

◆広

たどつた

2

2019(平成31年) No.735

新春初泳ぎ



広報たどつたが
スマホで読める！
詳しくはHPへ

【証明書の取得手順】

マルチコピー機画面▶

- ① コピー機で「行政サービス」を選択する
- ② マイナンバーカードをマルチコピー機にセットする
- ③ 利用者用電子証明書の暗証番号（数字4桁）を入力する
- ④ 必要な証明書を選択する
- ⑤ マルチコピー機に手数料を投入する
- ⑥ 証明書が発行される

※取得した証明書の交換や手数料の返金はできません。



カードにロックがかかってしまったら…

利用者用電子証明書の暗証番号は、**3回以上連続**で間違えるとロックがかかります（署名用電子証明書は5回）。ロックを解除する又は暗証番号を設定し直すためには、役場までご来庁いただくようになります。その際、マイナンバーカードに加えて、顔写真入りの公的身分証明書（免許証、パスポートなど）が必要となりますのでご注意ください。手数料は無料です。

なお、代理人での手続きの場合は、必要書類が異なりますので、事前に住民環境課までお問い合わせください。

2 マイナンバーカードの申請と交付について

【申請】 ◀◀◀◀◀ 郵送またはスマートフォン、パソコンなどでできます！
通知カードは交付まで、大切に保管しておいてください！



● 郵送の場合

通知カードと一緒に届くマイナンバーカード申請書を切り取り、必要項目にご記入、顔写真添付のうえ、同封の返信用封筒に入れてポストへ投函（住民環境課への直接持ち込みも可能）

● スマートフォン・パソコンの場合

交付申請書のQRコードや申請者IDから、申請用Webサイトにアクセス→画面案内に従い、撮影した顔写真を添付して申請登録

※申請書を紛失されている方は、役場窓口にて発行することができます。

※申請方法など詳しくは、国の公式サイト「マイナンバーカード総合サイト」や通知カードに同封されているパンフレットをご覧ください。



【交付】 ◀◀◀◀◀ カードが交付できるようになるまでには、申請後約1ヶ月程かかります。
受取は原則、ご本人様が直接窓口まで来庁していただく必要があります！

- ① ご自宅に交付通知書（はがき）が届く
- ② ご希望の交付日時を住民環境課に電話で予約する
- ③ 同封の書面を参考に必要書類を持参し、役場窓口まで来庁
- ④ 本人確認、顔認証、暗証番号設定などを行い交付

※交付は予約制となっております。予約せずに来られた場合には、お待ちいただくことがありますのでご了承ください。

※交付の際には、交付通知書・通知カードのうち少なくともどちらか1点と本人確認書類は必須となります。

※15歳未満の方または成年被後見人の方のカード受取は、その法定代理人も同行してください。

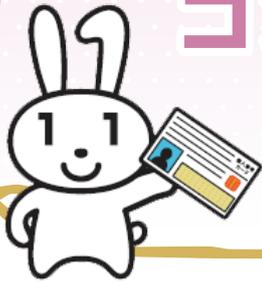
カード交付時に必要な書類

- 交付通知カード(はがき)
- 通知カード
- 本人確認書類
- 住基カード(お持ちの方)



マイナンバーカードを使った 住民票や戸籍などの証明書の コンビニ交付が始まります

H31年
4/1
から



本町では、平成31年4月1日(月)よりマイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストアなどに設置している多機能端末機(キオスク端末、マルチコピー機)から住民票など各証明書を交付できるサービスを開始します。

問 住民環境課 ☎33-4480

1 利用方法について



▲ マイナンバーカード

コンビニ交付を利用するには、カードに「利用者用電子証明書」機能がついている必要があり、暗証番号を入力していただくようになります。
※15歳未満の方は利用できません。



▲ 通知カード



▲ 住基カード

【利用時間】

毎日6:30~23:00まで
※年末年始(12月29日~1月3日)、保守点検日(不定期)を除く

【取得できるコンビニ】

全国のセブン-イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ など
※マルチコピー機を設置していない店舗では、ご利用できません

【取得できる証明書】



取得できる証明書	手数料	備考
住民票の写し	300円	<ul style="list-style-type: none"> ▷多度津町に住民登録のある方で、本人または同一世帯人の現在の住民票 ▷本籍・続柄の記載を選択できます ▷住民票コードやマイナンバーの記載は出来ません
印鑑登録証明書	300円	<ul style="list-style-type: none"> ▷多度津町で印鑑登録をしている本人の証明書 ※コンビニ交付に限り印鑑登録証カードは不要(窓口での取得には必須)
戸籍謄本・抄本	450円	▷本籍が多度津町にある方で、本人または同一戸籍人の現在の戸籍謄本(抄本)
戸籍の附票の写し	300円	<ul style="list-style-type: none"> ▷除籍や改製原戸籍は取得できません ▷戸籍の届出を受理後、コンビニで証明書を取得できるまで、1週間程度かかります

※戸籍取得の際、住所が町外の方は初回のみ事前に利用者登録が必要です。申請はマルチコピー機やパソコンでできますが、登録に数日かかります。

※「転出」された後「転入」手続きを済まされていない方がいる世帯では、証明書発行ができません。

※成年被後見人の方、支援措置対象者の方の証明書は、コンビニ交付に対応しておりません。窓口までお越しください。

受付期間：2月18日月～3月15日金

平成30年1月1日から12月31日の1年間の所得を申告するもので、平成31年度町県民税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料などの算定基礎となる非常に重要なものです。締め切りが近くなると申告会場が大変混雑しますので、早めに申告をお願いします。

問 税務課 ☎33-1118

2 申告日程と該当地区

● 陸地部

会 場 町総合福祉センター 4階

受付時間 9時～16時（開場：8時30分）

月	火	水	木	金
2月 18	19	20	21	22
●道福寺地区	●南鴨地区	●葛原 (大木・北条・小塚 ・めぐみ団地)	2月20日以外の 葛原地区	●東白方地区 ●西港町 ●見立
25	26	27	28	3月 1
●西白方地区	●奥白方地区	●山階上 ●山階小原 ●山階本村	2月27日・3月4日 以外の山階地区	●青木地区
4	5	6	7	8
●三井地区 ●山階 (恵比寿団地・グリーン 団地・山階社宅)	●庄地区	●堀江地区 ●北鴨地区	●本通 1、2、3丁目	●元町 ●仲ノ町 ●京町 ●大通り ●栄町1、2、3丁目
11	12	13	14	15
●桜川1、2丁目 ●寿町 ●東浜 ●西浜 ●若葉町	●家中 ●日の出町 ●東新町 ●東港町 ●幸町	該当する日に 来られなかった方	該当する日に 来られなかった方	該当する日に 来られなかった方

最終3日間は特に混雑します。

● 島しょ部

日	受付時間	該当地域	会 場
2月23日(土)	10時～14時	高 見	高見出張所
	10時～13時30分	佐柳(本浦)	本浦住民会館
		佐柳(長崎)	佐柳いこいの家



役場税務課窓口での確定申告の受付は出来ません。
確定申告が必要な方は、地区ごとの該当日に申告会場にお越しください。



平成30年分

町県民税の申告が始まります

1 申告について

● 申告が必要な方

平成31年1月1日現在、多度津町に住所がある方。
ただし、次のいずれかに該当する場合は、申告の義務はありません。

- (1) 税務署で確定申告をする方
- (2) 給与収入のみで、勤務先で年末調整済である方
- (3) 公的年金収入（400万円以下）のみの方

※申告の義務がない方でも、控除を追加する場合には申告が必要です。また、所得がなかった方でも、所得課税証明書の発行や、国民健康保険税の軽減判定などに影響がありますので、所得がなかった旨の申告をお願いします。

次に該当する方は、税務署での申告をお願いします。

- ・青色申告をする方
- ・譲渡所得（株式、土地、建物の売買）の申告をする方
- ・死亡した人の申告をする方
- ・過年度の確定申告や修正申告をする方
- ・個人事業者の消費税および地方消費税など

※申告内容により税務署に案内する場合があります。



● 申告に必要なもの

印鑑（認め印）

※所得税の口座振替を希望される場合は、金融機関への届出印

所得金額が分かるもの

- ・給与所得、年金所得のある方は、平成30年分源泉徴収票
- ・事業所得（農業、営業、不動産など）のある方は、収入と経費が分かる帳簿か収支内訳書、領収書など
- ・報酬の支払調書、配分金等の支払証明書

各種保険料の控除証明書（社会保険料、国民年金保険料、生命保険料、個人年金保険料、地震保険料など）

医療費控除を受ける場合は、医療費控除の明細書、領収書、医療費通知書（自己負担額の記載があるもの）、保険金などで補てんされた場合は、その金額が分かるもの

セルフメディケーション税制の適用を受ける場合は、健康増進および疾病予防への一定の取組（健康診断、予防接種など）を行っていることがわかる書類および「スイッチOTC医薬品」の購入費の領収書

※従来の医療費控除との併用不可

障害者控除を受ける場合は、身体障害者手帳・療育手帳など

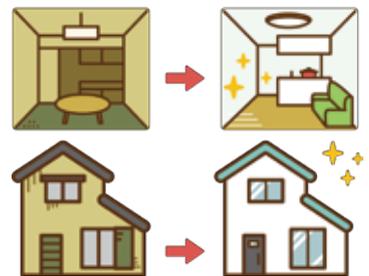
住宅借入金等特別控除を受ける場合は、登記事項証明書、借入金年末残高証明書、工事請負契約書や売買契約書の写しなど

税務署からの案内はがき（送付されている場合のみ）

還付を受ける場合は、受取口座（本人名義）が分かるもの

「マイナンバーカード」または「通知カードと運転免許証などの身元確認書類」

※写し（コピー）の持参は不要です



申告相談会場は、連日大変混雑します。以下についてご協力をお願いします。

- ①事業所得を申告する方は、事前に収入と支出それぞれの項目ごとに計算し、整理してください。
- ②医療費控除の申告に領収書の提示または添付が不要となりました。その代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要です。医療費の領収書は、自宅で5年間保管しておいてください。

※医療費控除や収支内訳書の用紙は、税務課にあります。

また医療費控除に関する詳細は、国税庁のホームページをご覧ください。



平成31年1月から、e-Taxの利用手続きがより便利になりました

●マイナンバーカードやICカードリーダライタをお持ちでない方でも、e-Taxで申告できるようになりました！用意するものは2つです。

①ID（利用者識別番号）

②パスワード（暗証番号）

※発行を希望される方は、運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。

●国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、スマートフォンでも所得税の確定申告書が作成できます。

※平成30年分申告から、給与所得者（年末調整済み）で医療費控除またはふるさと納税などの寄附金控除を適用して申告する方は、「スマホ専用画面」から確定申告書を作成できます。

※スマートフォンから消費税、贈与税の申告書ならびに決算書等の作成はできませんので、作成される方は、パソコンをご利用ください。



電話による申告相談をご利用ください

電話での所得税および復興特別所得税・贈与税・消費税などの確定申告に関する質問や相談にお答えします。

開設期間

1月18日(金)～3月15日(金)
※土・日・祝日は2月24日(日)
および3月3日(日)のみ

所轄の税務署にお電話いただき、自動音声案内に従い、「0」を選択してください。また、申告以外のご相談は「1」を選択してください。



マイナンバーの記載忘れにご注意ください

郵送等による提出の際は本人確認書類の写しの添付をお願いします。

平成30年分の所得税、贈与税および消費税の確定申告につきましては、マイナンバー記載と本人確認書類（例1：マイナンバーカード、例2：通知カードと運転免許証など）の提示または写しの添付が必要です。
※申告書等の提出の都度必要ですので、前年分の申告書に記載・提示された方も同様です。



マイナンバーセンター
マイナちゃん

医療費控除が改正されています！

平成29年分の確定申告から医療費控除を受けられる場合には、医療費領収書の提示・提出が不要となり、代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。

※領収書は自宅で5年間保存し、税務署から求められたときは、提示または提出しなければなりません。

※平成31年（2019）年分までの確定申告では、これまでどおり領収書を提出することも可能です。



医療費控除の申告・医療費控除の明細書は、国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」で作成できます。

平成30年分の贈与税の申告手続きについて

平成28年分の贈与税の申告から、「マイナンバーの記載」と「本人確認書類の提示または写しの添付」が必要です。また、父母などの直系尊属から贈与により財産を取得したケースで、贈与税額の計算にあたり、「特例税率」の適用を受ける場合には、戸籍の謄本などの書類の提出が必要です。



詳しくは、
国税庁のホームページ
をご覧ください。

過去の年分において、同じ贈与者からの贈与について「特例税率」の適用を受けた方で、既にその書類を提出されている場合は、その書類を重ねて提出する必要はありません。

国民年金について

●国民年金基金について

国民年金基金は、自営業者等の国民年金の第1号被保険者の方が安心して老後を過ごせるように、老齢基礎年金にゆとりをプラスする公的な年金制度です。60歳以上65歳未満の方や海外居住されており国民年金に任意加入している方も加入できます。

●善通寺年金事務所へおでかけの際は、事前予約をお願いします！

年金の受給に関する相談窓口は混雑する場合があります。待ち時間を削減するため、年金事務所では事前予約を受付けています。予約の際は基礎年金番号が分かる年金証書や手帳、年金額改正通知書等をご準備のうえ、ご連絡ください。

●国民年金保険料の納付は口座振替がお得です！

口座振替を利用すると、金融機関等に行く手間と時間が省けます。



お申込みは、「口座振替申出書」に必要事項を記入し、お近くの年金事務所や高齢者保険課へ提出・郵送してください。

◆保険料の早割がお得です！

保険料の納付期限は翌月末ですが、当月末に引き落とす「早割」にすると、月50円（年間600円）のお得になります。



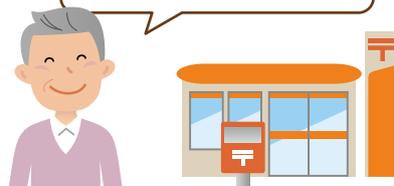
◆保険料をまとめて前納するとさらにお得！

保険料は、まとめて前納することでさらにお得になります。また、前納には期限がありますので、ご注意ください。



前納の納期限

- 6か月前納：4月～9月分は2月末まで
10月～翌年3月分までは8月末まで
- 1年前納：4月～翌年3月分は2月末まで
- 2年前納：4月～翌々年3月分は2月末まで



☎ねんきんダイヤル ☎0570-05-4890 善通寺年金事務所 ☎62-1662

後期高齢者医療制度からのお知らせ

●葬祭費について

被保険者が亡くなったときには、葬祭を行った方（喪主）に葬祭費を支給しています。町担当窓口へ申請をしてください。

【申請に必要なもの】

- ・葬祭を行ったことを確認できる書類（会葬礼状、火葬許可書など）
- ・葬祭を行った方の印鑑
- ・葬祭を行った方の預金通帳など口座番号と名義の確認ができるもの

葬祭費は葬祭を行った日の翌日から2年を過ぎると時効により支給できませんのでご注意ください。



●医療費通知について

医療費通知は、対象期間にかかれた医療機関の名称や通院（入院）日数、また、その際にかかった医療費の総額や自己負担相当額等が記載されており、年2回発送しています。今回、医療費通知をお送りするのは、平成30年6月から10月までに医療機関を受診された被保険者の方を対象に、平成31年2月上旬に発送する予定です。



また、今回お送りする医療費通知は、平成30年8月にお送りした医療費通知（平成30年1月から5月診療分）と合わせて、確定申告による医療費控除を受ける際に「医療費控除の明細書」として使用することができます。

なお、医療費控除の申告に関することは所轄の税務署にお問い合わせください。

☎香川県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎087-811-1866

春休みの放課後児童クラブ利用受付について

春季休業期間の放課後児童クラブの利用について、下記のとおり利用受付を行いますので、利用希望の方はお申込下さい。

受付期間 2月18日(月)～3月1日(金)

利用期間 3月25日(月)～4月5日(金)

月曜日～土曜日の8時30分～18時15分

※土曜日は、1施設での合同預かりとなります。
また、6年生については3月31日(日)までとなります。

資格 下校時間に父母の就労・傷病等により家庭等で監護する保護者がいない世帯



決定通知は、3月8日(金)発送予定です。

父母以外の18歳以上75歳未満の方が同一住所地にいる場合は、理由書の提出が必要です。



申込書類は健康福祉課にて配布しています。また、町ホームページにも様式を掲載しています。



放課後児童クラブ対象者

施設名	定員(人)	受入学年
多度津地区児童館	40	1年生～3年生
豊原地区児童館		
四箇地区児童館	60	1年生～6年生
白方地区児童館	40	
多度津校区四つ葉クラブ	30	4年生～6年生

「第2回たどつ創業セミナー」を開催します!

新しく会社やお店を始めたい方や経営に興味がある方に向けたセミナーを開催します。

日時 (第1回) 2月20日(水) 18時30分～20時15分
(第2回) 2月27日(水) 18時30分～20時15分
※要申込み、先着順となります。

場所 町総合福祉センター 3階

定員 20名程度 **料金** 無料

申込み 2月15日(金)まで

チラシの参加申込欄にご記入の上、FAXまたはメールにてお申込みください。

申込み先：多度津商工会議所 ☎：33-4000 Fax：33-4713

E-mail：tadotsuyeg@tadotsucci.net



プログラム

- ・町内創業者や経営者の講演
- ・クラウドファンディング
- ・宣材写真の撮り方
- ・ITの活用について など



香川県消費生活センターからのお知らせ



●封書・ハガキによる架空請求は無視を!

「訴訟最終告知のお知らせ」と書かれた封書やハガキが届いたなど、架空請求の相談が多く寄せられています。これらの郵便物は「法務省管轄支局」と名乗っていますが、法務省とは一切関係ありません。正式な裁判手続では、訴状は「特別送達」と記載された、裁判所名入りの封書で直接手渡されます。

不安になったり、連絡先が書かれていても、絶対に相手に連絡しないでください。少しでも不安を感じたら、消費生活センターに相談してください。





ねこ通 Vol.16

こんにちは。まねきねこ課推進員の田中です。はじまったばかりの新年、皆様いかがお過ごしですか？さて、今月のねこ通は、昨年12月に開催した2回目の「たどつ桜たんページェント」の開催レポートです。今回も町内外からたくさん来てくれましたよ～！



桜をイメージした可愛いピンク色のスカイランタン！メンバーがこだわった念願の色。リリースされると、少林寺拳法のテラスはまるで映画の中のようなロマンチックな景色に。



マルシェ

マルシェは多度津町のイベントに初めて出店するお店が多く、あっという間にSOLD-OUTとなったデザートも…！前回の桜たんがきっかけで、コラボメニューが登場したお店もありました♪



スカイランタン



クリスマスウィッシングツリー

ゴールドをポイントにしたディスプレイの新エリアは、日が落ちると幻想的な空間になりました。来場者が願いごとを書いて吊るす参加型のツリーは時間と共にキラキラに！

他にも、香川大学の学生とコラボしたワークショップや楽しいコンサート…と、伝えきれないほど楽しい1日でした♪当日までの準備は大変ですが、皆さんの笑顔やSNSの素敵な投稿を見ると、嬉しくて、メンバー一同「頑張ってたかった」と思います。これからも、多度津町の魅力をつくり、発信していきますので、応援よろしくをお願いします！スタンプラリーをクリアした方に、オリジナルクッキーをプレゼントしました！➔



問 多度津町まねきねこ課事務局（政策観光課内） ☎33-1116 E-mail : tadotsu.manekineko@gmail.com

今回は「四国まんなか千年ものがたり」に乗るよ～！

2月は14・21日放送です

Let's タドクエスト!!

多度津町の魅力を発見する番組 多度津クエスト

ケーブルメディア四国（高松市ほか）でレギュラー放送決定！

121ch/12ch 中讃テレビ
CVC ニュース内で好評放送中!!
You tube でも配信
番組に対するお問い合わせは 0120-088-788

タウンプロモーションのホームページやSNSでもまねきねこ課が多度津の魅力を発信中！ たどりつく多度津 検索

「佐柳島のイロイロな生き物の話～山編～」

今年の干支は「亥」。亥年の私としては特別な存在ですが、現実的には出会いたくない動物です。むかし猪は「**𪛇(イ)**」と呼ばれおり、イノシシの語源は「**𪛇(猪)のシシ(肉)**」からきているそうです。冬は山に餌がなくなり降りてきては土を掘り掘り、ミミズなどをむしゃむしゃ。

もし出くわしてしまったら、決してあわてず騒がず、背中を向けずにそっと後退して逃げましょう。

地域おこし協力隊 村上直子

地域おこし協力隊の

多度津再発見!



クリスマスイベント開催！【愛光保育園】

愛光保育園のクリスマスは、12月いっぱいイエス様の誕生を待ちながら過ごします。

ツリーやイルミネーションの点灯式に始まり、礼拝、降誕劇、プレゼントづくり、そしてお楽しみ会やパーティーと、充実した毎日を過ごしました。



初日の出を見る会【豊原幼稚園】

豊原幼稚園にて「初日の出を見る会」が開催され、朝早くから多くの方が参加し、ご来光を拝み、餅つきや羽子板などを楽しみました。また、つぎたてのお餅を使ったぜんざいが参加者に振る舞われ、冷えた体を芯から温めてくれました。



多度津高校バレー部 春高バレーでベスト16

12/21
表敬訪問



第71回全日本バレーボール高等学校選手権大会に、多度津高校が52年ぶりに県代表として出場しました。多度津高校バレー部は、1・2回戦での激戦を制し3回戦で洛南（京都府）と対戦し、惜しくも敗れました。



ファミリー健康ウォーク2018

12月2日(日)に中央公民館主催のファミリー健康ウォーク2018が実施されました。当日は風も無く穏やかな天候のもと参加者25名は、JR善通寺駅～五岳の里市民集いの丘公園～四箇地区公民館～福祉センターまでの約11kmを全員が元気に完歩しました。



交通マナーを守りましょう！

12月13日(木)、多度津町高齢者交通安全協議会主催による「交通安全パレード」が実施されました。当日は、丸亀警察署や交通安全協会、交通安全を守る会などとともに多度津駅や町役場周辺でパレードを行い、年末年始の交通事故防止を呼びかけました。



平成30年度 桃陵苑慰問

12月6日(木)、「小さな親切」運動多度津町支部の方々が桃陵苑を慰問され、舞踊や民舞、オカリナ演奏などが披露されました。参加した利用者の方々は、披露された演目を楽しみ、笑顔があふれていました。



お知らせ

information

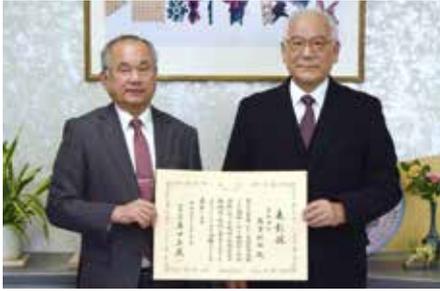
内容 日時 場所
対象 定員 料金
申込み 他 その他 問合わせ

表彰

■平成30年度自治会等

地縁による団体功労者 総務大臣表彰

平成30年11月28日、西澤利昭氏が長年、地域住民の福祉の向上と地域発展に寄与していることが評価され、「平成30年度自治会等地縁による団体功労者総務大臣表彰」を受賞されました。



募集

■学校給食用物資

納入業者の登録について

平成31年度の学校給食用物資納入業者の登録申請を次のとおり受け付けます。

申 2月1日(金)～15日(金)

※希望業者は町学校給食共同調理場にある申請書を同所に提出してください。

問 町学校給食会

(町学校給食共同調理場内)

☎ 32-3611

■平成30年度

統合失調症の家族学習会

内 「統合失調症の

治療と症状について」

講師 精神科医師

江川 晶子氏

時 2月20日(水)

9時30分～11時30分

所 香川県中讃保健福祉事務所

対 統合失調症で治療中の方の家族等

定 30名

申 2月13日(水)まで

問 香川県中讃保健福祉事務所

☎ 24-9963



■クリントピア丸亀から

お知らせ

●牛乳パックで作る

紙すき体験

時 2月16日(土) 10時～12時

定 5名

他【持ち物】

牛乳パック2個・千代紙

●ガラスの足型作り

時 2月17日(日)・24日(日)

※要予約

対 足のサイズが12cm以下の赤ちゃん

料 8,000円

●古布工房特別講座

「入園・入学お助け講座

内 ミシンを使って手提げバッグ

などを手作りしませんか?

時 申込みの時に相談

申 左記連絡先まで ※材料持参

問 クリントピア丸亀

☎ 56-1144



■自衛官採用試験

●自衛官候補生

時 試験日は受付時にお知らせ

対 18歳以上33歳未満

申 年間を通じて募集

問 自衛隊善通寺地域事務所

☎ 63-2363

■平成31年度

県政モニター募集

内 県民の皆様のご意見を幅広く県政に取り入れるため、県政に関するアンケートに答えていただく県政モニターを募集します。

※任期は4月1日から1年間

申 3月5日(火)まで

【郵送で回答される方】

専用の用紙に必要事項を記入し、郵送またはFAX

「インターネットで回答される方」

「香川県県政モニター募集」

で検索し、応募

問 香川県広聴広報課

☎ 087-832-3021



■第15回卒業記念講演会

内【講演】

「多様化社会における

働き方・生き方のすすめ」

講師 株式会社 禾

代表取締役 中條 淳子氏

時 2月23日(土) 10時～12時

所 善通寺市民会館大ホール

問 香川看護専門学校

☎ 63-6161

■がんサロン

内 「みんなのサロン」

「がんの悩みや不安、一人で考えず話してみませんか?」

講師 蔦 和子氏

岩田 尚子氏

伊原 志乃氏

時 2月20日(水) 11時～12時

所 香川労災病院 管理棟3階

問 香川労災病院

☎ 23-3111

■かがわ長寿大学

西校受講生募集

時 4月～2021年3月

所 坂出市、善通寺市、丸亀市、

三豊市を巡回実施

対 4月1日現在満60歳以上で、

受講したことがない方

定 102名

料 年間 25,000円

申 2月1日(金)～28日(木)

往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・性別・電話番号・「かがわ長寿大学受講希望」を記入し郵送

問 (公財)かがわ健康福祉機構

☎ 087-863-0222



第17回讀岐うどん つるつるツーデーウォーク

時 4月6日(土)

崇徳上皇・へんろ道コース
4月7日(日)

瀬戸大橋・万葉の鳥コース

所 JR坂出駅前 市民広場

料 一般… 1,800円

(当日) 2,200円

中学生… 1,000円

(当日) 1,200円

小学生以下は無料(保護者同伴)

申 3月9日(土) まで

問 ツーデーウォーク実行委員会

☎45-4401

お知らせ

防災についての講演と 訓練を開催します!

内 自然災害等の発生に備えま

よう。暖かく動きやすい服
装でお越しください。

時 2月23日(土)

8時30分~12時(雨天決行)
所 多度津中学校 体育館および
教職員駐車場

他【持ち物】上履き

問 総務課

☎33-11110



中小企業・ 小規模事業者の皆様へ

2019年10月1日から、消

費税が10%に引き上げられ

ると同時に、消費税軽減税
率制度が実施されます。中

小企業・小規模事業者の皆

様に対しては、複数税率対

応レジの導入や、受発注シ

ステムの改修に要する経費

を補助する制度もあります

ので、是非ご活用ください。

詳しくは、軽減税率対策補助

金事務所ホームページをご

覧ください。

問 産業課

☎33-11113



香川労働局からお知らせ

労働保険の加入手続きは お済みですか?

労働保険(労災保険および雇

用保険)は政府が管掌する保
険制度であり、原則として労

働者を1人でも雇用したら必

ず加入し、労働保険料を納付

しなければなりません。電子

申請もご利用になりますので

ご活用ください。

問 香川労働局 労働保険徴収室

☎087-1811-8917



平成30年度中学生の 「税についての作文」入賞者

平成30年度中学生の「税につ

いての作文」において、多

度津中学校から次の方が入

賞しました。

【丸亀税務署管内納税貯蓄

組合連合会会長賞】

水田 弘樹(3年)

【公益社団法人丸亀法人会

会長賞】

松尾谷 駿(1年)

【丸亀税務署管内納税貯蓄

組合連合会優秀賞】

西山 暖人(3年)

問 丸亀税務署

☎23-2243

丸亀警察署からお知らせ

香川県警察では、通学路や生

活道路での事故防止を図る

ため、平成31年2月から持

ち運び可能な速度取り締ま

り装置(可搬式オービス)

を新たに導入します。住民

の皆さん、これまで以上に

安全意識を向上させ、交通

事故防止に努めてください。

問 丸亀警察署 交通課

☎22-0110



多度津ユネスコ協会講演会

「丸亀城石垣修復運動について」

講師 遠藤 亮先生

時 2月13日(水) 10時~12時

所 町総合福祉センター3階

問 多度津ユネスコ協会 渡部

☎090-7782-2426

四国学院大学 卒業公演

身体表現と舞台芸術マネジメ

ント・メジャーの4年生の

作品を上演します。

時 2月15日(金)~18日(月)

所 同大学ノトスタジオ

問 同大学パフォーミング

アーツ研究所

☎62-2324

高松法務局からお知らせ

問 高松法務局 ☎087-821-6342

●登記事項証明書等の請求にはオンラインでの手続きが便利です

土地・建物、会社・法人の登記事項証明書の請求には、自宅や会社のパソコンのWebブラウザから、インターネットを利用して請求できる「かんたん証明書請求」をご利用ください。請求された証明書は、郵送のほか、最寄りの登記所や法務局証明サービスセンターで受取が可能です。

オンライン
手続きの
ここが便利!

詳しくは
「かんたん証明書請求」
で検索!!

- 窓口請求より安いのでお得!
- 自宅にいながら手続きが可能に!
- Webブラウザで簡単に請求できます!



お知らせ

information

【タイムスケジュール】
 8:45 多度津港集合
 10:00 会場到着
 16:50 島内イベント終了
 18:00 多度津港到着・解散



ネコノシマ
 婚活愛らんど
 じゃんとも素敵な運命の出会い.....



2018年に奇跡の**カップリング率(50%)**を起こしたネコノシマ婚活愛らんど。愛くるしい**ネコ**たちと一緒に、**奇跡の島**で幸せな出会いを見つけてみませんか？

- 所** 佐柳島
- 対** 20歳以上の男女
 ※男性は多度津町在住もしくは町内企業に勤務の方を優先
- 定** 男性20名 女性20名
- 料** 男性5,000円 女性4,000円
- 申** 2月28日(木)まで電話または多度津YEGのHPで申込み

問 多度津商工会議所青年部 ☎33-4000

地域包括支援センターからお知らせ

問 多度津町地域包括支援センター ☎33-1138

●仲間とつながろう「おしどり会」～認知症の方を支える介護者の会～
 ご自宅で介護をされている方の参加をお待ちしています！

- 内** お茶会（来年度の予定について話し合い）
- 時** 2月15日(金) 10時～12時 **申** 地域包括支援センターまで

参加者募集



●65歳以上の多度津町民の方ならどなたでも参加できます

◆すまいるライフ教室◆

- 内** 肩痛・腰痛・膝痛改善体操
- 時** 毎週火曜日
13時30分～15時30分
- 所** 町総合福祉センター **定** 20名/月(毎月入会できます)

3月からの生徒さん募集!!

2019年度の生徒さん募集!!

◆さくら倶楽部(認知症予防教室)◆

- 内** 脳と体についてのお話・認知症予防の運動
- 時** 5月13日～8月5日または9月2日～12月16日
毎週月曜日 13時30分～15時
- 所** 町総合福祉センター **定** 20名

「第4回 黄金クラブ～65再開～」開催決定!!



黄金クラブとは、介護保険の1号被保険者となる65歳の方を対象に、地域における仲間や生きがいを見つけてもらい、これからの輝かしい人生を健康に過ごしてもらうことを目的としたイベントです。出欠の締め切り日は平成31年2月18日となりますので、対象者の方はふるってご参加ください。

- 時** 3月2日(土) **所** 町民健康センター 2階
- 対** 昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれの方

問 高齢者保険課 ☎33-4488



国府弘子 × 川井郁子

スペシャルコンサート ～東京オーケストラMIRAIと共に～



国府弘子
2017年デビュー30周年を向かえ、音色にますます深い情感をたたえ、ジャンルを超越した共演者から熱いラブコールの絶えない、オンリーワンのピアニスト。



川井郁子
香川県出身のヴァイオリニスト。国内外の主要オーケストラと共演。作曲家としてもジャンルを超えた音楽作りに才能を発揮。

ひだまり2月講習
ご機嫌脳のつくりかた
講師 三木 佳代 先生
時 2月12日(火) 10時～11時30分
多度津町シルバー人材センター
☎ 33-4755

三遊亭小遊三・春風亭昇太二人会
時 3月21日(木・祝) 開演：14時
料 一般 3,800円
高校生以下 1,900円
※当日券は500円増
☎ 33-3330



中央公民館からお知らせ
中央公民館講座作品展
内 切り絵
時 2月14日(木)～3月14日(木)
8時30分～17時
所 町民健康センター1・2階

老人クラブ2月行事予定
〔四箇地区〕
内 男性料理教室
時 2月16日(土) 9時～
所 四箇地区公民館

湯楽里2月行事予定
2月15日(金)
内 芸能発表会
時 9時30分～12時30分
所 白方地区公民館

湯楽里休館日
2日・3日・9日・10日
11日・16日・17日・23日
24日
● 買物ツアー／14時
5日(火)・8日(金)・13日(水)
19日(火)・27日(水)
☎ 32-8501

日	時間	内容
1金	11時	節分行事
4月	10時30分	健康運動教室
6水	9時30分	めぐねのクローニング
7木	10時30分	脳と体を元気にする体操
12火	11時	みんなで楽しく歌おう
13水	10時30分	手編み教室
14木	10時30分	和紙ちぎり絵教室
15金	13時	いきいき健康体操
18月	10時30分	ボディコンディショニング
20水	10時30分	カレンダー作り
21木	10時30分	脳と体を元気にする体操
22金	13時30分	お話し会
25月	13時30分	フットセラピー
26火	11時	みんな楽しく歌おう
27水	10時30分	手編み教室

文化教養
内容 日時 場所
対象 定員 料金
申込み 他 その他 問合わせ

「2月の行事予定」
TIBOLAN 30th Anniversary LIVE TOUR
「the Best」(勸)
時 2月3日(日) 開演：17時30分

● 四国芸術音楽祭 Vol.10
野中耀博和太鼓教室
時 2月11日(月・祝) 開演：14時

● 劇団四季ファミリーミュージカル「王様の耳はロバの耳」
時 2月16日(土) 開演：18時

● 第27回 尽誠学園音楽祭
時 2月17日(日) 開演：14時

● 第10回 新体操教室発表会
時 2月24日(日) 開演：13時

たどつ俳壇(第83回)

小西 としじ 選

【第一席】 別れあり

誕生ありの年暮るる

藤倉純(若葉町)

【評】 歳月は矢の如く過ぎ去つてゆくが、新しい生命の誕生や親しい人との決別など悲喜こもごもの歳月だった作者。その一年も暮れて新しい年が始まる。感情に左右される事無く赤子の成長をしっかりと見届け、清らかなで新年を迎える。

【第二席】

日課なる

朝の果樹の枯葉掃く

あした 浜辺忠志(佐柳)



【評】 年中お世話をされて居られる果樹、その落葉を毎朝掃き集める日課。朝のみの世話だけで無く昼には昼、夕べには夕べの世話をされておられるであろう。果樹の健康度や成長の具合等も調査し手当てをしておられる様子が一句に読み取れる。

【第三席】

足音の

響く廊下や冬病棟

高田ただし(寿町)

【評】 見舞いに行かれた病院であらう。冬の病棟の廊下は冷え冷えとして固く、靴音が壁や天井に反響して高く響く。他の入院患者の方に気兼ねしてそっと歩くのだが、病室まで遠くて焦って仕舞う。冬の病棟の様子が上手に描かれた一句。

【佳作】

重厚に

日差し遮る冬の雲

村井たくみ(東白方)



朝日浴び

海原のごと冬田かな

宮川 武史(三井)

●次回作品募集

◆内題名「当季雑誌」

◆申 3月15日(金) 必着

ハガキに①作品(未発表を三句まで)②住所③氏名④電話番号を明記の上、中央公民館まで郵送または持参。

〒 中央公民館 ☎ 33-0760

スポーツ

●平成30年度多度津町柔道大会
(11月23日/多度津町)

【9歳以下の部】

優勝：安村 茉莉愛

イザベル

準優勝：山本 観那

3位：福井 遥斗

【12歳以下の部】

優勝：安村 アンヘル

鷹主海

準優勝：福井 瑞希

3位：北田 妃花莉

【16歳以下の部】

優勝：柳原 騎士

準優勝：山根 知哲

3位：安村 愛優美

ジャスミン

【女子一般の部】

優勝：安村 愛優美

ジャスミン

準優勝：安村 美優美

ソフィア

3位：安村 龍美花

シレナ

【男子一般の部】

優勝：前田 裕樹

準優勝：香川 陽平

3位：山根 知哲



●第30回ソフトバレーボール
香川県大会

(11月23日/三豊市)

【低学年の部 優勝】

【高学年の部 準優勝】

多度津ジュニア

バレーボールクラブ

●第41回丸亀ライオンズクラブ

少年少女バレーボール大会

(12月2日/丸亀市)

【女子の部 3位】

多度津ジュニア

バレーボールクラブ

●第12回徳島KIDS

レスリング大会

(12月9日/徳島県)

【年少・年中 15kg級】

1位：西村 眞聖

【年少・年中 22kg級】

1位：小野 圭佑

【年少・年中 27kg級】

1位：川西 陽向

【年長 18kg級】

1位：洲賀崎 湊人

【小学3・4年 42kg級】

3位：高島 凜

【小学5・6年男子 63kg級】

3位：戸倉 晴稀

3位：内田 翔大

【中学生男子 43kg級】

3位：洲賀崎 奏

【中学生男子 54kg級】

1位：高嶋 章人

3位：岡 大和



●第112回イレブン

グラウンドゴルフ大会

(11月24日/四箇小学校運動場)

優勝：田村 美千子

準優勝：西原 隆

3位：宮武 雅子



親切

■「小さな親切」作文

●「気配り」のある学校、まちに

四箇小学校

校長 寺嶋 俊秀

授業の時に見かける光景の1つです。先生が授業で使うプリントを各列の先頭の子どもに配りました。子どもたちは、徐々に後ろの人にプリントを回していきます。その時、プリントがどうも1枚足りなかったようです。最後から2列目の子どもがちょっと躊躇して、その1枚のプリントを1番後ろの子どもに渡して、前にいる先生のところへ「1枚足りませんでした。」と申し出て、もらってきたのです。自分のことより友だちのことを優先して考えられる子どもの姿に、人を思いやる心を見た思いがして、とても嬉しくなりました。



人は、様々な集団の中で生活しています。それぞれの集団の中で互いに気持ちよく生活し活動していくには、気配りができる人の存在は大切なことです。日本には、昔から「阿吽の呼吸」「以心伝心」「一を知って十を知る」などの言葉があるように、言葉に出さなくても状況を見て行動できる能力が高かった人が多くいたのかもしれない。しかし、今の時代、言葉で指示されなければ何もできない、いわゆる「指示待ち人間」が多くなっているというのを聞いたことがあります。言われたことしかできない、指示されたこと以外は事しかやらない、細かなマニュアルがないと突発的に起きた事象に対応できないなどの傾向が見られること、少し残念に思います。

気配りができ、その場の状況を察して自ら行動に移すことができることも「生きる力」であり、社会に出た時に集団の中で



円滑に活動していくことの大切な要素の1つではないでしょうか。

こうした「気配り」は、マニアルで学ぶことではなく、幼いときから近くによい手本となる人がいて、様々な経験の中で身に付いていくものだと思います。従って、私たち大人自身が、子どもの前でよい手本となる姿を見せることが、なにより大事なことだと思います。



■善意(12月分) 敬称略

●多度津町社会福祉協議会

・河野 泰雄(一庄)

・三谷 勝則(堀江)

・株式会社 山倉建設感動塾

(南 鴨)

●特別養護老人ホーム「桃陵苑」

・多度津商工会議所女性会、多度津町生活研究グループ連絡協議会、JAあゆみの会、ひまわりの会、すいせんの会、多度津町民生・児童委員協議会、山崎生花店、桜サポーター会、小さな親切運動多度津町支部、多度津高校

平成30年度環境標語
小・中学校選出作品紹介

【多度津中学校】

我々の地球の未来を

守り隊

2年 加藤 琳

広げよう小さな親切

笑顔の輪

1年 中村 皆翔

【多度津小学校】

食べのこし

しないことから

はじめよう

2年 森井 優希

【豊原小学校】

すずしいよ

あさがおカーテン

2年 佐藤 力翔

【四箇小学校】

ポイ捨ては

みんなの気持ちも

よごしちゃう

【百方小学校】

くり返し

地球にやさしい

リサイクル

5年 高島 悠之助

※学校名・学年

・氏名等は、

選出時点のも

のです。



第38回全国中学生
人権作文コンテスト

人権作文コンテストは、次世代を担う中学生が人権問題についての作文を書くことにより、人権尊重の重要性についての理解を深めることを目的に開催されています。

このたび、同コンテスト香川大会において、多度津中学校の生徒2名が、表彰を受けました。

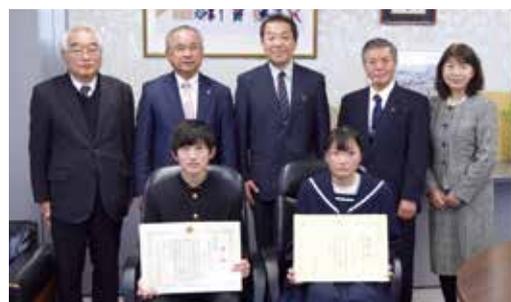
【中央大会奨励賞】

【最優秀賞(高松法務局長賞)】

福永 そら(2年)

【優秀賞】

高島 三鈴(2年)



2月の予定



無料相談

相談名	日時	場所・連絡先
高齢者相談 (弁護士対応)	21日(木) ※要予約 10:30-12:00	町民健康センター2階 ☎32-8501/町社協
人権相談	19日(火) 10:00-15:00	町総合福祉センター ☎33-4480/住民環境課
行政相談	19日(火) 10:00-15:00	町総合福祉センター ☎33-1110/総務課
身障者相談	12日(火) 13:30-15:00	町総合福祉センター ☎32-3063/田中公敏
障がい者生活相談	28日(木) 13:30-16:30	町総合福祉センター ☎33-1134/健康福祉課
こころの相談日	21日(木) 13:30-16:00	町総合福祉センター ☎33-1134/健康福祉課

相談名	日時	場所・連絡先
交通事故相談	27日(水) ※要予約 10:00-15:00	町総合福祉センター ☎33-1110/総務課
職業相談 (ハローワーク丸亀)	18日(月) 13:30-14:30	町総合福祉センター ☎33-1113/産業課
税務相談	毎週月曜日 ※予約優先 予約10:00-15:30	四国税理士会丸亀支部 ☎22-0041/同会丸亀支部

休館日

※『林求馬邸』の開館日は、2月3日(日)、3月3日(日)

明徳会図書館 ☎32-3246	4日、11日、12日、18日、25日 28日、3月4日
町立資料館 ☎33-3343	4日、12日、18日、25日 3月4日
スポーツセンター ☎33-3666	4日、12日、18日、25日 3月4日
温水プール ☎33-4300	5日、12日、19日、26日 3月5日
サクラートたどつ(町民会館) ☎33-3330	5日、12日、19日、26日 3月5日

ごみ収集日

問 町リサイクルプラザ
☎33-4425

	資源	不燃	粗大	可燃
1区~4区・寿町・桜川団地	20日	15日 (3月1日)	5日 (3月5日)	火・金
5区~7区 県営多度津団地		18日 (3月4日)	7日 (3月7日)	
8区	13日	1日 19日 (3月5日)	12日	月・木
9区				
10区~12区・日の出町	27日	4日 21日 (3月7日)	14日	月・木
堀江・学園台・北鴨・幸町・若葉町				
袖	(3月6日)	5日 22日	19日	火・金
道福寺・桜川東・南鴨・葛原				
庄・三井・青木 (本村・金道・青木団地)	6日	7日 25日	21日	火・金
青木(北山)・山階		8日 26日	28日	
西白方・奥白方・見立・東白方(本村)	13日	12日 28日	26日	月・木
東白方(原戸・城ヶ下)・西港町		18日 (3月4日)	7日 (3月7日)	
高見	8日・22日			
佐柳	1日・8日・15日・22日・(3月1日)			

納税・納付

問 税務課 ☎33-1118



固定資産税 (4期)

随時税目 (随時期)

後期高齢者医療保険料(8期)

納期限: 2月28日(木)



休日当番医

日	医療機関名	住所	電話番号
2月 3日	中野小児科医院	道福寺	☎32-4532
10日	加藤整形外科クリニック	堀江1	☎32-8006
11日	秋山医院	仲ノ町	☎32-8326
17日	三宅病院	栄町2	☎32-2447
24日	山本医院	大通り	☎32-2809
2月10日	藤木接骨院(柔道整復)	大通り	☎32-2663

カセットボンベ、スプレー缶は火災の危険があります
ので必ずガスを出し切り缶に穴を開けてください。



※診療時間は午前9時から午後5時まで。都合で変更することがあります。当日の新聞でお確かめください。

守ろう! 冬の健康

◆感染症を防ぐ3つのポイント

気温・湿度ともに低くなっているこの時期は、インフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症が流行しやすくなっています。感染症についての正しい知識を身につけ、この冬を元気に乗り越えましょう!

1. 感染源を拡げない!

細菌やウイルスに感染した人、汚染された器具・食器等 **対策** に注意する。

- ・感染を早期に発見し治療する
- ・適切な方法で、消毒を行う

2. 感染予防対策を行う!

感染症の予防を行い、感染しやすい危険性のある高齢の方や乳幼児には特に **対策** 注意を払う。

- ・バランスの良い栄養をとり、十分な睡眠をとる

3. 感染経路に注意する!

手指や呼吸器を介して細菌やウイルスが侵入するのを **対策** を防ぐ。

- ・手洗い、うがいを心掛ける
- ・咳エチケットを実行する

平成31年度 検診受診調査書の提出をお願いします!

1月中旬に、お送りしました「平成31年度検診受診調査書」にご記入の上、2月8日(金)までに、自治会内の福祉保健推進員さんへ(自治会未加入の方は、保健センターまたは健康福祉課へ)提出してください。また、ご不明な点がありましたら、保健センターまでお問合せください。

自治会内で取りまとめたいただいた検診受診調査書は、2月15日(金)までに保健センターまたは健康福祉課へ提出をお願いします。

自治会長の皆様へお願い

インフルエンザなどのウイルスは、手指を介して体内に侵入することが最も多いといわれています。手洗いを心掛け、感染予防に努めましょう。

正しい手洗いを行いましょう

2月の行事予定

日	行 事	時 間	場 所
1日(金)	生活習慣病予防相談	13:30-15:00	白公
4日(月)	高見健康相談	14:30-15:30	高見
5日(火)	四箇地区母子愛育班 レジン小物作り教室	9:30-12:00	四公
	佐柳健康相談	10:00-11:30 13:00-14:30	本浦 長崎
6日(水)	のびのび広場 (ベビーマッサージ・育児相談)	9:30-12:00	別ピ
7日(木)	離乳食講習会(平成30年9月~10月生まれ)	9:30-12:00	保セ
8日(金)	ことばの相談	要予約	保セ
	生活習慣病予防相談	13:30-15:00	農婦
12日(火)	1歳6か月児健康診査(平成29年6月~7月生まれ)	13:30-14:30	保セ
13日(水)	乳幼児健康相談(平成30年4月生まれ)	9:00-10:00	別ピ
	のびのび広場	9:30-12:00	
14日(木)	3歳児健康診査(平成27年7月生まれ)	13:30-14:30	保セ
15日(金)	生活習慣病予防相談	13:30-15:00	福セ
19日(火)	マタニティ教室	9:30-12:00	保セ
20日(水)	のびのび広場(ヘルスメイトさんと簡単クッキング) 「お好み焼き」を作ります	9:30-12:00	別ピ
21日(木)	糖尿病予防教室③ 「食事で始める糖尿病対策」(調理実習)	9:30-12:30	保セ
22日(金)	生活習慣病予防相談	13:30-15:00	四公
25日(月)	こども相談	要予約	保セ
26日(火)	多度津地区母子愛育班「おいしい料理教室」	9:30-12:00	保セ
27日(水)	乳幼児健康相談(平成30年4月生まれ)	9:00-10:00	別ピ
	のびのび広場	9:30-12:00	
28日(木)	CKD個別相談	要予約	保セ

※白公=白方地区公民館/高見=高見いこの家/四公=四箇地区公民館/本浦=佐柳住民会館/長崎=長崎いこの家/別ピ=別館ビーチ/保セ=保健センター/農婦=豊原農村婦人の家/福セ=町総合福祉センター

マタニティ教室

~親子で楽しく、大きく育て!~

所 保健センター

2/19(火)

9:30-12:00

「お産の話とマタニティヨーガ・お母さんと赤ちゃんのための栄養教室」

訂正についてのお詫び

広報たどつ1月号「保健だより」と「平成31年度検診受診調査書」の中に一部誤りがありましたので、下記のとおり訂正します。対象者の皆様には大変ご迷惑をおかけし、申し訳ございませんでした。

【訂正内容】

①広報たどつ平成31年1月号19ページ 保健だより『脳ドックを実施します』

【誤】 昭和44年4月1日以前に生まれた方

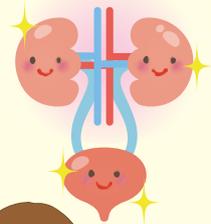
【正】 昭和45年4月1日以前に生まれた方

②平成31年度 検診受診調査書

「前立腺がん検診」の記入欄について、男性の方にのみ記載されるべきところ、誤って女性の方にも記載されておりました。女性の方は記入せずにご提出ください。

慢性腎臓病 (CKD) に気をつけましょう!

CKDとは、腎臓の働きが悪くなる病気で、日本において現在、成人の8人に1人が、この病気の疑いがあるといわれています。発症には、高血圧や糖尿病などの生活習慣病が深く関係しています。また、腎機能は加齢によっても低下していくため、生活習慣病のリスクがない方も、注意が必要です。予防のため生活を見直しましょう。また、CKD予防教室や生活習慣病予防相談も開催しますので、ぜひご参加ください。



【CKD予防のためのポイント】

●生活習慣の改善

- ・禁煙し、飲酒を控えましょう
- ・適度な運動を心掛けましょう
- ・過労を避け、十分な睡眠と休養をとりましょう



●腎臓に負担をかけない食事

- ・たんぱく質の過剰摂取を避けましょう
- ・塩分を控え、高血圧を予防しましょう
- ・適度なエネルギーを摂り、肥満・やせを防ぎましょう



糖尿病や高血圧などの生活習慣病は、CKDの発症に深く関係しています。生活習慣に気をつけ、CKDを予防しましょう!!

【予防教室・予防相談について】

●CKD予防教室

開催日	時間	内容	講師
3月 5日(火)	14:00~15:30	健診で分かる腎臓のはたらき	香川大学医学部附属病院 腎臓内科診療科長 祖父江 理 氏
		CKD予防のための食事の話	町管理栄養士

生活習慣病 予防相談

毎月1回、各地区公民館および福祉センターにて、生活習慣病予防相談を実施しています。

保健師、管理栄養士の健康相談および栄養相談、血圧測定、体組成測定などを実施しています。ぜひご利用ください。

●糖尿病予防教室

開催日	時間	内容	講師
2月21日(木)	9:30~12:30	食事始める糖尿病対策(調理実習)	町管理栄養士



所 保健センター 対 町民の方ならどなたでも参加できます。

申 参加希望の方は、事前に保健センターまでお申込みください。

他 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具を持参してください。

糖尿病予防教室に参加される方は、エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、材料費(200円)をご持参下さい。

子育て世代包括支援センターからのお知らせ

子育て世代包括支援センターでは、保健師・助産師・保育士等のスタッフが常駐しており、育児・子育てに関する電話相談、来所相談を随時行っています。どうぞお気軽に、ご利用・ご相談ください。

受付期間 月曜日～金曜日 8:30～17:15 ※別館ピーチは、9:00～16:00まで開放しています。

かがわ木育キャラバン



ひのきのボールプールや、木のパズル、ままごとセットが貸し出され、木のぬくもりに触れながら楽しい時間を過ごしました。

12月25日のクリスマスのは、15組の親子が参加し、「ストロベリーフラワーケーキ」を作りました!



のびのびクッキング

■新着図書のご案内

●『海とジイ』 著/藤岡陽子

わたしたちの住む多度津町の、高見島と佐柳島を舞台とした小説です。美しい海と島を描いた「海神（わだつみ）」「夕風（ゆうなぎ）」「波光（はこう）」の3篇の物語は少しずつリンクしており、どれも静かで、時に胸を締めつける展開がありつつも温かなものになっています。

多度津町のみなさまにぜひ読んでいただきたい、オススメの一冊です。



■2月のおはなし会

★『ひまわり』

2月9日(土)

14時～14時30分

★『ライブラリーこぐま』

2月20日(水)

14時30分～15時



絵本の読み聞かせ、紙しばい、手あそびなどをします♪

■『私のお薦め』～リレー寄稿 第70回～

『宇宙への秘密の鍵』 著/スティーヴン・W・ホーキング、ルーシー・ホーキング



この科学と物語がひとつになった壮大な宇宙冒険物語を作りあげた作者はあの天才物理学者のホーキング博士とその娘のルーシーさんです。

この物語の主人公であるジョージは、空に浮かぶ星を一つ一つ数えたりするぐらい宇宙のことが大好きなふつうの少年です。彼の両親は、「文明の利器」がきらいでテレビや電話、それに彼が一番ほしいコンピュータもありません。

ある日、隣家に住む不思議な科学者エリックとアニー、それに宇宙空間への扉を開くことができる特別なスーパーコンピュータ「コスモス」との出会いをきっかけに手に汗にぎるスリルに満ちたスペースアドベンチャーが始まります。

科学や宇宙に興味がある人はもちろん興味がない人でもきっとわくわくしながら読める本です。

そしてもう一つのおすすめは、明徳会図書館そのものです。歴史を感じさせてくれるレトロな建物の中には手作りの季節にあったかざりや工夫がたくさんあり、小さいころから通っている僕には何時間でも本を読んでいられる場所です。ゆっくりした時間をすごしたい人にはとてもおすすめのスポットです。

神ノ栖 清 (山階)



… 広告募集 …

多度津町では、新しい財源確保と地域の活性化のため、広報たどつまたは多度津町ホームページに掲載する広告を募集しています。



問 町長公室 ☎33-1115



この広報紙は、古紙配合率70%再生紙、また、環境に優しい植物油インクを使用しています。

発行・編集/多度津町町長公室 ☎0877-33-1115
〒764-8501 香川県仲多度郡多度津町栄町1-1-91
印刷・製本/株式会社 弘栄社

町の人口

(1月1日現在 常住人口)

人口	23,027 人(- 4)
男	11,606 人(+ 6)
女	11,421 人(-10)
世帯数	9,776 世帯(+ 4)