

さかいで



第45回 さかいで大橋まつり

さかいで

主な内容

- 市教育委員会事務局が移転します 2P
(平成22年10月4日より)
- 2010 国勢調査にご協力ください 3P
- 老人の日・老人週間(長寿者番付) 4~9P
- 後期高齢者医療制度のお知らせ 10P
- 平成23年度入学児童の健康診断 11P

SANGAWA よさこい連 (寒川高校生とOB)
(8月7日 さかいで大橋まつりにて)

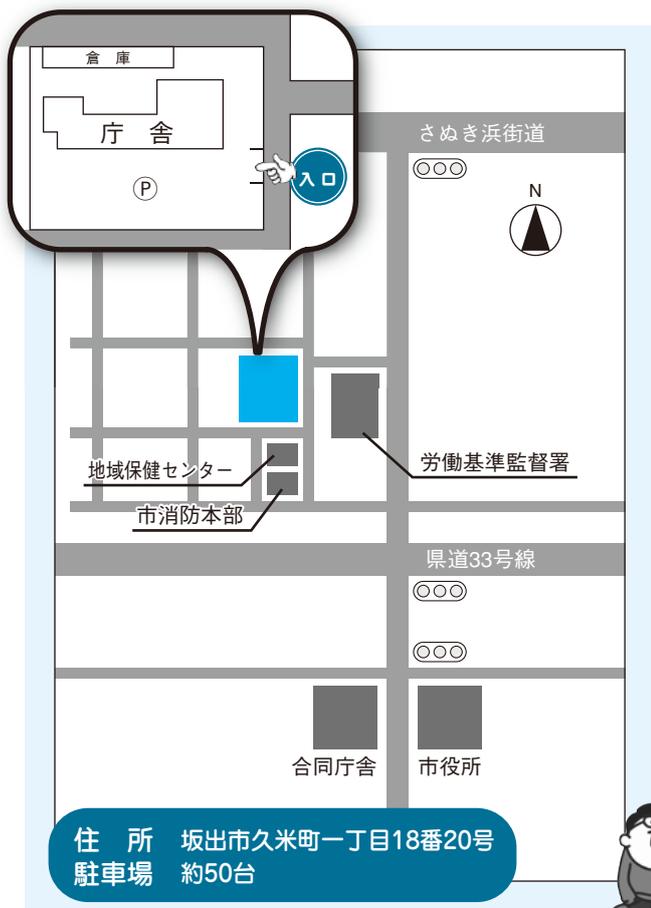
<http://www.city.sakaide.lg.jp/>

市教育委員会

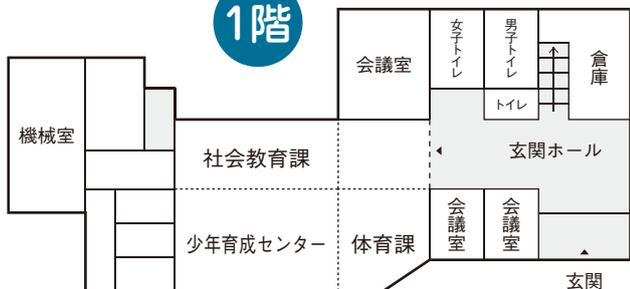
事務局が移転します

〜平成22年10月4日より〜

坂出市分庁舎整備事業の一環として、教育委員会事務局の一部を香川県中讃県税事務所跡地に移すことになりました。このことに伴い、10月4日より現在合同庁舎内にある学校教育課、社会教育課、体育課および坂出中央公民館内にある少年育成センターが移転しますので、市民のみなさまにはご理解いただきますようお願いいたします。

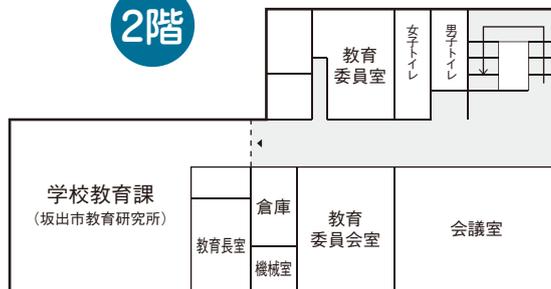


1階



- 社会教育課 (☎44・5026)
- 体育課 (☎44・5025)
- 少年育成センター (☎46・2777)

2階



- 学校教育課 (☎44・5024)

■詳しくは、市財政課 (☎44・5003)
市学校教育課 (☎44・5024) へ



2010 さかいで ひかり 光輝里フェスティバル

冬のまちを幻想的に輝かせませんか！

駅前広場イルミネーション大募集!!

11月20日(土)から来年1月10日(祝)まで、坂出駅北口を中心に「2010さかいで光輝里フェスティバル」を開催します。今年も、ハナミズキ広場・市民広場にイルミネーションを展示していただけるかたを募集します。個人、団体、企業は問いません。

募集期間

9月6日(月)〜30日(木)

設置場所 JR坂出

駅北口、ハナミズキ広場、市民広場

助成金 個人および

団体には、材料費として上限2万円を

補助します。

主催 光輝里フェスティバル実行委員会

申し込み・問い合わせは、市都市計画課(☎44・5017)へ

申し込み・問い合わせは、市都市計画課(☎44・5017)へ

平成22年10月1日

2010 国勢調査 にご協力ください。

国勢調査は、日本に住んでいるすべての人および世帯が対象で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちのくらしのために役立てられます。ご協力をよろしくお願いいたします。

調査方法

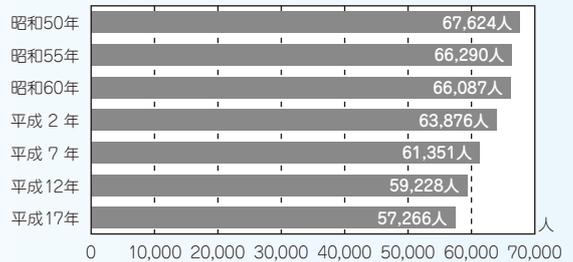
9月下旬～、調査員が世帯を訪問して調査票を配布します。

提出方法

記入いただいた調査票は、封筒に入れて封をして調査員に渡していただくか、市に郵送で提出していただきます。



坂出市人口の推移（国勢調査）



詳しくは、坂出合同庁舎 4階
坂出市国勢調査実施本部(☎44・5081)へ

日本の自殺者数は10年以上3万人を超えて推移しており、交通事故死亡者数の約6倍にあたります。

自殺の現状

自殺と聞くと、「命を粗末にするな」、「そんな深刻な話は避けたい」と思われるかた等、さまざまな考えをお持ちだと思えます。しかし、自殺や自殺未遂は、本人だけの問題ではなく、その家族や知人、友人、同僚にも大きな精神的ダメージを及ぼす問題なのです。

坂出市の自殺者
過去6年間で
57人



こころの健康シリーズ 第一回 自殺予防

9月10日～16日は
自殺予防週間です。

自殺者の特徴

自殺者は30～60代の男性に多いという統計が出ています。健康問題、経済問題等、誰もが抱えている心の問題が重なり自殺しています。

見逃さないで!! こんな症状に注意!!

本人からのSOS

- 突然涙ぐんだり、怒ったり、感情が不安定になる
- 好きなことに興味を失う
- 酒量が増える
- 不眠がちになる
- 原因不明の身体の不調が長引く
- 「死にたい」と口にする、自殺をほめかす

もし、「死にたい」と 打ち明けられたら...

聴く
時間をかけてじっくりと話を聴き、相手の気持ちに寄り添いましょう。

つなげる
専門家のもとを受診するようにすすめてみましょう。

見守る
焦らず温かく見守り、回復を支えましょう。

詳しくは、市保健課
(☎44・5006)へ

一人で悩まず、まずはご連絡ください。

ご長寿おめでとうございます ～いつまでもお元気で～

だれもが年を重ね、迎える高齢期。私たち一人ひとりが高齢者の問題をもっと身近なこととしてとらえていくことが大切です。生きがいのある豊かな老後を過ごせるよう、また健康で充実した人生が送れるよう、明るく豊かな長寿社会づくりに取り組みましょう。

9月15日～21日は老人週間です



9月15日は
老人の日

「1」存じですか？長寿手帳

長寿手帳とは、香川県が発行している手帳で、65歳以上のかたが取得することができます。長寿手帳を提示することで、左記の施設へ無料で入場（入園）できます。

- ・ 県立栗林公園
 - ・ 県立ミュージアム
 - ・ 県立東山魁夷せとうち美術館
- 65歳以上のかたで、まだお持ちでないかたは、市高齢介護課、各出張所または坂出駅市民サービスセンターまでお越しください。

火災警報器設置に補助

火災警報器を設置される場合に補助制度を利用できます。
補助金額 1世帯につき1,500円
対象者 65歳以上の一人暮らしのかた、または高齢者夫婦等の世帯で、市税等の滞納が無いこと
申込 申込書に必要事項を記入し、領収書を添付して提出してください。

浴場入浴無料サービス

老人週間に市内の公衆浴場を無料で利用できます。

対象者 市内にお住まいの65歳以上のかた

サービス期日

9月15日(水)・20日(祝)・21日(火)

利用できる浴場

- ・ 富士見湯（富士見町一）
 - ・ 敷島温泉（元町二）
 - ・ 柳湯（京町一）
- ※直接浴場までお越しください。

老人クラブ芸能祭のお知らせ

本市では、老人週間にちなみ、「第35回坂出市老人クラブ芸能祭」を次のとおり開催します。

日時

9月20日(祝)

午後0時30分～

会場 市民ホール



坂出市長寿者番付を掲載します

社会に長年尽くしてこられた高齢者のかたがたのご長寿をお祝いするため、「坂出市長寿者番付」（8月2日現在で、9月15日を基準日とし90歳以上になるかた）を次頁以降に掲載します。

■詳しくは、市高齢介護課

（☎44・5090）へ

坂出市長寿者番付

年齢基準日は平成22年9月15日（8月2日現在）

順位	氏名	年齢	住所	順位	氏名	年齢	住所	順位	氏名	年齢	住所	順位	氏名	年齢	住所
1				49				97				145			
2				50				98				146			
3				51				99				147			
4				52				100				148			
5				53				101				149			
6				54				102				150			
7				55				103				151			
8				56				104				152			
9				57				105				153			
10				58				106				154			
11				59				107				155			
12				60				108				156			
13				61				109				157			
14				62				110				158			
15				63				111				159			
16				64				112				160			
17				65				113				161			
18				66				114				162			
19				67				115				163			
20				68				116				164			
21				69				117				165			
22				70				118				166			
23				71				119				167			
24				72				120				168			
25				73				121				169			
26				74				122				170			
27				75				123				171			
28				76				124				172			
29				77				125				173			
30				78				126				174			
31				79				127				175			
32				80				128				176			
33				81				129				177			
34				82				130				178			
35				83				131				179			
36				84				132				180			
37				85				133				181			
38				86				134				182			
39				87				135				183			
40				88				136				184			
41				89				137				185			
42				90				138				186			
43				91				139				187			
44				92				140				188			
45				93				141				189			
46				94				142				190			
47				95				143				191			
48				96				144				192			

寿者番付

年齢基準日は平成22年9月15日（8月2日現在）

順位	氏名	年齢	住所												
385				433				481				529			
386				434				482				530			
387				435				483				531			
388				436				484				532			
389				437				485				533			
390				438				486				534			
391				439				487				535			
392				440				488				536			
393				441				489				537			
394				442				490				538			
395				443				491				539			
396				444				492				540			
397				445				493				541			
398				446				494				542			
399				447				495				543			
400				448				496				544			
401				449				497				545			
402				450				498				546			
403				451				499				547			
404				452				500				548			
405				453				501				549			
406				454				502				550			
407				455				503				551			
408				456				504				552			
409				457				505				553			
410				458				506				554			
411				459				507				555			
412				460				508				556			
413				461				509				557			
414				462				510				558			
415				463				511				559			
416				464				512				560			
417				465				513				561			
418				466				514				562			
419				467				515				563			
420				468				516				564			
421				469				517				565			
422				470				518				566			
423				471				519				567			
424				472				520				568			
425				473				521				569			
426				474				522				570			
427				475				523				571			
428				476				524				572			
429				477				525				573			
430				478				526				574			
431				479				527				575			
432				480				528				576			

坂 出 市 長

年齢基準日は平成22年9月15日（8月2日現在）

順位	氏 名	年 齢	住 所	順位	氏 名	年 齢	住 所	順位	氏 名	年 齢	住 所	順位	氏 名	年 齢	住 所
193				241				289				337			
194				242				290				338			
195				243				291				339			
196				244				292				340			
197				245				293				341			
198				246				294				342			
199				247				295				343			
200				248				296				344			
201				249				297				345			
202				250				298				346			
203				251				299				347			
204				252				300				348			
205				253				301				349			
206				254				302				350			
207				255				303				351			
208				256				304				352			
209				257				305				353			
210				258				306				354			
211				259				307				355			
212				260				308				356			
213				261				309				357			
214				262				310				358			
215				263				311				359			
216				264				312				360			
217				265				313				361			
218				266				314				362			
219				267				315				363			
220				268				316				364			
221				269				317				365			
222				270				318				366			
223				271				319				367			
224				272				320				368			
225				273				321				369			
226				274				322				370			
227				275				323				371			
228				276				324				372			
229				277				325				373			
230				278				326				374			
231				279				327				375			
232				280				328				376			
233				281				329				377			
234				282				330				378			
235				283				331				379			
236				284				332				380			
237				285				333				381			
238				286				334				382			
239				287				335				383			
240				288				336				384			

寿者番付

年齢基準日は平成22年9月15日（8月2日現在）

順位	氏名	年齢	住所												
769				817				865				904			
770				818				866				905			
771				819				867				906			
772				820				868				907			
773				821				869				908			
774				822				870				909			
775				823				871				910			
776				824				872				911			
777				825				873				912			
778				826				874				913			
779				827				875				914			
780				828				876				915			
781				829				877				916			
782				830				878				917			
783				831				879				918			
784				832				880				919			
785				833				881				920			
786				834				882				921			
787				835				883				922			
788				836				884				923			
789				837				885				924			
790				838				886				925			
791				839				887				926			
792				840				888				927			
793				841				889				928			
794				842				890				929			
795				843				891				930			
796				844				892				931			
797				845				893				932			
798				846				894				933			
799				847				895				934			
800				848				896				935			
801				849				897				936			
802				850				898				937			
803				851				899				938			
804				852				900				939			
805				853				901				940			
806				854				902				941			
807				855				903				942			
808				856											
809				857											
810				858											
811				859											
812				860											
813				861											
814				862											
815				863											
816				864											

坂出市長

年齢基準日は平成22年9月15日（8月2日現在）

順位	氏名	年齢	住所												
577				625				673				721			
578				626				674				722			
579				627				675				723			
580				628				676				724			
581				629				677				725			
582				630				678				726			
583				631				679				727			
584				632				680				728			
585				633				681				729			
586				634				682				730			
587				635				683				731			
588				636				684				732			
589				637				685				733			
590				638				686				734			
591				639				687				735			
592				640				688				736			
593				641				689				737			
594				642				690				738			
595				643				691				739			
596				644				692				740			
597				645				693				741			
598				646				694				742			
599				647				695				743			
600				648				696				744			
601				649				697				745			
602				650				698				746			
603				651				699				747			
604				652				700				748			
605				653				701				749			
606				654				702				750			
607				655				703				751			
608				656				704				752			
609				657				705				753			
610				658				706				754			
611				659				707				755			
612				660				708				756			
613				661				709				757			
614				662				710				758			
615				663				711				759			
616				664				712				760			
617				665				713				761			
618				666				714				762			
619				667				715				763			
620				668				716				764			
621				669				717				765			
622				670				718				766			
623				671				719				767			
624				672				720				768			

後期高齢者医療制度のお知らせ

被保険者証等の返還について

有効期限の切れた被保険者証および限度額適用・標準負担額減額認定証をお持ちではありませんか？市保健課では返還をお願いしています。ご自身では破棄せずに、市保健課長寿医療担当窓口、各出張所または坂出駅市民サービスセンターへお返してください。なお、返還期限はありませんので、ご都合のよい時に返還をお願いします。

限度額適用・標準負担額減額認定証の交付について

平成22年度の住民税が非課税の世帯に属するかたは、申請により「限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付できます。（平成21年度に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けていたかたは、申請の必要はありません。）

この認定証は、入院の際、医療機関等の窓口に表示することにより、入院時の一部負担金や食事代が減額されるものです。なお、療養病床に入院しているかたは、食事代の負担額等が下表と異なりますのでお問い合わせください。

○対象者

区分Ⅱ：被保険者が属する世帯員全員が住民税非課税で、区分Ⅰ該当者以外のかた

区分Ⅰ：被保険者が属する世帯員全員が住民税非課税で、世帯員全員の各種所得金額（年金所得は控除額を80万円として計算）が0円であるかた

区 分		食事代(1食あたり)	1カ月の自己負担限度額
一 般		260円	44,400円
区分Ⅱ	過去1年間の合計入院日数が90日以内の場合	210円	24,600円
	過去1年間の合計入院日数が90日を超える場合	160円	
区分Ⅰ		100円	15,000円

※入院日数は申請月から過去1年以内で、区分Ⅱの限度額適用・標準負担額減額認定を受けていた期間の日数。

○手続きに必要なもの

- ・被保険者証
- ・印鑑

◇平成21年度（平成21年8月1日～平成22年7月31日）に「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けていたかたへ

平成22年度について、対象者の要件を満たすかたには、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」を7月下旬に郵送していますので、新たに手続きをしていただく必要はありません。（世帯に所得未申告のかたがいる場合は、申告したのちに市町窓口での申請が必要になります。）ただし、区分Ⅱのかたで、90日を越える入院があった場合は、「被保険者証」「印鑑」「現在お持ちの限度額適用・標準負担額減額認定証」「入院日数を確認できる領収書等」をお持ちのうえ、再度申請していただく必要があります。詳しくは下記までお問い合わせください。

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
交付年月日平成22年 8月 1日	
被保険者番号	
住所	坂出市
氏名	女
生年月日	昭和 年 月 日
発効期日	平成22年 8月 1日
有効期限	平成23年 7月31日
適用区分	区分Ⅱ
長期入院該当年月日	平成22年 8月 1日 保険者印
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39372032 香川県後期高齢者医療広域連合

(見本)

■詳しくは、市保健課長寿医療担当（☎44・5006）

香川県後期高齢者医療広域連合事務局（☎087・811・1866）へ

平成23年度入学児童の健康診断 来春小学校へ入学する 児童の保護者のかたへ

市教育委員会では、来年4月に小学校へ入学する児童の就学時健康診断を各小学校で10月1日(金)より実施します。内容は、内科、歯科、耳鼻科、眼科、その他の検査です。

該当する児童の保護者のみなさまには、前もって通知しますので、時間厳守の上、必ず受診してください。

9月10日(金)までに通知書が届かない場合は、市学校教育課へお問い合わせください。

日 時	実施小学校
10月1日(金) 午後1時～	坂出小学校 (岩黒小学校・櫃石小学校) 王越小学校 松山小学校 西庄小学校
10月4日(月) 午後1時～	東部小学校 加茂小学校 川津小学校
10月5日(火) 午後1時～	府中小学校 瀬戸小学校
10月6日(水) 午後1時～	林田小学校 金山小学校

※岩黒小学校と櫃石小学校の診断は、坂出小学校で実施します。

詳しくは、市学校教育課

(☎44・5024)へ

子ども手当の申請はお済みですか

次の①から③のいずれかに該当するかたのうち、4月以降に手続きをしていないかたが手当を受給するためには申請が必要です。

●平成22年4月の制度改正により、新たに子ども手当の対象となったかた

- ①平成22年度に中学校3年生または2年生の子どもを養育されているかた
- ②所得制限により児童手当を受給していなかったかた
- その他

●その他

③児童手当が差し止めのかた
※公務員のかたは手続方法が異なりますので、勤務先にお問い合わせください。

提出期限は9月30日(木)です

4月1日現在で、右記①から③の要件に該当するかたは4月分より受給できますが、申請書の提出が期限を過ぎた場合は申請月の翌月からの受給となりますのでご注意ください。

※10月支給に間に合う期限は、9月17日(金)です。

詳しくは、市社会福祉課児童母子福祉係

(☎44・5007内線169)へ



9月9日は救急の日

救急医療週間

9月5日(日)～11日(土)

救急医療や救急業務に対する正しい理解と認識を深めるため、毎年9月9日を「救急の日」と定め、この日を含む1週間を「救急医療週間」としています。

日常生活を振り返ってみませんか?

昨年、坂出市消防署管内では3,614件の救急出場がありました。そのなかでも、気の緩み等で事故が発生した事例も多々あるようです。日常生活で「危険だな」と思いつつ放置している事はありませんか。また、機械器具の手引書(マニュアル)に反した無理な作業をしていませんか。慣れ・気の緩みから重大な事故につながる事例もあります。



いま一度、個々の生活範囲の危険を振り返って事故のない楽しい生活を送ってください。

大切な命を守るために!

昨年、救急車で搬送された傷病者のうち重症患者は16%でした。残り82%強の傷病者は、中等症または軽症だったのです。

救急車は119番通報があれば直ちに現場へ急行しますが、救急車の台数にも限りがあります。また、医療機関の受け入れ(診察)にも限りがあります。

病气やけがで苦しんでいる市民のみなさまが、緊急に治療を受けることができるよう、一人ひとりが助け合い「共助」の精神で救急車の利用を行いましょ。

香川県小児救急電話相談

小児救急患者の保護者等の不安や悩みへの対処方法について、小児科医や看護師等が電話で応対します。

●実施時間

午後7時～翌朝8時(年中無休)

●電話番号

短縮ダイヤル#8000または専用電話番号

(☎087・823・1588)

※あくまでもアドバイスで診察・治療ではありません。

詳しくは、市消防本部救急係

(☎46・0119)へ



全国一斉「高齢者・障がい者の人権あんしん相談」強化週間

高齢者や障がい者に対する虐待など人権問題の解決を図るため、全国一斉の人権あんしん相談を実施します。期間中は、時間を延長して電話相談を受け付けています。ぜひご活用ください。

期間 9月6日(月)～12日(日)
時間

平日 午前8時30分～午後7時
土・日曜日 午前10時～午後5時
相談機関 高松法務局 人権相談所
(☎087・815・5311)

相談員 人権擁護委員および高松法務局職員
※右記期間中以外でも、電話相談を受け付けています。
詳しくは、市人権課
(☎44・5008)へ

地デジ相談会を開催します

地上デジタル放送がよくわかる「地デジ相談会」が坂出市で開催されます。詳しい日程や会場

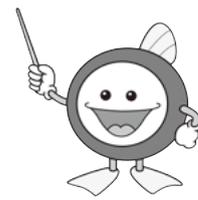


は、10月号の広報誌でお知らせします。予約は不要ですので、お誘いあわせの上、ぜひお越しください。

詳しくは、総務省 香川県テレビ受信者支援センター
(☎087・883・5521)へ

9月10日は下水道の日

下水道 水から聞こえる「ありがとう」



下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

私たちの日常生活では、たくさんのお水を使い、それと同時に汚水を排出しています。この汚れた水を集めて、きれいな水にして自然へ戻すのが下水道の大切な役割です。

下水道を整備することにより、くみ取り式のトイレが水洗化され、快適な生活を過ごすことができます。また、側溝や川に汚水が流入しなくなるので、悪臭・蚊・ハエの発生を防ぎ、衛生的な生活環境が確保できます。

なお、汚水整備事業の効果を最大限発揮させるためには、污水管敷設地域の各家庭が水洗便所、台所、洗濯、風呂などの排水設備を污水管に接続していただく必要があります。下水道整備工事に際しましては、騒音や振動、交通規制などでご不便・ご迷惑をおかけいたしますが、ぜひとも下水道の意義をご理解いただき、ご協力をお願いします。

※排水設備工事は、坂出市排水設備指定工事店へお申し込みください。

お問い合わせ・ご相談は、市下水道課(☎44・5016)へ

終戦当時の引揚者のかたがたへ

税関では、お預かりしている左記の通貨・証券などをお返ししています。

・終戦後、外地から引き揚げてこられたかたで、上陸港の税関・海運局に預けられた通貨・証券など
・外地の集結地において、領事館などに預けられた証券などのうち、日本に返還されたもの

返還の申し出は、本人だけでなく、ご家族のかたでも結構です。お心当たりのかたは、最寄りの税関へお問い合わせください。
詳しくは、坂出税関支署
(☎44・9210)へ

石綿(アスベスト)による疾病について

石綿による疾病は、数十年前の仕事でも中皮腫・肺がん等を発症する可能性があります。

石綿を取り扱う仕事の原因で、石綿に関する病気を発症し療養されているかた、亡くなられたかたのご遺族は、労災保険給付または特別遺族給付金を受けられる場合があります。

なお、特別遺族給付金の請求期限は、平成24年3月27日までとなっていますのでご注意ください。

詳しくは、香川労働局労災補償課
(☎087・811・8921)へ

香風園 観月会

池泉回遊式日本庭園の「香風園」で、今年も観月会を開催します。ライトアップされた幻想的な雰囲気や漂う庭園の中で、中秋の名月を観ながら秋を感じてみませんか。

今年第10回を記念して、観月茶会を開催します。みなさまのお越しをお待ちしています。

日時 9月20日(祝)～22日(水)
午後6時～9時

第10回記念茶会

日時 9月20日(祝)午後7時～
会場 香風園内 翠松閣
主催 裏千家淡交会坂出分会
●邦楽演奏会

日時 9月21日(火)午後7時～
会場 香風園内 時雨亭
演奏者 坂出三曲協会

長唄三味線演奏会

日時 9月22日(水)午後7時～
会場 香風園内 翠松閣前芝生広場
演奏者 今藤長由利氏 ほか

※車でご来園のかたは、JR坂出駅北口地下駐車場をご利用ください。
※雨天の場合は、演奏会をふれあい会館(本町一)にて行います。

詳しくは、市商工観光課
(☎44・5015)へ





第12回 水のフェスティバルin府中湖

10月2日(土) 9:45~

●いきいきウォーク 10:00スタート

- ・ショートコース 府中湖周辺 5km
- ・ロングコース 史跡めぐり 10km
- ・ミニコース 府中湖カヌー研修センター周辺

●イベントおよび接待

- ・完歩賞、おたのしみ抽選会、うどん・あめゆの接待

●三世代交流ドラゴンカヌー体験会 12:00乗船

10月3日(日) 8:30~

●第12回坂出府中湖ドラゴンカヌー大会

- 会場 府中湖カヌー競技場
 種目 ドラゴンカヌーレース300m
 成年男子の部、成年女子の部、小学生の部

●水のステージ・テント村

- ①府中湖「湖上茶会」
- ②展示コーナーと体験
 節水展、水道展、警察展、讃岐国府展、手打ちうどん
 実演と体験、伝承遊び(竹細工・木工細工等)、
 ガラス細工体験
- ③おいしいもの広場
 バザーコーナー(うどん、押し寿司、焼き鳥、焼き芋等)
- ④湖上まつり
 なんでも音楽祭、公民館まつり、プラスバンド演奏、
 寸劇、阿波おどり、よさこいおどり、前田知香ライブ
- ⑤産直販売、餅つき実演販売
- ⑥餅投げ
- ⑦川柳コンテスト展示と表彰式

■詳しくは、府中湖水のフェスティバル実行委員会
 (☎48・0101) へ

まなとピア 2010 さかいで フェスティバル参加者募集

～生きがいと 夢を育てる 生涯学習～



●フリーマーケット(家庭不用品など)

必要としているかたもいます。家に眠っている不用品をリサイクルしてみませんか!

日時 11月14日(日)
 定員 コーナーが埋まり次第締め切り

●私の我楽苦多コレクションコーナー

自分の大切な宝物。コレクションとして集めている宝物。この機会にみなさんに見てもらってはいかがですか。

日時 11月13日(土)・14日(日)
 定員 コーナーが埋まり次第締め切り

●まなとピアフェスティバルの ボランティアスタッフ募集

まなとピアフェスティバルの運営スタッフとして参加してみませんか。

日時 11月14日(日) 8:30~16:00
 対象者 18歳以上のかた
 内容 受付、会場案内、展示物監視、ステージ担当の計30人程度

■申し込み・問い合わせは、市社会教育課
 (☎44・5026) へ

知っところ 税

さかちゃん 今年の6月に建物を取り壊したのですが、その建物の固定資産税はどうなるのですか?

ぜいむ君 固定資産税は、毎年1月1日(「賦課期日」と言います)現在の固定資産について課税され、その所有者に1年間の税金を納めていただくこととなります。賦課期日を過ぎて取り壊した建物については、来年度より課税対象からはずれません。

さかちゃん 市役所に何か手続きが必要ですか?

ぜいむ君 「家屋滅失届」を提出してください。市職員が、その書類をもとに建物が壊されていることを確認し、課税対象からはずれません。



さかちゃん



ぜいむ君

じんけん愛坊の



人権だより

No.478

早くよくなってるね、
おばあさん

小 6年
蓮 さん

ぼくが登校中、いつも元気にあいさつを交わしてくれるおばあさんがいます。今日もそのおばあさんの家の前にさしかかったとき、おばあさんと今日も元気にあいさつをしようと思つて、いつもの玄関に目をやりました。ぼくは、はっとしました。おばあさんがたおれている…ぼくはすぐに、何とかしなければと思いました。おばあさんの家は、学校の運動場のすぐそばにあります。ちょうど運動場に朝早くから登校して遊んでいる友達がいきました。

「先生に言つて救急車を呼んでもらつてー!」
「よし、わかつたー!」
友達もすべし呼びに行つてくれました。

ぼくは、おばあさんのそばで

「だいたいどうですか?」
と何回も声をかけました。おばあさんは手から出血もして、苦しそうです。早く救急車が来ないかな…このときの時間はものすごく長く感じられました。救急車が到着して、おばあさんは運ばれていきました。

おばあさんはその後入院をしているそうです。その後おばあさんとは会っていません。いつも元気にあいさつを交わしてくれたおばあさん。早くよくなつて下さい。またあいさつをしたいです。

少年育成センターだより

No.461

携帯による事故

高 2年
恵里花 さん

みなさん、普段、自転車に乗って、携帯電話でメールを打ったり、音楽を聴いたりしていませんか?

最近、法律が変わり、自転車の乗り方も厳しくなりました。でも、気にしてないのかわからないのか、自転車に乗りながら携帯を使う人をよく目にします。携帯が便利になり、使う人が多く、生活には無くてはならない物になってきました。しかし、携帯を重視するため、事故や問題が増えていきます。

実際に、高校生がお年寄りどぶつかりけがをさせてしまつたという事故が増えていきます。この場合、高校生であつても加害者になってしまいます。未成年なので責任も取れませんし、賠償金も支払えるわけがありません。お年寄りの健康を損ねさせ、親に大きな負担をかけることになりました。

それでは、私たち高校生はどのようなことに気をつけなければならないのでしょうか。

1つ目は、イヤホンで音楽を聴かない。イヤホン使用は、周りの音をささぎつてしまつので非常に危険です。

2つ目は、片手運転をしないことです。バランスを失つて転倒してしまいます。

3つ目は、話しながら2列並進で運転しないことです。中でもやっぱり携帯を使いながらの運転は危険だということです。

一人ひとりが自覚して運転し、事故を起こさないようになりましょう。

スポーツサークル



府中湖カヌークラブ

府中湖は全国でも有数のカヌー競技場であることをご存じですか？当クラブでは、多くの児童・生徒が、国内外の大会で活躍しています。競技カヌーの強化とあわせて、私たちは生涯スポーツとしてカヌーを楽しみながら、子どもたちの心身の育成や環境保全を図るため活動しています。親子、ご夫婦など誰もが楽しめるカヌーをやってみませんか？

カヌーのほかにも冬にはスキーや耐寒ウォーク、夏には川下りやキャンプなどの楽しいイベントも行なっています。私たちと一緒にカヌーライフを楽しみましょうか？体験入会も大歓迎です。

活動日時 毎週土・日曜日 13:30～17:00

問合せ先 市カヌー研修センター(☎48・1885)

学園広場



瀬居中学校 ソフトテニス部

私たち瀬居中学校ソフトテニス部は、現在3年生4人、2年生1人、1年生5人で日々練習に励んでいます。私たちの目標は、男女とも県大会に出場し、団体戦・個人戦ともにまずは一勝することを目標にしています。練習は週6日間、1日約3時間程度の練習をしています。乱打、ボレー、スマッシュ、サーブ、レシーブなどの基本練習に時間をかけ、最後にゲーム練習で終わるという内容で行っています。部員数は、他の学校に比べ、とても少ないですが、チームとしてのまとまりや、礼儀・マナーの良さは、どこの学校にも負けない自信があります。これからも技能面と精神面をしっかりと鍛えていきたいと思っています。

部長 3年 大輝

元気に二人三脚 90



今月は

小濱 寿町三にお住まいの
良一さん(83歳)
妙子さん(78歳)
ご夫妻のお宅に

おじゃま!!

結婚後50年を振り返って

良一 坂出商業学校でバレー部に入り、バレーに明け暮れた学生時代。大東亜戦争に突入すると、国策でバレーなどの敵性スポーツを禁止する風潮になり、街からバレーができる場所やボールがなくなりました。

16歳のとき海軍に志願し、飛行兵としてインドネシアへ。昭和21年に復員し、バレーを続けたいという思いから、スポーツが盛んであった東亜合成に就職。そこでは学生時代のバレー部メンバーが再び集結し、何度となく全国大会に出場したものです。

妙子 女学校を卒業後、日本通運に就職し、昭和25年に主人と結婚。出会いは、街の青年会の文化活動でした。青年会活動に精力的に取り組んでいた主人は、とても頼りがいのあるお兄さんという印象でした。

良一 40歳くらいまで現役でバレーを続け、引き続き市バレーボール協会会長として、また現在は市体育協会の会長をしています。

妙子 子どもは2女に恵まれました。幼い頃から、音感の良さを感じるが多かったですね。娘が音楽の勉強のために外国に行こうとしたとき、心配する主人は反対。1年かけてみんなで説得し、その海外生活のおかげで娘たちの今があると思います。

今の楽しみ

良一 年に2回、航空隊で一緒だった戦友の集まりがあります。戦友の絆は深く、平成2年には、みんなで戦跡めぐりにインドネシアに訪れました。当時と変わらない街並みに戦時中の状況を思い出し、思わず涙ぐんでしまいました。

妙子 ピアニスト、声楽家としてそれぞれ活動する娘たち。今は2人でアメリカに住み、そこを拠点に活動しています。出演するコンサートやリサイタル、そしてオペラなどに招待してくれるのは、とても嬉しいですね。

健康の秘訣

妙子 月に4回、詩吟や民謡など地域の公民館活動に参加します。楽しくおしゃべりして、大いに笑って、おなかの底から声を出す。この3つが私の健康法です。

良一 健康の秘訣はくよくよしないこと。坂出市のバレー、スポーツの発展のためにこれからもがんばりますよ。

レポート

第45回さかいで大橋まつり

7月25日から8月8日にかけて、さかいで大橋まつりが盛大に開催されました。今年は、瀬戸大橋パレードと総おどりを官庁通り（市役所前）で実施。市民ゴルフ大会、前夜祭、土曜デー、おどり（自由連）、海上花火大会、太鼓台競演など予定されていた行事はすべて無事に終了しました。期間中の観客数は、行事参加者を含めて129,600人で、大いに盛り上がったまつりとなりました。



太鼓台競演



海上保安庁巡視艇の
親子クルージング



総おどり

第15代ミスさかいで

8月6日、第15代ミスさかいでに選ばれた3人が、市役所を表敬訪問しました。（写真左から）横田祥子さん、宮本真衣さん、久保恵莉さんには、8月から2年間、観光親善大使として、市内の各種行事への参加、県内外での観光キャンペーンで坂出の魅力を伝えていただきます。



カメラ



番の州プール閉場

8月1日、これまで約120万人が利用してきた番の州プールが閉場しました。昭和50年に県により建設された同施設は、市が管理・運営を行ってききましたが、老朽化等により廃止が決定し、県に返還することになりました。

最後の開場となった7月26日から8月1日までの無料開放には、約11,276人の来場者があり、大勢の家族連れらが訪れました。



廃食油からバイオディーゼル燃料へ

社会福祉法人若竹会(西庄町)では、廃食油をディーゼルの燃料に変えるバイオディーゼル燃料精製の取り組みを平成17年より行っておりますが、新しく再生燃料化施設(作業所)が完成しました。精製した燃料は、同施設の車や地元事業者等が使用しています。バイオディーゼル燃料は、二酸化炭素の排出が抑制されるため、環境に優しい燃料として注目されています。



非核平和を祈念して

8月3日～16日、非核平和祈念「児童絵画・習字展」が坂出駅市民サービスセンターで開催されました。展示された作品は、平和や核廃絶などを願って、市内小学生により描かれた絵画や習字計100点。

本市では、昭和59年に「非核平和都市宣言」を行い、戦争の悲惨さと平和の尊さを訴える取り組みを行っています。



夏休み親子市政バス

7月28日、夏休み親子市政バスに親子11組26人が参加しました。ふるさと坂出をよく知ってもらおうと、毎年夏休みに実施しており、今年は、県埋蔵文化財センター→読売新聞坂出工場→四国電力(株)坂出發電所→市消防署を見学しました。

ご協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。

知っていますか 国民年金

国民年金保険料は クレジットカードで納付できます

国民年金保険料を納めやすくするために、平成20年3月分よりクレジットカードによる納付ができるようになりました。

クレジットカードでの納付とは、国民年金保険料を定期的にクレジットカード会社が立替払いし、クレジットカード会社からカード会員のかたに請求する方法です。ただし、保険料の一部を免除されている場合や過去の未払い分の保険料については、ご利用いただけません。

保険料の納付方法は、毎月納付、6カ月前納および1年前納があります。なお、カード会社への支払い回数は、1回払いのみとなりますのでご注意ください。

クレジットカードでの納付を希望されるかたは、「国民年金保険料クレジットカード納付申出書」の提出が必要となりますので、年金事務所へお申し出ください。

■詳しくは、高松西年金事務所国民年金課
(☎087・822・2841)へ



防災 はじめの一步

防災週間 ～ 8月30日から9月5日～

大正12年9月1日に発生した関東大震災を契機に、9月1日が「防災の日」とされ、その日を含む8月30日から9月5日までは「防災週間」とされています。

防災週間中には、国民の防災意識高揚のため、全国各地で防災に関するさまざまなイベントが開催されます。

香川県では、毎年この期間中に市町と合同で総合防災訓練を実施しており、今年は9月1日の午前中に、市内の番の州県有地において、消防、警察、自衛隊、海保、日赤その他関係機関が参加して訓練が開催されます。

訓練の内容は、風水害、地震、石油コンビナート災害と多彩で、市内外の自主防災組織や小学生も参加しますので、ぜひ来場してご覧になってください。

また、通常は大災害発生時に限ってのみ設置される「災害用伝言ダイヤル171」（171ダイヤル後に音声ガイダンスが流れます）や携帯各事業者トップページ（「iMenu」、「EZweb」、「Yahoo!ケータイ」等）に設置される「災害用伝言板」も防災週間中は体験利用が可能です。この機会に、災害時における家族や知人との連絡方法の確認もお願いします。

スグに覚えて使える英語!

今月も簡単便利なひとことです。

「頭が痛い」 I have a headache.

♪(アイハブ ア ヘッドエイク)



暑い日が続いて体調を崩してしまうこともあるのではないのでしょうか。体調不良の時は「頭が痛い」等と直接的に相手に伝えることも大切ですね。他にも冷たいものを食べ過ぎて「I have a stomachache.(おなかが痛い)」とならないように、気を付けてください。

■健康教室

と き	内 容	講 師	と ころ	問合先
9日(木)14:00～15:30	講話 防ごう歯と口のトラブル ～最新ケアと治療で改善～	医師 八木 宏暢	市民ふれあい会館	市保健課 44・5006
16日(木) 9:30～11:00	実技 意外なもので簡単筋トレ(ボール体操編)	運動指導士 渡里 美佳	市民武道場	市地域包括 支援センター 44・5091
8日(水) 9:30～11:00	実技 足を鍛えて転倒予防	運動指導士 尾島 文子		
28日(火)14:00～15:30				
8日(水) 9:45～11:00	実技 脳と体によい教室	運動指導士 森 明美		
28日(火)13:45～15:00				
16日(木)14:00～15:30	講話 音楽の不思議なチカラ ～心の扉が開くとき～	音楽療法士 野方 國枝	市民ふれあい会館	
29日(水)14:00～15:00	座談会 認知症家族会 「ほほえみの会」	医師 中村 光夫		
30日(木)14:00～15:30	講話 断り上手は生き方上手 ～リアルに学ぼう！お断りトーク～	消費生活相談員		
8日(水)14:00～15:00	糖尿病教室「糖尿病療養の誤解？」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	市立病院 2F 講堂	市立病院 46・5131
14日(火)14:00～15:00	講話 学童期の近視について(平成22年バージョン)	眼科部長 大垣 修一		
22日(水)14:00～15:00	講話 薬と健康食品のおはなし	薬局長 香川 雅俊		

■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ヵ月児健康診査	7日(火)13:15～14:45	平成22年5月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	16日(木)13:15～14:45	平成21年3月生まれ
2歳児相談	9日(木) 9:30～11:00	平成20年9月生まれ
3歳児健康診査	30日(木)13:15～14:45	平成19年2月生まれ
こども相談(要予約)	17日(金) 9:00～15:30	子育てに不安のあるかた
ことばの相談(要予約)	9日(木)13:30～15:30	言葉の遅れや発音が気になるかた
離乳食講習	3日(金)10:00～11:30	生後3～4ヵ月
子育てサークル	14日(火)13:30～15:00	生後3ヵ月～1歳
パパママ学級(要予約)	12日(日)13:30～15:30	妊婦さんと家族
かもめ教室(要予約)	14日(火) 9:30～11:30	子育てに不安のあるかたのサークル

■献血

と き	と ころ
11日(土) 9:00～15:00	松山公民館
19日(日) 9:30～15:00	坂出サティ

■健康相談

と き	と ころ
月～金曜日 8:30～17:00	市保健課

■休日当番院

日	内科および小児科		外 科
5(日)	西山脳神経外科病院 加茂町(☎48・3366)	小林内科胃腸科医院 富士見町一(☎45・9595)	まえだ整形外科外科医院 室町三(☎46・5056)
12(日)	回生病院 室町三(☎46・1011)		回生病院 室町三(☎46・1011)
19(日)	坂出市立病院 文京町一(☎46・5131)		坂出市立病院 文京町一(☎46・5131)
20(祝)	上里医院 江尻町(☎45・8111)	いけうち小児科医院 宇多津町(☎49・2100)	番の州ハビネスクリニック 八幡町三(☎44・5566)
23(祝)	まつむら内科クリニック 江尻町(☎44・1133)	佐藤医院 駒止町二(☎46・3387)	高尾医院 元町一(☎46・5111)
26(日)	聖マルチン病院 谷町一(☎46・5195)		聖マルチン病院 谷町一(☎46・5195)

※当番医院のお知らせは(☎45・0199)(自動音声案内が流れます) 診療時間9:00～18:00

■栄養相談(要予約)

と き	と ころ
13日(月) 13:30～16:30	地域保健センター

問合先 市保健課(☎44・5006)

※65歳未満のかたが対象です。

65歳以上のかたは、市地域包括支援センター(☎44・5091)へご相談ください。

■がん検診(要予約)

種 類	対象者	と き	と ころ
胃がん 検診 (バリウム検査)	40歳 以上	6日(月) 8:40～10:30	松山公民館
		16日(木) 8:40～10:30	地域保健センター
		21日(火) 8:40～10:30	王越町保健センター
乳がん検診 (視触診・マンモ グラフィー検査)	40歳以上 (2年に1回)	4日(土) 9:00～11:00 13:00～15:00	地域保健センター
		8日(水) 9:00～11:00	王越町保健センター
		8日(水) 13:30～15:00	松山公民館
子宮がん 検診	20歳以上 (2年に1回)	9日(木) 14:00～15:00	松山公民館
		21日(火) 14:00～15:00	王越町保健センター
		27日(月) 13:30～15:00	地域保健センター



と き 9月30日(木) 10:00～11:00
と ころ 市民武道場
対 象 1～4歳までの子どもと家族
持 ち 物 飲み物(お茶など)

スポーツ

ムーンウォーキング

青の山でお月見

日時 9月22日(水)
午後6時30分～11時
集合場所 角山運動公園温水プール下側(多目的広場)
参加料 500円(保険料含む)
定員 50人(先着順)
申込・問合せ 市体育課内坂出市総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会(☎44・5025)

第31回体力づくり壮年ソフトボール大会
兼坂出ねりんピック記念事業大会

日時 9月12日(日)午前8時～
会場 トクヤマ坂出グラウンド
チーム編成
1チーム15人以内(監督を含む)
・40歳以上の部
・50歳以上の部(※年齢別人数に規定があります)
参加料 無料
申込 9月6日(月)までに左記へ。
問合せ 市体育課(☎44・5025)

第53回坂出市王座決定卓球大会

日時 9月23日(祝)午前9時～
会場 市立体育館
参加料
【一般・高校生】
シングルス 800円
ダブルス 1,000円
【中学生】シングルス・ダブルス
ともに600円

申込 9月10日(金)必着で、参加申込書を左記まで。
問合せ 坂出市卓球連盟事務局
(☎090・4339・4403)
〒762-0024
坂出市府中町1214

香川県17ウオーク坂出市大会

日時 10月3日(日)午前9時～
(受付は8時～)(雨天決行)
集合場所 JR坂出駅前市民広場
コース 5km・10km・20km
参加料 300円(中学生以下は無料)
申込 大会当日受付にて。
※小学生以下は保護者同伴。
準備物 弁当・飲料水・雨具等
問合せ 香川県ウオーク協会
(☎087・813・2833)

募集

平成22年度自衛官募集

●防衛大学校
資格 21歳未満の高校生(見込含む)
試験日 一次 11月6日(土)・7日(日)
●防衛医科大学校
資格 21歳未満の高校生(見込含む)
試験日 一次 10月30日(土)・31日(日)
●看護学生
資格 24歳未満の高校生(見込含む)
試験日 一次 10月23日(土)
受付期間 9月6日(月)～10月1日(金)
問合せ 自衛隊丸亀地域事務所
(☎23・6420)



番の州浄園 臨時職員募集

期間 10月1日～平成23年3月31日
(土・日・祝日休み)
勤務時間 午前8時30分～午後5時15分
対象 18歳以上のかた
募集人員 1人
申込 9月13日(月)までにハローワーク坂出(☎46・5545)へ。
問合せ 番の州浄園
(☎44・0151)

市美術展覧会開催のお知らせ
出品作品募集

日時 10月9日(土)～17日(日)
会場 市民美術館
募集種目
第1部 絵画
第2部 彫刻・美術工芸
第3部 書・篆刻
第4部 写真
出品資格 市内在住または市内に勤務しているかた
作品搬入日 10月2日(土)・3日(日)
問合せ 中央公民館
(☎46・2422)

精神保健福祉ボランティア講座
参加者募集

日時 10月18日(月)～11月11日(木)全5回
会場 丸亀市保健福祉センター(丸亀市)等
対象 精神保健福祉に関するボランティア活動に関心をお持ちのかた
定員 25人(先着順)
参加料 無料
申込締切 10月5日(火)

申込・問合せ 県中讃保健福祉事務所 保健対策第二課精神保健担当(☎24・9963)

家庭教育指導者養成基本講座
受講者募集

日時 9月25日(土)
午前9時30分～正午
会場 勤労福祉センター
内容 家庭教育の現状や支援の方法についての講義・ワークシヨップ
対象 家庭教育支援ボランティア活動に関して学習意欲のあるかた
定員 40人(先着順)
参加料 無料
申込締切 9月15日(水)
申込・問合せ 県教育委員会事務局 生涯学習・文化財課
(☎087・832・3773)

農産サポーター講習受講者募集

日時 前期 10月25日(月)～29日(金)
後期 11月8日(月)～12日(金)
※前期・後期通しての受講となります。
会場 JA綾坂地区本部(綾川町)
対象者 60歳代の就職・就業を希望するかた
内容 野菜・果樹の栽培・管理、肥料、農薬管理等の講習
定員 20人(応募者多数の場合は抽選)
参加料 無料
申込 9月21日(火)～10月8日(金)までに申込書を左記へ。
問合せ (社)坂出市シルバー人材センター(☎46・1488)

催し

源氏物語講座

日時 9月5日(日) 午前10時～
会場 大橋記念図書館
講師 香川大学名誉教授 佐藤恒雄氏

第26回国時杯囲碁大会

日時 9月12日(日) 午前9時～
会場 勤労福祉センター
参加料 1,000円(昼食代含む)
問合先 坂出囲碁研修会 田中
(☎47・2901)

再就職支援セミナー

日時 10月2日(土)・3日(日)
午前9時30分～午後4時15分
会場 ユープラザうたづ(宇多津町)

瀬戸大橋オータムイベント2010 in 与島

① 瀬戸大橋スカイツアー
10月16日(土)・17日(日)・23日(土)・24日(日)

② 本島ウォーク&クルーズ
10月2日(土)

※①②とも荒天時は中止します。

会場 瀬戸大橋与島PA ※現地集合・現地解散
対象 ① 小学4年生以上

② 小学生以下は保護者同伴

参加料 ① 500円/人
② 1000円(中学生以下500円)/人

※いずれも与島PAまでの交通費は自己負担

申込 ① 9月21日(火)必着で、はがきに、参加希望日・参加希望者全員の氏名(5人まで)・年齢・代表者の住所・電話番号を記入し、下記まで。

② 9月10日(金)必着で、往復はがきに、参加希望コース・参加希望者全員の氏名・年齢・住所・電話番号・代表者名を記入し、下記まで。

問合先

① 本四高速(株)岡山管理センター
(☎086・483・1100)

〒701-0304 岡山県都窪郡早島町2985

② 香川県交通政策課 (☎087・832・3135)
〒760-8570 (住所記載不要)

その他

遺言書・相続手続の基礎講座

日時 9月15日(水) 午前10時～
会場 中央公民館
問合先 中央公民館
(☎46・2422)

内容 応募書類の書き方・面接の受け方等

対象 県内在住または県内事業所に就職を希望する求職者

定員 40人(先着順)

参加料 無料
申込 9月24日(金)までに電話で左記まで。

問合先 県労働政策課
(☎087・832・3368)

水道メーターの一斉取替について

対象地区 西大浜北・西大浜南・番の州・新浜・富士見・大池・谷・福江・府中 各町の一部

※対象者には、事前にはがきで通知します。

期間 9月6日(月)～27日(月)

取替業者 市内指定給水装置工事業者

費用 無料

問合先 水道局監理課業務係
(☎46・4300)

無料調停相談会

日時 9月16日(木)
午前9時30分～午後3時
会場 丸亀市民会館(丸亀市)
問合先 丸亀調停協会
(☎23・5270)

社会保険制度実務講習

日時 10月4日(月)～6日(水)の3日間
午後1時～5時
会場 丸亀高等技術学校(丸亀市)
定員 15人
対象者 在職者
受講料 3,260円
受付締切 9月24日(金)
申込・問合先 丸亀高等技術学校
キャリアアップ担当
(☎22・2633)

テレビ広報番組のお知らせ

●ぶらり坂出
日時 9月12日(日)
午後6時～6時15分
放送局 香川テレビ放送網(KBN)

市の施設情報

市民美術館

☎45・7110 開館時間9:00~17:00(入館は16:30まで)

第38回毎日児童生徒硬筆展

会期 9月9日(木)~12日(日) 最終日は16:00まで
入館料 無料

てんさらばさら絵画展

会期 9月15日(水)~20日(祝) 最終日は16:30まで
入館料 無料

市民ギャラリー かもめ

☎44・5057 開館時間7:30~19:00(土・日・祝 8:30~17:15)

2010香川女性写真展 (全日写連)

9月 5日(日)~12日(日) 初日は13:00~
最終日は15:00まで

白峰中学校美術部作品展

9月18日(土)~20日(祝) 初日は11:00~
最終日は15:00まで

しのめ会 書道作品展

9月22日(水)~28日(火) 最終日は16:00まで

市民ホール

☎45・1505 休館日 毎週火曜日

日	曜	行事名
4	土	香川県心臓病市民公開講座 IN 坂出
5	日	第27回 坂出市民大学
19	日	テアトル・ローマン公演
20	祝	第35回坂出市老人クラブ芸能祭

図書館

☎45・6677 火~金 9:00~18:00 土・日・祝 9:00~17:00
休館日 6日(月)、13日(月)、21日(火)、27日(月)、30日(木)



恋する空港
新野 剛志 著



キング&クイーン
柳 広司 著



バイバイブラックバード
伊坂 幸太郎 著



図書館で遊ぼう!!

4日(土)	映画の会	14:00~
	◇ おやこde「ろんご」	10:00~
8日(水)	わらべうたであそぼう	11:00~
11日(土)	紙芝居の会	14:00~
14日(火)	ゆりかごおはなし会	10:30~
18日(土)	紙芝居の会	11:00~
25日(土)	紙芝居の会	11:00~
26日(日)	坂出こども茶道教室	14:00~
毎週(火)・(土)	ばそこん寺子屋	9:00~

7日(火) ブックススタート 13:30~
(場所:地域保健センター)

ながよしブックンの予定

(移動図書館)

と き	地 区
7日	府 中
14日	松 山
28日	坂 出 小
1日	加 茂
8日	瀬 居
15日	林 田
22日	金山・江尻
2日	川 津
9日	王 越
16日	府 中
3日	東 部
10日	附 属
17日	西 庄
24日	島しょ部

9月の展示コーナー

「一刀彫同好会」のみなさんの一刀彫

税 納税

納期限は、9月30日(休)です。
市税は納期限内に納めましょう。
お支払いは便利な口座振替で。

固定資産税	3期
国民健康保険税	3期
介護保険料	3期
後期高齢者保険料	3期

区 域	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	檀石、黒岩、島小与島
1~5日	小林水道 46-5977	藤沢住設 46-2192	鈴木設備商会 46-2021	大信総業 46-1372	綾川水道 48-0538	キトロ工業所 42,0126	山田管工業 46,1894
6~10日	中山住設 46-4427	ナニワヤ 46-5656	長尾環境設備 46-3863	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860		
11~15日	山田管工業 46-1894	田中水道 46-2807	森崎工業 46-1371	十河電機水道 47-0328	昇栄水道 48-0358		
16~20日	小林水道 46-5977	中川設備機器 46-2901	中條電機水道 46-4261	ナカトミ 47-0729	高橋産業 46-4984		
21~25日	中山住設 46-4427	高倉工業所 46-3057	旭電機水道 46-2898	大信総業 46-1372	綾川水道 48-0538		
26~月末	山田管工業 46-1894	山田水道 46-3794	松岡水道 46-4602	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

9月の水道当番店

7月1日~31日

おこやみ

(届出時に承諾を得て掲載しています)

～こころの散歩道～ 川柳

平凡と云うすてきな日々つみ重ね
合格の笑顔が帰る祝い膳
紙一枚重い約束してしまう
泳ぐのは浅瀬がいいと悟る歳
昼暑し日の入り作業蚊も出番
落胆の涙を叱る自尊心
新聞は思考活性知識のもと
雑音の中で大事を聞き分ける
朝刊に今日の元気の種さがす
力にはなれぬが傍を離れない

林田町	川津町	府中町	江尻町	旭町	西庄町	京町	府中町	林田町	寿町
川西	山下	萱原美恵子	三木トヨ子	西山和孝	間島秀子	角野敏子	徳田かず子	柳生初子	角森悠史

人の体の老化は20代から始まると言われますが、40代からだんだん差ができて、65歳を過ぎて高年期に入ると健康状態にはっきりとした差が出ます。その個人差は何をどう食べてきたかを反映する鏡のようなものです。



健康アンポイント 266
高年期を笑顔で元気に過ごすために

高齢になるにつれ、基礎代謝量や活動量は低下しがちです。体を動かす機会が少ない人は、摂取カロリー量を少し控えめにし、肥満しないよう注意して下さい。ただし、高齢者に不足しがちなタンパク質、ビタミンB1、ミネラルは意識して摂取します。炭水化物(ごはんなどの主食)と脂質(油脂)を少し減らして調整します。つまり、高齢になるほど、低カロリーで栄養価が高い食品を増やしていくのが、健康の秘訣です。

そして、骨粗鬆症の予防のため、カルシウムや大豆イソフラボン、ビタミンDやビタミンKが不足しないよう摂取します。糖尿病、脂質異常症、高血圧などの生活習慣病の人は、それらの進行を抑える食生活を心がけます。特に大切なのは、減塩と食物繊維をきちんと取ることです。

また、健康状態は心のあり方とも密接に関連しています。7月17日朝日新聞天声人語に掲載された、99歳になった柴田トヨさんの初詩集『くじけないで』の中の「貯金」から。

私ね 人から やさしさを貰ったら 心に貯金をしておくの
さびしくなった時は それを引き出して 元気になる
あなたも 今から 積んでおきなさい 年金より いいわよ

～市立病院糖尿病内科部長 大工原裕之～

相談あれこれ

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)
男女共同参画相談	16日(木) 13:30～16:00	市民ふれあい会館 (☎44・5070)
人権相談	15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)
記帳指導相談 I T相談(要予約) 労務相談 金融相談 商工業者法律相談 経営相談(要事前申込)	15日(水) 13:00～16:00 10:00～16:00 13:00～15:00 10:00～15:00 13:00～16:00 13:00～16:00	商工会議所 (☎46・2701)
家庭児童・女性相談	毎週(月)～(金) 8:30～17:00	
アルコール相談	第1(火) 14:00～15:30	
障がい・療育相談	第2(火) 9:30～11:30 第4(火) 13:30～16:30	市社会福祉課 (☎44・5007)
視覚障がい者対象支援相談	第2(火) 9:30～11:30	
身体障がい者 生活支援相談	毎週(月)～(土) 8:30～17:30	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)
木造住宅耐震相談	毎週(月)～(金) 8:30～17:00	市建設課 (☎44・5011)
福祉総合一般相談	毎週(月)～(金) 9:30～15:00	
法律相談(弁護士相談日) <small>※事前に福祉総合一般相談を受けてください</small>	第3(木) 13:00～16:00	社会福祉協議会 (☎45・1133)
社会保険労務士相談	第1・3(水) 9:30～12:00	
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	
教育相談	毎週(月)～(金) 8:30～17:00	少年育成センター (☎46・2777)
職業相談(40歳未満対象)	第3(水)(要予約) 10:00～16:00	勤労福祉センター (☎46・2463)

