



主な内容

- ◆ 第3次坂出市行財政改革大綱 . . . 2~5
- ◆ 讃岐うどんツルツルツデーウォーク . . . 6
- ◆ 戸籍届出の本人確認 7
- ◆ みんなの広場 8~9

第3次坂出市行財政改革大綱

「取り組め行革 明るく未来」

坂出市では、平成3年から独自に行財政改革に取り組み、坂出市行財政改革大綱を策定し、積極的にその推進に取り組み、一定の成果を得ているところです。

しかし、現下の非常に厳しい財政状況のなか、行財政運営を改めて全面的に見直し、効率的な経営が行われるよう、また、それによって新たな財源を生み出せるよう、今一度、真剣に取り組んでいかなければなりません。

また、先に策定した第2次坂出市行財政改革大綱の推進期間が、平成15年12月をもって終了することを契機に、中・長期的な見通しに立ち、必要な改革事項の再検討を行い、大綱の見直しを実施し、行政として取り組むべき指針を明らかにするため、ここに新たに、「第3次坂出市行財政改革大綱」を策定しましたので、市民のみならず、皆さまにお知らせします。



本市の財政事情

本市の財政状況は、歳入面の大きな柱である市税が、長引く景気低迷や恒久減税等により大幅な減収となり、地方交付税についても、その動向が極めて不透明な状況にあります。

一方、歳出面では、**経常収支比率が高率で推移し、依然として財政が硬直している**なかで、土地開発公社経営健全化計画の実施、電子自治体への対応、公共施設の大規模改修等の推進、定年退職者の増加に伴う退職手当の累増、さらには市立病院や下水道事業等の累積赤字の解消など多くの財政問題が山積しており、非常に厳しい状況が続いています。

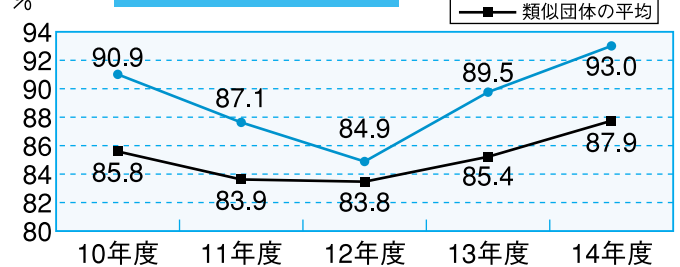
行財政改革の基本的な考え方

それぞれの事業や仕事ごとにどれくらいのコストがかかっているかを算定し、常にコスト意識を持ち、直営に比べてよりコストの低い民間委託等を導入し、コストの高いシステムから、よりコストの低いシステムに切り換えることによって、新たな財源が生み出され、より充実した市民サービスの提供が可能になります。

「大きな仕事をするための小さな市役所」の達成を目指し、経費の縮減に留意しながら、職員自らの確かな判断と創意工夫により、市民サービスを低下させることなく、「最少の経費で最大の効果」をあげるよう、より一層の効率的な行財政運営に努めるものです。

そして、行財政改革の推進にあたっては、このような視点と共通認識を全職員が持ち、市議会ならびに市民のみならず、ご理解とご協力を得るなかで、鋭意取り組んでいくことが何よりも大切です。

経常収支比率の推移



$$\text{経常収支比率} = \frac{\text{経常経費充当一般財源}}{\text{経常一般財源総額}} \quad \left(\begin{array}{l} \text{その団体の財政構造} \\ \text{の弾力性を測る比率} \end{array} \right)$$

経常経費とは、人件費、物件費、維持補修費、扶助費、補助費、公債費など年々持続して固定的に支出される経費

経常一般財源とは、地方税、普通交付税、地方譲与税などの毎年度連続して経常的に収入となる財源のうち、その使途が特定されず自由に使用することができる収入

行 革 大 網 の 5つの柱

- 1 財政の健全化
- 2 事務事業の見直し
- 3 定員管理・給与の適正化
- 4 組織機構の再編整備
- 5 情報化の推進



具体的な取り組み

1 財政の健全化

本市の将来への展望を切り開くためには、職員一人ひとりが自覚と責任を持ち、財政の健全化に積極的に取り組む必要がある。全職員自らがコスト意識を再認識して、「最少の経費で最大の効果」を基本理念に、職員数の削減、民間等への業務委託などにより弾力性のある健全な財政を構築します。

- ① 小・中学校給食の調理部門の民間委託を計画的に実施
平成16年度 松山小学校から
- ② 幼稚園、小・中学校の技能員業務の外部委託を計画的に実施
- ③ 旧市内5幼稚園を1幼稚園に統廃合
平成17年度から
- ④ 中学校に配置されている市費学校事務職員の配置見直し
平成16年度以降
- ⑤ 保育所給食の調理部門の民間委託を計画的に実施
平成17年度から
- ⑥ 養護老人ホーム「長生園」を民間へ移管
- ⑦ ごみおよび尿収集業務の民間委託を計画的に実施
- ⑧ 保育所運営の公設民営化等の調査・研究の実施
- ⑨ 公の施設の管理・運営について民間委託等によりコスト削減、行政サービスの効率化を図る
- ⑩ 小・中学校の適正な施設数を調査・研究し、可能な施設についての統廃合を検討
- ⑪ 市税等の課税客体・課税標準等を的確に把握し、滞納整理の実施により税負担の公平確保に努める
- ⑫ 使用料および手数料等の住民負担の公平確保・受益者負担の原則に基づく適正化に努める
- ⑬ 負担金補助および交付金の整理合理化に努める
- ⑭ 市民福祉・教育文化の向上等に配慮した投資的経費の重点的実施に努める

■ 市立病院

「市民が安心して暮らせ、心の支えとなる病院に」の基本理念のもと、地域の中核病院としての役割を担うため、高度医療機器の導入をはじめ診療体制の充実を図り、医療の質を高め、高齢化社会を視野に入れた細やかな患者サービスを行うなど、病院事業全般についてのさらなる健全化に努めます。

■ 水道事業

平成14年4月1日の「水道法」の改正により、第三者委託としての技術的業務の包括的委託が制度化され、浄水場の運転管理、水質管理および給水装置等の管理の民間委託が可能となったことから、今後、これらの業務について、委託または職員の嘱託化等の検討を行います。

■ 下水道事業特別会計

施設整備に長い年月と多額の経費を要し、使用料収入だけで賄うことができないことから、普及率の向上、使用料の改定、一般会計からの支援などにより累積赤字の解消に努め、投資効果のある地域へ計画的に実施していきます。

■ 港湾整備特別会計

多額の累積赤字を抱えており、造成地の売却に積極的に取り組み、早期の経営健全化に努めます。

■ 葬祭事業特別会計

市内には複数の民間事業者が営業し、年間葬祭件数の6割を超える利用状況を勘案し、今後の市営葬祭の在り方について検討を行います。

■ 土地開発公社

土地開発公社経営健全化計画の実施により、計画的に買い戻しを行うとともに、一般会計からの資金貸付や借入れ利率の適正化等を引き続き行い、健全化に努めます。

2 事務事業の見直し

市民サービスの向上と新たな行政課題や社会経済情勢に的確に対応するため、スクラップ・アンド・ビルドの原則に基づき、絶えず事務事業の見直しを行い、重要度・緊急度の高いものを取捨選択し、効率的な事業の実施を図り、事務の簡素・効率化に努めます。

1 職員の意識改革と人材育成

市民の立場に立って考える

2 事務および事業の整理合理化

意思決定の迅速化・責任の明確化

3 申請事務の簡略化

市民サービスの向上

4 情報公開

行政の透明性の向上

5 審議会等の附属機関の整理合理化

3 定員管理・給与の適正化

■ 定員管理

行政サービスの民間への移管および民間委託等の手法により、職員数をさらに削減する中・長期的定員管理計画を策定し、職員定数を見直すとともに、適正な職員数まで削減することを基本方針とします。

1 現業部門の職員数の削減

民間委託等の推進や退職者不補充の手法による。

2 職員の部署を越えた横断的な応援態勢の確立

行政需要に的確に対応し、新規行政需要および新規施策等については、原則として現職員数の再配置により対応し、後年度の総職員数に影響を及ぼさないようにする。

3 総職員の活用

少数精鋭主義として、職員の能力、専門知識、職歴等を配慮した適正な職員配置を行い、職員一人ひとりの志気を高め、高度な能力の育成等、プロの行政マンとしての職員研修等を推進するとともに、職員の登用は、男女平等の観点から行う。

給 与

本市の給与については、適正化に努めた結果、ほぼ人事院勧告制度による国家公務員なみとなっており、今後は退職手当等の諸手当についても見直しを行っていきます。

4 組織機構の再編整備

社会構造の変化、市民の行政ニーズ等を勘案し、行政機構のスリム化や新しい行政課題への対応を行うため、組織機構の再編整備を図っていきます。

1 行政機構のスリム化

部課の統廃合ならびに内部組織および出先機関の統廃合等、簡素・合理化を推進する。

2 新しい行政課題への対応

本格的な高齢化社会に対応できる福祉、保健、医療に関する諸施策を総合的に推進する体制など、常に見直しを行う。

5 情報化の推進

平成14年3月に策定した坂出市情報化推進基本計画に基づいて、計画的に情報化施策に取り組んでいきます。

1 内部業務の情報化

内部事務の効率化、迅速化および市民サービスの向上を図る。

2 地域の情報化

インターネットなどの情報通信基盤を活用した行政情報の提供、申請・届出などのオンライン化、安心してネットワークを利用するための電子認証基盤の整備を進める。

3 情報処理の形態

サービス品質、経費、運用面、セキュリティ面などを検討し、業務内容に応じた最適な処理形態にて情報化を行う。

4 職員の資質向上

職員の情報処理能力・情報活用能力の向上を図る。

5 情報セキュリティ対策と個人情報保護

個人情報保護の保護は最重要課題であり、「坂出市電子計算組織の利用に係る個人情報保護に関する条例」等を見直すとともに、プライバシー保護についての職員研修を行うなど、高度情報通信社会に対応した情報セキュリティ対策を講じる。



行財政改革の推進管理

行財政改革を実効あるものとするために、大綱に基づく推進課題の具体的実施事項については、原則として3年を目途に推進していく、「坂出市行財政改革実施計画」を策定し、計画的かつ段階的に実施していきます。

詳しくは、**市行財政改革推進室**

(44・5033)へ

学校給食調理業務の民間委託に関する疑問にお答えします

学校給食の流れ

献立作成



食材料の選定・発注



食材料の検収



調理作業



調理の検査
(保存食の採取)



検 食



配膳(配食および運搬)



給食時間と指導



洗浄・清掃作業等

の部分に民間委託になります。

Q1. なぜ民間委託をするのですか？

A 国においても「官から民へ」の考えのもと、三位一体改革が進められています。本市でも、市民のみなさまの貴重な税金を最も有効に活用するとの認識に立ち、市民サービスを低下させることなく、かつ官民のコスト差が大きい業務を、民間委託することにより、業務の効率化や経費節減につながるとの視点で検討した結果、特に大きな効果が見込まれる学校給食調理業務の民間委託を計画したものです。また、民間委託により節減できた経費は、施設設備等教育環境の一層の充実に努めてまいります。

Q2. 委託するのはどういう作業ですか？

A 調理、配缶および配送、食器等の洗浄・消毒・保管、残菜等の処理作業を委託します。従いまして、献立の作成、食材料等の購入、検食などはこれまでどおり学校および学校給食会で行います。

Q3. 委託しても給食の質は変わりませんか？

A 献立の作成は今までどおり県の栄養職員が行い、また、食材の決定、購入も従来どおり学校給食会で行います。このため学校給食会が注文した食材のみを使って、市内同一のメニューで調理が行われ、新鮮な素材からの手作り給食であることには変わりはありません。さらに、調理作業も今までどおり学校の調理室で行われますので、作りたての温かい給食が提供されます。

Q4. 安全対策・衛生管理は大丈夫なのですか？

A 学校給食の実施主体は、市教育委員会です。民間に委託しても、衛生管理は市教育委員会と学校が責任をもつことに変わりありません。委託する業務については、栄養職員が定期的に安全・衛生面および調理技術面について調理員が行った業務を点検します。また、学校および市教育委員会の意向が十分反映できるように管理体制の指導や調理室への立ち入り検査を行うなど安全対策・衛生管理に万全を尽くしてまいります。

Q5. 給食費はどうなりますか？

A 現在、保護者のみなさまに負担していただいている給食費は、食材費等に充てられておりますが、民間委託により給食費が変わることはありません。なお、委託経費、施設の維持管理費、光熱水費等の給食に係る運営費用は今までどおり市が負担します。

Q6. どんな会社に委託するのですか？

A 学校給食を深く理解し、学校給食調理業務の技術力が優れていて、衛生管理や社員教育を徹底しているなど信頼のおける会社に委託します。

Q7. 学校教育として給食の使命を損なうことはないのですか？

A 学校給食は、栄養のバランスのとれた食事を提供することにより、成長期の児童・生徒の健康保持の増進を図り、望ましい食習慣を身につけていくために大きな意義を持っています。また、給食時間は、教師と児童・生徒と一緒に楽しく食べるというふれあいの場であり、豊かな心や望ましい人間関係を育ていく有意義な時間でもあります。民間委託した後もこれまでと同様に、教育の一環として実施されますので学校給食の内容・時間については何ら変わりはありません。

Q8. 民間委託によるメリット、デメリットは？

A 現在、調理員が調理業務や施設・設備の洗浄、研修等に從事する日数は年間約245日であり、その内、約190日間は学校給食実施日となっています。民間委託によるメリットとしては、これらの人件費抑制による行政コストの削減が可能であるとともに、専門企業に蓄積された調理技術の向上が図られることなどが期待できます。一方、デメリットとしては、受託業者の責任者を通じて指示することになります。また、設備投資や社会情勢の変化により将来、委託料が高くなる可能性も考えられますが、有意な契約条件や契約方法を研究し、経費の抑制に努めてまいります。

参加者募集中

瀬戸大橋のまち・坂出

讃岐うどんツルツルツデーウォーク

とき 4月17日(土)・18日(日)

7時～16時

(どちらか1日でも参加可能)

ところ JR坂出駅前市民広場



コース (雨天決行)

4月17日(土) <瀬戸大橋・白峰御陵コース>

10km 市民広場→聖通寺→常盤公園→両景橋→市民広場

20km 市民広場→常盤公園→番の州公園→沙弥島→

瀬戸大橋記念公園→市民広場

35km 市民広場→常盤公園→塩業資料館→青海神社→

西行法師のみち→81番札所白峯寺→神谷神社→市民広場

4月18日(日) <綾川・府中湖畔コース>

10km 市民広場→川津春日神社→79番札所高照院→市民広場

20km 市民広場→79番札所高照院→鼓岡神社→府中ダム→

雲井御所→市民広場

35km 市民広場→川津春日神社→79番札所高照院→鼓岡神社→

府中湖大橋→80番札所国分寺→雲井御所→市民広場

参加料 一般1500円 中学生800円 小学生以下無料(保護者同伴限る)

2日間でも、1日だけの参加でも同額です。

申込方法

郵便局にて「大会申込用郵便振替用紙」(事務局にて配布)の通信欄に住所、氏名、年齢、参加日、コースを記入のうえ、下記の口座へお振り込みください。(当日参加も受け付けますが、準備の都合上なるべく、3月31日までに申し込みください。)

加入者名 讃岐うどんツルツルウォーク実行委員会

口座番号 01640-6-17033

問合せ先

〒762-0001 坂出市京町3-3-8坂出商工会議所内
讃岐うどんツルツルツデーウォーク実行委員会
(☎45・4401)へ

瀬戸大橋のまち 坂出に県内外から集まったウォーカーたちが、崇徳上皇ゆかりの白峯寺や高照院、万葉の島 沙弥島と瀬戸大橋、府中湖など歴史とロマンと自然に溢れる地を多くのなかまたちと交流を深めながらウォーキング。新しく整備された「西行法師のみち」も楽しみです。



記念品
さあげうどん持待
抽選会有り!

軽自動車・自動二輪車・原動機付自転車
小型特殊自動車の諸手続きについて

異動手続きは4月1日まで

軽自動車税は、4月1日現在の所有者に課税されます。オートバイや軽自動車などを廃車したり、人に譲った場合、本年は4月1日までに所定の手続きを済ませますようお願いいたします。

4月2日以降に廃車しても課税となり、還付はありませんので、下取りに出すときはご注意ください。

なお、4月1日からは地方税法の改正により原動機付自転車(125cc以下)の申告書様式が変更になります。旧申告書は使用できませんのでご注意ください。廃車についても、新たに廃車申告書が必要となります。

■原動機付自転車(125cc以下)・小型特殊自動車の手続き

手続きに必要なもの

・廃車手続き 所有者および使用者の印鑑・標識番号

・名義変更 譲る人と譲られる人の印鑑等

・車体変更 所有者の印鑑・販売証明等

詳しくは市税務課管理係(☎44・50004)へ

■軽自動車の手続き

軽自動車検査協会香川主管事務所(国分寺町福家)

(☎087・870・6676)へ

■自動二輪車の手続き

香川陸運支局(高松市鬼無町)

(☎087・882・1356)へ

土日祝日は休み

香川陸運支局からのお知らせ

年度末は窓口が混雑しますので、自動車の車検、廃車、名義変更等の手続きは、お早めにされますようお願いいたします。

○検査関係 香川運輸支局整備課

(☎087・882・1355)へ

○登録関係 香川運輸支局登録部門課

(☎087・882・1356)へ

○自動車税関係 中讃県税事務所

(☎0877・46・1611)へ

○軽自動車関係 軽自動車検査協会香川主管事務所

(☎087・870・6676)へ

戸籍の届出をされるみなさまへ

3月1日から

戸籍の届出の際に本人確認を行います。

最近、全国的に本人の知らない間に第三者により、婚姻届や養子縁組届などの戸籍の届出がなされるという虚偽の戸籍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16年3月1日から戸籍の届書を持参した人について本人確認を実施いたします。

対象となる届出は

- 婚姻届
- 離婚届
- 養子縁組届
- 養子離縁届

の4種類です。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

本人確認の対象となる人は

- 市役所に届書を持参された人(届出本人・使者)

本人確認の方法は

- 運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード(顔写真つき)などの官公署が発行した顔写真付証明書で確認します。

本人確認ができない場合は

- 右記の証明書をお持ちでない場合や夜間、土日・祝日の届出に対しては、後日、届出本人宛てに届書を受理したという通知書を送付いたします。(届出の際に本人確認ができない場合でも届出の受理はいたします。)

詳しくは、市市民課(☎44・5005)へ



「どの油断 火から災 災いへ」

春季全国火災予防運動

3月1日～7日

坂出市消防本部管内における、昨年(15年)の火災状況は39件の火災が発生し、死者3人、負傷者8人、火災による損害額は約1億2千万円に上ります。

火災は、ちょっとした油断から発生します。かけがえない命、大切な財産を守るためには、毎日の火災予防への取り組みが大切です。

春季全国火災予防運動が3月1日から7日まで実施されます。みなさんも防火対策について考えてみてください。

合同消防訓練

社会福祉施設において自衛消防と合同で消防訓練を行います。

とき 3月3日(水)
午前9時30分から

ところ 特別養護老人ホーム
きやま(川津町)



春季分回演習

春季火災予防運動の一環として、加茂分団が分回演習(消火訓練)を実施します。

とき 3月7日(日)午前9時から
ところ 加茂小学校

詳しくは、市消防本部(☎46・0119)へ

固定資産税縦覧

土地価格等縦覧帳簿・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧を市内の納税者のかたに次の日程で行います。なお、縦覧場所および日程等については4月号の広報でお知らせいたします。

期間 4月1日(木)～5月31日(月) 8時30分～17時
(ただし、土日祝祭日を除く)

詳しくは、市税務課固定資産税係(☎44・5004)へ

市営住宅入居者募集

市営住宅の入居者を募集します。

【募集期間】

3月4日(木)～3月12日(金)

【公営住宅】

牛の子団地2DK 2戸(月額家賃9,100～13,700円)

八十場南団地2K 1戸(月額家賃3,400～7,100円)

八十場西団地3DK 2戸(月額家賃12,800～26,200円)

新林田団地3DK 1戸(月額家賃21,700～47,600円)

【改良住宅】

京町団地2K 2戸(月額家賃8,000円)

【入居資格】

- 市内に居住または勤務先を有して、現に住宅に困っている人
- 入居の際、同居の親族がいる人
- 市税の滞納のない人
- 収入で、月額所得(諸控除後)の金額が基準に適合する人

詳しくは、市建設課(☎44・5011)へ

の広場

楽しい生涯学習 143

春元会



最初は、四社中の先生がたで公民館日本舞踊同好会は結成されていましたが、その後、各々が独立して平成7年4月3日に再結成されました。

名称は中央公民館日本舞踊春元会で、講師は藤間春元弥と藤間元千寿です。

1年を通じての行事は、機会があれば老人ホームの慰問、藤間春元弥一門会夏のおどり（高松市民会館）、坂出大橋まつりの総おどり、公民館日本舞踊の発表会（坂出市民ホール）、まなとピア芸能まつり（ふれあい会館）、春元会主催の新年初おどり（栗林山荘）と多彩になっています。

会のモットーとしては、会員のみなさんの技術の向上を目指すとともに、親睦を図り、家族のようなお付き合いをしながら楽しくお稽古をしています。

代表者 藤間 春元弥
藤間 元千寿

最近、私たちは「規範意識」の大切さを意識せずに日々の生活を送っているのではないかと感じる場合があります。特に、青少年の行動に節度やモラルが欠けてきているように感じます。このことは、大人にも言えるかも知れません。

多くの青少年は健全に成長しており、補導した青少年は全体の数からみると、ごく一部です。当センターが平成十五年に補導・声かけを行った少年の総数は一九〇八名で、そのうち約八六%を中高生が占めています。また、内容別では自転車等の二人乗りや並列などの交通マナーに関するものが全体の約五五%、集団でたむろし、通行の妨げにな

つているような行為が約二〇%、喫煙が約六%などとなっています。

当センターでは、青少年たちへの声かけや対話を通して、青少年たちの心の暴走を未然に防ぐことを願い、活動をしています。なお、みなさんが気になることや不審者についてなど、青少年問題に関する様々な情報をお待ちしています。地域社会全体で非行防止を考えるうえでも、市民のみなさんのご理解・ご協力をよろしく願っています。

(☎ 46 | 2 7 7 7)

少年
育成センター
だより

No.383

補導活動から
感じたこと

補導少年の学識別状況

区 分	人数 ()内は女子数
小学生	129(46)
中学生	414(165)
高校生	1222(495)
その他の学生	3(2)
有職少年	15(2)
無職少年	125(9)
合計	1908(719)

補導少年の行為別状況

区 分	人数 ()内は女子数
自転車違反	1054(422)
たむろ	386(138)
身だしなみ	117(51)
喫煙	110(16)
その他	241(92)

みんなで ボランティア



9

パソコン寺子屋

図書館の2階にパソコン室があるのご存知でしたか。毎週火・木曜日午前10時～12時にパソコン初心者を対象に平成15年10月からパソコン相談所が開設されています。「指導者は20代から80代と幅広い年齢層の男女で構成されていて、マンツーマン指導を行っています。社会のIT化の波に乗り遅れないようにと図書館のIT講習会に参加したメンバー（ITリーダー25人）が中心で、もともとは素人。それだけに初心者の気持ちは良くわかるのです。お互いに学びあいましょう。」と塾長の瀬尾さん。坂出市民全員がパソコン初級程度の技術を持ってもらうのが夢で、だれでも気軽に立ち寄ってほしいとのことでした。指導者も大歓迎で、パソコンを通しての新たな出会いが待っているかも。興味のあるかたはのぞいてみては。



学園広場



白峰中学校 卓球部



坂出市民のみなさん、こんにちは。「白峰中学校卓球部」を紹介させていただきます。

私たち卓球部は小野先生と加茂先生のご指導のもと、日々練習に励んでいます。現在の部員は、2年生男子8人、女子4人、1年生男子3人、女子9人です。人数は少ないけれど、みんな仲よく協力しあって活動しています。部員全員が中学校に入学してから卓球を始めているので、練習方法も先輩たちから教えてもらったことを中心に取り組んでいます。今は、毎日のランニングで持久力を鍛えたり、素振りやフォア、バック、カット、ドライブといった基本的なことに重点を置いて練習しています。また、地域のかたがたも時々足を運んでくれ、いろいろアドバイスをしてくれます。そうすることで、練習にも集中して取り組んでいます。

新しいチームになってから、いくつか試合に参加しています。これからも大会に参加する機会がたくさんあると思います。一人一人が常に目標を持ち、結果だけにこだわらず、自分たちの練習した成果を発揮して、一戦一戦を大事にしていきたいと思っています。また、お互いにいいところや悪いところを話し合っ

主将

諒

みんな

スポーツサークル 41

金山野球スポーツ少年団



現在、金山野球スポーツ少年団員は小粒ぞろいの18人ですが、厳しい練習にも弱音をはかずにがんばっています。時には涙をこらえてボールを追いかける姿も見うけられますが、試合ではつらつとしたプレーを応援していますと、親の方が元気をもらえます。少し前まで主力で活躍していた6年生も、もうすぐ卒業ですが、今は脇役となり下級生の手伝いをしてれています。指導者に加え、常日頃、熱心にご指導していただくOBのかたがたには感謝の気持ちで一杯です。

野球好きのお子さまのお父さん、お母さん、ぜひ一度、金山小学校のグラウンドをのぞきにきてください。青空の下、白球を追いかける子供たちと一緒に応援して、喜びをわかち合いませんか？

金山野球スポーツ少年団父兄一同

権 人
だ より

No.400

「手話は共通語」

『手話はわが家の共通語』、学校の人権時間中に見た「アイ・ラブ・ユー」という映画の中の言葉です。この映画を見て改めて、手話はお互いが気持ちを伝え合うすばらしいものだと思いました。

私が手話と出会ったのは、学校で手話講習会が行われたのが初めてでした。そこで自己紹介の仕方などを教わりました。少し違った手の動きをみると、まったく別の意味になるのが難しかったけれど、私は手話に興味を持ち始め、手話サークル「コスモス」のクリスマス会に参加しました。私の隣の席に座った人は聴覚に

中 3年
美穂さん

障害のある人でした。机をトントンとして、私に何かを伝えようとしていました。しかし、聴覚に障害のある人と初めて会い、本格的に手話を学んだことのない私に分かるはずがありません。けれど、何度も一生懸命に伝えようとしてくれたので、なんとなくだけ分りました。その時、私は、手話の難しさと共に手話のすばらしさを感じることができたのです。言葉で伝えることができない思いを、手や顔の表情で一生懸命に伝えようとしてくれ、一言、一言に気持ちがこもっていました。

手話で会話をしているのを見て、変に思うのは、手話が大切な言葉だということとを理解していないからです。これからは、手話に関心を持つ人が増え、聴覚に障害のある人の支えとなる人が増えていくってほしいです。手話は「健聴者と聴覚に障害のある人の共通語」だから。

文芸

こころの散歩道

川柳

大吉を引いて階段踏み外す
テクノロジー早いテンポに追いつけぬ
肩の荷を降ろすと早い物忘れ
甘口が過ぎて胃もたれ難儀する
花も好き甘い言葉はもつと好き
早食いで叱られている私です
大吉のみくじの花の咲く社
欲捨てた耳が動いている話
年甲斐もなくシナリオ書き変える
親代わり努めた姉に遅い春
遅いから心配したと父の顔
一年は早いと思う年賀状

府中町	府中町	府中町	西庄町	加茂町	林田町	西庄町	加茂町	加茂町	府中町	府中町	加茂町
河合	香川	大阪	小野	富家	末沢	竹内	長谷	水本	大野	土居	茂子
美絵子	大	万寿	千寿留	多喜栄	重雄	真奈生	小夜子	スエノ	トモエ	勝	

元気に二人三脚 (半世紀) 21



瀬居町
瀨本 秋吉さん(78歳)
キクエさん(81歳)

結婚当時の思い出は？

秋吉： 私は漁、妻は麦や芋を作って、食べるのに精一杯でしたね。

50年を振り返って

秋吉： 旅行に行くわけでもなく、仕事一筋でやってきましたね。つい2、3年前まで二人で漁に出て働いて、わかめや鱈魚などいろいろしてきました。わかめは寒い時期、鱈は夜中の漁で体にこたえました。

元気な秘訣は？

二人： 無理をせずに、夫婦で毎日のんびりと生活しています。

秋吉： 病気知らずは、煙草も吸わず、お酒もほどほどのおかげですかね。

今の楽しみは？

キクエ： 家で取れただいこんで切干大根を作って、子どもたちに送ったりすることですね。

婚歴50年以上の元気なご夫婦（どちらかお一人が80歳以上）を募集します。ぜひ、ご連絡ください。
市秘書課広報聴係 ☎44・5000 へ



知って得する国民年金

お徳な前納制度を利用しましょう

国民年金の保険料は、1年分、または半年分（半年分の場合、4月分～9月分を4月に、10月分～3月分を10月に）をまとめて前納することができます。前納すると、毎月保険料を納付する手間が省け、納め忘れの心配もありません。

また、前納する保険料は、年4%の割引（複利現価法）となっており、超低金利時代と言われる今日において、大変お得です。

前納制度を利用する場合は、4月に社会保険庁から送付されてくる納付案内書の中に同封されている前納用納付書にて1年分、または半年分の保険料を4月末までに納付してください。

前納制度を今回初めて知ったという人は、16年度から前納制度を利用してみませんか。

前納制度に関する詳しいお問い合わせは、納付案内書に記載されている社会保険事務所にご相談ください。

3月に年金相談・保険料集合徴収があります

当日、高松西社会保険事務所の職員が年金・収納相談をおこないます。

とき 3月26日(金) 午前10時～午後3時30分
ところ 市役所玄関ホール

問い合わせ先 高松西社会保険事務所(☎087・822・2861)

シリーズ 介護保険 Q & A

66



Q 介護保険施設に入所しています。毎日、おやつを施設の方からくれますが、このおやつ代は実費徴収されるのでしょうか。

また、1日3食のうち、体調が悪く夕食のみを食べなかった場合、自己負担はどのようにになりますか。

A 介護保険施設において日常一律に出される「おやつ」等については、栄養管理のもとで出されておりますので基本食事サービス費の中に含まれております。ただし、入所者の個人的な嗜好および希望によって、日常のおやつ等とは別に施設が提供した場合は実費負担となります。

基本食事サービス費は原則1日2,120円と国の方で決められております。そのうち自己負担額は、世帯構成等によって300円、500円、780円にそれぞれ分類されますが、その差額については介護保険給付から支給されます。

次に3食のうち、1食だけを食べていなかった場合ですが、基本食事サービス費は1日当たりで額が定められていますので、1日に1度でも食事をすれば自己負担が必要となります。



ワンポイントイングリッシュ

Let's try

～ QUIZ 24 ～

学生のみなさんはそろそろ進路が決まり、あわただしくなる頃ですね。答えはこのページの下にあります。

A: I passed the entrance examination for X university.
アイ パストゥ ジ エントランス イグザミネーション フォア エクス コニヴァーシティ
(X大学の入学試験に受かりました。)

B: !
(それはおめでとう!)

相手にお祝いを言いたいときの表現です。昇進 (promotion) や結婚 (marriage) などの場合は のあとに on your～と続けて言います。また、 はいつも複数形になることも注意してください。

手話で話そう

96

都道府県名の手話表現 その5

都道府県名の手話表現は、歴史、人物、名産品等それぞれの土地柄にちなんであらわされています。

京都



京都はかつて西の都だったので<西>を繰り返し表現する

滋賀



琵琶をひくさまを表す

愛知



<愛>を表す

三重



<3>+<重い>で表現

シリーズ さがいで今昔

41

林田町航空写真



(昭和44年)
松下清明さん
(林田町)より



(平成11年)

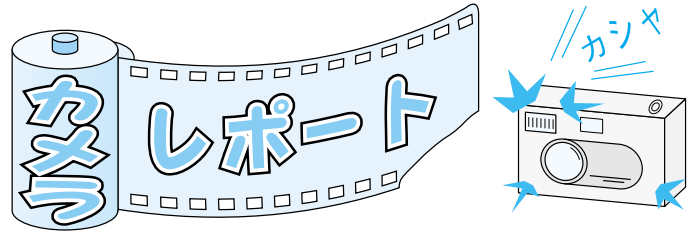
このコーナーでは、昔の市内の写真を集めます。懐かしい貴重な写真をお持ちのかた、ぜひご連絡ください。市秘書課広報広聴係(☎44・5000)へ



川津ふれあい会館落成式

介護予防拠点整備事業の国庫補助を受け、2月1日地域住民の新しい活動の場として川津市民体育場跡地に落成しました。

施設概要
 平屋建て軽量鉄骨ブレース構造
 建築面積 189.79㎡
 延床面積 179.69㎡



第33回保育所幼児画展

1月23日から3日間「みて！みて！ぼくの絵・わたしの絵」をテーマに、市内の全保育所から園児の作品1300点が展示されました。楽しい絵がいっぱいで、週末、美術館は親子連れで賑わいました。



平成15年度坂出市河川清掃

「ふるさとの美しい川を取り戻そう」をスローガンに1月25日早朝から市内11河川で一斉に河川清掃が行われました。冷えこみがきびしいなか、河川のある8校区では約3900人が参加。郷土を美しくという思いは一つです。みなさん大変お疲れさまでした。



優勝 西部Aチーム

選手宣誓 奥村選手(与島A)



第14回瀬戸大橋駅伝大会

1月18日正午、12校区26チームの選手が一斉に市役所前をスタート。坂出の新春を飾る恒例の駅伝。各チーム10人が1本のたすきにかけたドラマ。

今年は西部Aチームが1時間14分56秒で3年ぶり4回目の優勝を飾りました。6つの区間で大会新記録が出るなど白熱したレースにチームメート、応援団、市民それぞれが大いに燃えました。また、来年に向けてがんばってください。



情報



Information

スポーツ

平成16年度ソフトボールチーム
(男・女)登録受付開始
問合せ 木内 (☎46・2745)

第7回 校区親睦
ターゲット・バードゴルフ大会

日時 3月14日(日)午前9時
会場 瀬戸大橋記念公園常設コース
内容 個人戦のみ(男子の部と女子の部)
参加料 1人1000円
申込締切 3月5日(金)
申込・問合せ
〒762・0022 坂出市加茂町甲29・3
竹内 継雄 (☎48・1789)
〒762・0029 坂出市福江町3・5・29
上原 泰博 (☎46・8356)

募集

平成16年度香川県青年海外派遣団員
内閣府青年国際交流事業参加者募集
〔香川県青年海外派遣事業(青年の翼)〕
応募資格 平成16年4月1日現在、
18歳以上30歳以下の日本国籍を持
つ香川県在住の人(学生も可)
コース ①タイ・ベトナム
②マレーシア・シンガポール

7月28日〜8月6日(各10人程度)

費用 派遣経費の約半額が参加者負担
助成制度 市内在住の参加決定者
に市より4万円の助成
〔内閣府青年国際交流事業〕
応募資格 平成16年4月1日現在、
18歳以上30歳以下の日本国籍を持つ人
コース

①国際青年育成交流(9月)
②日中青年親善交流(9月)
③日韓青年親善交流(9月)
④世界青年の船
(日17年1月〜3月)
⑤東南アジア青年の船(9月〜10月)
〔両募集共通事項〕
募集期間 3月1日(月)〜4月7日(水)
(当日消印有効)
問合せ 市社会教育局
(☎44・5026)
香川県青少年・男女共同参画課
(☎087・832・3195)

春休み子供水泳教室初心者募集

日時 3月24日(水)、26日(金)、
29日(月)、31日(水)、4月2日(金)の
5回コース 午後1時〜2時
会場 角山運動公園温水プール
対象 小学校3年〜6年生の初心
者(25M泳げない人)
定員 7人(先着順)
参加料 無料(プール入場料は必要)
申込・問合せ 角山運動公園温水
プール (☎49・4770)

五色台探検団 西行法師も歩いた道を歩く

日時 3月7日(日)
午前9時〜午後3時 小雨決行
集合場所 五色台ビジターセンター
対象 小学5年生以上(小学生は
保護者同伴)
コース 白峯寺から山を下り、黒
峰と白峰の山道(12km)を歩く。

参加料 大人5000円、高校生以
下3000円(保険料・バス代含む)
募集人数 40人(先着順)
申込・問合せ 五色台ビジターセ
ンター (☎47・2479)

瀬戸内海国立公園五色台地区 パークボランティア養成研修

日時 3月20日(土)
午前9時30分〜午後4時30分
会場 五色台ビジターセンター自
然体験ハウス
募集人数 30人(先着順)
対象 自然とふれあひ、自然保護
のためのボランティア活動に関
心を持つ18歳以上の人
締切 3月10日(水)必着
応募方法 はがきに住所、氏名、
年齢、職業、電話番号、応募の
動機を記入し、
〒760・0068 高松市松島町1・17・33
環境省高松自然保護官事務所
(☎087・834・8080) まで

平成16年度消費生活モニター募集

内容 意見や情報の提供、アンケ
ートの回答、研修会への出席
対象 県内在住の20歳以上で、消
費生活に関心のあるかた
募集人数 50人
任期 委嘱の日〜平成17年3月31日
申込方法 はがきに住所、氏名(ふ
りがな)、生年月日、性別、職業、電
話番号、簡単な応募動機を記入し、
〒760・8570 香川県県民参画課
消費生活モニター担当まで

坂出女性会議会議員募集

女性の自立と意識の向上を目指
して、勉強会や活動をしています。
締切 3月10日(水)(当日消印有効)
問合せ 県民参画課
(☎087・832・3176)



LIBRARY

大橋記念図書館

新刊案内



極楽にいった猫
エリザベス・コーツワース 著



忠臣蔵釣客伝
長辻 象平 著



愚か者ほど出世する
ピーノ・アプリーレ 著

移動図書館

木	水	火	とき	場所
25日	24日	23日	2日	瀬居・西庄
18日	17日	16日	9日	沙弥・西庄
11日	10日	9日	鳥しよ部	
4日	3日	23日	沙弥・江尻	
	24日	16日	加茂・府中	
	17日	9日	瀬居・林田	
	10日	3日	府中・加茂	
	24日	17日	瀬居・松山	
	17日	10日	川津・府中	
	10日	3日	林田・王越	
	24日	17日	川津・府中	
	17日	10日	松山・王越	

図書館行事

紙芝居の会 13日(出)14時
子ども映画の会 27日(出)14時



Municipal Hall

坂出市民ホール

☎45・1505

～休館日～
毎週火曜日

4日	日曜	行事	新規年金受給者説明会
6日	土曜	行事	坂出保育園 おゆうぎ会

内容 月2回の定例会
日時 第1・第3土曜日
 午後7時30分
会場 勤労福祉センター
問合せ先 猪熊 (☎47・1828)

坂出鎌田P・G・Gクラブ会員募集
 生涯スポーツのグラウンド・ゴルフを一緒に楽しみませんか。
日時 毎週日曜日 午後1時～3時
場所 鎌田池公園
対象 一般男女(初心者歓迎)
申込 直接会場へ
問合せ先 高岡 (☎45・7961)



源氏物語講座
日時 3月7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 初心者歓迎
日時 3月14日(日)午前9時
会場 勤労福祉センター

第27回 心の生涯学習セミナー
「ほっとするホットな家庭」
日時 3月12日(金)～14日(日)
 午後7時～午後9時30分
会場 勤労福祉センター
参加費 2000円
申込・問合せ先 坂出モラロジー事務局
 (☎46・0434)

講演会「今親に何ができるのか」
「子どもの突発的な非行をどう防ぐか」
日時 3月6日(土)
 午後2時～4時30分
会場 高松テルサ

講師 大阪大学大学院人間科学研究
 所教授 藤岡 淳子氏
参加券 前売1200円
 当日1500円
託児 要予約(先着順)
託児申込・問合せ先 NPO法人
 子どもの虐待防止ネットワーク
 かがわ
 (☎087・888・0758)
 土・日は除く



ハローワーク坂出からお知らせ
「求人情報検索システム」を導入
 ○必要な求人票のコピーが、自分で取り出せます。
 ○ハローワーク坂出・高松・丸亀の求人すべてを自由に見ることが出来ます。
 操作は簡単、ぜひ一度利用してみてください。

高松家庭・簡易裁判所合同庁舎
完成記念行事のお知らせ
日時 3月21日(日)
 午前10時～午後4時
会場 高松家庭・簡易裁判所
内容 庁舎見学、模擬少年審判、模擬家事調停、法廷での法服を着用しての写真撮影(カメラ持参)。
無料法律・調停相談会など
問合せ先 高松家庭裁判所総務課庶務係 (☎087・851・1531)

無料法律相談等のお知らせ
日程 無料法律相談
 毎週木曜日 午前10時～12時
 無料税金相談

毎月第4水曜日 午前10時～12時
 無料年金相談
 毎月第3火曜日 午後2時～4時
実施方法 電話による予約制
予約・問合せ先 香川県高齢者総合相談センター
 (☎087・863・4165)

職場のトラブルでお悩みのかたへ
 職場での処遇や待遇、従業員の労務管理等について、疑問に思ったり悩んだりしていませんか?
 紛争の解決は図りたいが裁判までは...というかたは、労務局が紛争の解決をお手伝いします。
 経営者、従業員どちらでも利用できますので、お気軽にご相談ください。

問合せ先 坂出総合労働相談コーナー
 (☎46・3196)
 香川労働局総務部企画室
 (☎087・831・7261)

「架空請求」撃退のために
 消費者相談窓口によせられる相談が飛躍的に増加しています。特に身に覚えのない請求、「架空請求」の相談が多く、新たな手法が次々に出てきています。次の事項を参考にし、適切に対処してください。

- ①身に覚えのない請求は無視
 - ②不用意に連絡しない
 - ③個人情報教えない
 - ④「債権譲渡、債権回収」という言葉には要注意
 - ⑤「裁判にする」などという言葉に惑わされない
 - ⑥「直接回収に行く」などという言葉に惑わされない
- 問合せ先** 中讃県民センター
 (☎62・9600)
 消費生活センター
 (☎087・833・0999)



Art Museum
市民美術館

☎45・7110
 OPEN 9:00～17:00
 (入館は16:30)

さかいてArtグランプリ2004 作品募集

平面作品(日本画、洋画、版画など)の全国公募展です。市民のかたがたの作品募集をお待ちしております。

出品申込期間 3月2日(火)～3月21日(日)必着 月曜日休館
出品料応募費 1点につき2,000円・1人につき2点以内
展覧会期 4月25日(日)～5月9日(日)

第18回 現代仏像彫刻展

県内外で仏像彫刻に取り組んでいるかたがたの作品を展示します。
会期 2月28日(土)～3月7日(日) 月曜日休館
入館料 無料

さかいての歴史的建物 100人展

市内の歴史的建造物の美しさの再発見とともに、多くの画家・写真家により創作された作品展を開催します。
会期 3月13日(土)～3月21日(日)
入館料 無料



Gymnasium
市立体育館

☎45・6670

～休館日～
 毎週月曜日

日	曜日	行事名
7	日	第23回香川県ミニバスケットボール新人大会
13	土	第23回香川県ミニバスケットボール新人大会
14	日	第23回香川県ミニバスケットボール新人大会
21	日	坂出市議会議長杯争奪バドミントン大会

市民ギャラリー
がもめ
 ☎44・5057
 OPEN 7:30～19:00

◆小学生の版画作品展覧会
 3月3日(水)～3月7日(日)

◆文化ボランティア考古学体験講座写真展
 3月9日(火)～3月18日(木)

相談 3月

相談名	と き	と ころ
行政相談	17日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	16日(火) 10:00~15:00	勤労福祉センター (☎46・2463)
定例農業相談	10日(水) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
金融・税務 社会保険相談	17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	17日(水) 13:00~15:00 13:00~16:00	商工会議所 (☎46・2701)
健康相談	毎週(月~金) 8:30~17:00	市保健課 (☎44・5006)
家庭児童・婦人相談	毎週(月~金) 8:30~17:00	市福祉事務所 (☎44・5007)
精神保健福祉相談 (要予約)	第2・4(金) 13:30~15:30	中讃保健所坂出支所 (☎46・0250)
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>*事前により相談を要してください。</small>	第3(木) 13:00~16:00	社会福祉協議会 (☎45・1133)
交通事故相談	毎週(火~金) 第2・4(土)・第1・3(日) 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) 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・7140)

INFORMATION

新しい国民健康保険証を郵送します

みなさんが現在使用している国民健康保険証の有効期限は平成16年3月31日までですので、新しい国民健康保険証との交換が必要です。このため市では、新しい国民健康保険証を3月下旬までに、被保険者のいる各世帯の世帯主あてに郵送します。なお、有効期限の過ぎた国民健康保険証は、4月以降できるだけ早い機会に市民課または各出張所、坂出駅市民サービスセンターへお返しく下さい。

■詳しくは 市市民課記録係 (☎44・5005) へ

水道メーターの一斉取替について

対象地区 笠指町・本町・福江町
そのほか一部の地区
期 間 3月5日(金)~25日(木)
取替業者 市内指定給水装置工業者
費用 無料
問い合わせ 水道局監理課業務係 (☎46・4300)

水道当番店 3月

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	長尾環境設備 46-3863	旭電機水道 46-2898	大信総業 46-1372	綾川水道 48-0538	
6~10日	中山住設 46-4427	高倉工業 46-3057	高橋産業 46-4984	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	キ ト ロ
11~15日	山田管工 46-1894	四電工 46-5673	松岡水道 46-4602	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	4 2 0
16~20日	小林水道 46-5977	山田水道 46-3794	鈴木設備 46-2021	ナカトミ 47-0729	荒井ポンプ 48-0241	1
21~25日	中山住設 46-4427	多田羅水道 46-3053	津川水道 46-3317	大信総業 46-1372	綾川水道 48-0538	2 6
26~月末	山田管工 46-1894	藤沢住設 46-2192	森崎工業 46-1371	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	

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
もち米 ¥10,000	保井商店	本町二
¥20,000	川津町婦人会	川津町
¥10,000	坂出市松山婦人会	大屋富町
入浴剤	牟礼町社会福祉協議会	牟礼町
清掃奉仕・寸劇・おはぎ	㈱富士産業	丸亀市
白味噌・うどんつゆ	白峰中学校区ジュニアリーダーズクラブ 西庄校区青少年健全育成町民会議	西庄町
新聞	(有)水尾醸造所	本町二
〃	(株)横井石油	入船町一
〃	山口一夫	御供所町一
〃	辻 宮子	新浜町
〃	毎日新聞坂出販売所	室町三
川柳誌	案山子川柳社	府中町
漬物	(株)マルカ食品	林田町
月刊誌	JA西庄支店女性部	西庄町
赤飯	金山小学校	谷町三
鉢植え花	瀬戸内セレモホール	室町三
理髪奉仕	川瀧富美代	瀬居町
¥15,000	坂出市西部婦人会	八幡町二

1月1日~1月31日

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 勤労福祉センター ☎46・2463

内 容	と き	対 象
離乳食講習	4日(木) 13:30～15:00	平15.11月生まれ

ところ 地域保健センター ☎45・7437

内 容	と き	対 象
5か月相談	2日(火) 9:30～11:00	平15.10月生まれ
子育てサークル	8日(月) 13:30～15:00	生後3か月～1歳ごろまで
1歳6か月健康診査	18日(木) 13:15～14:30	平14.9月生まれ
2歳相談	11日(木) 9:30～11:30	平14.3月生まれ
3歳健康診査	25日(木) 13:00～15:00	平12.8月生まれ
こども相談(要予約)	10日(水) 9:00～11:00	子育てに不安のある人

■予防接種 個別接種

三種混合 <small>ジフテリア・百日せき・破傷風</small>	日本脳炎	麻疹(はしか)	風しん
平15・11月生まれ	平13・2月生まれ	平15・2月生まれ	平15・2月生まれ

※個別接種については実施対象月です。委託医療機関で満7歳半までに受けましょう。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
3日(水) 9:30～11:00	実技 チューブ体操 体力測定等	運動指導士 渡里 美佳 森 明美
11日(木) 14:00～15:30	講話 漢方薬について	医師 田岡輝久先生
16日(火) 14:00～15:30	講話 ポケ予防	医師 赤澤正敏先生
23日(火) 14:00～15:30	実技 ウォーキング	運動指導士 渡里 美佳

■健康教室 ところ 市立病院2F講堂 ☎46・5131

と き	内 容	講 師
9日(火) 14:00～15:00	良い「おじいさん・おばあさん」 になるために②	副院長 砂川 正彦先生
10日(水) 14:00～15:00	糖尿病教室 「糖尿病とストレス」	糖尿病内科医長 大工原裕之先生
24日(水) 14:00～15:00	薬の話	薬局長 穂山 芳弘

高病原性鳥インフルエンザについて(厚生労働省より)

①ペットでわとりや小鳥を飼っていますが大丈夫でしょうか？

鳥インフルエンザが鶏やアヒルの他にも、様々な種類の鳥に感染することが知られていますが、国内で鳥インフルエンザが発生した為に、これまでペットとして家庭などで飼育していたトリが直ちに危険になるということはありません。

トリに限らず、動物を飼う場合は、動物に触った後は手を洗うこと、糞尿は速やかに処理して動物のまわりを清潔にすることなどを心がけることが大切です。

②鶏肉や鶏卵を食べて、感染することがありますか？

食品としての鶏肉、鶏卵などからの感染はないと考えられます。インフルエンザウイルスは、加熱(75℃で1分)により死滅します。

③海外旅行は大丈夫ですか？

現段階では、発生国への渡航の自粛、中止などの必要はありません。但し、不用意、無警戒に流行地の生きた鳥類のいる施設への立ち寄り、接触などは行わない方がよいでしょう。

■休日当番院

	内 容	町 名	電話番号
7 (日)	内 西山脳神経外科病院	加茂町	48・3366
	小 小林内科胃腸科医院	富士見町一	45・9595
14 (日)	外 西山脳神経外科病院	加茂町	48・3366
	内・小・外 回生病院	室町三	46・1011
20 (土)	内 上里内科医院	室町一	45・8111
	小 いけうち小児科医院	宇多津町	49・2100
21 (日)	外 くわはら医院	宇多津町	49・3200
	内・小・外 坂出市立病院	文京町一	46・5131
28 (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

■休日当番薬局

日	内 容	町 名	電話番号
7 (日)	フレンド調剤薬局谷町店	谷町一	45・8868
	正木薬局かも店	加茂町	48・1177
14 (日)	大学薬局むろまち	室町二	45・3797
	海野薬局	元町一	46・2951
20 (土)	京町薬局室町店	室町一	45・8986
	ユウ調剤薬局	宇多津町	49・2106
21 (日)	ふじみ調剤薬局	文京町一	44・4858
28 (日)	フレンド調剤薬局谷町店	谷町一	45・8868

編 集 後 記

2月7・8日に開催された第14回坂出天狗まつりで、本市の新たな観光資源「西行法師のみち」がお披露目されました。天狗まつりの原点ともいえる崇徳上皇の悲運の生涯にまつわる保元伝承、雨月物語でも登場する上皇の御霊と相模坊天狗伝説。鎮魂のために訪れた西行法師の迎った道を官民一体となって整備したものです。当日は梅原 猛先生の記念講演が白峯寺客殿で開催され、講演後、「大銀杏 上皇の霊 雪に舞ふ」と記されました。青海神社から白峯寺まで新旧併せて830段の石段に88首の和歌を刻んだ歌碑と石灯籠。見上げれば稚児ヶ滝。坂出に息づく歴史、文化、ロマンを身近に感じられるスポットです。ぜひ一度訪れてみてください。近々広報では特集を組む予定ですので楽しみに！！

実際の横にならなくても、運動をせずに20～30分安静を保つだけで十分です。特に肝機能が低下している人や胃腸の弱い人には、是非食休みが必要ですよ。ただし食後に横になるのが良いといっても、眠り込んでしまつと脳から内臓へも休眠の指令が出てしまつて、消化作業がおろそかになつて、消化不良を起こしかねません。つまり「眠らずに横になる」のが正解なのです。

(坂出市立病院糖尿病内科医長)
大工原 裕之



食後に牛になる!?

子供の頃、親から「食べてすぐ横になると牛になるよ」と言われました。でも実際、丑年生まれの私でも現在まで牛になつたことはありません。食後すぐ横になるのは行儀が悪いから、子供をしつけるための戒めとして言われたものと思われれます。

食べ物が入ると胃液と混ぜ合わされ、細かく分解されて小腸へ送られます。小腸でも何種類もの消化液といつしよになつてさらに細かく分解され、食物の栄養がブドウ糖、アミノ酸、脂肪酸、グリセロールというカタチで血液の中に吸収されます。つまり食後のおなかの中では大規模な化学工場レベルの作業が進んでいるわけで、てんやわんやの状態なのです。

この消化を助けるために、カラダのほかの部分の働きを多少犠牲にしても、カラダ中の血液が内臓に集中してきます。胃腸の働きを活発にするためにも、食後に横になつて体を休めることは本当は大変良いことなのです。

わが家のアイドル

わが家のアイドル募集
掲載希望の人は、市秘書課（広報広聴係）へ44・50000へご連絡ください。※5月号掲載は、H14年11月生まれのお子さんです。（締切日 3月19日 応募多数の場合は抽選）

穂佳ちゃん(町)
ほのか H . . 生

いつも元気いっぱい
のホノちゃん
これからも
いっぱい笑わせてネ!!

祭り好きの
玲くん
元気に育つてね

玲ちゃん(町)
れい H . . 生

おちやめな
あゆちゃん
お兄ちゃんと
仲よくね

歩未ちゃん(町)
あゆみ H . . 生

駿ちゃん()
しゅん H . . 生

明るく
元氣な子に
育つてね

心も体も
強く
たくましく
育つてね

理貴ちゃん(町)
りき H . . 生

ともちゃん
やんちゃぶり
がますます
パワーアップ。
お兄ちゃん達と
仲よくね

智也ちゃん(町)
ともや H . . 生

ぼくたちわたしたちの作品



(ブランコのり だいすき!)

保 5歳児
葉里ちゃん
しおり

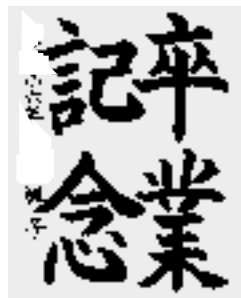


(おもちつき たのしいね)

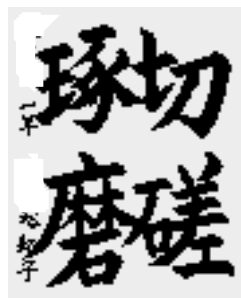
幼 5歳児
勇輝ちゃん
ゆうき



小 3年
なるみ
成美さん



小 6年
ふうこ
楓子さん



中 1年
ゆきこ
裕紀子さん



遊ぶ食ふあいる 120

くず桜

「1人分の栄養量」

エネルギー	175kcal	たん白質	7.9g
脂質	0.3g	カルシウム	18mg

(作り方)

- ①あんは8等分にして丸める。桜の葉は水につけて適度に塩けを抜いておく。
- ②くず粉に分量の水を加えてよく溶かし、こし器にかけて鍋に入れ、砂糖を加えて中火にかけ、透明なりの状になるまで木べらでゆっくり練り混ぜる。
- ③ぬらしたスプーンで②をすくい、水でぬらしたパットの上に8等分にして落とし入れる。まだ熱いうちにあんをのせ、二つに折りたたむようにして包む。
- ④冷めたら、水けをふいた桜の葉で包む。

坂出市食生活改善推進協議会

市の動き 2月1日現在 ()は前月比

市制施行	昭和17年(1942)
市の面積	92.45km ²
市の木	珊瑚樹
市の花・草花	桜・コスモス



人口57,672人(-15)
男27,493人(0)
女30,179人(-15)



世帯数 21,134世帯(28)

1月



出生 27人 (-14)



死亡 61人 (3)



転入 152人 (21)



転出 133人 (-42)



交通事故 61件 (死者0人)



救急 279件



火災 3件

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

「広報さかいで」は資源保護のため、再生紙を使用しています。
編集発行 坂出市総務部秘書課 〒762-8601 香川県坂出市室町二丁目番号 4450000