腸がん検診は、人間ドックの基本項目に含まれているため、1つでも町のがん検診を受けられた方は対象外となりますので、ご注意ください。

特定健康診査の項目

必須項目 必ず結果を提出してください

- 身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)
- 理学的検査(身体診察)
- 血圧測定
- 検尿(尿糖、尿蛋白)
- 血液検査
 - 脂質検査
 - ・空腹時中性脂肪(血清トリグリセライド)、やむを得ない場合は随時中性脂肪※¹
 - ・HDL コレステロール ・LDL コレステロール※²
 - 血糖検査(空腹時血糖又はHbA1c)、やむを得ない場合は随時血糖※³
 - 肝機能検査(AST、ALT、γ-GT)
- 質問票(服薬歴、喫煙歴 等)※琴平町国民健康保険および後期高齢者医療被保険者のみ

※¹ 空腹時中性脂肪であることを明らかにすること。やむを得ず空腹時以外に採血を行う場合は随時中性脂肪により血中脂質検査を行うことができる。
なお、空腹時とは、絶食10時間以上、随時中性脂肪は絶食10時間未満に採血が実施されたものとする。

※² 中性脂肪が400mg/dl以上又は食後採血の場合、LDLコレステロールに代えて、Non-HDLコレステロールの測定でも可

※³ やむを得ず空腹時以外に採血を行い、HbA1cを測定しない場合は、食直後(食事開始時から3.5時間未満)を除き随時血糖による血糖検査を行うことを可とする

追加健診 実施した場合のみ結果を提出してください

- 貧血検査【赤血球数 ・ ヘモグロビン(血色素量) ・ ヘマトクリット】
- 心電図検査
- 眼底検査
- 血清クレアチニン検査(e-GFR値を含む)

問合せ先
琴平町子ども・保健課
☎ 75-6719

対象 40歳以上の琴平町民の方

KOTOCAポイント(100ポイント)付与



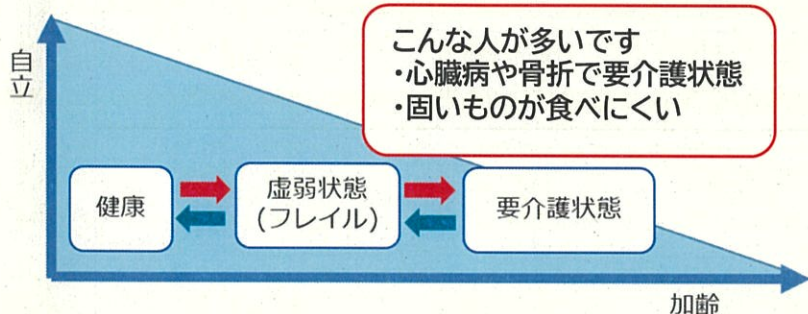
健康まつり

自分の体を知って加齢と華麗に付き合おう！

令和6年9月2日(月) [10:00~12:00
13:00~15:00]

時間予約制

場所 ヴィスポことひら (参加費無料・要申込・定員40名)



皆さん一人ひとりが、いつまでも
いきいきと前向きに暮らせるように
するために、今のご自身の体を
チェックしてみませんか
自分のことを知って
健康寿命をのばしましょう

★体力測定 (ロコモチェック)

移動機能を確認します



★口腔機能測定

舌・口唇の運動機能を評価したり嚥下機能を
確認します

お口の機能と体の健康は関係するんですよ



★フレイルチェック、基本チェックリスト

自分の生活や健康状態を
振り返っていただきます



裸足になりやすいようにストッキングなどはご遠慮ください

体育館シューズ、水分補給できるもの、タオルをご持参いただき、動きやすい服装でお越しください

★インボディ測定

短時間の立位姿勢だけで、筋肉の付き方や
バランス、内臓脂肪レベルなどがわかります
測定時身長をお伺いします。裸足になります



*ペースメーカーなど
医療電子機器を装着のかたは
測定できません

★申込・問合せ先★ FAXでの申込は裏面参照

子ども・保健課 ☎75-6719 包括支援センター ☎75-6880

共同主催：琴平町、琴平町地域包括支援センター

共催：一般社団法人香川県歯科衛生士会、一般社団法人香川県運動推進協会

FAX 送信票

令和6年9月2日(月)

健康まつり参加申込書

※申込先：琴平町子ども・保健課

FAX (0877) 75-6724

参加者氏名	
住 所	琴平町
連絡先	(自宅) (携帯電話) (FAX)
希望時間	10:00～ 11:00～ 13:00～ 14:00～ () () () () ご希望の時間に <u>1つだけ</u> ○をつけてください。 ご希望に添えない場合は、FAX または電話にて ご連絡させていただきます。
身 長	_____ c m

*** 次に該当されるかたはインボディ測定はできません。**

心臓ペースメーカーのような植え込み型医療機器装着のかた

生体情報モニターのような生命維持用医療機器装着のかた

心電計のような装着型医用電子機器装着のかた

ニュースポーツ交流会

～子供から大人まで楽しめるニュースポーツ
を通じて、交流会を開催します。～

主 催 琴平町スポーツ推進委員会

日 時 令和6年7月27日（土）

19時～ （受付18時30～）



場 所 琴平中学校 運動場（雨天時：体育館）

種 目 モルック・グラウンドゴルフ

（雨天時：カローリング・ドッチビー・キンボール）

申込方法 下記の申込先へ住所、氏名を添えて
お申込み下さい。（＊当日参加も可能です）

申込先 琴平町榎井891-7

琴平町教育委員会生涯教育課内

スポーツ推進委員会事務局 三野

TEL 75-6716

FAX 75-4120

mail : kyouikuinkai@town.kotohira.lg.jp

	氏名	年齢	性別	住所	電話番号
1					
2					
3					
4					
5					
6					



琴平町母子愛育会だより



R6.7.2 発行

問 子ども・保健課
☎ 75-6719

琴平町母子愛育会は、かわいい子どもたちの子育て支援をはじめ、地域や家族の健康づくりをすすめ、自分達の住む地域をよりよくするための活動をしています。今年も楽しい行事を計画していきます。地域のみなさんとなつがり、健康づくりを進めていきましょう♪

R5年度 全体のイベント

R5.9月 おやこ de おんがく♪

先生のすてきな
歌声にあわせて～♪



パパと一緒に楽しいな♪

R5.11月

おやこ de あそぼ



親子で体操☆
ほくこんなに柔らかいよ！

敬礼！
地域の人を守るぞ！



R6.3月 消防・救急フェスタ



1・2・3・4...
手のひらに力を入れて30回！



琴平地区

R5.6月 七夕笹飾り



美しい七夕飾りが
できました

たくさんの方に
飾ってもらいました！

R6.1月 おやこの食育

おいしいご飯ができたよ！



MENU

おからハンバーグ
ミネストローネ
三食おにぎり

榎井地区

R5.8月 おやこ de フラダンス



まねて
腰ふりふり
みんなで
アロハ！！



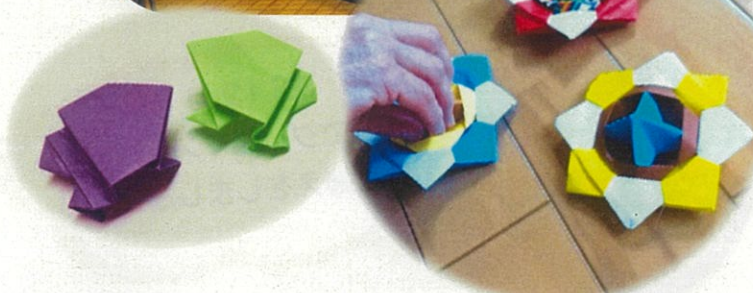
R5.12月 クリスマス会



食べて歌って
楽しいよ♪



R6.2月 おやこ de 手作りおもちゃで遊ぼう



うまく回る
かな？



象郷地区



R5.7・8月 夏休み子どもの料理教室



なるべく大人が手を出さず
子ども達一人一人ができるよう
説明しながら楽しく過ごしました。

R5.10月 県水産課主催 水産食育教室



MENU

オリーブハマチ和風ニンニクステーキ
ハマチの漬け
ハマチとサラダ菜の生春巻き
たい飯



生活研究グループとのコラボ行事
子ども達勇気を出して、
ハマチさばきに挑戦しました！



R5.12月
親子でクリスマスツリーの
寄せ植えをしました☆

認知症との ぶたつ の 付き合い方!!

その1

『頭の美男美女』に参加して

認知症になるのを遅らせよう!!



頭と体の体操あり、ゲームあり…、
楽しく、「笑って」脳を活性化させましょう♪
あなたの参加が、みんなを元気にします

令和6年8月26日(月)～令和7年3月24日(月)

月1回第4月曜日 ㊤今年度より曜日を変更しています

場所：総合センター 大ホール 対象：65歳以上町民（介護認定を受けていない方）

定員：20名

申込締め切り：8月13日(火)

※まずはお電話で、お申込みください。…来所面談をお願いします。

※※すでにお申込みいただいている方は、再度の申し込みは不要です。

その2

「講演会」に参加して

自分が認知症になった時に備えよう!!

「認知症になっても、居心地のいい町って、どんな町？」

認知症になってもならなくても、誰かの手助けを必要とする機会は何度もあります。そんな時、あなたは「助けて」と気軽に言えますか？

誰であっても居心地よい町は、自分の持っている弱さを安心して表せる町です。そのためにできることを、お話ししたいと思います。

日時：令和6年9月6日(金)

午後2:00～3:30

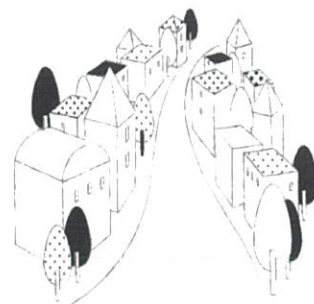
講師：鳥取大学大学院 医学研究科 臨床心理学専攻

竹田 伸也教授

場所：総合センター 大ホール

定員：40名

申込締め切り：8月27日(火)



☆ひとつだけの参加でも、大丈夫です

お申込み・問い合わせは
琴平町地域包括支援センターまで

電話 **75-6880**

事務局通信

シャントセナ

No.257 (令和6年7月号)

— 編集発行 —
 社会福祉法人琴平町社会福祉協議会
 〒766-0004 琴平町榎井891-1
 TEL 75-1371 FAX 75-1481
 E-mail info@k-wel.or.jp
 社協 HP <http://k-wel.or.jp>
 ※24時間電話対応しています。



発行に当たり

今、琴平社協では、6月から一年かけて全世帯を訪問しています。職員には、名札の着用、名刺を持たせています。また、訪問させていただいた際には、40周年記念品として非常食等を少量ながらお渡ししています。決して不審者ではありませんので、皆様職員がお邪魔した際には、よろしくをお願いします。何か相談したいことがある、これを聞いてみたい等ありましたら遠慮なく声をかけてください。皆様の声が、琴平のまちが暮らしやすくなる源となります。ぜひ多くの声をお届けください。



(訪問の様子)

皆様にお知らせがあります。琴平町が主催で、8月に「琴平町地域づくり懇談会」が開催されます。主管として、社協が事務局を担います。目的は、住民と行政の協働です。地域共生社会の実現に向けてぜひご参加いただけたらと思います。詳細は、次月号に掲載します。

<琴平地区>8月20日(火) 琴平町文化会館大ホール <榎井地区>8月27日(火) 総合センター大ホール
 <五條地区>8月23日(金) 琴平中学校多目的室 <象郷地区>8月29日(木) 農改センター

ステーション行事予定表 (7/7~8/10)

日	月	火	水	木	金	土
7/7	8	9	10	11	12	13
		・生きがいデイ (手芸)		成年後見相談会 生きがいデイ (体操)		第21回四国地域 福祉実践セミナー in 徳島・阿南
14	15	16	17	18	19	20
第21回四国地域 福祉実践セミナー in 徳島・阿南 ・こんびら朝市		・生きがいデイ (手芸)	弁護士相談	生きがいデイ (高瀬天然温泉) (体操) 五條つどいの場	第23回 ふれあいデー 17:30~19:00	
21	22	23	24	25	26	27
		・生きがいデイ (手芸)	地域づくり懇談会 準備会	生きがいデイ (体操)		
28	29	30	31	8/1	2	3
こんびら朝市 9:00~12:00 (予定)		・生きがいデイ (手芸)		生きがいデイ (体操) 五條つどいの場		
4	5	6	7	8	9	10
		・生きがいデイ (手芸)		生きがいデイ (体操)		

ちょっとこ場行事予定表 (7/7~8/10)

日	月	火	水	木	金	土
7/7	8	9	10	11	12	13
			豊作会(写経) 10時~ 手あそび会 15時半~		布で遊ぶ会	
14	15	16	17	18	19	20
		スマホ教室 15時~	ひだまりクラブ			
21	22	23	24	25	26	27
			豊作会(写経) 10時~			
28	29	30	31	8/1	2	3
			豊作会(写経) 10時~			
4	5	6	7	8	9	10
		スマホ教室 15時~	豊作会(写経) 10時~		布で遊ぶ会	

☆8月の弁護士相談(要予約)は8月21日(水)です。

☆成年後見相談会は毎月第2木曜日13時から15時です。(要予約)



<地域生活支援係>

～日本赤十字社香川県支部琴平分区よりお知らせ～

募金額 **1,119,150 円** (目標額 1,059,000 円)

令和 6 年度の日赤募金運動強化月間が終了しました。今年度もたくさんのご協力、ありがとうございました。



日赤奉仕団活動 炊き出し



日赤防災活動 AED 訓練

2 回目の令和 6 年能登半島地震災害義援金を送金しました。

募金額 **16,977 円**

ご協力ありがとうございました。



<総務経理課>

社会福祉法人の決算日は3月31日と定められており、4月に令和5年度事業報告、決算書を作成して5月28日に監事監査を実施しました。そして、6月5日に理事会、6月21日に評議員会を開催し、事業、決算について説明を行い協議して頂きました。また、その後は所轄庁の香川県への届出及び高松法務局への登記申請を行いました。事業報告及び決算書については、当会ホームページでも確認できますので、詳細を知りたい方はご覧ください。

また、先月号のシャントセナ6月号でも周知しておりましたが、当会ホームページをリニューアル作業が完了しました。今後も、琴平社協の情報を「はじめての方にもわかりやすく」モットーに掲載してまいります。さて、社協事務所の入口前の床フロアシートが剥がれており危険性がありますので7月6日(土)～7日(日)に張り替えをしてもらえることになりました。工事期間中に来所される皆様には大変不便をおかけ致しますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



＜地域包括支援センター＞

元気で楽しく健康に過ごそう！！

ボッチャの貸し出しもしています
お気軽にお声がけください！！

琴平町地域包括支援センターの活動として、
一般介護予防事業にてボッチャ同好会、



美男美女シリーズ実施しています。各教室を開催することで通いの場を作り、参加を通じて人々との交流を拡げていながら地域づくりを推進していきます。

参加者は、元気に身体を動かしながら真剣に取り組み、悔しさあり、笑いありと楽しく参加しています。この様な活動を通じて、皆

が生きがいや役割等を持ちながら生活できる地域の実現に向けて取り組んで行きたいと思います。



＜居宅介護支援係＞

いかに生き抜くか

3年に1度、見直しが行われる介護保険料、40歳以上の方が負担していますが、令和6年の琴平町の介護保険料は月額5766円。全国平均は6225円です。介護保険のお金のしくみは身近な自動車保険や入院保険をイメージしていただくと分かりやすいと思います。要介護状態になった時に備えて保険料を支払い、事故（要介護状態となったこと）認定されれば給付がおこなわれます。給付は現金ではなく、介護サービス等の現物給付となります。そのため、介護保険サービスを使えば使うほど保険料もアップするしくみとなっています。民間の保険と一緒にですね。介護保険サービス給付のための原資は皆さんから集めた保険料だけではなく、税金も投入されていま

す。『適材適所』ならず『必要なところに必要な支援』が届くことが大切だと考えています。

政府はいろいろな政策を打ってきますが、決してこれまでのように高齢者にとって優しい政策ばかりとは言えません。国民（主に高齢者）への増税がほぼ確定（？）されています。

インボイス、復興特別所得税、介護保険料、後期高齢者医療制度、国民年金等に加え物価高、光熱費の高騰等、今まで通り普通に生活していたら貧乏になってしまっていた、なんてことになりかねません。厳しいご時世ですが、いま一度生活習慣を見直し健康（または維持）で一緒に生き抜いていこうではありませんか。

お知らせ

まちじゅう図書館&415のわコラボ企画

まちじゅう夏の絵本とマルシェ

～楽集館本棚リニューアルイベント～

ぜひ、絵本の魅力を体験しに来てください！
いろいろな催しものを準備しています！

日 時：令和6年7月21日（日）

（昼の部）14:00～17:00

（夜の部）17:00～20:00

場 所：楽集館（上櫛梨241）

内 容：ひと箱古本市、ママカフェ

フリマ、手づくり縁日

15:00～ ペイントワークショップ

14:00～、17:00～ 落語

などなど

出 店：Strawbrrry candle（焼き菓子等）

スカンク 他 出店予定

参加対象：子どもから大人まで

こんぴら朝市

SNS QRコード



琴平町共同募金委員会

SNS QRコード



楽集館利用予定表 (7/7～8/10)

日	月	火	水	木	金	土
7/7	8	9	10	11	12	13
	予約済				姿勢 無料施術 10時～17時	
14	15	16	17	18	19	20
	予約済	包括 13時～16時	包括 9時～12時			
21	22	23	24	25	26	27
予約済	予約済		包括 13時～16時		姿勢 無料施術 10時～17時	
28	29	30	31	8/1	2	3
	予約済			宿題応援隊 9:00～11:30		
4	5	6	7	8	9	10
	予約済			宿題応援隊 9:00～11:30	姿勢 無料施術 10時～17時	

※楽集館をご利用の際は社協まで。

社協の夏祭り！

第23回ふれあいデー

ゆったりと夏の夕べをお過ごしください。

開催日時：7月19日（金）

17時半～19時

場所：琴平町地域福祉ステーション外

バザーは前売り制です。お早めにご注文ください。 〆切 7/12

＜バザー＞

300円 ・たこ焼き・焼き鳥（3本）

200円 ・焼きそば

150円 ・フランクフルト

100円 ・かき氷・輪投げ・飲み物

＜ステージ＞

・極真空手中山道場

・琴平高校 とらすとK

・バレエ教室



この QR コードから注文できるガァ



フードドライブ にご協力ください

賞味期限が1か月以上ある下記の物を受け付けています。特に今、お米が不足しています。皆さんの寄付が誰かの命を助けることにつながります。ぜひ琴平社協までお持ちいただくか、ご連絡ください。



缶詰



レトル食品



カップラーメン



お米