



広報

たどつ

2

2020(令和2年) No.747

たどつ桜んたんページェット

(関連記事 9ページ)



広報たどつが
スマホで読める!
詳しくはQRHPへ

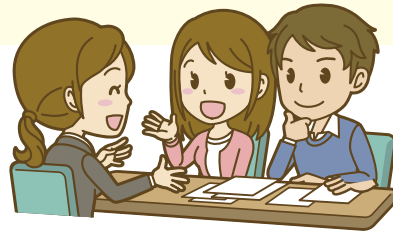
受付期間:2月17日(月)～3月16日(月)

平成31年1月1日から令和元年12月31日の1年間の所得を申告するもので、令和2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。

●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 17 道福寺地区	18 南鴨地区	19 葛原(大木・北条・小塚・めぐみ団地)	20 2月19日以外の葛原地区	21 東白方地区・西港町・見立
24	25 西白方地区	26 奥白方地区	27 山階上・山階小原・山階本村	28 2月27日・3月3日以外の山階地区
3月 2 青木地区	3 三井地区・山階(恵比寿団地・グリーン団地・山階社宅)	4 庄地区	5 堀江地区・北鴨地区	6 本通1、2、3丁目
9 元町・仲ノ町・京町・大通り・栄町1、2、3丁目	10 桜川1、2丁目・寿町・東浜・西浜・若葉町	11 家中・日の出町・東新町・東港町・幸町	12 該当する日に来られなかった方	13 該当する日に来られなかった方
16 該当する日に来られなかった方				

●島しょ部

日	受付時間	該当地域	会場
2月22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



税務課窓口で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。

令和元年分 町県民税の申告が始まります

申告について

●申告が必要な方

令和2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、令和元年分(平成31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分かる書類および「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
- ☐ 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。



e-Taxの利用手続きがより便利になりました！

●スマホで便利に確定申告

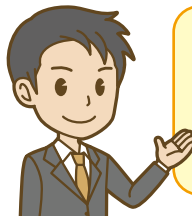
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で簡単に申告書が作成できます。作成した申告書データは、e-Taxを利用して送信できるほか、印刷して税務署に提出することもできます。

※スマートフォンから利用する場合は、マイナンバーカードもしくはID・パスワードが必要です。

また、ID・パスワードは税務署で発行します。

●「スマホ専用画面」で更に使いやすく

1月から医療費控除や寄付金控除の申告をされる方や、年金所得や一時所得がある方も「スマホ専用画面」を利用できるようになります。



申告書の作成は
こちらから！



電話による申告相談をご利用ください

電話で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

3月16日(月)まで

※土・日・祝日は2月24日(月)

および3月1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！

所得税、贈与税および消費税の確定申告につきましては、マイナンバーの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。

※申告書等提出の都度必要ですので、前年分の申告書に記載・提示等された方も同様です。

郵送等による提出の際には、本人確認書類の写しの添付をお願いします。



医療費控除の改正について

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。令和元年度までの確定申告では、領収書の提示または添付することも可能です。

※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。

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。



消費税の軽減税率制度が実施されました

令和元年10月1日から、消費税の軽減税率が実施されました。売り上げや仕入れに軽減税率(8%)対象品目がある場合、消費税確定申告書を作成するためには、「区分経理」を行う必要があります。

消費税確定申告書は、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で作成できます。



軽減コールセンターをご利用ください！

消費税の軽減税率制度に関する一般的なご質問やご相談については、軽減コールセンター(消費税軽減税率電話相談センター)で受付けています。ぜひご利用ください。

【電話番号】 0120-205-553

【受付時間】 9時～17時(土日祝を除く)

国民年金について

☎ 善通寺年金事務所 ☎62-1662(自動音声②→②)

●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。

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

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。



後期高齢者医療制度からお知らせ

☎ 香川県後期高齢者医療広域連合 ☎087-811-1866

●高額医療・高額介護合算療養費について

医療と介護両方の負担は、家計にとって大きな負担となっています。このような場合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年間に「医療保険」と「介護保険」の両方に自己負担があり、合計が自己負担限度額を超えた場合申請によって限度額を超えた金額が支給されます。

申請については、被保険者証(後期高齢者医療と介護保険の両方)、申請者の印鑑、振込口座の分かるもの(被保険者本人以外の口座への振り込みは委任状が必要)をご持参ください。

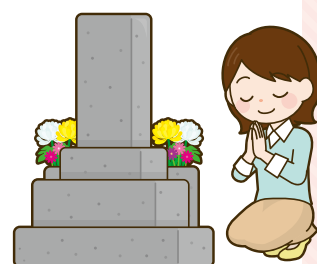
所得区分		対象者	自己負担限度額(年額) 8月1日～翌年7月31日の合計
現役並み	現役Ⅲ	課税所得690万円以上の方	212万円
	現役Ⅱ	課税所得380万円以上690万円未満の方	141万円
	現役Ⅰ	課税所得145万円以上380万円未満の方	67万円
一 般		自己負担割合「1割」で、区分Ⅰ、区分Ⅱのいずれにも該当しない方	56万円
区分Ⅱ		同じ世帯の全員が住民税非課税で、区分Ⅰに該当しない方	31万円
区分Ⅰ		同じ世帯の全員が住民税非課税で、世帯全員が所得0円、または高齢福祉年金受給者の方(年金の所得は、控除額を80万円として計算)	19万円

住民環境課 からのお知らせ ☎33-4480

町営墓地の利用について

●町営墓地の利用に関する5つのお願い

- ① 墓地内に設置されている回収ボックスに入れていいものは供花のみです。塔婆、お供え物などはお持ち帰りいただくか、お寺に相談をお願いします。
- ② ふたを開けた飲み物や食べ物を放置すると、カラスや野良犬などを呼び寄せる原因となる可能性があります。お供え物は、お参りが終わりましたらお持ち帰りください。
- ③ 墓石は定期的に確認し、必要であれば修繕等を行ってください。また、ご使用墓所内の盗難、破損、紛失等について、町は管理上の責任は負いかねますのでご注意ください。
- ④ 改葬等で不要になった墓石は、専門の業者に処分を依頼してください。また、墓地を使用しなくなった場合は、必ず墓石等を撤去したうえで返還してください。
- ⑤ 構造物は通路や隣接区画へはみ出すことの無いように設置してください。



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みください。

受付期間

2月17日(月)～2月28日(金)

利用期間

3月25日(水)～4月4日(土)

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。

新1年生は、4月1日(水)からの利用となります。

対 象

春季休業期間中に父母の就労・傷病等により家庭等で監護する保護者がいない世帯

※ただし、父母以外の18歳以上75歳未満の方が同一所在地にいる場合は、理由書の提出が必要です。

決定通知は、3月6日(金)の予定です。



申込書類は健康福祉課にて2月10日(月)から配布します。また、町ホームページにも様式を掲載します。

放課後児童クラブ対象者

施設名	受入学年
多度津地区児童館	新1年生～新3年生
豊原地区児童館	新1年生～新2年生
四箇地区児童館	新1年生～新3年生
白方地区児童館	新1年生～新6年生
多度津校区 四つ葉クラブ	新4年生～新6年生
豊原校区 四つ葉クラブ	新3年生～新6年生
四箇校区 四つ葉クラブ	新4年生～新6年生

建 設 課 からのお知らせ ☎33-1112



まだせんのか？

住まいの耐震化

県民向け講座・個別相談会を開催します

今後30年以内に、南海トラフ地震が70～80%の確率で発生すると予想される中、昭和56年5月以前に建築された住宅は、旧耐震基準で建てられているため、大地震時には倒壊するおそれがあります。

香川県では、大地震に備えるために住まいの耐震化を促進しています。下記の日程で、住まいの耐震化に関する県民向けの講座や個別相談会を開催しますので、ぜひご参加ください。

●県民向け講座・個別相談会

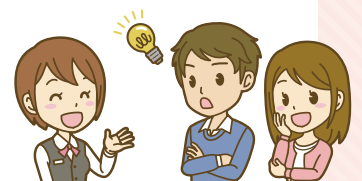
日 時 3月1日(日) 【講座】13時～15時 【個別相談会】15時～17時

場 所 香川県社会福祉総合センター **定 員** 【講座】250名 【個別相談会】45組

申込み 2月1日(土)～25日(火)までに香川県住宅課(☎087-832-3584)まで



▲平成28年4月に発生した熊本地震の被害の様子



多度津町の窓口 Q&A Vol.3



Q 「戸籍の本籍地番がわからない」

A 戸籍謄抄本等の請求の際には、本籍地番を明らかにしていただく必要がありますが、窓口において口頭で地番をお伝えすることはできませんので、本籍地記載の住民票を取得する、免許証更新の際の資料を確認する、親族にたずねるなどの方法によりお調べください。なお、本籍地が多度津町以外にある人の戸籍謄抄本等は発行できませんのでご注意ください。

多度津町の水道をお使いの方へ

多度津町の水道メーターの検針および料金のご請求方法につきまして、これまでの毎月検針・毎月請求から、2か月分をまとめて**偶数月に検針・奇数月に請求**に変わります。
変更之际、皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

令和2年4月から 検針は2か月に1度、偶数月におこないます

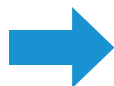
現在毎月検針をおこなっていますが、令和2年4月から、県内の検針が2か月に1度に統一されます。
令和2年4月以降は、2か月分として**偶数月のみ検針をおこないます**。
事前の調整として、**令和2年3月検針は行わず、4月に実施いたします**。

令和2年5月から 2か月分まとめて奇数月にご請求します

現在料金は月単位で請求していますが、令和2年4月以降の検針分から、検針月とその前月分として、2か月分まとめて検針翌月15日にご請求します。

納付書の納付期限
口座振替日

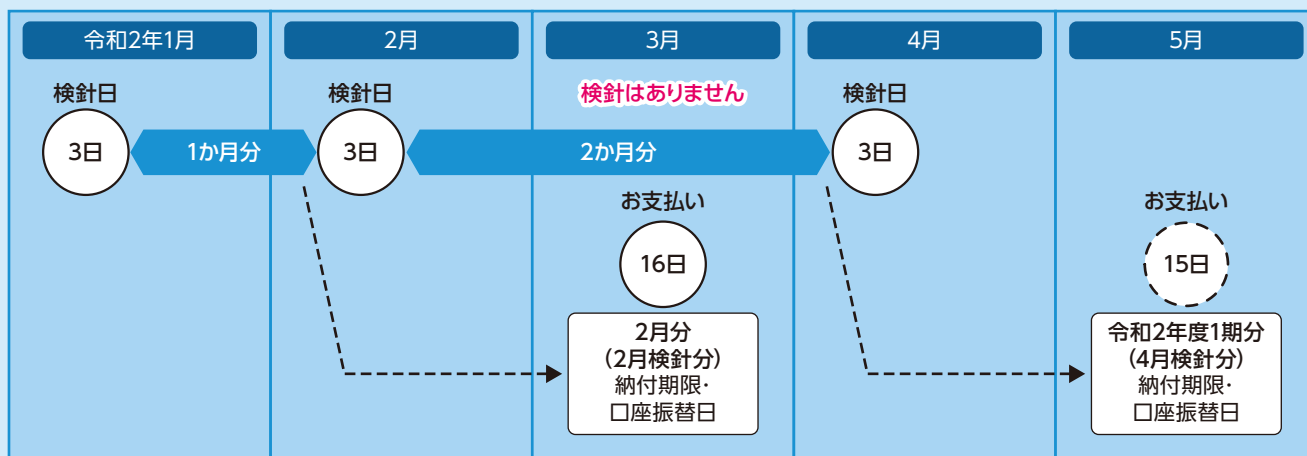
現在
毎月15日



令和2年5月から
奇数月(検針翌月)15日

※口座再振替日は、検針翌々月の5日に変わります。

例) 現在、毎月3日が定例検針日の場合(2か月に1度になっても、基本的に検針日に変更はありません)



令和2年5月から クレジットカード払いが利用できます

令和2年5月のお支払い(令和2年度1期分・4月検針分)から、クレジットカードによる継続払いがご利用いただけます。令和2年5月から、インターネット上で事前にお申込み可能となります。お申込み手続き方法等の詳細については、あらためてお知らせいたします。

多度津町の下水道をお使いの方へ

下水道使用料の決定・請求・クレジットカード払いについても、水道と同時に変更となります。納付書払いの方には、**下水道使用料・水道料金**が1枚になった**納付書**をお送りするようになります。
下水道使用料は、香川県広域水道企業団の算出した使用水量を基準としております。

【お問い合わせ先】 香川県広域水道企業団多度津事務所 ☎0877-33-1300
建設課(下水道について) ☎0877-33-1112



マイナポイントを活用した消費活性化策のご案内



2020年度 ポイントを活用してお得に買い物!!

マイナンバーカードを取得して、マイキーIDを設定の上、一定額を前払い等した方に対して国が「マイナポイント」を付与します。

仕組みのイメージ



マイナポイントを貰うためには?

準備① マイナンバーカードの申請・取得

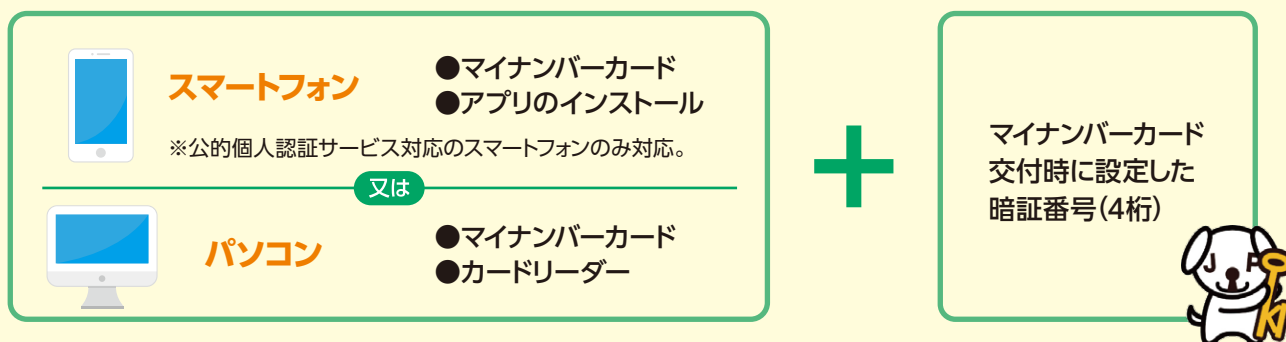
マイナポイントを利用するためには、マイナンバーカードが必要です。
マイナンバーカードはパソコン・スマートフォン・郵便・まちなかの証明写真機から申請することができます。

※マイキーIDの設定にはマイナンバーカードのICチップに「電子証明書」を搭載する必要があります。
パスワード設定が必要なので、カードの申請時又は受取時にお住いの市区町村で設定してください。



マイナンバーカードの申請方法はこちら!

準備② マイキーIDの設定



スマホでカンタン! マイキーIDの設定方法

STEP1

「マイナポイントアプリ」をインストール



STEP2

アプリから「マイキーIDの発行」をクリックし、マイナンバーカードを読み取る



STEP3

4桁の暗証番号を入力し、マイキーIDを設定する



【お問い合わせ】

マイナンバー総合フリーダイヤル

☎ 0120-95-0178

(音声ガイダンスに従って「5番」を選択してください。)

平日:9時30分~20時00分/土日祝:9時30分~17時30分(年末年始 12月29日~1月3日を除く。)

総務省 内閣府



毎日寒い日が続いていますね。12月に開催した「たどつ桜たんページェント」はお天気にも恵まれ、今年も県内外から(海外からのお客様もちらほら…)たくさんのお客様にご来場いただきました。今月は当日の様子やそれぞれのコンテンツを、まねきねこ課田中からレポートします。



マルシェ



15:00スタート! [マルシェ&ワークショップ]

キッシュやベーグル、薬膳スープなど新しいメニューを楽しんだ方も多いのではないのでしょうか。また「昨年売切れで買えなかったけど、今年は買えたー!」と、リベンジを叶えた声も多く聞かれました。ワークショップは寒い冬を楽しく過ごせる「クリスマスワグ作り」と「バスソルトビュッフェ」。桜たんならではの、クリスマス準備を楽しんでいただけましたか?

19:00一斉リリース! [スカイランタン]

メインイベントのスカイランタンは今年もピンク色。リリースエリアである少林寺拳法内広場の照明を消し、真っ暗のなか約250個のスカイランタンは一斉に夜空へ。歓声と幻想的な時間が流れました。

その他にもミニコンサート、クリスマスフォトツリーやスタンプラリーにたくさんご参加いただき、楽しい冬の1日になりました。ご来場いただいた皆様、応援して下さった皆様本当にありがとうございました。



これからも、多度津町の魅力づくりと発信をして参りますので、応援よろしくをお願いします!

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

2月は
四国まんなか千年ものがたり
を編をお届けします!

**2月の放送日は
6日と20日です。**

多度津クエスト

多度津町の魅力を発見する番組

ケーブルメディア四国(高松市ほか)などでレギュラー放送中!

121ch/12ch 中讃テレビ

CVCニュース内で好評放送中!!

You tube でも配信中
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

地域おこし協力隊の多度津再発見!

地域おこし協力隊の
**多度津
再発見!**

気がつけば佐柳島に移り住み、多度津町民となって早3年。そこで今回はコーナータイトルらしく、3年暮らして発見した個人的多度津の魅力ベスト3を発表したいと思います。

まず第3位「水が美味しい!」これはもう雲泥の差。特に材料に水しか使わない「白ごはん」は如実に違いが出ます(香川県産なら尚よし)。本当に美味しい!

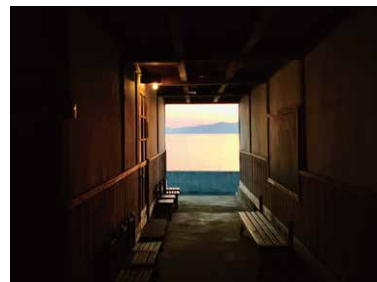
続いて第2位「写真を撮るのが楽しい!」佐柳島の猫はもちろんですが、高見島の石垣や多度津町の古い町家が残る街並み、鉄道など、散歩がてらのスナップがとても気持ちいいのです。思わず20年振りに新しいカメラを買ってしまうぐらい、映えるより撮って楽しい!そんな感じです。

そして第1位「いいひとばかり!」こっちに来てから、もう本当に会うひと逢うひといいひとばかりで、感謝で涙腺緩みっぱなしの3年間でした。多度津町の一番の魅力は「ひとの温かさ」だとつくづく思います。これは他所にはない素敵な宝物だと断言します!

「自分を入れてくれるようなクラブには絶対入りたくない」

なんて言った映画監督がいましたが、私を受け入れてくれた佐柳島そして高見島・多度津町には感謝の気持ちでいっぱいです。この場を借りて、本当にありがとうございます。しかし私の島暮らし町暮らしはこれで終わりではありません。どうか皆様、これからもどうぞよろしくお願いします。

多度津町地域おこし協力隊 村上淳一



ファミリー健康ウォークを開催!

12月1日(日)、中央公民館主催のファミリー健康ウォーク2019を開催しました。絶好のウォーキング日和のもと、JR本山駅～不動の滝～宝珠寺～琴弾公園(フリー散策)～観音寺駅までの約10kmを44名で完歩しました。



四変テック(株)と協定を締結

12月20日(金)、多度津町と四変テック(株)は、「大規模災害時等の物流拠点施設としての協力に関する協定」を締結しました。この協定は、大規模災害時の支援物資の一時受け入れや、各避難所へ配送するまでの管理運営を担う施設の利用を目的としています。



もちつき たのしかったね～[白方保育所]

12月26日(木)に行われた恒例のもちつきでは、手伝いに来てくれたおじいさん、お父さんと一緒に臼と杵でもちつきをしました。

つきあがったおもちで、5歳児の子どもたちが初めてのお鏡作り体験をしました。「あったか～い」「やわらかい」と言いながら一重ねずつ作り、各クラスでいつも見守ってくださっている仏様にお供えしました。子どもたちからは「たのしかった」「もっとしたい」という声が聞かれ良い経験になったようでした。



魅力・体感 たどつ☆バックヤードツアー

12月15日(日)、「魅力・体感 たどつ☆バックヤードツアー」が開催されました。合田邸や少林寺など普段入ることができない施設を訪れ、今まで気づけなかった「たどつ」を再発見しました。



町内各所に紙芝居を寄贈

『すごいぞ!多度津人』史伝の会が、天霧城の歴史を語り継ぎたいと制作した紙芝居「天霧城伝説 ほおずきの姫」を10組寄贈していただきました。



坂出第一高校 ラグビー部が表敬訪問



第99回全国高校ラグビーフットボール大会の県大会で坂出第一高校が優勝しました。多度津中学校出身4名が表敬訪問し、県大会の感想や全国大会での抱負について語ってくれました。



内容 日時 場所
対象 定員 料金
申込み 他 料金
その他 問 問合せ

お知らせ

自動車事故の被害に 遭われた方へ

内 自動車事故対策機構（N A S V A）では次の取り組みを行っています。

【介護料の支給】

月額：35,400円

209,430円

【無利子の生活資金貸付】

一時金（初回のみ）

155,000円

・月額（選択制）

10,000円または

20,000円

・入学支度金（小中学校入学時）

44,000円

【療養施設の設置・運営】

自動車事故により脳に損傷をおった重度後遺障害者のための専門病院を設置・運営しています。

問 自動車事故対策機構

高松主管支所

☎ 087-851-6963

多度津高校「ミニ水族館」

内 生物科学部が管理している水槽に100種類以上の水生生物を展示しています。

時 2月9日（日）10時～15時

所 多度津高校 水産棟

※東門からお入りください。

問 多度津高校 ☎ 33-2131

労働保険の加入手続きは お済みですか？

内 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一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れます。

問 香川労働局労働保険徴収室

☎ 087-811-8917

「相続登記はお済みですか月間」 司法書士無料相談会

内 相続・遺産分割などの相続相談、名義変更などの登記相談。

時 2月1日（土）10時～15時

所 丸亀市保健福祉センター

善通寺市総合会館 他

料 無料※予約不要

問 香川県司法書士会

☎ 087-821-5701

司法書士総合相談センター 定例相談会

内 一般相談、法テラス相談、成年後見相談

時 2月15日（土）13時～16時

所 丸亀市生涯学習センター

料 30分無料※要予約

問 香川県司法書士会

☎ 087-821-5701

第16回卒業記念講演会

内 「人権」の世紀の虐待問題

【講師】香川短期大学

学長 加野 芳正氏

時 2月29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

募集

令和元年度 ひきこもり家族のつどい

時 2月18日（火）

9時30分～11時30分

所 香川県中讃保健福祉事務所

対 ひきこもりの方の家族等

定 20名

料 無料

申 2月14日（金）まで

問 中讃保健福祉事務所

☎ 24-9963

まちかどズーム

初日の出を見る会2020

金剛禅総本山少林寺にて「初日の出を見る会2020」が開催されました。朝早くから多くの方が参加し、ご来光を拝みました。

また、うどん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。



寒さに負けるな!新春初泳ぎ

97回目となる新春恒例の「初泳ぎ」が多度津港で開催されました。

穏やかな天候の中、多度津高校の水泳部員やそのOB、町民ら約50人が神輿を担ぎ、海に入りました。威勢の良い掛け声で神輿をあげると、詰め掛けた見物客からは拍手が送られました。

内容 時 日 時 所 場 所
対象 定 員 料 料 金
申込み 他 者 他 問 問 合 せ

募 集

フリントピア丸亀からお知らせ

吹きガラス体験「グラス作り」

時 2月2日(日)・9日(日) 13時30分

対 18歳以上(初心者)

定 各日3名(要予約・先着順)

料 1個1,500円

「おひなさんのおりがみ」

時 2月9日(日) 10時~12時

対 親子10組(要予約・先着順)

料 無料

牛乳パックを使って紙すき体験

時 2月15日(土) 10時~12時

対 親子

定 5名(要予約・先着順)

料 3枚まで無料

他 【持ち物】

牛乳パック2個、千代紙

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

などを手作りしてみませんか?

※材料持参

時 申込みの時に相談

エコ丸工房臨時休館

時 2月29日(土)・3月1日(日)

問 フリントピア丸亀

☎56-1144

自衛官等採用試験

予備自衛官補

内 社会人や学生であっても、い

ざという時に自衛官として

社会に貢献できる制度です。

【一般公募】

時 【試験日】4月中旬頃

対 18歳以上34歳未満

申 4月10日(金)まで

【技能公募】

時 【試験日】4月中旬頃

対 18歳以上で技能を有する方

申 4月10日(金)まで

自衛官候補生

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

放送大学入学生募集

内 自宅にいながらテレビやス

マホ、インターネット等で大

学教育を学べます。資料は

無料で送付します。

申 第1回…2月29日(土)まで

第2回…3月1日(日)~

3月17日(火)

問 放送大学香川学習センター

☎087-8337-9877



世界ecoな空気を体験!

らんま先生の省エネサイエンスショー

時 2月15日(土)

13時30分~15時30分

所 情報通信交流館eとぴあ

かがわ BBSクエア

定 先着100名

申 【件名】2月15日らんま先生の

省エネサイエンスショー参加申

し込み

【本文】①氏名(複数人の場合

は代表者名)②参加人数

③住所④本イベントを知っ

たきっかけを記入の上、メー

にて

【申込先】一般財団法人省工

ネルギーセンター四国支部

☎sk@ecj.or.jp

四国経済産業局

エネルギー対策課

☎087-811-8535

満濃池森林公園のイベント

冬の野鳥観察会

時 2月2日(日) 9時~12時

料 無料

問 公園管理事務所

☎57-6520



番の州公園のイベント

ガーデンセミナー

①松の冬剪定

②落葉樹の剪定

時 2月16日(日)

①9時30分~11時45分

②13時30分~15時45分

定 各先着20名

料 各500円

申 ①住所②氏名③年齢④性別

⑤電話番号⑥質問事項を明

記の上、郵送、FAX、メール

にて受付 ※電話受付不可

問 坂出緩衝緑地管理事務所

☎45-6820

FAX 43-5213

四国学院大学のイベント

渡辺源四郎商店第32回公演

時 2月8日(土)・9日(日)

所 四国学院大学ノトスタジオ

料 【一般】3,000円

【学生】2,000円

【高校生以下】500円

卒業公演

内 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14日(金)~16日(日)

所 四国学院大学ノトスタジオ

四国学院大学

パフォーミングアーツ研究所

☎62-2324

香川県の特定最低賃金について

香川県の特定最低賃金(4業種)が令和元年12月15日から、次のとおり発効しています。

業 種	時間給
冷凍調理食品製造業	819円
機械器具等製造業	940円
船舶製造・修理業、船用機関製造業	953円
電気機械器具等製造業	883円

問 香川労働局賃金室 ☎087-811-8919

かがわ長寿大学

西校受講生募集

時 4月~令和4年3月

所 中・西讃地域の会場を巡回

対 4月1日現在60歳以上で過

去に受講したことがない方

102名

定 年間25,000円

申 2月1日(土)~29日(土)

往復はがきに住所・氏名(ふ

りがな・生年月日・年齢・電

話番号・かがわ長寿大学受

講希望を記入し郵送

問 かがわ健康福祉機構

☎087-863-0222

⚠ リフォームの工事にご注意ください!!

☎ 産業課 ☎ 33-1113

消費生活センター等に寄せられる「リフォーム工事の相談件数」は、年間80件から90件程度で推移しており、依然多い状況です。下記の点にご注意ください。

●すぐに契約しないでください

突然の訪問による勧誘の場合、その場で契約するのは厳禁です。必ず一度保留にして、家族などの周りの人に相談し、複数の事業者から見積りを取りましょう。断っても帰ってもらえない場合は、警察等に連絡してください。

●先にお金を払うのはやめましょう

「先に全額払ってくれたら、安くする。」という言葉につられ、払ったところ、工事に来てくれなくて困っているという相談が後を絶ちません。工事代金は工事の進行具合に応じて支払うようにしましょう。

●事業者のことをよく調べましょう

県内事業者とのトラブルもありますが、県外事業者とのトラブルも後を絶ちません。

●契約書をよく確認しましょう

工事開始予定日、工事完了予定日、詳細な工事内容などの重要な事項が記載されていない契約書にサインするのは厳禁です。



困ったときは、
「188」
(消費者ホットライン)
に電話してください。



行政処分については
左記URLから
確認できます

もしかして…ご近所さんを困らせている!?

☎ 中讃保健所 ☎ 24-9964

犬が家族の一員として、地域の一員として、幸せに生きていけるかは、飼い主さんにかかっています。無駄吠えや夜鳴き、糞尿でご近所の方を困らせていないか、もう一度考えてみましょう。

犬の無駄吠えや夜鳴きを防ぐためには…

- ☐ 落ち着ける静かな場所に犬小屋を設置する
- ☐ 夜間は玄関の中に入れ、ケージ飼いする
- ☐ 車のライトの届かない所に繋ぐ
- ☐ 病気の疑いがあれば、病院で相談する

糞尿の臭いを防ぐためには…

- ☐ 排泄物はすぐに片付ける、洗い流す
- ☐ トイレのトレーニングをする
- ☐ 犬砂(消臭、乾燥効果のあるもの)を敷く

マナーを守って、
犬との幸せな
生活を送りましょう



『第5回黄金クラブ〜65再会〜』 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令和2年2月17日(月)となりますので、対象者の方はふるってご参加ください。

なお、対象者の方には1月中に招待状をお送りしています。詳細は、同封のチラシをご覧ください。



昨年の黄金クラブの
様子はコチラ

日時 3月7日(土) 場所 町民健康センター2階

対象 昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれの方

☎ 高齢者保険課 ☎ 33-4488

内容日時場所
対象定員料金
申込みその他
お問い合わせ

文化教養

サクラートたどつからお知らせ

【2月の行事予定】

● プルアップダンススタジオ第4回発表会
時 2月23日(日) 開演14時

【チケット情報】

ママシンガー
ソングライター
篠田綾香さん
出演!!

● 「歌って！踊って!!」
みんなで親子コンサート

時 2月11日(火・祝)
開演14時



● 劇団四季ファミリーミュージカル

時 2月24日(月・振休) 開演16時

※チケット残りわずかです!!
問 サクラートたどつ(町民会館)
☎ 333-3330

中央公民館からお知らせ

● 中央公民館講座作品展

内 婦人会手芸部
時 2月1日(土)～22日(土)

所 役場1階・福祉センター1階

内 切り絵

時 2月13日(木)～3月12日(木)

所 町民健康センター1・2階

● 桃陵大学2月行事予定

【中央講座】

内 芸能発表会

時 2月14日(金) 9時30分～

所 白方地区公民館

【白方講座】

内 幼稚園との世代交流事業

① ジャガイモの植え付け

② お茶会

時 ① 2月13日(木) 9時30分～
② 2月15日(土) 9時30分～

所 白方幼稚園

内 小学校との世代交流事業

時 2月15日(土) 13時～

所 白方小学校

● 老人クラブ2月行事予定

【四箇地区】

内 男性の料理教室

時 2月15日(土) 9時～

所 四箇地区公民館

問 中央公民館 ☎ 333-0760

※地区行事は各公民館へ

ひだまり2月講習

内 ネイル

講師 森本公代先生

時 2月18日(火) 10時～11時30分

問 多度津町シルバー人材センター

☎ 333-4755

たどつ俳壇(第87回)

小西としじ 選

【第一席】 崩落の石に番号

草紅葉

山田 信子(元町)

「評」地震や嵐によって崩れた城壁の修復の状況。何千に近い石の一つ一つに記号や番号を記し、元の姿に積み上げる延々と続く作業。石の群を覆う草紅葉もやがて色褪せ、四季の移りを繰り返す。作業を続ける人々に頭の下がる思いの作者。

【第二席】

銀杏のにほひ二面

黄の並木

高田ただし(寿町)

「評」一面の銀杏黄葉の並木路。地面にも転がるぎんなんの匂いも立ち込め、風に散る黄葉と相まって街そのものが黄金色に輝く様。幾度散策しても快く、眺め楽しむ作者の気持ちが伝わってくる。永久に失いたくない日本古来の風景。

【第三席】

錦なす紅葉の山路

佇まふ

俣野 立代(家中)

「評」今年の「暮の秋」は遅く、立冬を過ぎても紅葉が美しく燃え続けた。踏み入った山路のみならず、遠望の山々も紅葉々々で、作者は神々の恵みの様な四囲の錦なす紅葉の壮観さに見惚れて、我を忘れ時を忘れて眺め佇んだのだ。

【佳作】

休耕田仲間呼び合ふ

冬の鳥

森宗 一忠(庄)

色付きし収穫迷ふ

みかかな

西本 美子(東浜)

● 次回作品募集

内 題名当季雑誌

申 3月14日(土)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
問 中央公民館 ☎ 333-0760

湯楽里2月行事予定

日	時間	内容
3月	10時30分	健康運動教室
4火	11時	みんなで楽しく歌おう
7金	13時	体いきいき健康体操
10月	10時30分	ボディコンディショニング
12水	10時30分	手編み教室
13木	10時30分	和紙ちぎり絵教室
17月	13時30分	脳と体を元気にする体操 フットセラピー
19水	10時30分	カレンダー作り
20木	10時30分	いきいき健康体操
21金	13時	体いきいき健康体操
25火	11時	みんなで楽しく歌おう
26水	10時30分	手編み教室
27木	10時30分	脳と体を元気にする体操
28金	10時30分	お話し会

● 湯楽里休館日

1日・2日・8日・9日・11日・15日
16日・22日・23日・24日・29日

● 買い物ツアー／14時

5日(水)・12日(水)・18日(火)
20日(木)・26日(水)

問 多度津町社会福祉協議会

☎ 332-85501

スポーツ

令和元年度多度津町軟式野球

ナイターリーグ戦(後期)

(8月27日～10月29日)

多度津町民野球場

優勝…多度津町役場

準優勝…ジャスティス

【ホームラン賞】

大谷 拓也(ZIPANG)

令和元年度多度津町柔道大会

(11月23日/勤労青少年ホーム)

【小学生の部】

優勝…福井 瑞希

準優勝…柳原 海人

3位…山本 観那

【中学生の部】

優勝…柳原 騎士

準優勝…安村 アンヘル鷹主海

3位…安村 龍美花ミレナ

【女子の部】

優勝…安村 愛優美ジャスミン

準優勝…安村 龍美花ミレナ

3位…福井 瑞希

【一般の部】

優勝…岡部 壮汰

準優勝…前田 裕樹

3位…尾崎 敏基

第31回ソフトバレーボール

香川県大会

(11月23日/丸亀市)

【高学年の部 優勝】

多度津ジュニア

バレーボールクラブ



第13回徳島KDSレスリング大会

(12月8日/徳島県)

【年少・年中 15kg級】

3位…藤原 和喜

【年少・年中 20kg級】

1位…西村 眞聖

【小学1・2年 21kg級】

3位…洲賀崎 湊人

【小学5・6年 40kg級】

2位…岡 大陽

【中学生 62kg級】

3位…岡 大和

お子さまの教育資金を「国の教育ローン」がサポート!

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

融資額 お子さま1人につき350万円以内

金利 年1.66%固定金利(令和元年11月1日現在)
※母子家庭などの場合は年1.26%

返済期間 15年以内 ※母子家庭などの場合は18年

返済方法 毎月元利均等返済 ※ボーナス時増額返済も可能

問 教育コールセンター ☎0570-008656
☎03-5321-8656



令和元年度 中学生の「税についての作文」入賞者

令和元年度中学生の「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。

丸亀税務署長賞

「税金の有難み」 田村 凜(2年)

丸亀税務署管内租税教育推進協議会会長賞

「介護に使われる税金」 臼杵 光来(2年)

丸亀税務署管内青色申告会連合会会長賞

「税について」 進藤 花(2年)
「これから僕がすべきこと」 福永 光(1年)

丸亀税務署管内納税貯蓄組合連合会会長賞

「税は自分の元へ」 小國 光晴(3年)

丸亀税務署管内納税貯蓄組合連合会優秀賞

「税について」 伊藤 磨彌(2年)
「税金の大切さ」 岡部 穂愛(1年)

問 丸亀税務署 ☎23-2221

第11回 たどつ写真コンテスト

テーマ 瀬戸内国際
芸術祭2019
inたどつ

最優秀賞

「ひと休み」
加藤 久美子



審査結果	題 目	氏 名
観光協会会長賞	帰港	相澤 美希
優秀賞	扉を開けば	古河 美弥子
優秀賞	胸を張って	三好 英運
佳作	海を望む場所	前川 英介
佳作	瀬戸内キッズ	松下 歩夢
佳作	いってらっしゃーい	高畠 政雄
佳作	秋会期、スタート!	田中 恵子
佳作	帰路	三宮 早智

入選作品は町観光協会ホームページをご覧ください

親切

「小さな親切」作文紹介

百十四銀行多度津支店

支店長 多田 篤史

平素は百十四銀行多度津支店をご愛顧いただき誠にありがとうございます。支店職員30名を代表いたしまして厚く御礼申し上げます。

私は平成30年4月に多度津に着任いたしました。以来多度津の歴史や文化を学ばせていただくと同時に、町民の皆様方の「たどつ愛」を肌で感じながら過ごしてまいりました。そしていつしか私の心にも「たどつ愛」が芽生え今では大きな花が咲くほどに膨らんでおります。多度津のために地元金融機関として何かお役に立てることはないか日々の業務を通じて試行錯誤を繰り返しております。

私は支店の運営ビジョンに「たどつ町の町を百十四ファンで埋め尽くそう」というスローガンを掲げました。皆様から笑われるような夢のような目標です。それでも夢を掲げてそれに向かって職員全員で汗をかき、知恵を絞ることが大

切だと思っています。そしてその夢を実現するために一番大切なのは「あいさつ」だと信じています。窓口にお越しいただいた際や、皆様のもとにお伺いした際に気持ちのいい挨拶をすることがすべての始まりだと思っています。誰かから明るい笑顔で挨拶された時、いやな思いになる人は少ないと思います。受けた挨拶と同じように笑顔で挨拶を返すのではないのでしょうか。それを毎日繰り返していくうちにお互いの距離感はぐっと近づいていくことでしょうか。明るい挨拶を通して百十四銀行多度津支店が笑顔の発信基地になればこんな幸せなことはありません。

また近年の金融技術の進化には目覚ましいものがあります。消費税率アップのタイミングで一躍脚光を浴びた「キャッシュレス決済」などはその代表例でしょう。ポイント還元があることも聞きご興味をお持ちの方も多いことと思います。一方で興味はあっても難しそうだから手を出さないという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。そんな小さな悩みでも私共に気軽に相談いただければと思います。少しでも多くの笑顔が多度津に溢れるように、心を込めてお手伝いさせていただきます。

うに、心を込めてお手伝いさせていただきます。

「善意12月分」 敬称略

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、小さな親切運動多度津町支部、多度津高校、すみれグループ

●多度津町社会福祉協議会

・徳井 曉男(西白方)

・河内 浩志(三井)

・青木本村自治会

北部互助会(青木)

・一般社団法人

仲善教育会(善通寺)

株式会社山倉建設

感動塾(南鴨)



令和元年度「環境標語」小・中学校作品紹介

【四箇小学校】

●優秀賞

ポイ捨ては
人の心を
よごすもと
3年 野崎 結愛

よみがえれ
豊かな自然よ
エコカーで
5年 田邊 謙信

ポイ捨ては
町とともに
人の心もよごす
4年 池田 花音

きれいだ
みんなの気持ちが
ポッカポカ
2年 高田 星翔

一つでも
ごみをへらして
きれいにしよう
1年 大橋 咲月



【白方小学校】

●優秀賞

ごみひろい
さくらの町が
すきだから
2年 河淵 泰生

食べんのに
何で買うたん
お母さん
5年 日野 咲華

むだはダメ
水や電気の
節約を
4年 村井 夏樹

ゴミへらして
ふやしてこう
リサイクル
3年 秋山 花音

なんでも
そこに
ごみばこ
あるやんか!!
1年 山下 陽仁

※学校名・学年・氏名等は、選出時点のものです

2月の予定

休館日

※『林求馬邸』の開館日は、2月2日、3月1日

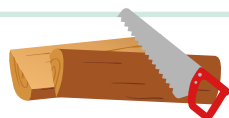
明徳会図書館	☎32-3246	3日、10日、11日、17日、 23日、24日、29日、3月2日
町立資料館	☎33-3343	3日、10日、12日、17日、 25日、3月2日
スポーツセンター	☎33-3666	3日、10日、17日、 25日、3月2日
温水プール	☎33-4300	4日、12日、18日、 25日、3月3日
サクラートたどつ (町民会館)	☎33-3330	4日、12日、18日、 25日、3月3日

ごみ収集日

☎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	19日	6日 21日	4日 (3月3日)	火・金
5区～7区		4日 25日	6日 (3月5日)	
県営多度津団地				
8区	12日	7日 28日	10日	月・木
9区				
10区～12区・日の出町	26日	10日 (3月2日)	13日	
堀江・学園台・北鴨・幸町・若葉町				
袖		(3月4日)	13日 (3月3日)	
道福寺・桜川東・南鴨・葛原				
庄・三井・青木 (本村・金道・青木団地)	5日	17日 (3月5日)	20日	火・金
青木(北山)・山階		18日 (3月6日)	25日	
西白方・奥白方・見立・東白方(本村)	12日	3日 20日	27日	月・木
東白方 (原戸・城ヶ下)・西港町		4日 25日	6日 (3月5日)	
高見	7日・21日			
佐柳	7日・14日・21日・28日			

太さが直径10cm以上の木は、
収集・持込みできませんので、
10cm以下に切ってください。



無料相談



相談名	日時	場所・連絡先
高齢者相談 (弁護士対応)	20日(木)※要予約 10時30分～12時	町民健康センター2階 ☎32-8501／町社協
人権相談	25日(火) 10時～15時	町総合福祉センター ☎33-4480／住民環境課
行政相談	25日(火) 10時～15時	町総合福祉センター ☎33-1110／総務課
行政書士 相談会	13日(木) 10時～12時	町総合福祉センター ☎33-1110／総務課
身体障害者 相談	12日(水) 13時30分～15時	町総合福祉センター ☎32-3063／田中公敏
障がい者 生活相談	27日(木) 13時30分～16時30分	町総合福祉センター ☎33-1134／健康福祉課
こころの 相談日	20日(木)※予約優先 13時30分～16時	町総合福祉センター ☎33-1134／健康福祉課
成年 後見制度 個別相談会	21日(金) 13時～15時	町民健康センター2階 ☎33-1134／健康福祉課
交通事故 相談	26日(水)※要予約 10時～15時	町総合福祉センター ☎33-1110／総務課
職業相談会 (ハローワーク丸亀)	10日(月) 10時～11時	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時～15時30分	四国税理士会丸亀支部 ☎22-0041／同会丸亀支部

納税・納付



固定資産税
(4期)

後期高齢者医療保険料
(8期)

随時税目
(随時期)

納期限:3月2日(月)

☎税務課 ☎33-1118

休日当番医



日	医療機関名	住所	電話番号
2月 2日	山本医院	大通り	☎32-2809
2月 9日	中野小児科医院	道福寺	☎32-4532
2月11日	善紀クリニック	西浜	☎32-7171
2月16日	くるみクリニック	北鴨2	☎58-5050
2月23日	桃陵クリニック	本通2	☎58-5588
2月24日	加藤整形外科クリニック	堀江1	☎32-8006

※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。

♥ 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。

受付時間

月曜日～金曜日(祝日除く)
8時30分～17時15分
※別館ピーチは、9時00分～
16時00分まで開放



クリスマスカードづくり



のびのびフッキング



行事の日程・
内容は、ホーム
ページ、メ
ールでもお
知らせしてい
ます。

♥ 守ろう! 冬の健康

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!

● 感染症を防ぐ3つのポイント

1. 感染源に気をつける!

細菌やウイルスで汚染された器具や
食器などに気を付ける。

2. 感染経路に注意する!

接触や呼吸器からウイルスが侵入
するのに注意する。

3. 感染症対策を行う!

感染症の予防を行い、高齢者や
乳幼児には特に注意を払う。

2月の行事予定

日	行事	時間	場所
3(月)	のびのびフッキング (節分料理「豆ごはん」を作ります)	9時30分～12時00分	別ピ
4(火)	豊原地区母子愛育班 バレンタインお菓子作り教室	9時30分～12時00分	農婦
	生活習慣病予防相談	10時00分～11時30分	本浦
		13時00分～14時30分	長崎
5(水)	のびのび広場 (ベビーマッサージ・助産師による育児相談)	9時30分～12時00分	別ピ
6(木)	離乳食講習会(令和元年9月～10月生まれ)	9時30分～12時00分	保セ
7(金)	生活習慣病予防相談	13時30分～15時00分	白公
10(月)	ヘルスメイトカフェ・健康教室	14時30分～	高見
12(水)	乳幼児健康相談(平成31年4月生まれ)	9時00分～10時00分	別ピ
	のびのび広場	9時30分～12時00分	
13(木)	3歳児健康診査(平成28年7月生まれ)	13時30分～14時30分	保セ
14(金)	ことばの相談	※要予約	保セ
	福祉保健推進員連絡協議会研修会 「赤十字さんがでっきょん?セミナー」	10時00分～15時00分	赤十字
	生活習慣病予防相談	13時30分～15時00分	農婦
17(月)	こども相談	※要予約	保セ
18(火)	ママパパ教室 (プレママ・プレパパ体験、ママと赤ちゃんに必要な食事のお話)	9時00分～12時00分	保セ
	1歳6か月児健康診査(平成30年6月～7月生まれ)	13時30分～14時30分	
19(水)	のびのび広場	9時30分～12時00分	別ピ
	糖尿病予防教室「食事で始める糖尿病対策」	13時30分～15時00分	保セ
20(木)	産後ケア教室	10時00分～11時30分	別ピ
21(金)	母子愛育班連絡協議会「ひな祭り料理教室」	9時30分～12時30分	保セ
	生活習慣病予防相談	13時30分～15時00分	福セ
25(火)	CKD個別相談	※要予約	保セ
26(水)	乳幼児健康相談(平成31年4月生まれ)	9時00分～10時00分	別ピ
	のびのび広場	9時30分～12時00分	
27(木)	食生活改善推進協議会40周年記念式典	9時30分～12時30分	保セ
28(金)	ことばの相談	※要予約	保セ
	生活習慣病予防相談	13時30分～15時00分	四公

別ピ=別館ピーチ/農婦=豊原農婦人の家/本浦=佐柳住民会館/長崎=長崎こいの家/保セ=保健センター/白公=白方地区公民館/高見=高見こいの家/赤十字=日本赤十字香川県支部/福セ=町総合福祉センター/四公=四箇地区公民館

正しい手洗いを行いましょう

インフルエンザなどの感染症は、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。

【正しい手洗いのポイント】

● 手洗いのタイミング

帰宅時や食事の前、不特定多数の人が触れる物に触れた後には手洗いをするよう心掛けましょう。

● 手洗いチェックポイント

- ☐せっけんを使って洗いましょう
- ☐時間をかけて丁寧に洗いましょう
- ☐お湯を使わず水を使いましょう
- ☐新しいタオルで手を拭きましょう



令和2年度 検診受診調査書の提出をお願いします!

1月中旬頃にお送りしました「令和2年度検診受診調査書」にご記入の上、2月7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。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。

自治会長の皆様へお願い

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14日(金)までに保健センターまたは健康福祉課まで提出をお願いします。

♥ 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低下していくため、生活習慣病のリスクが無い方も、注意が必要です。予防のために、生活習慣を見直しましょう。多度津町でも予防教室や予防相談を開催していますので、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2日(月)	13時30分～ 15時00分	CKD予防のための食事の話	町管理栄養士
3月9日(月)		CKD予防のための運動教室	健康運動指導士 立本 道子 先生

●糖尿病予防教室

開催日	時間	内容	講師
2月19日(水)	13時30分～ 15時00分	食事で始める糖尿病対策	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町総合福祉センターにて、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、塩分濃度測定などを実施しています。ぜひご利用ください。



場所 保健センター **対象** 町民の方ならどなたでも参加できます。 **その他** 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具を持参してください。

※3月9日(月)の運動教室は、動きやすい服装で、水分補給用の飲み物、タオルも持参してください。

♥ 親子ですくすく、大きく育て! ～ママパパ教室～

妊娠、出産、育児…特に初めて経験するお父さんお母さんにとっては、気になることがたくさんあるものです。ゆったりとした気持ちでマタニティライフを過ごし、安心して赤ちゃんを迎えられるよう、ママパパ教室に参加してみませんか。

●開催日程

実施日	時間	内容	講師
2月18日(火)	9時30分～ 12時00分 (受付:9時～)	【プレママ・プレパパ体験】 赤ちゃんを迎えるためのイロハを教えます。参加者同士の情報交換の機会にもなりますので、ぜひご参加ください。	助産師
		【ママと赤ちゃんに大切な食事】 食育SATシステムを使います。たくさんの食品サンプルから普段の食事を選ぶだけで、栄養バランスがわかります。	管理栄養士
3月8日(日)		【赤ちゃんと一緒にの生活】 お風呂の入れ方や妊娠中の体の変化についてお話します。みんなで赤ちゃんを迎える準備をしませんか?	保健師
		【パパがつくるPaPaとクッキング】 ホットプレートや電子レンジを使って簡単に作れる料理の実習です。料理のレパートリーを増やしてみませんか?	管理栄養士



場所 保健センター

新着図書のご案内

『どうぶつ』

著／キアラ・ピローディ
アグネス・バルッジ
どのどうぶつが、お気に入り？
目で追って、指でなぞって。黒白
赤の3色の世界に、赤ちゃんク
ギづけ!!



『17歳の特別教室 人生のサバイバル力』

著／佐藤 優
学校では教えてくれない本物の知識を伝える白熱
授業!!何のために勉強するのか?これからの時代をど
う生きるか?
佐藤優が次世代に手渡す、ハードな世界を生き延
びる知恵。

その他の「17歳の特別教室」シリーズ
もおススメです!!

お知らせ

若い人に贈る読書のすすめ 2020

「若い人に贈る読書のすすめ」は、若者に向
けて読書をするとは、のちの生き方に大きな
実りをもたらすとして、読んでもらいたい本を
紹介しています。全国の図書館・書店で配布し
ていますので、ぜひ手に取ってみてください。



『切り紙』しませんか♪

今回は切り紙でバレンタインカードを
作ります。切り紙を楽しみませんか?

2月8日(土)

14時30分～15時30分

※おはなし会の後にします。



2月のおはなし会

『ライブラリーこぐま』

2月5日(水)
10時30分～11時

『ひまわり』

2月8日(土)
14時～14時30分

絵本の読み聞かせ、
紙しばい、
手あそびなどをします♪

