

広報

さかいで

6

2007
(平成19年)
NO.1203



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



主な内容

- 春の叙勲と知事表彰・・・・・・・・・・ 2
- 市議会議員24人決まる・・・・・・・・・・ 3
- 市県民税と所得税の改正・・・・・・・・ 4
- 基本健康診査が始まります・・・・・・・・ 6
- 第49回水道週間・・・・・・・・・・・・・ 7

おめでとうございます 春の叙勲と知事表彰

平成19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。(50音順)

春の叙勲

第8回危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章

後藤 健氏

更生保護功勞



寿町三 75歳
保護司

瑞宝単光章

北原 等氏

国勢調査功勞



西庄町 71歳
元国勢調査員

消防功勞



加茂町甲 73歳
元消防団副団長

竹内 繼雄氏

消防功勞



元町一 66歳
元市消防司令長

古川 渉氏

海上保安功勞



川津町 75歳
元海上保安官

磯崎 正夫氏

瑞宝単光章

磯崎 正夫氏

消防功勞



富士見町一 66歳
元市消防司令



永年にわたり行政相談委員として活動された末永安男氏(写真左:川津町75歳)に総務大臣感謝状が贈られました。

総務大臣感謝状

納税功勞、商工団体功勞



中央町 77歳
香川県納税貯蓄組合連合会長
坂出商工会議所会頭

榎 久雪氏

地方自治功勞



林田町 82歳
元市連合自治会長

野田 富氏

地方自治功勞



新浜町 77歳
元市助役・収入役

大西 泰次氏



永年にわたり人権擁護委員として活動された松下利津子氏(写真右:林田町69歳)に法務大臣感謝状が贈られました。

法務大臣感謝状

畜産振興功勞



林田町 67歳
香川県酪農農業協同組合代表理事組合長

吉本 忠氏

伝統産業技芸功勞



寿町一 67歳
一閑張製造従事

宇野 雄三氏

環境衛生功勞



八幡町四 72歳
香川県飲食業生活衛生同業組合常務理事

吉本 宏氏

知事表彰

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、『核兵器つくりず、持たず、持ち込ませず』の非核三原則を将来とも堅持する。
- 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。

市議会議員24人決まる

任期は5月2日から4年間

4月22日、市議会議員選挙の投票が行われました。投票率は、67・04パーセント。

即日開票の結果、私たちの代表である市議会議員24人が決まりました。

敬称略。50音順。
 ()内は投票日現在の満年齢。略歴は住所、所属党派、新旧別、当選回数。



稲田 茂樹 (60)

青葉町 同志会 現⑥



池田 睦雄 (73)

元町四 同志会 現⑤



綾 宏 (54)

元町三 同志会 現⑥



大前 寛乘 (50)

京町二 同志会 現②



大藤 匡文 (45)

西庄町 自由友の会 新①



植條 敬介 (36)

林田町 同志会 現②



楠井 常夫 (46)

加茂町 同志会 新①



木下 清 (70)

府中町 同志会 現④



葛西 吉弥 (82)

横津町二 黎明 現⑩



錦 美弥子 (49)

京町三 同志会 新①



中河 哲郎 (62)

谷町二 同志会 現④



富岡 利昭 (63)

林田町 日本共産党議員会 現⑧



末包 保広 (56)

府中町 同志会 新①



山条 忠文 (66)

西庄町 政志会 元⑤



前川 昌也 (53)

江尻町 同志会 新①



別府 健二 (57)

谷町二 真政会 現③



藤川 亘 (74)

江尻町 社会民主党議員会 現⑩



東山 光徳 (67)

高屋町 同志会 現⑦



野角 満昭 (63)

青海町 日本共産党議員会 元②



若杉 輝久 (50)

林田町 公明党議員会 現④



吉田 耕一 (53)

御供所町一 同志会 現②



村井 友信 (77)

川津町 同志会 現⑩



松成 国宏 (55)

加茂町 公明党議員会 現⑥



松田 実 (68)

府中町 社会民主党議員会 現⑥

市県民税と 所得税の改正について

●市県民税と所得税の税率が変わります

「三位一体改革」により、国から地方へ「税源移譲」が行われることに伴い、市県民税と所得税の税率が変わります。市県民税と所得税を合わせた税負担が変わらないように制度設計されており、ほとんどのかたは1月分から所得税が減っており、その分6月から市県民税が増えることになります。

平成19年1月分から

所得 税 4段階の税率を6段階に細分化

平成19年6月分から

市 県 民 税 3段階の税率を一律10%に（市民税6% 県民税4%）

●定率減税が廃止されます

景気対策のため平成11年度から暫定的に税負担を軽減する措置として導入されていた定率減税が、最近の経済状況を踏まえて廃止されます。

平成18年	平成19年以降
所得 税 税額10%相当額の減税措置 （12.5万円を限度）	所得 税 平成19年1月分から廃止
市県民税 税額7.5%相当額の減税措置 （2万円を限度）	市県民税 平成19年6月分から廃止

●市県民税の老年人者非課税措置廃止に伴い、経過措置がとられています

昭和15年1月2日以前に生まれたかたで、前年の合計所得金額が125万円以下のかたは、平成17年度まで市県民税が非課税でしたが、年齢に関わらず公平に負担を分かち合うという観点から、この措置が平成18年度から廃止され、現役世代と同様の課税制度が適用されています。ただし、急激な税負担を緩和するために経過措置が平成19年度までとられています。

平成17年度	平成18年度以降
合計所得金額125万円以下 のかたは 市県民税非課税	市県民税課税 — 経過措置 — 平成18年度 税額の3分の2を減額 平成19年度 税額の3分の1を減額 平成20年度以降 全額負担

**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(金)から**

市民交通傷害保険は、6月1日(金)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日以降に加入されたかたは加入時からとなります。

● **加入できるかた**
市に住民登録または外国人登録をしているかた

● **保険料**
1口 720円 (1人1口に限る) 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13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、各出張所で個別に受け付けます。申し込み用紙に記入・押印の上、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

国民健康保険税2割軽減申請書の提出は6月15日(金)までに

国民健康保険税の均等割額と平等割額の2割相当額が軽減される制度です。

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。必要事項を記入の上、6月15日(金)までに市税務課へ提出してください。

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

**男女共同参画週間
6月23日(土)～29日(金)**

平成11年6月23日の男女共同参画社会基本法の公布・施行日にちなみ、平成13年から「男女共同参画週間」が設けられています。

この週間を契機に、男女共同参画社会の実現に向け、身近なところから男女のパートナーシップについて考えていきましょう。

● **詳しくは、市企画課**
(☎44・5001) へ

**児童手当制度の拡充と
現況届の提出について**

● **4月から制度が拡充されました**

3歳未満の児童の養育者に対する児童手当の額が、平成19年4月より第1子、第2子について倍増され、月額1万円となりました。制度改正後の最初の支給月は平成19年6月です。

※ 今回の改正に伴い、受給者側で行っていた特段の手続きはありませんが、現況届の提出をお願いします。

● **現況届の提出について**

児童手当を受給しているかたは、受給要件の確認のため、毎年6月中旬に「現況届」の提出が義務付けられています。現況届の提出がない場合は、6月以降の手当を受給できなくなりますので、ご注意ください。

該当するかたには6月上旬に「現況届」等の文書を送付いたします。同封のお知らせに従って手続きをしてください。なお、6月20日を過ぎても用紙が届かないときは、お問い合わせください。

合わせてください。

● **提出先**
市社会福祉課児童母子福祉係

● **提出期限** 6月29日(金)

● **支給対象者**

12歳到達後最初の3月31日までの間にある児童を養育しているかたで、前年度所得が左記の所得制限限度額以内のかた

**平成19年度
所得制限限度額【万円】**

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	460	532
1人	498	570
2人	536	608
3人	574	646
4人	612	684
5人	650	722

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の限度額(所得額ベース)は、右表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。

● **詳しくは、市社会福祉課児童母子福祉係**
(☎44・5007) へ

**道路整備中期計画作成に
向けてのアンケートの実施**

国土交通省では、今後の道路整備の中期計画を作成するため、道路政策についてアンケート調査を実施しています。

● **内容** 今後の道路政策における効率化のポイント・今後取り組む道路政策の優先度・道路政策全般について

● **提出方法** 市役所および各出張所に備え付けのアンケート用紙をFAX・郵送にて国土交通省道路局中期計画作成担当まで。また、携帯電話・Eメールもご利用になれます。

〒100-8782 東京都中央郵便局私書箱第224号
☎03・52253・8111
☎03・52253・1585
FAX03・52253・1585

● **募集締切** 7月31日(火)必着

● **詳しくは、四国地方整備局香川河川国道事務所道路調査課**
(☎087・841・9125)
市建設課 (☎44・5011) へ

6月1日は商業統計調査の日

6月1日、全国一斉に商業統計調査が実施されます。この調査は、全国すべての商業事業所(卸売業、小売業)が対象です。現在、調査員がみなさまの事業所へ調査票をお届けしています。後日、調査票を回収いたしますので、ご協力をお願いいたします。

● **詳しくは、経済産業省・香川県・市企画課**
(☎44・5001) へ



受けて安心 健康診査

基本健康診査が始まります

6月1日(金)～7月31日(火)



のかた。65歳以上のかたは全員。市では、5月に基本健康診査・検診の案内文書を該当するかたに送付しています。

■内容

診察、血圧測定、尿検査、血液検査、医師の判断による選択検査（心電図、貧血、眼底、ヘモグロビンA_{1c}、血清アルブミン）を実施します。

■受診方法

通知書の該当事項に回答の上、受診する医療機関に提出してください。

■自己負担額

- 受診日年齢が40～69歳のかた 1,580円
 - 70歳以上のかた 530円
- ※生活保護世帯、市県民税非課税世帯のかたで、その旨の証明書を提出されたかたは無料。
- ※65歳以上の老人保健適用者は、70歳以上のかたと同額。

■その他の検診

肝炎ウィルス、前立腺がん検診は、基本健康診査と同時に実施します。また、大腸がん検診も随時実施しています。別表でご確認ください。

基本健康診査は、職場などの健康診断を受ける機会のない40歳以上のかたを対象に、毎年定期的な健康診断を受けていただくための制度です。

定期的な健康状態のチェックは、生活習慣病をはじめとした病気や異常の早期発見につながります。ぜひこの機会にご自身の健康状態を確認してみてください。

■実施期間
6月1日(金)～7月31日(火)

■実施場所
市内および宇多津町内の医療機関

■対象者
40歳から64歳までの国民健康保険加入者、社会保険本人以外

別表

検診名	内容	対象者	自己負担額		
			40～69歳	70歳以上	
肝炎ウィルス 検診	節目検診	血液検査	平成19年4月1日現在で40歳のかた	1,260円	—
	要指導検診①	血液検査	平成14年度から平成18年度までの間の節目検診対象者で、受診機会を逸したかた	1,260円	530円
	要指導検診②	血液検査	基本健康診査の結果、医師に要指導と判定されたかた	1,790円	600円
前立腺がん検診	血液検査	受診日年齢50歳～69歳	1,260円	—	
大腸がん検診	便検査 (2日法)	40歳～64歳の国民健康保険加入者 社会保険本人以外のかた 65歳以上のかたは全員	530円	320円	

介護予防特定高齢者 施策事業について

要支援・要介護の状態になる可能性が高い65歳以上のかたを対象に、生活機能の維持と向上を図るため、積極的なプログラム活用を推進しています。

■対象者

基本チェックリストや基本健康診査の結果をもとに、厚生労働省で定められた方法で決定します。対象者には、後日、市から利用に関しての確認等を行います。

■介護予防プログラム

本人の状態に応じ、個別の計画書を作成してプログラムを利用していただきます。

●運動器の機能向上プログラム

転倒骨折防止のため、ストレッチ、有酸素運動等を実施

●栄養改善プログラム

低栄養状態を改善し、栄養相談、栄養教育等を実施

●口腔機能の向上プログラム

口腔清掃の指導、摂食、嚥下機能に関する機能訓練等を実施

■事業を利用する場合

市保健課から送付される基本チェックリストにすべて回答の上、基本健康診査を受診の際、医療機関に提出してください。

■詳しくは、

市地域包括支援センター

詳しくは、市保健課
(☎ 44・5006) へ

(☎ 44・5091) へ

第49回水道週間

6月1日(金)～7日(木)

安全で良質な水をいつでも、どこでも安定供給することで、文化的な市民生活や産業活動を支える上水道。

毎年6月1日から7日までを水道週間と定め、水道についての理解と関心を高めるために全国でさまざまな行事が開催されます。本市では、次の行事を開催しますので、みなさまのお越しをお待ちしています。

■水道よろず相談

とき 6月1日(金)～7日(木)
午前9時～午後4時(土・日曜日除く)
ところ 水道局玄関ホール

■内容

- ・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)
- ・パッキンの無料配布と取り替え方法の説明
- ※相談所開設期間中、ご家庭のパッキンを無料で取り替えます。希望されるかたは、水道局にお問い合わせください。
- ・内止栓の取り付け工事(実費)の受付
- ・市内小学生による水道についてのポスター入選作品展示

■鴨川浄水場施設見学

とき 6月1日(金)～7日(木)
午前9時～午後4時(土・日曜日除く)
ところ 鴨川浄水場

■詳しくは、水道局

(☎46・4596)へ

■水道週間のポスター入賞者

(5・6年生)

土居晃太郎	石田 珠久	西部小
伊東 宏高	新池なつき	中央小
秋山真由香	山西 真由	東部小
西条 友花	東條加奈子	金山小
磯崎 星也	井上 夏実	西庄小
藤田 早紀	松尾 彩海	林田小
末包優梨亜	古家 帆南	加茂小
兼若 凌	清藤 雄太	川津小
綾野 仁美	木曾 友絵	松山小
高橋 侑汰	王越小	王越小
岩本 豊	岩黒小	岩黒小
向崎 大輝	池田 莉緒	瀬居小

■平成19年度水道モニター

西部校区	森 聖志	楠 知恵子
中央校区	西谷 建二	荒木 康子
東部校区	多田羅 孝	多田羅峯子
金山校区	金崎 正博	南条 静代
西庄校区	水本 英昭	大林 市子
林田校区	福家 秀雄	北村 秀子
加茂校区	篠原 正弘	藤原ヨシ子
府中校区	谷本 秀一	徳田 和子
川津校区	大西 和男	奥澤 敦子
松山校区	大須賀久嘉	藤尾 清子
王越校区	堤 巖	岡本千津子
与島校区	中島 末弘	松岡 恵子

敬称略

かわつ花菖蒲園の一般開放



親水空間「かわつ花菖蒲園」。100種12万本の花菖蒲がみなさまのお越しをお待ちしています。

とき 6月1日(金)～14日(木)

ところ 午前9時～午後4時
かわつ花菖蒲園・川津浄水場

■期間中に開催されるイベント

●かわつ花菖蒲祭

とき 6月3日(日)
午前9時～午後3時
内容 公民館活動芸能発表、カラオケ大会、バザーコーナー
主催 かわつ花菖蒲祭実行委員会
問合せ 市川津出張所 (☎44・2553)

●花菖蒲茶会

とき 6月10日(日)
午前10時～午後3時
茶券 1枚300円
申込先 市商工観光課
主催 裏千家淡交会坂出分会
問合せ 市商工観光課 (☎44・5015)

第42回さかいで大橋まつり



■瀬戸大橋パレード参加団体募集

坂出駅前通りを舞台にまつりのオーブニングを飾るパレード。盛り上げていただける団体大募集。
とき 8月4日(土)午後4時
ところ 駅前通り・駅前ハナミズキ広場

■締め切り 6月22日(金)

■総おどり参加団体募集

坂出駅前ハナミズキ広場をメイン会場に、坂出小唄の軽快なリズムに乗って踊りませんか。
とき 8月4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
※踊りの講習についてもご相談ください。

■ストリートダンスチーム募集

エキサイティングにはじけてくれるストリートダンスチーム大募集
とき 8月4日(土)午後5時30分
ところ 駅前通り
締め切り 先着20チーム

■詳しくは、市商工観光課

(☎44・5015)へ

学園広場

白峰中学校女子バレー部



人から頼られる人
「私も6年生になるんだな。」と、実感した行事がありました。それは、6年生を送る会の準備です。何日も前から、プレゼントのために色紙を作ったり、ゲームを考えたりと、準備することは、たくさんありました。
でも、私たちの説明をじつと聞いてくれる下級生を見ると少しづつ頼られることがうれしく思えるようになりました。周りで見ている人がもつと頼りに思ってくれるよう私たちがしっかりとしなければ、と改めて「自分の態度」の重要性に気づくことができました。

少年
育成センター
だより

No.422

小 6年
朋美さん

た。
ところが、最近の新聞やニュースでは、かっとなって友だちにひどい態度を見せたり、自分だけがよければよいという態度で周りの人にいやな思いをさせたりする事件を目にします。こんな事件を知る度に、信じられない気持ちになります。相手の気持ちを考えない行動をとってしまったら、信頼がなくなってしまう。そして、人から頼られなくなると自分も頼ることができなくなってしまう。もしも私がそんなふうになってしまうたら、本当に悲しくなってしまう。自分の態度ひとつで、相手からの見方が変わるのです。
私はこれから、自分の言葉や行動を見つめ直し、最上級生としてたくさん信頼が得られるよう、自分の態度を磨いていきたいと思っています。そして、なにより自信をつけていきたいです。

私たち白峰中学校女子バレー部は、元気で明るく活発な部活動です。2年生12人1年生5人で日々練習に励んでいます。
私たちには、「全国大会出場」という目標があります。試合中は、苦しいときが必ずあります。そういうときこそ、声を出し合い乗り越え勝てたときの喜びは、一緒に練習してきた仲間しか味わえない感動とうれしさでいっぱいです。でも、みんなと一緒に汗を流すのも後2カ月。
まわりの人に愛され応援される部を目指して、バレー部の一員として誇りを持って生活したいです。
そして、最後の試合が終わったときに、「みんなと一緒にバレーができて良かった」そう言える最高のチームになりたいです。
最後はみんな笑顔でな。

部長

真希

人権
だより

No.439

中 2年
祐樹さん

人を思いやる気持ち

先日、テレビを見ていたら、いじめが原因で中学生が自殺するということが報道されていました。とてもショックでした。
なぜなら、ぼくの周りでは、今までいじめがあったということは一度も聞いたことがなかったからです。むしろ、ぼくにはまったく無縁のことだと思っていました。
いったいどんなことがあったのでしょうか。まだ中学生なのに……。親より先に死んでしまうなんて、家族のかたにとって大変気の毒なことだと思います。
確かに自ら命を絶つことは決してして

はいけないことだと思います。でも一番してはいけないことは、だれかが何かのきっかけで友達に対して嫌な思いを持ったとき、それを口に出して周りに言うことです。いじめのきっかけになるかもしれないからです。
その言葉をかけられた友達の心は、深く傷つき、その言葉を聞いた他の人がおもしろがって、まねて何回も言い続けるかもしれない。その人の気持ちを考えることもなく、むしろおもしろがる人も増えるかもしれません。
でも、人の心は、一人ひとりの心がけでずいぶん変わるものです。困ったとき、嫌なことがあったとき、手を差し伸べてくれる人がいると思うと、勇気がわいてきます。やる気が出てきます。一人ひとりのほんの少しの心掛けで、いじめで自殺という不幸な出来事もなくすことができます。その心掛けとは、人を深く広く思いやることです。

こころの散歩道

川柳

- 千の風つれて遍路の旅に出る
ご祝儀をはずむと太鼓高い音
ささやかな事でも祝う妻のクセ
乗り合わせこんなわたしでいいかしら
旅先で聞くなつかしい國なまり
テレビの旅世界遺産に目を見張る
どっこいしょ土産ひろげて帯を解く
逆境を耐えた拳に熱い息
一国のきまま世界が騒がしい
- 旭町 中井 里美
川津町 古川カツ子
林田町 柳生 初子
林田町 溝口 和風
林田町 川西 葉月
西庄町 間島 秀子
寿町 角森 悠史
川津町 山下 隆一
林田町 加賀みちよ

楽しい生涯学習

182



合唱団ひまわり

平成2年に創設されて以来、毎週土曜日の午後2時から4時まで、福本先生、塩入先生のご指導のもと練習しています。週1回の練習のほかに合唱祭、市民芸術祭、病院への訪問等の活動をしています。先生のすばらしい選曲で、童謡から歌曲までいろいろなジャンルに挑戦しています。楽しいとき、悲しいとき、不安なとき、音楽によって心がいやされる日々です。歌うことの楽しさは、日常生活に潤いを持たせ、明日につながると思います。毎週1回の練習日が楽しくて、ストレス解消、健康維持、人と人との出会いを大切に、今歌えることの喜びを感謝しています。

音楽に関心があるかた、歌ってみたいかた、ぜひ一度のぞいてみてください。団員一同お待ちしております。

連絡先 山下 小夜子 (☎45・3511)

スポーツサークル



府中湖カヌークラブ

府中湖が日本有数のカヌー競技場であることをご存じですか？香川はカヌー強豪県で、国体では常にすばらしい成績を残しています。そんな中、私たちはその底辺を担う組織として活動しています。生涯スポーツとしてのカヌーの普及を目的とし、競技に打ち込む小・中学生から、のんびりと景色を楽しむ中・老年まで、老若男女それぞれのカヌーライフを楽しんでいます。また、季節に応じて川下りやシーカヤック、冬はスキーツアーも行っているアットホームなクラブです。親子の会話が希薄になりがちな昨今、ふれあいの大切さを第一に考え、中学生以下は親子での入会を原則としています。カヌーの楽しさや時間を共有することで、自然と会話も弾みます。

四季折々、違った表情を見せてくれる府中湖、すばらしい景色を一度体験してみませんか。体験会も大歓迎です!!

活動日時 毎週土・日曜日 13:30~16:00

問合せ先 坂出市カヌー研修センター (☎48・1885)

新岡 剛

元気に二人三脚

56

今月は



新浜町にお住まいの
石井 亀市さん(80歳)
恵美子さん(75歳)
ご夫妻のお宅に

おじゃま!!

結婚後の50年間を振り返り

亀市 双子の弟とともに善通寺で生まれ育ち、小学校卒業後は弟と薬局で働きましたが、14歳のとき、親せきの営む製材所で勤め始めたことから坂出に移住しました。このときも弟と一緒に。18歳のとき航空隊に志願し、終戦は大牟田で迎えました。終戦後は、製材所に戻り、23歳で結婚。54歳まで勤めましたが、妻の実家がこけしや玉のれんの製造をしていたので、そちらに転職し、66歳まで働きました。

恵美子 18歳で結婚し、2女に恵まれました。結婚後も実家の家業をずっと手伝っていたので、子どもには寂しい思いをさせたかもしれませんね。56歳で仕事をやめ、2年間のんびりした後、73歳までう

どん屋で働きました。

亀市 私は仕事人間で、現役のころは家を空けることが多かった。退職後も、地域の高齢者の見守り活動などでよく家を空けるのですが、妻は文句も言わず家のことを一生懸命してくれた。本当に感謝しています。

恵美子 お互い様ですよ。夫は大の仕事好きで、正月三が日以外は働いていました。気になると動かずにはいられない性分なんです。

健康の秘訣は

亀市 73歳のときの大腸がん手術がきっかけで、嫌いだった野菜を食べるようになりました。健康法には興味があり、自分でいろいろ研究しています。

恵美子 血糖値は気になるので、甘いものなどの間食はせず、三食きっちり食べ、揚げ物は食べません。あとは毎晩の友達とのウォーキング。

今の楽しみは

亀市 年2・3回旅行をします。旅先での食事と風呂は楽しみです。

恵美子 中央公民館で、週1回習字と民踊をしています。習字は10年以上、民踊も20年近くになります。娘夫婦、孫夫婦がすぐ近くに住んでいるのですが、毎日行き来しています。孫の嫁は料理がうまく、いろいろとよくしてくれます。4ヵ月になるひ孫もできました。ひ孫はやっぱりかわいいですね。毎日が本当に充実しています。

亀市 ひ孫がいると家の中がにぎやかで明るくなります。顔を見るのが毎日の楽しみなんです。6月には家族そろって旅行に行きます。

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

免除および若年者猶予・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。

追納しない場合、免除を受けた期間は、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となり、若年者猶予および学生特例を受けた期間は、老齢基礎年金の支給額に算定されません。

追納する保険料は、免除を受けた当時の保険料に、一定額の延滞金が加算されます。平成19年度の追納額については、右表のとおりです。追納納付書の交付に関しては、社会保険事務所までご連絡ください。

平成19年度中の追納保険料額（月額）

免除を受けた月	追納額	免除を受けた月	追納額
H 9.4月～H10.3月分	16,550	H14.4月～H15.3月分	13,940
H10.4月～H11.3月分	16,310	H15.4月～H16.3月分	13,730
H11.4月～H12.3月分	15,680	H16.4月～H17.3月分	13,540
H12.4月～H13.3月分	15,070	H17.4月～H18.3月分	13,580
H13.4月～H14.3月分	14,500	H18.4月～H19.3月分	13,860

詳しくは、高松西社会保険事務所
国民年金業務・保険料課（☎087・822・2841）へ
国民年金基金相談所を開設します

日時 6月7日(木)午前10時～午後4時
会場 市役所玄関ホール
問合せ 香川県国民年金基金（☎0120・654・192）

防災 はじめの一步 No.3 長雨・大雨時は土砂災害がこわい

種別	特徴	前兆現象
がけ崩れ	大雨や地震などで斜面等が一気に崩れ落ちる	がけから小石が落ちる、水が湧き出る、がけに割れ目ができる
土石流	大雨や長雨で山の斜面等が崩れ、その土砂が水とともに一気に流れ出す	山鳴り、川が濁る、川に流木が混じる、川の水が減る
地すべり	大雨や地震などで広範囲の地面が大きな固まりのまま滑り落ちる	地面がひび割れる、木の裂ける音がする、池が濁る、斜面から水が噴き出す

もうすぐ梅雨入りの季節です。山や山沿いでは、長雨や大雨により土砂が水を多く含むことで、土砂災害が発生しやすくなります。

各種土砂災害の特徴と前兆現象は左表のとおりです。土砂災害は、発生後に逃げるのでは手遅れです。山間部やがけ下など、土砂災害が発生する危険性が高い地域に住んでいるかたは、避難勧告の有無によらず、危険を感じたら早めの自主避難を心がけてください。

※6月から香川県の土砂災害警戒情報が気象庁ホームページに掲載されますので、参考にしてください。（<http://www.jma.go.jp/jp/dosha/>）

ひとくち 英語&中国語



「湿気が多く過ごしにくいですね。」

イツ ヴェリイ ヒューミッド アンド アンカンファタブル

英語では It's very humid and uncomfortable.

インウェイ タイ チャオシー スウオイー ジュエダ シェンティ ブーシューフ

中国語では 因为太潮湿, 所以觉得身体不舒服。

「食べ物が傷みやすいので気をつけてください。」

ビー ケアフル ウィズ フード ビコウス イットウィル ゴウ バッド イーヅリイ

英語では Be careful with food because it will go bad easily.

シーピン ロンイ ビエンジー ヤオ ジューイー ウエイション

中国語では 食品容易变质, 要注意卫生。



さかいで今昔 ⑧〇

麦の刈入れ風景（雄山西）



（昭和36年） 山下 文雄さん（林田町）より



（現在）

このコーナーでは、昔の市内の写真を募集します。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。

市秘書課広報聴係（☎44・5000）へ

手話で話そう ⑬6 坂出の地名 その17 市内の町名を表現します。

神

+

谷

+

町



<神>両手のひらで拍手（かしわで）を2回打つことで表現。



<谷>軽く曲げた両手の指先を向かい合わせ、内側に落とし込むことで切れ込む谷を表現。



<町>両手で屋根の形を作り、左から右へ移動させることで、家が密集した町を表現。



市制施行65周年記念 さかいでArtグランプリ2007

4月21日、さかいでArtグランプリ2007の授賞式が市民美術館にて開催されました。応募総数365点の中からグランプリに輝いたのは草野義則さん（写真上段右：埼玉県）の「地球儀」。また、優秀賞には家近健二さん（写真下段左：大阪府）の「想」と矢吹幸子さん（写真下段右：奈良県）の「忘れられた港」が選ばれた他、秀作賞3点、佳作15点の表彰が行われました。



文部科学大臣表彰W受賞

「坂出子どもの本を楽しむ会」（石井久美子代表）が平成19年度子ども読書活動優秀実践団体文部科学大臣表彰を受賞しました。昭和51年の結成以来、親子に絵本やお話の魅力と感動を共有することの大切さを伝えてきた活動が評価されたもの。また今回、優秀実践図書館として市立大橋記念図書館も表彰され、4月26日、市役所で両受賞報告会が行われました。県内ではそれぞれの部門での単独受賞です。「坂出子どもの本を楽しむ会」には図書館ボランティア活動にもご協力いただいております、実践を共にしてきた官民のうれしいW受賞報告となりました。



青空のもとで一服

4月29日、裏千家淡交会坂出分会のみなさんのご協力のもと、第17回瀬戸大橋展望茶会が瀬戸大橋記念公園内の刻月亭で開催されました。好天に恵まれたことから、公園は多くの人で賑わい、約1,000人が新緑香る公園と瀬戸大橋の景観を楽しみながらお抹茶を味わいました。



第26回津島杯囲碁大会

坂出出身で日本棋院総裁を務めた故津島寿一氏にちなみ開催されている津島杯囲碁大会。毎年出場者が増加していることから、今年では会場を市立体育館に移し、5月6日に開催されました。子どもから大人まで幅広い年齢層から参加した約250人が、4つの部に分かれて熱戦を繰り広げました。各部の優勝者は次のみなさんです。



4段以上の部 伊達 昌希さん
3段～初段の部 山下 繁憲さん
級位者の部 山本 信善さん
子どもの部 池田 直樹さん



ぐるっと沙弥島 万葉ウォーク

4月29日、沙弥島万葉ウォークが開催されました。参加者120人は、午前10時に万葉会館を出発し、万葉歌人柿本人麻呂がこの地で詠んだ歌や島の歴史などについて「坂出市万葉を歩く会」代表 細川勝信さんの説明を受けながら、約2時間、万葉の島のウォーキングを楽しみました。

市の施設情報

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

さかいでArtグランプリ グランプリ作品展
さかいでArtグランプリ1997~2007のグランプリ作品11点を展示しています。
会期 6月2日(土)~17日(日)月曜休館
入館料 無料
主催 市教育委員会、市民美術館

市民ギャラリー かもめ ☎44・5057
7:30~19:00

第13回積翠書道会書作展
6月1日(金)~9日(土) 最終日は16:00まで
第11回千芝会書作展
6月11日(月)~17日(日) 最終日は15:30まで
「食」に関するパネル展
6月18日(月)~24日(日) 最終日は14:00まで

市民ホール ☎45・1505
~休館日~毎週火曜日

日	曜	行 事 名
7	木	社会保険委員研修会
17	日	坂出ウッドプラスアンサンブル演奏会
24	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
2~4	土~月	第46回香川県高等学校総合体育大会バドミントン競技会
6	水	香川県職員球技大会(卓球)
9	土	金山ミニバスケットスポーツ少年団練習試合 第19回市長杯インディアカ大会
10	日	水無月カップ中・四国大会
12・13	火・水	中・四国大学生バドミントン大会
14	木	中・四国大学生バドミントン大会 香川県職員球技大会(バドミントン)
15・16	金・土	中・四国大学生バドミントン大会
17	日	坂出市子どもドッジボール大会
22	金	香川県職員球技大会(バレーボール)
24	日	第32回香川県バドミントン普及大会(春季) 第62回国体バドミントン競技会県予選
30	土	香川県高等学校教職員組合第52回レク大会

6月 暮らしの情報

スポーツ

第19回会長杯インディアカ大会

日時 6月9日(土)午後5時30分
会場 市立体育館
参加資格 18歳以上の市内在住または勤務者(学生を除く)
編成 男子・女子・混合チーム(編成は各団体で行うこと)
参加料 1チーム2,000円(当日会場にて申込)
6月7日(木)までに、メンバー用紙を市立体育館事務室へ
問合せ先 鎌田(☎46・3260)

第27回坂出市親子・一般カヌー教室
日時 6月24日(日)午前9時45分

第7回シニア・ベタソク大会

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(金)~15日(金)(月曜休館)左記まで
問合せ先 坂出市カヌー研修センター(☎48・1885)

日時 6月17日(日)午前8時30分
会場 東部小学校運動場
参加資格 市内在住の60歳以上のかた
編成 1チーム3人(監督を含む)、補欠1人可
参加料 無料
申込 6月8日(金)までに、メンバー表を左記まで
問合せ先 市体育課(☎44・5025)

平成19年度会長杯男女ソフトボール大会

日時 7月1日(日)午前8時
会場 トクヤマ坂出グラウンドほか
問合せ先 事務局 木内(☎46・2745)

坂出市太極拳同好会 会員募集

中国から伝わった、どなたでもできる健康体操です。見学のかた大歓迎!
●中央公民館会場
●練習日時 毎週木曜日 午前10時~11時30分
●勤労福祉センター会場

小学生陸上教室

練習日時 毎週水曜日 午後7時~8時30分
定員 各会場15人程度
指導者 (社)日本武術太極拳連盟 公認指導員 後藤 満
問合せ先 坂出市太極拳同好会 後藤(☎46・4859)

日時 7月12日(木)、19日(木)、26日(木)、30日(月)、8月2日(木)、6日(月)、9日(木) 午後5時30分~7時30分
会場 県立丸亀競技場
対象 小学4年生~6年生
定員 50人(先着順)
参加料 2,100円(別途保険料500円)
申込 6月12日(火)から申込書に参加料を添えて、直接左記まで
問合せ先 県立丸亀競技場管理事務所(☎21・5800)

小学生フットサル教室

日時 7月17日(火)、20日(金)、31日(火)、8月3日(金)、7日(火)、28日(火)、31日(金) 午後3時~5時
会場 県立丸亀競技場
対象 小学4年生~6年生
定員 50人(先着順)
参加料 2,100円(別途保険料500円)
申込 6月16日(土)から申込書に参加料を

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29日(金)

新刊情報



希望の書店論
福嶋 聡 著



東京自然農園物語
山田 健 著



うさぎおいしー
フランス人
村上 春樹 著

今月の

市民展示コーナー

千種の会のみなさんによる手芸展示

図書館で遊ぼう!!

映画の会 2日(土)14時~
英語であそぼう 9日(土)11時~
紙芝居の会 9日(土)14時~
16日(土)・23日(土)11時~
あそびの広場 10日(日)11時~
ゆりかごおはなし会 12日(火)10時30分~
こどもお作法教室 茶道 24日(日)14時~

ながしブックンの予定(移動図書館)

と き	場 所
5日	西庄
12日	松山
19日	島しょ部
6日	加茂
13日	瀬居
20日	林田
27日	府中
7日	川津
14日	王越
21日	府中
1日	東部
8日	金山
15日	中央
22日	西部

募集

添えて、直接左記まで
 問合せ先 県立丸亀競技場管理事務所
 (☎21・5800)

角山運動公園温水プール夏期アルバイト募集

期間 7月1日(日)～8月31日(金)
 ※1ヵ月間だけでも可
 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歳以上のかた(高校生不可)
 定員 3人 日給 6,100円
 申込 6月1日(金)からハローワーク坂出
 (☎46・5545)まで
 問合せ先 角山運動公園温水プール
 (☎49・4770)

番の州プールアルバイト募集

期間 前期 7月14日(土)～8月5日(日)
 後期 8月6日(月)～27日(月)
 勤務時間 午前9時～午後6時
 対象 18歳以上のかた(高校生不可)
 定員 監視業務15～30人、庶務7人
 日給 監視業務6,900円、庶務6,400円
 申込 6月1日(金)～15日(金)、ハローワー
 ク坂出(☎46・5545)まで
 問合せ先 市体育課(☎44・5025)

ほがらかキャンプ参加者募集

自然にふれあい、楽しみながらキャン
 プをしてみませんか。
 日時 7月18日(水)・19日(木)
 会場 シーサイドコリドールオートキャンプ場
 (ぬめき市)※宿泊施設は、ロッジを利用
 対象 市内在住の65歳以上のかた
 参加料 9,000円(運賃、食費、保険料等)
 申込 6月29日(金)までに左記まで
 問合せ先 市体育課(☎44・5025)

手話同好会「菜の花」会員募集

日時 毎週水曜日 午後1時30分～
 会場 福祉会館
 問合せ先 福岡(☎45・8155)

要約筆記奉仕員養成講座 受講生募集

日時 6月16日(土)～7月28日(土)全9回
 午後1時～4時
 会場 丸亀市保健福祉センター(丸亀市)
 定員 20人(先着順) 参加料 無料
 申込・問合せ先 NPO法人香川県要約筆
 記サークルゆうあい 森田
 (☎090・5147・2997)

手話奉仕員養成講座 入門課程 受講者募集

日時 7月21日(土)～平成20年2月16日(土)
 全13回 午後1時30分～4時40分
 会場 丸亀市保健福祉センター(丸亀市)
 受講資格 満18歳以上で、手話奉仕員活
 動をしようというかたで、全13回参加
 できるかた
 受講料 無料(テキスト代1,200円は必要)
 申込 6月30日(土)必着で、住所、氏名(ふ
 りがな)、年齢、電話番号を明記の上、
 往復はがきにて左記まで
 問合せ先 香川県聴覚障害者福祉センター
 「手話奉仕員養成講座」係 〒761-8
 074 高松市太田上町405-1
 (☎087・868・9200)

平成19年度香川県「女性友好の翼」派遣員募集

男女共同参画社会の実現に向けて、地域の

諸問題(福祉・環境)を考えてみませんか。

期間 10月13日(土)～21日(日)
 訪問国 フィンランド・デンマーク
 対象 平成19年4月1日現在、満30歳以
 上満60歳未満の県内在住の女性で、男
 女共同参画の推進に意欲があり、地域
 で活動していただけるかた
 募集人数 10人
 選考方法 書類審査で選考の上、面接
 (面接予定日7月28日(土))
 事前研修 8月25日(日)、9月8日(土)、22日(土)
 事後研修 日程および回数は未定
 ※事前研修、事後研修には必ず参加のこと
 参加料 200,000円
 (派遣経費の1/2相当額)
 申込 6月1日(金)～7月6日(金)、必要書類
 を市社会教育課(☎44・5026)へ
 問合せ先 県民活動・男女共同参画課
 (☎087・832・3197)

緑地保全「樹木剪定・手入れ」管理講習会 受講者募集

日時 7月23日(月)～27日(金)午前9時～午後5時
 会場 西部小学校
 内容 樹木の剪定、整枝、移植、病害虫
 の防除・駆除等
 対象 就職を希望する60歳代前半のかた
 定員 25人
 受講料 無料(昼食代等は自己負担)

申込 6月13日(水)～7月13日(金)、申込書
 を左記まで
 問合せ先 (社)坂出市シルバー人材センター
 (☎46・1488)

四国・カナディアングローバルキャンプ 参加者募集

カナダ人と過ごす瀬戸内海でのカナダ
 スタイルキャンプです。まずは、資料・
 申込書をご請求ください。
 日時 8月7日(火)～14日(火)
 8月15日(水)～22日(水)
 会場 ル・ポール栗島(三豊市)
 対象 小学5年生～中学2年生
 定員 各日程54人(先着順)
 募集締切 7月13日(金)までに、電話、F
 AX、Eメールにて左記まで
 問合せ先 NPO法人四国NETT
 (☎・F 087・825・1746)
 info@shikoku-net.or.jp

混声合唱団「ラール・シャントゥル」 団員募集

練習日時 毎週水曜日 午後7時～9時
 練習会場 中央公民館
 指導者 漆原 美紀
 申込・問合せ先 コラール・シャントゥル
 川瀬(☎46・7817)

相談名	と き	と ころ
行政相談	20日(水) 10:00～15:00	市総務課 (☎44・5002)
男女共同参画相談	21日(木) 13:30～16:00	市企画課 (☎44・5001)
人権相談	1日(金) 10:00～15:00	勤労福祉センター (☎46・2463)
定例農業相談	11日(月) 9:00～11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
税務相談	20日(水) 13:00～16:00	商工会議所 (☎46・2701)
IT相談(要予約)	10:00～16:00	
労務相談	13:00～15:00	
金融相談	10:00～15:00	
商工業者法律相談	13:00～16:00	
家庭児童・女性相談	毎週(月～金) 8:30～17:00	市社会福祉課 (☎44・5007)
酒害相談	第1(火) 13:30～15:30	
療育相談	第2(火) 9:30～11:30 第4(火) 13:30～16:30	
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>	第3(木) 13:00～16:00	
社会保険労務士相談	毎週(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	

各種相談

催し

源氏物語講座

日時 6月10日(日)午前10時
会場 大橋記念図書館
講師 香川大学教授 佐藤 恒雄 氏

坂出困窮研修会 はじめてのかた歓迎

日時 6月17日(日)午前9時
会場 勤労福祉センター

第49回坂出地区交歓吟剣詩舞道大会

日時 7月1日(日)午前10時
会場 市民ホール
問合せ 山条 (☎46・9588)

人権学習講座

日時 6月28日(木)午前9時30分～11時30分
会場 勤労福祉センター
内容 講演「差別の解消を願って」
藤井中学・高校教諭 津村 恵美子 氏
映画「心のどこかに」

問合せ 市社会教育課 (☎44・5026)

図書館友の会ばそこん寺子屋 パソコン中級研修会

日時 7月7日(土)・8日(日)午前10時～午後3時
会場 大橋記念図書館
対象 初歩的な文字入力やパソコン操作
ができるかた

定員 各日10人(先着順)

参加料 無料

申込 6月15日(金)から直接左記まで
問合せ 大橋記念図書館 (☎45・6677)

からだイキキにこにこセミナー

ゲームや歌など、福祉に関連したレクリエーションとクラフトを紹介します。
日時 6月24日(日)午前9時～午後3時
会場 海の家
参加料 2,000円(保険料、昼食代、資料代、材料費)

申込 FAXにて左記まで

問合せ 坂出市レクリエーション協会事務局 新池 (☎・☎46・4768)

坂出ウッドブラスアンサンブル 吹奏楽コンサート

日時 6月17日(日)午後2時
会場 市民ホール
入場料 500円(小学生以下無料)
問合せ 入谷 (☎090・3789・5946)

第8回日本死の臨床研究会

中国・四国支部研究会in香川
～その人らしさを支える～

日時 6月9日(土)午後1時30分
会場 丸亀市民会館(丸亀市)
講演 「いのちに寄り添う緩和ケア」
諏訪中央病院名誉院長 鎌田 實 氏
参加料 1,000円
問合せ 三豊総合病院緩和ケア病棟内
大会事務局 (☎0875・52・3366)

その他

テレビ広報番組のお知らせ 「ぶらり坂出」

放送日時 7月1日(日)午後6時～6時15分
放送局 香川テレビ放送網2ch

小型ガス瞬間湯沸器をご使用のみなさまへ

小型ガス瞬間湯沸器を換気扇を回さず使用していたため、死亡に至る事故が発生しています。小型ガス湯沸器を使用するときは、必ず換気扇を回しましょう。

問合せ 県民活動・男女共同参画課 (☎087・832・3176)

外国人の不法滞在・不法就労防止にご協力ください

不法就労する外国人は、労働面だけでなく治安を含め、さまざまな問題を引き起こしつつあります。事業主のかたは、外国人の雇用の際は、必ずパスポート・外国人登録証明書等により、「在留資格」・「在留期限」を確認してください。

女性の権利110番

女性に対する暴力、職場や社会での女性差別などの問題について、無料相談を実施します。
日時 6月23日(土)午前10時～午後2時

会場 香川県弁護士会館(高松市)

相談料 無料
申込 面接相談は事前に左記まで(電話相談は予約不要)
相談・問合せ 香川県弁護士会 (☎087・822・3693)

今月の納税

市 民 税 1 期

・納期限は7月2日(月)です。
・市税は納期内に納めましょう。
お支払いが便利な口座振替で。

今月の水道当番店

日付および 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 大屋雷、青海	西庄、加茂、府中	王越
1～5日	小林水道 46-5977	高倉工業 46-3057	鈴木設備 46-2021	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	キトロ 420126
6～10日	中山住設 46-4427	山田水道 46-3794	長尾環境設備 46-3863	ナカトミ 47-0729	高橋産業 46-4984	
11～15日	山田管工 46-1894	多田羅水道 46-3053	森崎工業 46-1371	大信総業 46-1372	綾川水道 48-0538	
16～20日	小林水道 46-5977	藤沢住設 46-2192	中條電機 46-4261	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	
21～25日	中山住設 46-4427	ナニワヤ 46-5656	旭電機水道 46-2898	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	
26～月末	山田管工 46-1894	田中水道 46-2807	松岡水道 46-4602	ナカトミ 47-0729	高橋産業 46-4984	

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、瀬尾、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南

おくやみ 4月1日～4月30日

(ご遺族の希望により掲載しています)

健康教室

と き	内 容	講 師	と ころ	問合先
26日(火) 9:30~11:00	実技 64歳までの運動「足指カアップと足裏マッサージ」	運動指導士 渡里 美佳	市民武道場	市保健課
14日(木) 14:00~15:30	講話 気になる症状はありませんか?大腸がん	医師 桑原 和一	市民ふれあい 会館 ☎44・5070	市地域包括 支援センター ☎44・5091
7日(木) 14:00~15:30	講話 お口の健康~口腔機能を高めましょう~	歯科医師 綾坂 則夫		
14日(木) 9:30~11:00	実技 高齢者の運動「立ち座りを楽にしましょう」	運動指導士 渡里 美佳	加茂公民館	
29日(金) 14:00~15:30	実技 高齢者の運動「深層筋を目覚めさせよう」	運動指導士 中村 麻紀		
11日・25日(月) 13:30~15:00	実技 高齢者の運動「関節柔らかくころばん体操」	運動指導士 森 明美	府中公民館	
1日・15日(金) 13:30~15:00	実技 高齢者の運動「反応をよくしよう」	運動指導士 久保みどり	市立病院 2F講堂	市立病院 ☎46・5131
12日(火) 14:00~15:00	講話 やめた人から健康になれる 禁煙のすすめ②	内科医員 吉原夕美子		
13日(水) 14:00~15:00	糖尿病教室「あなたの口の中は健康ですか」	糖尿病内科医長 大工原裕之		
27日(水) 14:00~15:00	講話 女性とメタボリックシンドローム 検査でわかること	臨床検査科技師 皆川 典子		

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	5日(火) 13:15~14:45	平19.2月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	21日(木) 13:15~14:45	平17.12月生まれ
2歳児相談	14日(木) 9:30~11:00	平17.6月生まれ
3歳児健康診査	28日(木) 13:15~14:45	平15.11月生まれ
こども相談(要予約)	15日(金) 13:30~15:30	子育てに不安のあるかた
ことばの相談(要予約)	14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	11日(月) 13:15~14:00	生後3~5ヵ月
子育てサークル	11日(月) 14:00~15:00	生後3ヵ月~1歳まで

栄養相談(対象:64歳以下のかた)

12日(火) 9:00~11:00 地域保健センター

※要予約 市保健課(☎44・5006)

※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。

健康相談

毎週月~金曜日 8:30~17:00 市保健課

予防接種 個別接種

三種混合	二種混合	BCG
ジフテリア・百日せき・破傷風	麻疹(はしか)・風しん(三日はしか)	
平19・3月生まれ	平18・6月生まれ	平19・3月生まれ

※個別接種については実施対象月です。母子健康手帳をご持参ください。

がん検診 中央地区

胃がん	乳がん	と ころ
6日(水)・7日(木) 8:40~10:30	18日(月) 13:30~15:00	地域保健センター

6月4日~10日は「歯の衛生週間」

歯を失う原因の9割以上は虫歯と歯周病によるものです。80歳で20本の歯があると、おいしい食事や楽しい会話をより楽しむことができます。また、食べ物をよくかんで食べることは、からだ全体に良い影響を与え、脳の活性化や生活習慣病・がん予防につながります。

市では、6~7月に40歳・50歳・60歳・70歳のかたを対象に歯周疾患検診を実施していますので、ぜひ検診を受けましょう。



休日当番院

日	内 容	町名	電話番号
3 (日)	内 小林内科胃腸科医院	富士見町一	45・9595
	内 上里医院	江尻町	45・8111
	外 前田外科医院	江尻町	46・5955
	歯 香西歯科医院	林田町	47・0357
10 (日)	内・小・外 回生病院	室町三	46・1011
	歯 山地歯科医院	旭町二	45・9311
17 (日)	内・小・外 坂出市立病院	文京町一	46・5131
	歯 こうざと歯科・矯正歯科クリニック	室町一	45・3710
24 (日)	内・外 聖マルチン病院	谷町一	46・5195
	歯 古川歯科医院	川津町	46・0696

※当番医院のお知らせは(☎45・0199)

診療時間9:00~18:00(歯科は9:00~16:00)

編 集 後 記

今月の表紙、何だかわかりますか?一見何の花かわかりませんが、実は坂出名産 金時人参の花なんです。高く伸びた茎の先に小さな花がいくつも集まって咲き、少し離れて見ると、ずいぶん巨大な花に見えるんですよ。正月のおせち料理やお雑煮に華を添える真っ赤な金時人参も初夏にはこんな白い花を咲かせるんですね。香川県の金時人参は、全国出荷量の8割、坂出市だけでも7割近くを占め、全国第1位となっています。

さて、そろそろ梅雨入りです。スッキリしない天気が続きますが、食べ物と体調の管理にはくれぐれも気を付けてください。

坂出市立病院糖尿病内科医長 大工原 裕之

原因は、肉やバターなど動物性脂肪の多い食事、いつでも買える食環境、不規則な食事、運動不足などが挙げられます。大人になって突然「メタボ」になるのではなく、小さいころからの生活習慣の影響が大きいわけ、血管のトラブルはすでに子どものときから始まっているのです。

「小児メタボリック症候群」とします。原因は、肉やバターなど動物性脂肪の多い食事、いつでも買える食環境、不規則な食事、運動不足などが挙げられます。大人になって突然「メタボ」になるのではなく、小さいころからの生活習慣の影響が大きいわけ、血管のトラブルはすでに子どものときから始まっているのです。

そして今年4月には、6~15歳対象の「小児メタボ」診断基準が発表されました。問題のウェストサイズは男女とも80センチ以上が「赤信号」、その上で①最高血圧が125以上か最低血圧が70以上、②空腹時血糖値が100以上、③中性脂肪が120以上か善玉コレステロールが40未満、の3項目のうち2つ以上が当てはまった子を「小児メタボリック症候群」とします。

「メタボ」になると、動脈硬化が進んで心筋こうそくや脳こうそくを起す危険性が高まるばかりでなく、最近では発がんにも関係することがわかってきて、まさに内臓脂肪が諸悪の根源と言われます。内臓脂肪のたまり度はウェストサイズで判断し、男性85センチ、女性90センチ以上の人は「要注意」とされます。昨年厚生労働省から発表された調査結果では、すでに「メタボ」の人が1,300万人、その予備軍が1,400万人、合わせて2,700万人という驚くべき数字でした。



「お腹ポッコリ」 ついに子どもに...

2年前に「メタボリック症候群」の診断基準が発表されて、その年6月の本欄でも紹介しました。お腹の中に脂肪がたまる内臓脂肪型の肥満になったうえで、高脂血症、高血圧、高血糖のうちの2つ以上が重なった状態です。



アイドル大募集!!

今月は平成17年12月から平成18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(28字以内)を添えて郵送でご応募ください。

申込・問合せ先
〒762-8601 坂出市室町二丁目3番5号
市秘書課広報広聴係 ☎44・5000 へ

締切日 6月11日(月)必着
応募者多数の場合は抽選

元氣いっぱい
いつも笑顔を絶やさずにね

勇翔ちゃん
ゆうと

やんちゃさ1番!愛想のよさ1番!!
かわいさ1等賞!!

鳳太ちゃん
おうた

素直で優しくだから
好かれる子になってね

茉莉亜ちゃん
まりあ

元氣いっぱい
これからお姉ちゃんと仲良くね

和奏ちゃん
わかな

温かくて優しい
ヒナタに育ってね

ひなたちゃん

みんなに愛される明るく
優しい子になってね♡のの大好き♡

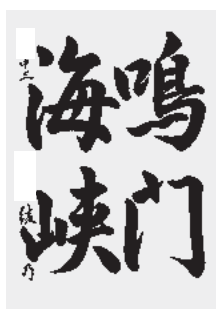
乃々愛ちゃん
ののあ



保 5歳児 康生ちゃん
こうき (虫をたくさん見つけたよ)



幼 5歳児 明莉ちゃん
あかり (桜吹雪の下で一輪車に乗ったよ)



中 3年 綾乃さん
あやの



小 5年 瑞規さん
みずき



小 5年 龍生さん
りゅうせい

青菜ときのこのごま酢あえ

遊食ふぁいる 159



「1人分の栄養量」

エネルギー	76 kcal
たんぱく質	3.3g
脂質	3.5g
カルシウム	113mg
塩分	0.6g

- (材料) 4人分
- ほうれん草 320g
 - しめじ 2パック
 - 酒 大さじ2
- A
- 酢 大さじ2
 - 砂糖 大さじ1
 - 白いりごま 大さじ3
 - うすくちしょう油 大さじ1

- (作り方)
- ①ほうれん草は熱湯で色よくゆで、水に取って冷まし、水気を切って3cm長さに切り、水気を絞る。
 - ②しめじは石づきを取って小房に分け、耐熱皿に入れて酒をふり、ラップをして電子レンジに約1分かける。
 - ③ごまは煎ってすり、Aを加えてごま酢を作る。
 - ④きのこを蒸し汁ごと、ほぐしたほうれん草とごま酢をあえる。

坂出市食生活改善推進協議会

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 92.46km²
市の木 珊瑚樹
市の花木・草花 桜・コスモス

人口56,602人 (-52)
男26,906人 (-31)
女29,696人 (-21)

世帯数 21,370世帯 (24)

出生 40人 (21)

死亡 77人 (51)

転入 275人 (104)

転出 290人 (104)

交通事故 77件 (死者0人)

救急 305件

火災 6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。
【表紙の写真】金時にんじんの花

編集・発行 坂出市総務部秘書課
〒762-8601 香川県坂出市室町三丁目3番5号 ☎44・5000

