

広報

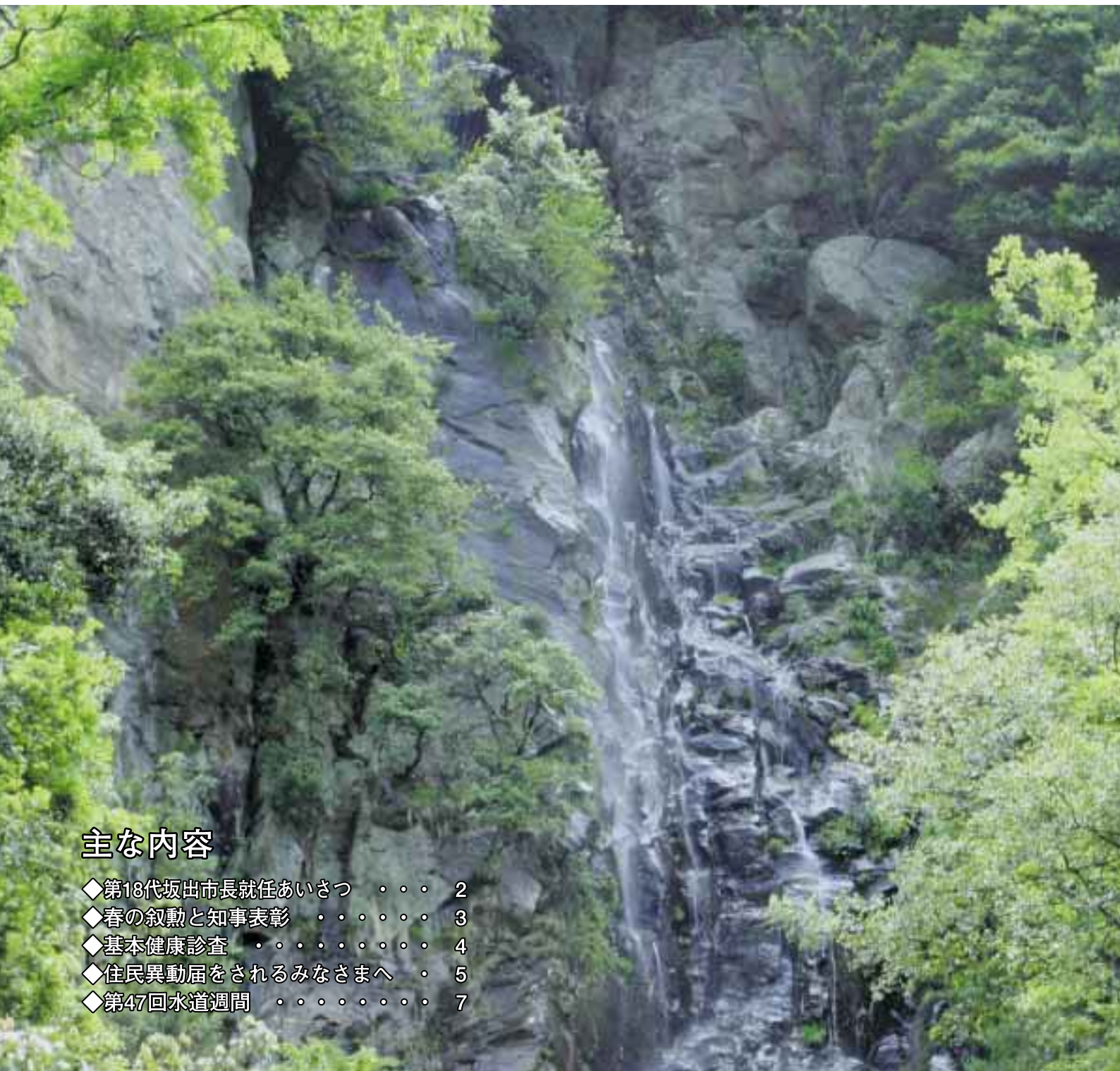
さかいで

6

2005
(平成17年)
NO.1179



<http://www.city.sakaide.kagawa.jp/>



主な内容

- ◆第18代坂出市長就任あいさつ 2
- ◆春の叙勲と知事表彰 3
- ◆基本健康診査 4
- ◆住民異動届をされるみなさまへ 5
- ◆第47回水道週間 7

第18代坂出市長に 松浦 稔明氏



「市民優先」「市民公平」を 基本理念に五期目に挑む

就任にあたり

坂出市長 松浦稔明

市民のみなさまの温かいご支援とご厚情を賜り、引き続き市政の重責を担うことになりました。過去16年間の経験を礎に初心に戻り、「市民優先」「市民公平」の原則を基本理念として、「瀬戸内の交流拠点・活力とふれあいの坂出」の実現に向け、一歩一歩全力で取り組んでまいります。

さて、本市では、他に先駆けて行財政改革に取り組んでまいりましたが、国・県をはじめとした本市を取り巻く財政環境は依然として厳しく、超緊縮財政の中、市政を運営していかねばなりません。まず、市民のみなさまが安心して暮らせる災害に強いまちづくり、そして中心市街地の活性化をはじめとした活力ある産業の振興や自然との共生を目指した循環型快適環境づくり、心ふれあう文教施策の推進や多様な価値観を認め合い尊重しながら共に生きることのできる健康福祉づくりの実現に意を注いでまいります。

本市におきましては、長年の懸案でありました都市計画の線引き廃止が昨年5月に実現し、また、平成8年から重点整備事業として推進してまいりました坂出駅周辺整備事業も本年3月に完了し、着実に四国の玄関都市としての基盤が整ってまいりました。今後とも厳しい財政状況ではありますが、今まで築いてきた行政と市民のみなさまとの信頼関係を維持しつつ、明るい未来を信じ、これまで実行してまいりました行財政改革を引き続き強力に推進し、ムダ、ムラ、ムリを省き、透明性を高め、市民のみなさまにわかりやすく開かれた市政の実現に全力をあげてまいります。

今後とも、なお一層のご理解とご協力をお願いいたします。

向暑のみぎり、市民のみなさまのますますのご健勝とご多幸をお祈り申しあげまして、ごあいさついたします。

おめでとうございます

春の叙勲と知事表彰

春の叙勲

知事表彰

平成17年春の叙勲受章者および憲法記念日知事表彰受
賞者が発表されました。
本市ではそれぞれの分野に尽くされた次のかたがたが
晴れの榮譽を受けられました。

消防功勞



前田 正廣氏

瑞宝単光章

高屋町 70歳
元市消防団
副団長

建設行政事務功勞



中澤 繁信氏

福江町二 72歳
元四国地方建設局
総務部調査官

更生保護功勞



薄井 正平氏

瑞宝双光章

本町二 75歳
保護司

警察功勞



西村 芳明氏

旭町二 76歳
元警部補

消防功勞



高瀬 典男氏

高屋町 64歳
元市消防司令

第四回危険業務従事者叙勲

瑞宝単光章

商工団体功勞



綾 憲夫氏

文京町一 69歳
坂出商工会議所
副会頭

児童福祉功勞



秋山 容子氏

西庄町 67歳
金花保育園園長

社会福祉功勞



大西 キヌ子氏

京町二 80歳
香川県傷痍軍人
妻の会理事

地域安全功勞



澤井 勲氏

川津町 79歳
川津駐在所地域安全
推進委員協議会会長

生活改善功勞



上原 友榮氏

府中町 71歳
元坂出・宇多津地区
生活改善クラブ連絡
協議会会長

水産業振興功勞



東山 照彦氏

櫃石 70歳
与島漁業協同組合
代表理事組合長

期 間 6月1日(水)～7月30日(土)
実施場所 坂出市および宇多津町内の医療機関

基本健康診査の受診案内は、はがきで通知します。

年1回は必ず
健康診断を
受けましょう!



基本健康診査

受けて安心

健康診断

健康診査の役割は、職場等の健康診断を受ける機会のない40歳以上のかたの生活習慣病をはじめとする病気や異常を早期に発見したり、現在の健康状態をチェックすることにあります。

検 診 名	内 容	対 象 者	自己負担額	
			40～69歳	70歳以上 (診察日計算)
基本健康診査	診察、血圧測定、尿検査、血液検査 医師の判断により(心電図、貧血、眼底、ヘモグロビンA1c)実施	40歳以上の国保加入者、社会保険本人以外のかた 【循環器疾患で治療しているかたは除きます。】	1,580円	530円
肝炎 ウイルス検診	血液検査 1. 節目検診	H17年4月1日現在 40、45、50、55、60、65、70歳	1,260円	530円
	2. 要指導等検診 要指導① 要指導②	基本健康診査および問診の結果医師の判断により実施	①1,260円 ②1,790円	530円 600円
前立腺がん検診	血液検査	50～69歳の男性 (受診日年齢)	1,260円	
大腸がん検診	便検査(2日法)	40歳以上の国保加入者、社会保険本人以外のかた	530円	320円

- 生活保護世帯もしくは非課税世帯で、証明書持参のかたは無料になります。
- 65歳以上の老人保健適用者は、70歳以上と同じ自己負担額です。

詳しくは、
市保健課
(☎44・5006)へ



健康手帳をご利用ください。

40歳以上のかたに老人保健法に基づいて交付されるもので、あなたの健康管理と適切な医療の確保にご利用ください。

大腸がん検診

前立腺がん検診

肝炎ウイルス検診

基本健康診査

国民健康保険税2割軽減申請書の
提出は6月15日までに

国民健康保険税の2割軽減制度については、均等割額と平等割額の2割相当額が軽減されます。
 2割軽減に該当すると思われる世帯には、申請書を送付いたしますので、必要事項を記入して6月15日(水)までに市税務課に提出してください。
 なお、期限までに提出がない場合は、この制度の適用は受けられません。

詳しくは、市税務課市民税係

(☎44・5004)へ

市民交通傷害保険に加入しましょう

申し込みは6月1日から

市民交通傷害保険は、6月1日から加入の申し込みを受け付けます。

■保険の契約期間

7月1日から翌年6月30日まで

(7月1日以降は加入時から)

■加入できるかた

市に住居登録または、外国人登録をしているかた

■保険料

一口1720円(一人一口に限ります)ただし、次のかたは保険料の一部(120円)を市が負担します。

①昭和11年6月30日以前に生まれたかた

②加入時点で中学生以下のかた

③身体障害者手帳を所持しているかた

■申し込み手続き

各自治会ごとのほか、市市民課、坂出駅市民サービスセンター、各出張所で受付。申し込み用紙に記入・押印し、保険料とともに提出してください。

詳しくは、市市民課(☎44・5005)へ

福祉医療費受給者のみなさまへ

福祉医療制度が平成17年8月1日から変更になります

対象者

- 入院時食事療養費の標準負担額に対する医療費助成が廃止され、患者本人負担になります。
- 心身障害者・母子家庭等・乳幼児（0歳～5歳）

【入院時食事療養費の標準負担額（患者本人負担額）】

医療受給対象者の分類		1日あたり標準負担額
○ 一般	直近1年間の入院期間が90日以下	780円
○ 住民税非課税世帯の者	直近1年間の入院期間が91日以上	650円
○ 低所得Ⅱ区分の老人医療受給対象者	直近1年間の入院期間が91日以上	500円
○ 低所得Ⅰ区分の老人医療受給対象者	直近1年間の入院期間が91日以上	300円

- 母子家庭等医療費については、児童の給付対象年齢が、原則として満18歳に達した日の年度末までになります。

詳しくは、市保健課保険医療係

☎44・50006 内線199へ

農業委員会委員選挙周知会

9月13日



農業委員会委員選挙は、7月3日(日)に告示され、7月10日(日)に投票が行われます。

同選挙に立候補されるかたがたに、立候補届や選挙運動についての周知会を次のとおり行います。関係者はお集まりください。

とき 6月13日(月)午前10時
ところ 市水道局3階大会議室

詳しくは、市選挙管理委員会 ☎44・5020へ

児童手当の現況届

児童手当を受給しているかたは、毎年6月中に「現況届」の提出が必要です。

この届は、児童手当を引き続き受ける要件があるか確認するためのものです。この届をしないと手当を受けることができなくなり、必ず提出してください。

現況届の用紙は、受給者宛てに6月中旬に送付します。添付書類が必要な場合がありますので、同封のお知らせにしたがって手続きしてください。なお、6月20日を過ぎても、用紙が届かないときは、恐れ入りますがお問い合わせください。

児童手当とは、9歳到達後最初の3月31日までの間にある児童（小学校第3学年修了前の児童）を養育しているかたに支給されます。ただし、所得が所得制限限度額以上の場合には支給されません。手当を受給していないかたで、受給を希望されるかたは、お問い合わせのうえ、手続きしてください。

詳しくは、市福祉事務所児童母子福祉係

☎44・5007へ

平成17年度所得制限限度額

扶養親族等の数	児童手当等 (国民年金加入者 年金未加入者)	特例給付等 (厚生年金等 加入者)
0人	301	460
1人	339	498
2人	377	536
3人	415	574
4人	453	612
5人	491	650

注1 所得税法に規定する老人控除対象配偶者または老人扶養親族があるかたについての限度額（所得額ベース）は、上記の額に当該老人控除対象配偶者または老人扶養親族1人につき6万円を加算した額。

注2 扶養親族等の数が6人以上の場合の限度額（所得額ベース）は、1人につき38万円（扶養親族等が老人控除対象配偶者または老人扶養親族であるときは44万円）を加算した額。

住所異動届をされるみなさまへ

7月1日より本人確認を実施

最近、全国的に本人の知らない間に第三者から住所異動がなされるなど虚偽の届出事件が発生しています。市では、こうした第三者による虚偽の届出を防止するため、平成17年7月1日より住所異動届の際の本人確認を実施いたします。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

本人確認を行う届出

- 転入届
- 転居届
- 転出届
- 世帯変更届

本人確認の対象者

市役所に右記届の手续に来られたかた（異動者・第三者を含む代理人）



本人確認の方法

- 異動者本人の場合
 - 官公庁が発行した顔写真付証明書で確認を行いますので、次の証明書をご持参ください。運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード（顔写真付き）等
 - 顔写真付証明書がないかたは健康保険証、老人保険証等の提示と口頭での質問により本人確認を行います。
- 代理人の場合
 - 異動者本人の場合と同様に代理人の本人確認を行います。
 - 第三者の場合はさらに異動者本人の委任状が必要となります。

※右記の証明書をお持ちでなく本人確認ができなかった場合は、後日郵送により異動者本人に受理通知書を送付いたします。

詳しくは、市市民課 ☎44・5005へ



坂出駅周辺整備主要プロジェクト
完成記念モニュメント
「ユニティ」
6月完成

本市では、平成8年度から「坂出駅周辺整備主要プロジェクト」に着手し市民のみならずのご理解とご協力のもと、北口駅前広場、地下駐車場、駅南口拠点整備土地区画整理事業等主要11事業を推進してまいりましたが、平成17年3月の南口駅前広場の供用開始をもってその事業をすべて完了いたしました。

現在、坂出駅南口においては、事業完了を記念したモニュメント設置工事が進められています。6月中には完成する予定で、完成後にはライトアップされ、昼夜を問わず本市の新しいシンボルとして坂出駅南口を飾ることとなります。

◆モニュメント設置までの経緯

モニュメントの設置に先立ち、どのようなものが本市の新しい玄関口にふさわしいかを協議するために、香川大学名誉教授坂口良昭氏を座長とし、都市の修景や彫刻等に見識の深いかたがたや、市民の代表として連合自治会、婦人団体等の代表のかたなど、総勢8人からなる「坂出駅南口モニュメント設置検討会」を設立しました。

検討会は平成16年7月から8月にかけて、①モニュメントのコンセプト、②作者選定について、複数の候補者の中で慎重な協議が行われ、結果、作者には、県立坂出高校で永年教鞭を執られ、坂出に美術集団「響」を設立し、さらには、坂出駅南口に芸術家の国際交流と育成を目的とした「21世紀国際交流芸術学院」を創設するなど坂出市にゆかりの深い濱野年宏氏が選出されました。

◆委員名簿

氏名	備考
座長 坂口 良昭	香川大学名誉教授
委員 鎌田 正隆	坂出市都市計画審議会 会長
委員 森口 義孝	坂出駅南口土地区画整理審議会 会長
委員 米崎 旭	坂出市文化協会 会長
委員 末包修一郎	坂出市連合自治会 会長
委員 矢野 武子	坂出市婦人団体連絡協議会 会長
委員 藤澤 満	香川県文化会館 館長
委員 岡野 眞	香川大学工学部教授

◆作品「ユニティ」のコンセプト

また、坂出駅南口の作品は、氏の代表作の一つで2000年にローマ法王ヨハネ・パウロ2世に献上された絵画「ユニティ」を立体化し設置することが決定いたしました。

この作品は上部に平和の象徴ハトを抽象的にかたどり、両翼は東洋と西洋を表現。異質なものが1つに結ばれるイメージから世界平和と東西文化の融合を表現したもので、高さ3・4m 幅5mの黄金色のブロンズ像「ユニティ」が、高さ12・6mの台座に載り、地上からの高さは16mになります。

はるか昔より瀬戸内海は、日本文化が世界と交わる海道であり、歴史の重要な場として時代を刻んできました。地球時代の今、坂出市より世界に向けて文化を発信すると同時に人々が集う場となり、そして全ての人が幸せになるよう願いを込め、設置するものです。

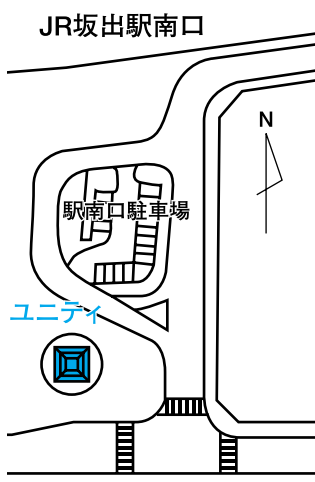
長い年月をかけて進めてまいりました「坂出駅周辺整備主要プロジェクト」の完成を記念するとともに、本市の顔としてふさわしい作品になる予定です。

◆坂出駅南口での一般公開

市では、モニュメントの完成前に、「ユニティ」の地上公開を行います。ぜひ、新しい坂出のシンボルを間近でご覧ください。

日時 6月4日(土)～6月5日(日)
午前8時30分～午後5時
場所 坂出駅南口の公園敷地内

詳しくは、市都市計画課(☎44・5017)へ



第47回水道週間 6月1日～7日

かわつ花菖蒲園の一般開放

水道は、文化的な市民生活や産業活動を支える重要な施設であり、安全で良質な水を、いつでも、どこでも安定して供給する使命があります。そのため、浄水場の施設および市内配水管の改善整備を進め、市民に信頼される水道を目指しています。

このような時期にあたり、水道を考え理解と関心を高めていただくとともに、水道の発展をはかるため、6月1日から7日までを水道週間として、全国的にさまざまな行事が繰り広げられます。

本市においても次のような行事を催しますので、みなさまがたの多数の参加をお待ちしています。

■水道局玄関ホール

とき 6月1日(水)～7日(火)(土・日を除く)
午前9時～午後4時

内容

- ①「水道よろず相談所」の開設
- ②蛇口など水道器具の展示と即売
即売品の取り替え費用は無料
- ③パッキンの無料配布と取り替えの説明。相談所の開設期間中、ご家庭のパッキン取り替え無料
- ④内止栓の取り付け工事(実費)の受付
- ⑤市内小学生による水道についてのポスターの入選作品の展示

■鴨川浄水場施設見学

とき 6月1日(水)～7日(火)(土・日を除く)
午前9時～午後4時

■川津浄水場(かわつ花菖蒲園)

とき 6月1日(水)～6月14日(火)
午前9時～午後4時

※花菖蒲苗の即売は中止しました。

●かわつ花菖蒲園祭

とき 6月5日(日)午前9時～午後3時(雨天決行)

内容

- ①公民館活動芸能発表
- ②カラオケ大会
- ③バザーコーナー
- ④青空市

主催

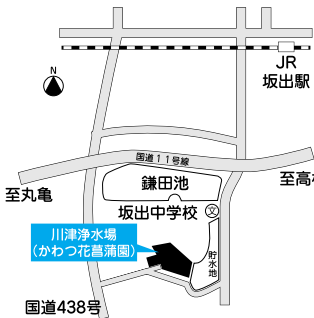
かわつ花菖蒲祭実行委員会
川津校区連合自治会

●花菖蒲茶会

とき 6月12日(日)午前10時～午後3時
(雨天決行)

茶券 300円

申込み 市商工観光課または市水道局
主催 裏千家淡交会坂出分会



■水道週間のポスター入賞者 (5・6年生)

弓削 葵	濱本 芽唯	西部小
高木 麻里	綾田 陽介	中央小
前田 直紀	武安 利奈	東部小
池内 千尋	黒木 涼	西庄小
伊藤 隼己	大塚 智史	林田小
井上 千華	永井 千晶	加茂小
菊岡 勇	横井 俊洋	府中小
可児 伸隆	蔵本 幸浩	川津小
高橋 美帆	山田 千春	松山小
中條 沙紀	岩本 未来	王越小
岩中 まき	岩本 未来	岩黒小
大西 七重	浜田恵里花	瀬居小

■平成17年度水道モニター名簿

福田 共子	松川 康廣	西部校区
行成美佐子	津郷 和夫	中央校区
小林 豊子	塩崎 宏	東部校区
朝日奈好子	田邊 二葉	金山校区
大藤 好枝	本条 隆博	西庄校区
田淵 桂子	中條 覺美	林田校区
赤尾 敏子	来田 幹雄	加茂校区
川瀧 悦子	細井 博和	府中校区
片岡 輝子	井戸 基敦	川津校区
三野 邦子	田中 和男	松山校区
笹岡 和代	先崎 章恵	王越校区
東條 順子	中村 慶一	与島校区

詳しくは、市水道局 (☎46・4596) へ

第40回さかいで大橋まつり

総おどり 参加団体募集

JR坂出駅前ハナミズキ広場をメイン会場に、軽快なリズムののって踊りませんか。

とき 8月6日(土)午後7時～
ところ 駅前通り・商店街
駅前ハナミズキ広場周辺

※踊りの講習についてもご相談ください。

瀬戸大橋パレード参加団体募集

とき 8月6日(土)午後4時～
ところ 駅前通り・駅前ハナミズキ広場
※パレードを盛り上げていただける団体大歓迎!

■詳しくは、市商工観光課 (☎44・5015) へ



第22回 坂出市民大学

「歴史を学び未来創生! -愛あふれる地域を目指して-

とき 9月11日(日) ところ 坂出市民ホール
聴講券 2,000円



第一講座

13時00分～14時30分
義家 弘介氏

「子育ては夢育て -心の会話をしていますか?」



第二講座

15時00分～16時30分
篠田 正浩氏

「映画と私」

■詳しくは、
○市社会教育課 (☎44・5026) ○市中央公民館 (☎46・2422)
○(社)坂出青年会議所 (☎46・8068) へ

学園広場

坂出中学校ソフトボール部



「一球入魂、全力疾走」
 私たち坂出中学校ソフトボール部は、全国大会出場という大きな目標を掲げ、日々練習に励んでいます。私たちのチームは、時には意見が食い違ったりして口論になることもあるけど、互いにとても信頼し合っている団結力の強いチームです。また、私たちは今、とてもよい環境のなかでソフトボールができています。というのは、保護者や地域のかたがたが私たちをいつも応援し、ともに練習に参加してくれているのです。自分のために頑張るだけでなく、私たちを応援し、見守ってくださいる人たちのためにも、必ず全国大会に出場できるように全力を尽くします。そして、周りの人たちへの感謝の気持ちを決して忘れず、一球入魂、最後まであきらめず、全力疾走します。

主将

桃子

少年
育成センター
だより

No.398

中 3年
祐也さん

夢に向かって

ぼくは、「薬物乱用」という言葉をテレビのニュースなどで耳にすることがあります。坂出中学校でも昨年の2学期末に薬物乱用防止教室が開かれ、県薬剤師会の講師の先生から薬物の恐ろしさや乱用の低年齢化などの現状についてお話がありました。ぼくは、その話を聞いて怒りや悲しみの感情しか覚えませんでした。薬物乱用者は、明るい未来を自らの手で壊していること、自分だけでなく家族や親類の人まで巻き込み、恐怖に陥れることなど、強く心に刻み込まれました。

それは、勉強です。あまり勉強が好きではないぼくににとっては、がんばっていることは正直辛いですが、でも、ぼくには将来弁護士になるという大きな夢があります。人間らしく豊かに生きていくために、そして夢の実現のために、今を大切に生きていきたいです。夢への一番の近道は、どんなに周りに誘惑があっても前に進むのだという強い意志だと思っています。「過去の好きな言葉です。自分の夢を実現させるのは自分の生き方にかかっています。安易なことには流されず、今はたとえどんなに苦しくとも、努力が目の前ばつた人には必ず夢は広がります。目標が目に見えてくると思えます。可能性は誰にでもあるかどうかは、自分次第です。これからは、夢へ向かって一歩一歩進んでいきたいと思っています。

人権
だより

No.415

「幼稚園における
人権教育の講演を終えて
(意見・感想の紹介)

○Aさん (20歳代女性)

私は、子どもの気持ちを一番に考えているつもりでも実際は、周りの人たちと同じでない・・・と思う気持ちが大きくある事に気づかされました。人間は大人、一人一人性格も顔もすべてちがうのだから、子どもに周りの人と同じ事を求めるのは間違っていると思いました。子ども一人一人に対して、くらべることなく、自尊感情がもてる人間になれるように自分の子どもの育て方をあらためて見直していきたいと思っています。

○Bさん (30歳代女性)

自尊感情を育てることが大切。2歳半

○Cさん (40歳代女性)

人権教育とは、人と人とのかわりから一人一人ちがうことから学びとっていく事(ちがっていいんだ)知らない内にとくらべてしまう事がダメ! 自分の思い込みでするのはダメ。相手の立場に立つて考え行動をしないといけない。他人と同じでないといけないと思わないで人たちがいいんだと思ってしまう。自尊感情が一番大事である。ちがっているから人が好きになる。とても今日の話は自分の身において聞いてみてもよかったです。子どもとのかかわりを大事にしていきたいです。

からの幼児期が特に大切で家族からの愛情や、その子一人一人違って個性を上手に生かしてあげるのが両親の役割だと思ふ。小さい頃から嫌なことは嫌と、はっきり相手に伝えることも大事、それも人権を守ることに繋がると思ふ。

こころの散歩道

川柳

灯明と神酒を捧げてジャンボくじ
 襟あしをほめてさあさあもう一杯
 呑めないが今日は目出度い祝いの酒
 ワイナリーの試飲ほろ酔い桜色
 初恋の遠い日語る旅の酒
 酒に溺れ酒にいやされ明日がある
 酒愛し酒と歩んだいばら道
 思い断つ心の痛む苦しい酒
 恋酒の迷路を歩く赤い靴
 忘れたい丈のお酒にはげまされ

- | | |
|-----|-------|
| 川津町 | 山下隆一 |
| 林田町 | 溝口和風 |
| 西庄町 | 林登喜代 |
| 林田町 | 加賀みちよ |
| 林田町 | 柳生初子 |
| 川津町 | 古川カツ子 |
| 寿町 | 角森悠史 |
| 西庄町 | 間島秀子 |
| 旭町 | 中井里美 |
| 林田町 | 川西葉月 |

楽しい生涯学習

158



社交ダンスわかば会

私たちのグループわかば会は平成5年に始まり、12年の月日がたちました。社交ダンスは今全国的に

高齢者の間に取り入れられて、公民館活動の一部として盛んになっているようです。運動量もジョギングとウォーキングの中間位の無理のない動作で、足腰も丈夫になり、背筋もまっすぐに姿勢がよくなり、歩くときも背中が丸くならないように気を使うようになります。

ステップを覚えるのも、ある程度頭を使うので、脳の体操にもなり、高齢者にとってよいことばかりだと思います。ダンス音楽も日本の叙情歌や童謡、アメリカ、イギリス等世界中の有名な民謡をダンス向きに編曲して聴くだけで楽しく、体が自然に動くようになり、教室は楽しさが広がり、カラオケも始まったりします。男女とも身だしなみよくなり、少しオシャレになって、若さを保つのによいと思います。興味のある人は一度教室をのぞいてみませんか。

代表 今井 計

スポーツサークル



府中ジュニアバレエスポーツ少年団

創立24年目を迎えます。

練習は週3日、サーブやレシーブなど基本練習が中心ですが、礼儀が第一と考え、来た時のあいさつや靴の並べ方などを大切に指導しています。また、花見やクリスマス会などの行事もあり、そのときには保護者も交えてみんなで楽しんでいます。

現在6年生部員が2人と少ないですが、1年生まで総勢25名がチーム一丸となって、よい結果と思い出を残していきたいと考えています。

代表者 細谷 豊温

みんなでボランティア 24

さつきスポーツクラブ

昭和52年から活動を続けているさつきスポーツクラブは、今年で発足から28年を迎える。現在のメンバーは20人で、毎週水曜日の10時から市立体育館で主に球技などで汗を流している。ここでつけた体力を生かし、番の州プールのオープンに備えた清掃ボランティアを積極的に行っており、みんなが気持ちよくプールを使えるよう、更衣室の美化・清掃など女性ならではの気配りを大切にしている。また、瀬戸大橋駅では第1回大会からうどん接待の片付けを請け負うなど、その他様々な行事を陰で支えていただいている。

「ざっくばらんであったかい雰囲気の中で、楽しく体を動かしています。みんなに会うことで元気が出ますし、心と体をリフレッシュできます。メンバーは30歳代から60歳代で、新規のメンバーも大歓迎です！」と代表の宮田美恵子さん。入ってからの楽しみもたくさんありますよ！とのことでした。



元気に二人三脚 36



今月は

小山町にお住まいの
浦田 哲男さん(80歳)
高子さん(78歳)
ご夫妻のお宅に
おじゃま!

50年を振り返って

哲男 : 郵政の仕事をしてきました。結婚当初は京都に行っており、妻が教師をしていた関係で約10か月単身赴任でした。坂出に戻っては特定郵便局を継ぎ、兼業農家でした。

高子 : ずっと教師をしてきました。坂出に戻ってからは息子が生まれるまで与島小学校で下宿生活。新婚時は別居生活が長かったですね。今は息子世帯と同居で賑やかに生活しています。

元気の秘訣は

哲男 : 病気らしい病気はしたことがない。玄米食やドクターチェック、健康管理はしてますよ。白川静先生のファンでね、人間の頭脳には限界が無く、年齢は関係ない。死ぬまで現役ですよ。

今の楽しみは

哲男 : 「晴耕雨読」。晴れたら畑仕事をし、雨が降ったら好きな読書。
高子 : 女学校時代に岡本先生に出会い、茶道をずっと続けています。夫はよく動いてくれるし、いつまでもこのままで。

知ってまあが 国民年金 免除・特例期間中の保険料はできるだけ追納しましょう。

免除および学生特例を受けた保険料については、10年以内であれば後から納めることができます。これを追納といいます。

免除を受けた期間については、保険料を納めた期間に比べて老齢基礎年金の支給額が減額になり、学生特例を受けた期間については、老齢基礎年金の支給額に算定されません。

将来少しでも豊かな年金生活をおくるために、できるだけ免除期間中の保険料は追納しましょう。

追納する場合の保険料は、免除を受けた当時の保険料に、その後の経過年数に応じて一定額の延滞金が加算されます。17年度の追納額については、右表のとおりです。追納する納付書の交付につきましては、社会保険事務所

もしくは、市市民課年金係までご連絡ください。

平成17年度中の追納保険料額(月額)

免除を受けた月	追納額(円)	免除を受けた月	追納額(円)
H 7.4月~H 8.3月分	16,310	H12.4月~H13.3月分	14,600
H 8.4月~H 9.3月分	16,260	H13.4月~H14.3月分	14,040
H 9.4月~H10.3月分	16,040	H14.4月~H15.3月分	13,500
H10.4月~H11.3月分	15,790	H15.4月~H16.3月分	13,300
H11.4月~H12.3月分	15,190	H16.4月~H17.3月分	13,300

社会保険事務所の年金相談窓口の時間延長日と休日開設日
時間延長日 毎週月曜日 午後7時まで(休日の場合は翌日延長)
休日開庁日 毎月2回 第2・3土曜日(受付時間9:30~16:00)

介護保険 Q&A (80)

Q 介護保険制度を利用して住宅改修をしたいのですが、どのような手続きをすればよいのでしょうか。

A 工事にかかる前に事前協議のあったものについて20万円までの小規模の住宅改修費用として、1住宅につき18万円までの費用が支給されます。償還(立替え)払いとなりますので工事前後の写真と領収書等を添付のうえ、担当ケアマネジャーにご提出ください。

具体的には、手すりの取り付け、床段差の解消、滑り止めおよび移動の円滑化のための床の改修、引き戸への改修、その他住宅改修に付帯して必要となる改修が対象となります。

いずれにつきましても、施工前に必ず介護保険係にご相談いただくことになっております。施工後の工事につきましては対象とはなりませんのでご注意ください。

詳しくは、市福祉事務所介護保険係または担当のケアマネジャーまでご相談ください。

ワンポイントイングリッシュ



Let's try

~ QUIZ 39 ~

今回も英語の類出表現を紹介します。答えはこのページの下にあります。

me help you.
ミー ヘルプ ユー
 (お手伝いしましょう。)

誰かが困っていて手助けをしたい場合、ひとこと声をかけたいですね。

me ~は許可を求める言い方で、 me watch TV.(テレビを見せて。)

me treat you.(ご馳走させてね。)など様々に応用できる表現です。

手話で話そう (111)

スポーツに関する手話表現 その7

スポーツの手話表現は、それぞれの種目の動きや特徴にちなんであらわされています。

ヨット



左手掌の上に立てた右手(帆を表す)をのせて前に動かす

カヌー



両手でカヌーをこぐ動きをする

漕艇



左手掌を少し丸めて左側に置き(ボートを表す)右手でボートをこぐ動きをする

さかいで今昔 (56)

小与島から鍋島・与島を望む



(昭和39年頃)横田 信さん(元町二)より



(現在)

このコーナーでは、昔の市内の写真を集めます。懐かしい貴重な写真をお持ちのかた、ぜひご連絡ください。

市秘書課広報広聴係 (☎44・5000)へ



今年のグランプリ決定

4月23日平面作品の全国公募展「2005さかいでArtグランプリ」の表彰式が市民美術館にて行われ、応募総数353点の中から、永井夏夕さん（神奈川県写真左）の「ここから消えていく事」がグランプリに輝きました。また、優秀賞に松岡政男さん（岡山県写真右上）と桑島克浩さん（国分寺町写真右下）、秀作賞3人、佳作賞15人の入賞がありました。



緑のフェスティバル

4月22日、「坂出市花と緑のまちづくり推進協議会」主催で坂出駅北口市民広場で開催されました。緑化募金と空くじ無し抽選会には開会前から長蛇の列ができ、参加者に鉢植の花や草花の種・球根が進呈されました。府中婦人会のみなさんによるうどん接待も好評でした。



ポスト愛護週間(4月14日~20日)

4月14日坂出保育園6歳児39人が坂出郵便局を訪問し、郵便ポストの清掃を行いました。背の届かない所は踏み台に載り、低い所には潜り込み、上から下までピカピカ。きれいになると気持ちいいね!!坂出郵便局のみなさんも大喜びでした。



潮干狩り日和

今年のゴールデンウィークは晴天に恵まれ、綾川河口では、例年のように潮干狩りを楽しむ家族連れなどで賑わいました。たくさん取れたかな?見せてくれるー?!かわいい手の平いっぱいアサリを載せて見せてくれました。



2005 さかいで塩まつり

4月29日坂出青年会議所主催で坂出駅北口周辺にて開催されました。坂出はかつて日本一の製塩の町として栄え、その基礎を作ったのが久米通賢翁ということで、塩と翁にちなんだ催しが盛りだくさん。塩の滑り台に子どもは大はしゃぎ!!フランクフルトの大盤振る舞い?塩茹でにするとシャキッと食感がよくなるとのことでした。



市の施設情報

市民美術館 ☎45-7110
開館 9:00~17:00 (入館は16:30)

トールペイント作品展

坂出、宇多津、丸亀を中心として活躍する、トールペインティングクラブ ムルティフローラによる作品展。様々な素材に、和風、ヨーロッパ、アメリカンなど様々な作品で描いた作品 150 点余りを展示します。なお、研修室において体験教室も開催します。(第1展示室)

会期 6月2日(水)~6月5日(日)最終日は15時まで
入館料 無料
主催 ペインティングクラブ ムルティフローラ
代表 大山理津子

草木彫 日記会 グループ展

「木のぬくもりを」をテーマに日本の四季を彩る草花を、毎日使う木の器に彫り、母から子へ代々伝えていけるよう時間をかけて丁寧に作られた重箱、弁当箱、椀、皿、盆など50点余りを展示します。(第3展示室)

会期 6月8日(水)~6月12日(日)最終日は15時まで
入館料 無料
主催 日記会

市民ギャラリー ☎44-5057
かもめ 7:30~19:00

第9回千芝会書作展

6月4日(土)~6月12日(日) 15:00まで

てんざらばさら絵画展

6月13日(月)~6月20日(月) 15:00まで

坂出市民ホール ☎45-1505
~休館日~毎週火曜日

日	曜	行 事 名
2	木	坂出市老人クラブ連合会総会
8	水	社会保険委員研修会
15	水	算定基礎届説明会
19	日	ピアノ発表会

市立体育館 ☎45-6670
~休館日~毎週月曜日

日	曜	行 事 名
4~6	土~月	第45回 香川県高等学校 総合体育大会バドミントン競技
11	土	市子連 ドッジボール大会
12	日	水無月杯 ドッジボール大会
18	土	第30回 香川県バドミントン普及大会(春季) 第42回 香川県市役所職員卓球大会
19	日	第32回 坂出市PTAバレーボール大会 ソフトバレーボールの部
25	土	第60回 国体バドミントン競技会 県予選
26	日	第32回 坂出市PTAバレーボール大会6人制バレーボールの部

休館日 毎週月曜日 月末整理日30日(木)

6月 6月の生活情報

スポーツ

第23回坂出市親子・一般カヌー教室

日時 6月26日(日)9時受付
会場 坂出市カヌー研修センター
参加料 1人1,000円
申込 6月1日(水)~12日(日) 休館日月曜を除く
申込・問合せ先 坂出市カヌー研修センター
(☎48・1885)

シニア体力テスト

日時 6月26日(日)午前9時~
場所 東部小学校体育館
内容 握力測定、前屈(長座体前屈)、開眼片足立ち、棒反応、ウエスト/ヒ

ツッピ 市体育課 (☎44・5025)
問合せ先 市体育課 (☎44・5025)

フットサル教室参加者募集

日時 6月22日(水)~水曜日全10回
午後7時~9時
場所 香川県立丸亀競技場
対象 一般
定員 60人(先着順)
参加料 2,900円(保険料500円含む)
申込 5月22日(日)~ 参加料を添えて、直接丸亀競技場管理事務室まで
問合せ先 香川県立丸亀競技場 (☎21・5800)

小学生フットサル教室

日時 7月22日(金)~火・金曜日全7回
午後3時~5時
場所 香川県立丸亀競技場
対象 小学4~6年生
定員 50人(先着順)
参加料 2,600円(保険料500円含む)
申込 6月22日(水)~ 参加料を添えて、直接丸亀競技場管理事務室まで
問合せ先 香川県立丸亀競技場 (☎21・5800)

小学生陸上教室

日時 7月21日(木)~月・木曜日全7回
午後5時30分~7時30分
場所 香川県立丸亀競技場
対象 小学4~6年生
定員 50人(先着順)
参加料 2,600円(保険料500円含む)
申込 6月21日(火)~ 参加料を添えて、直接丸亀競技場管理事務室まで
問合せ先 香川県立丸亀競技場 (☎21・5800)

市内ソフトボール男女6月大会

日時 6月12日(日)午前8時~
場所 (株)トクヤマ坂出グラウンド他
問合せ先 木内 (☎46・2745)

募集

国勢調査員になりませんか

本年10月1日を調査日として、全国一斉に国勢調査が実施されます。この調査は、大正9年(1920年)に第1回調査が行われ、今回で18回目を迎えます。

大橋記念図書館

☎45-6677 火~金 9:00~18:00 土・日 9:00~17:00

休館日 毎週月曜日 月末整理日30日(木)

ブックンの予定(移動図書館)

と き	場 所
火	7日 瀬居・西庄
	14日 松山
	21日 島しょ部
水	28日 西庄・江尻
	1日 加茂・府中
	8日 瀬居・沙弥
	15日 府中・林田
木	22日 府中・加茂
	2日 川津
	9日 林田・玉越
	16日 小山・府中
23日 西庄・横津	

図書館で遊ぼう!!

5日(日)14時~ あそびの広場
11日(土)14時~ 紙芝居の会
16日(木)10時30分~ ゆりかごおはなし会
18日(土)14時~ 子ども映画の会
25日(土)14時~ 紙芝居の会

新刊情報



ミリオンズ
モンカホルトルボイス 著



ユグノーの呪い
新井 政彦 著



ルーンロード(1)
大地の王の再来
デブラテイラーランド 著

壊れる日本人 ケータイ・ネット依存症への告別 柳田 邦男 著
自然エネルギー大全 手作りエネルギー研究会 編
豚は月夜に歌う 家畜の感情世界 ジェフリー・ムセイエフ・マッソン 著
にほん全国芝居小屋巡り 沢 美也子 著

そこで市では、調査に従事する調査員を募集しています。20歳以上の統計調査に熱意のあるかたの連絡をお待ちしています。従事時間は自由です。ご希望のかたは、申込用紙を送付します。

問合せ 市企画課統計係
(☎44・5001)

香川県「女性友好の翼」派遣団員を募集します！
男女共同参画福祉・環境問題を考えてみませんか！

日時 10月15日(土)～23日(日)
訪問国 ノルウェー、ドイツ

対象 満30歳以上60歳未満の県内在住の女性(4月1日現在)

募集人数 県内で10人

選考方法 書類審査のうえ面接

面接日 7月30日(土)

参加料 派遣経費の1/2相当額(200,000円)

受付期間 6月1日(水)～6月30日(木)

申込先 市社会教育課(☎44・5026)

問合せ 香川県青少年・男女共同参画課(☎087・832・3197)

角山運動公園温水プール夏期アルバイト募集！

期間 前期7月1日(金)～7月31日(日)
後期8月1日(月)～8月31日(水)

勤務時間 ①午前9時30分～午後6時
②正午～午後8時30分

※①・②の日替り勤務

対象 18歳以上の男・女

定員 前期・後期とも各3人

日給 6,100円

申込 6月1日(水)

ハローワーク坂出(☎46・5545)
角山運動公園温水プール(☎49・4770)

番の州プールのアルバイト募集

期間 前期7月9日(土)～7月31日(日)
後期8月1日(月)～8月22日(月)

勤務時間 (前期・後期継続の勤務も可能)
午前9時～午後6時

対象 通勤可能な男女

種技能を付与する)の一環として行います。

日時 7月12日(火)～16日(土)
午前9時～午後4時30分

会場 坂出市勤労福祉センター

内容 うどんづくりの理論と実技

対象 60歳代前半のかた

定員 20人(先着順)

受講料 無料

申込 6月13日(月)

申込・問合せ先 (社)坂出市シルバー人材センター(☎46・1488)

短期留学生ホストファミリー(受入家庭)募集

今夏坂出を訪れる、姉妹都市米国サウスリート市の高校生をボランティアでお世話していただく家庭を募集します。家族ぐるみで異文化交流を行ってみませんか。

対象 坂出市内の家庭

期間 7月末から約10日間

募集家庭 10家庭程度

募集期間 6月1日(水)～6月30日(木)

申込・問合せ先 市企画課内坂出市姉妹都市協会事務局(☎44・5001)

さぬきうどん講習会受講者募集

シルバー人材センターの実施するシニアワークプログラム事業(高齢者に各

相談

相談名	とき	ところ
行政相談	15日(水) 10:00～15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	1日(水) 10:00～15:00	勤労福祉センター (☎46・2463)
定例農業相談	10日(金) 9:00～11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
金融・税務 社会保険相談	15日(水) 10:00～15:00	商工会議所 (☎46・2701)
労務相談 商工業者法律相談	15日(水) 13:00～15:00 13:00～16:00	商工会議所 (☎46・2701)
家庭児童・婦人相談	毎週(月～金) 8:30～17:00	市福祉事務所 (☎44・5007)
酒害相談	第4(木) 13:30～15:30	市福祉事務所 (☎44・5007)
療育相談	第2(火) 9:30～11:30 第4(火) 13:30～16:30	市福祉事務所 (☎44・5007)
身体障害者 生活支援相談	毎週(月～土) 9:00～17:00	障害者生活支援センター・ピア瀬戸療護園内 (☎56・3070)
育児相談	毎週(月～金) 9:00～17:00	子育て支援センター みどり保育園内(☎44・3930) 金花保育園内(☎46・8747)
高齢者住宅相談	毎週(月～金) 8:30～17:00	市建設課 (☎44・5011)
高齢者職業相談	毎週(月～金) 9:00～16:00	高齢者職業相談室 (☎44・5030)
福祉総合一般相談	毎週(月～金) 9:30～15:00	社会福祉協議会 (☎45・1133)
法律相談 (弁護士相談日) <small>※事前に一般相談を受けてください。</small>	17日(金) 13:00～16:00	社会福祉協議会 (☎45・1133)
社会保険労務士相談	毎週(水) 9:30～12:00	社会福祉協議会 (☎45・1133)
交通事故相談	毎週(火・木・土) 8:30～17:00	中央公民館相談室 (☎46・5511)
交通事故相談 (弁護士相談日)	第2・4(土)(要予約) 9:00～12:00	中央公民館相談室 (☎46・5511)
教育相談	毎週(月～金) 8:30～17:00	少年育成センター (☎46・2777)

第26回青少年国際交流キャンプ参加者募集

日本、アメリカ、インドネシア他、諸外国の子どもたちと一緒に富士登山をしませんか。

期間 8月3日(水)～7日(日)

場所 山梨県山中湖村菅キャンプ場

定員 日本人140人、外国人40人(先着順)

対象 小学4年生～中学3年生

費用 小学生 60,000円
中学生 70,000円

出発地 岡山駅(岡山駅までの費用含まず)

レクリエーションセミナー参加者募集

レクリエーションの基礎技術である、ゲーム、ソング、ダンスを中心に講習会を行います。

日時 6月6日、20日、7月11日、25日の各月曜日午後6時30分～午後9時

場所 中央公民館

参加費 各回1,000円

申込・問合せ先 (資料代・保険料含む)
坂出市レクリエーション協会事務局
新池(☎46・4768)

申込締切 7月8日(金)

問合せ・資料請求先
文部科学省所管(財)国際青少年研修協会
(☎03・33359・8421)
info@kskk.or.jp

催し

源氏物語講座

日時 6月12日(日)午前10時
会場 勤労福祉センター
講師 佐藤恒雄先生(香川大学教授)

坂出囲碁研修会 はじめてのかた歓迎

日時 6月12日(日)午前9時
会場 勤労福祉センター

その他

求職者・在職者向け再・就職相談室を設けました

日時 平成17年5月〜平成18年3月の第1・3土曜日午前9時30分〜午後6時30分
会場 高松商工会議所5階
内容 就職・仕事上などで悩んでいるかたの相談をお受けします。
定員 1日6人まで
(相談時間1人約1時間)

相談員 社会保険労務士
費用 無料
申込・問合せ 香川県地域労使就職支援機構

(☎087・867・0223)

詳細は最寄りのハローワークに置いてあるチラシをご参照ください。
rousi-k@khaki-plata.or.jp

中学校教科用図書の展示

平成18年度の中学校教科用図書を、6月17日(金)から、市立大橋記念図書館において常設展示します。

問合せ 市学校教育課(☎44・5024)

今月の納税

市 県 民 税 1 期

・納期限は6月30日です。
・市税は納期内に納めましょう。
・お支払いは便利な口座振替で。

坂出市は「非核平和都市宣言」をしています

世界の恒久平和を実現することは、人類共通の願いである。わが国は、世界唯一の核被爆国として、広島・長崎の惨禍を人類の上に決して繰り返させてはならない重要な責任を持つものである。日本国憲法の精神に基づくわが国の平和と安全こそが、地方自治の根本的条件である。
よって、平和を愛し、人類の共存を願う立場から、あらゆる国のあらゆる核兵器の廃絶と憲法にうたわれている平和的生存権の確立のため、次の事項を市是とし、ここに非核平和都市宣言を行うものである。
(昭和59年9月22日坂出市非核平和都市宣言決議)

- 一 坂出市は、あらゆる国のあらゆる核兵器の廃絶を全世界に強く訴える。
- 一 坂出市は、「核兵器つくり、持たず、持ち込ませず」の非核三原則を将来ともに堅持する。
- 一 坂出市は、将来にわたって戦争の悲惨さを伝え、平和を守る行政を行う。

水道当番店

日付及び作業者名	大池、小山、川津	その他	駒止、笠指、京、室旭、横津、入船、昭和、久米、福江、谷江尻	林田、高屋、神谷、大屋富、青海	西庄、加茂、府中	王越
1~5日	小林水道 46-5977	藤沢住設 46-2192	中條電機 46-4261	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	キ ト ロ 4 2 1 2 6
6~10日	中山住設 46-4427	ナニワヤ 46-5656	旭電機水道 46-2898	ナカトミ 47-0729	荒井ポンプ 48-0241	
11~15日	山田管工 46-1894	田中水道 46-2807	高橋産業 46-4984	大信総業 46-1372	綾川水道 48-0538	
16~20日	小林水道 46-5977	中川設備 46-2901	松岡水道 46-4602	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	
21~25日	中山住設 46-4427	高倉工業 46-3057	鈴木設備 46-2021	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	
26~月末	山田管工 46-1894	山田水道 46-3794	長尾環境設備 46-3863	ナカトミ 47-0729	荒井ポンプ 48-0241	

その他:元、本、寿、白金、御供所、宮下、八幡、常盤、築港、中央、坂出、新浜、池園、花、青葉、文京、富士見、瀬居、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南

善意の贈り物

長生園へ (敬称略)		
品名	寄付者	住所
新聞 新聞 川柳誌 花の苗 乳酸菌飲料 理髪奉仕	日清製粉(株)坂出工場 毎日新聞坂出販売所 案山子川柳社 瀬戸内セレモホール (有)西川商事 川滝富美代	入船町一室町三府中町室町三久米町一瀬居町
教育委員会へ (敬称略)		
品名	寄付者	寄付先
加茂小学校普通教室用カーテン 加茂小学校体育館内防球ネット	加茂校区施設資金管理会 加茂校区施設資金管理会	加茂小学校 加茂小学校
大橋記念図書館へ (敬称略)		
品名	寄付者	住所
児童図書80冊	久本美智代	西庄町

以上のかたがたから心温まるご寄付がありました。

おくやみ

(遺族の希望により掲載していません)

■母子保健行事 ところ 地域保健センター ☎45・7437

内容	とき	対象
3~4か月児健康診査	7日(火) 13:30~15:00	平17.2月生まれ
子育てサークル	6日(月) 13:30~15:00	生後4か月~1歳ごろまで
1歳6か月児健康診査	16日(木) 13:30~15:00	平15.12月生まれ
2歳児相談	9日(木) 9:30~16:00	平15.6月生まれ
3歳児健康診査	23日(木) 13:30~15:00	平13.11月生まれ
こども相談(要予約)	17日(金) 13:30~15:30	子育てに不安のある人
パパママ学級	15日(水) 13:30~15:30	妊婦さんおよび家族

■予防接種 個別接種

三種混合	日本脳炎	麻疹(はしか)	風しん	BCG
平17・2月生まれ	平14・5月生まれ	平16・5月生まれ	平16・5月生まれ	平17・3月生まれ

※個別接種については実施対象月です。母子健康手帳、印鑑をご持参ください。

■健康教室 ところ 市民ふれあい会館 ☎44・5070

とき	内容	講師
9日(木) 14:00~15:30	転倒と骨折 ~ころばぬ先の杖~	医師 高橋 裕彦先生
16日(木) 9:30~11:00	実技 バランスカアップ ・ボール体操	運動指導士 森 明美

■健康教室 ところ 市立病院2F講堂 ☎46・5131

とき	内容	講師
8日(水) 14:00~15:00	糖尿病教室 「口の中の健康」	糖尿病内科医長 大工原裕之先生
14日(火) 14:00~15:00	「いきいき漢方の すすめ③」	副院長 田岡 輝久
22日(水) 14:00~15:00	「病気と検査」	臨床検査科技師 中山美津子

■がん検診

胃がん	子宮がん	乳がん	ところ
	2日(木) 13:00~14:30	1日(水) 13:00~15:00	加茂公民館
27日(月)・28日(火) 8:30~10:30	20日(月) 13:00~14:30	21日(火) 13:00~15:00	地域保健センター

■認知症(痴呆)相談

14日(火) 14:00~15:30 市民ふれあい会館
相談医師 赤沢 正敏先生

■栄養相談

14日(火) 9:00~11:00 地域保健センター
※要予約(☎44・5006)まで

■健康相談

毎週月~金曜日 8:30~17:00 市保健課

0-157などの感染症に一層の注意を!

~予防の一步は手洗いから~

下記のポイントに気をつけて、0-157などによる感染症予防に十分注意してください。

1.つけない(清潔、洗浄)

- 調理の前や食べるとき、トイレの後には、手をよく洗いましょう。
- 肉、魚、野菜等を区分して保管し、調理器具を別にしましょう。

2.増やさない(迅速、冷却)

- 食品についた0-157は、時間の経過とともに増えるので、調理後は早く食べましょう。
- 食品を扱うときには、室温に長時間放置せず冷蔵庫に保管しましょう。

3.やっつける(加熱、殺菌)

- 中心部が75℃で1分以上となるよう加熱しましょう。
- 調理器具は、熱湯や塩素剤で消毒しましょう。

子どもや高齢者は、レバー等の食肉を生で食べることは避けましょう。万一、水様性下痢や腹痛が続いたり、出血を伴う下痢を起こした場合は、すぐに医師の診察を受けましょう。

詳しくは、中讃保健福祉事務所(☎24・9962)へ

■休日当番院

日	内容	町名	電話番号
5 (日)	内 上塚内科医院	元町一	46・4812
	小 上里内科医院	室町一	45・8111
	外 永井整形外科医院	川津町	45・1177
12 (日)	内・小・外 回生病院	室町三	46・1011
19 (日)	内・小・外 坂出市立病院	文京町一	46・5131
26 (日)	内・小・外 聖マルチン病院	谷町一	46・5195

※当番医院のお知らせは(☎45・0199) 診療時間9:00~18:00

編集後記

「さかいで今昔」の取材、今回は「小与島から鍋島・与島を望む」ということで、船で小与島へ渡りました。昭和39年の写真と同じスポットからの撮影が必要のため、場所探しには手こずりましたが、貴重な体験となりました。鍋島・与島を撮影した後、県指定天然記念物の「小与島ササユリ」を撮りに行ったのですが、場所もわからず困っている私たちを案内してくれた島のかたがた、本当にありがとうございました。急峻な崖の上のササユリはまだ蕾でしたが、もしまた小与島へ渡る機会があれば、そのときは咲いているササユリが見られるといいなあ。

坂出市立病院糖尿病内科医長 大工原 裕之

インドロームと呼ばれます。それによると、内臓脂肪のたまり度をウェストサイズで判断し、男性85センチ、女性90センチ以上の人を「要注意」とされ、男性90センチ以上、女性85センチ以上、かつ中性脂肪が150以上、血糖値が130以上、血圧が130/80以上、善玉コレステロールが40未満、2つ以上があてはまる人をメタボリックシンドロームと診断します。国内で1000万人以上(国民12人に1人以上)がこの基準にあてはまると推定されます。内臓脂肪は皮下脂肪に比べて、血液を固まらせて血管を詰まらせたり、血圧を上昇させる成分を多く作り出します。それによって動脈硬化が進んで、心筋梗塞や脳梗塞を起こす危険性が高まるのです。この基準にあてはまる人は、高カロリーや高脂肪の食事を控える、運動を心がけるなど、生活習慣を改善すれば心筋梗塞の危険は減らせます。今まで血糖や血圧が少し高いだけだと放置されていた人を見つけて出して、生活習慣の改善につなげるのが大切なのです。



203 男性85センチ、女性90センチ

4月8日(金)、日本内科学会で演題発表のため大阪国際会議場に居ました。偶然、その席で「メタボリックシンドローム」のわが国の診断基準が発表されました。内臓脂肪のたまり度、血圧、血糖、血中脂肪など、個々の項目の数字がさほど悪くなくとも、複数の「黄信号」が重なった状態をメタボリックシンドロームと呼びます。

わが家の アイドル



アイドル大募集!!

今月は平成15年12月から平成16年2月生まれのお子さんを募集します。ご希望の方は、お子さんの氏名・住所・生年月日・保護者の氏名・連絡先を明記のうえ写真・メッセージを添えて郵送でご応募ください。

申込・問合せ
〒762-8601 坂出市室町2丁目3番5号
市秘書課広報広聴係(☎44-5000)へ

締切日 6月10日(金)必着
応募者多数の場合は抽選

思いやりのある優しい子に育ってね!

10月にはお兄ちゃん★頑張つてネ!

妹 琴美ちゃんと仲良くしてネッ!

卓真とくいの愛きょうでレッツゴー!!

いつも元気いっぱいの康介くんお姉ちゃんと仲良くね

元気一番! たくましくなあれ!!

康介ちゃん
こうすけ

成美ちゃん
なるみ

愛七ちゃん
あいな

祐司 ちゃん
ゆうじ

卓真 ちゃん
たくま

蒼師ちゃん
そうし

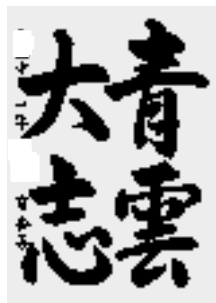


幼 5歳児
隼人ちゃん
はやと
(かわいい虫さんたちもほくのともだち)



保 5歳児
菜々未ちゃん
ななみ
(おかあさんと一緒にさんぼしたよ)

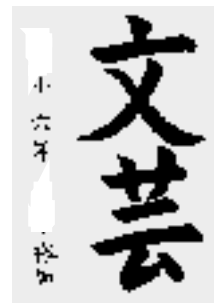
今月の優



中 1年
有香子さん
ゆかこ



小 5年
優幸さん
まさゆき



小 6年
裕加さん
ゆか

(材料) 流し缶1個分

棒寒天	1/2本
水	500ml
グラニュー糖	150g
小豆こしあん	200g
本葛	8g
水	80ml
塩	少々

- ① 寒天は1時間ほど水に浸してやわらかくもどす。
- ② 寒天の水気をきって鍋にちぎり入れ、水を加えて火にかけ、沸騰し完全に寒天が溶けたらグラニュー糖を加えて煮溶かす。
- ③ こしあんを入れて、へらでよく混ぜ溶かす。
- ④ ポウルに葛を水で溶き、③のあん汁を1カップほど入れよく混ぜる。
- ⑤ 鍋に④を加えて、焦げつかないように鍋底から混ぜて沸騰するまで中火で煮、火を止める直前に塩を加える。
- ⑥ 鍋を水にあて、ゆっくりとかき混ぜながら粗熱をとる。
- ⑦ へらの感触が少し重くなつて、とろみがでたら流し缶に入れ、熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。

水ようかん

遊食ふぁいる 135



「1人分の栄養量」

エネルギー	113kcal
たんぱく質	4.5g
脂質	0.2g
カルシウム	10mg

市の動き

5月1日現在
()は前月比

市制施行	昭和17年(1942)
市の面積	92.46km ²
市の木	珊瑚樹
市の花・草花	桜・コスモス



人口57,194人(-40)
男27,264人(0)
女29,930人(-40)



世帯数 21,362世帯(24)

(4月)



出生 33人(-9)



死亡 63人(0)



転入 297人(-47)



転出 307人(-145)



交通事故 67件(死者2人)



救急 305件



火災 7件

※広報に掲載された写真は、希望者に差しあげます。お気軽にお申し出ください。
ホームページアドレス <http://www.city.sakaide.kagawa.jp/>