



さかいで

2003
(平成15年)

12

NO.1161

主な内容

- ◆ 第55回人権週間・・・・・・・・・・ 2～3
- ◆ 秋の叙勲・褒章・・・・・・・・・・ 4
- ◆ 平成16年度保育所見入所案内・・・・ 5
- ◆ 2003さかいで^{ひかり}光輝里フェスティバル・・・・ 6
- ◆ 市有地分譲・・・・・・・・・・ 7



育てよう 一人一人の 人権意識

身近なことから人権を

考えてみませんか

第55回人権週間 12月4日～10日

本市では、高松法務局と香川県人権擁護委員連合会と協力し、次の強調事項をにかけて、その理解を求める運動を進めています。

強調事項

- 女性の地位を高めよう
- 子どもの人権を守ろう
- 高齢者を大切にすることを育てよう
- 障害のある人の完全参加と平等を実現しよう
- 部落差別をなくそう
- 外国人の人権を尊重しよう
- HIV感染者やハンセン病患者等に対する偏見をなくそう
- 刑を終えて出所した人に対する偏見をなくそう
- 犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう
- インターネットを悪用した人権侵害は止めよう

差別問題、家庭内の問題（夫婦、親子、結婚、離婚など）、外国人の問題などでお困りのかたは、人権相談所あるいは坂出地区の人権擁護委員にお気軽にご相談ください。相談内容等の秘密は固く守られます。

また、いじめや虐待など子どもに関する相談・情報は、子どもの人権110番（☎087・821・6196 高松法務局人権擁護部）まで、夫や恋人からの暴力、職場におけるセクシャル・ハラスメントやストーカー行為等の女性に関する相談・情報は、女性の人権ホットライン（☎087・821・6181 高松法務局人権擁護部）まで、お気軽にお電話ください。

本市の人権相談所は毎月1回勤労福祉センター内で開設しています。

今月は12月16日（火）午前10時から午後3時までです。

本市の人権擁護委員

氏名	住所	電話番号
上原 泰博	福江町	46-8356
谷本 弘	川津町	45-0080
中西 政人	花町	45-6381
下浦 剛	王越町	42-0853
堺井 道夫	本町	46-5403
山下 圭子	本町	46-1580
田邊 留男	文京町	46-8637
松下利津子	林田町	47-0621

・人権相談常時開設（高松法務局丸亀支局）
（☎23・0228）

人権啓発街頭キャンペーンの実施

坂出市人権啓発推進会議では、広く市民に対して人権意識の普及と高揚を図ることを目的として、人権週間に合わせて街頭キャンペーンを実施します。

とき 12月6日（土）11時～12時

ところ JR坂出駅周辺

一人一人の かがやきをみつけて

小5年

かおりさん

東部小学校では、十月を人権月間として人権について、全校生で考えます。今年は、「友達を大切にしよう」というテーマで、学級の友達について考えていきました。月の初めの集会で児童会から「かがやきの木」という大きな紙が学級に配られました。そのかがやきの木に、友達のいいところを書いたまるいカードをはっていきます。たくさんのかげやきの実をならそうというめあてで二カ月間友達のをよさをみつけていくのです。

私はこの人権月間を通じて、友達とさらになかよくなり、きずなが深められたらいいなあと思って取り組みました。

私は、友達がすきです。友達といくと、心があたたかくなり、いやなことがあっても友達と遊んでいるうち

に元気が出て来ます。友達は、学校生活でなくてはならないとても大切なものです。私は、ただなかよしだけの友達でなく、心から信頼でき、困っている時に力になれる友達がほしいなあと思っています。そのためには自分自身努力したいと思います。

人権月間で取り組んでみて、友達のよさに目を向けることが人と人がつき合っていくためには、とても大切なことだし、友達をうけ入れようとする気持ちが相手にも伝わって、その関係がよくなる気がしました。はじめからこの人はいやな人だとかべを作ってしまうと、心と心はつながりません。少しでもいいところをみつけないと、いっしょに何かをしているうちに、その人も心を少し開いて見せてくれるようになり、その人の本当の姿がみえるようになるのでしょうか。

私のまわりには、たくさん友達がいます。一人ぼっちでいる時もやさしく声をかけてくれる人、運動や勉強でがんばっている人、どんな人にもわけへだてなく笑顔で接している人、人それぞれのかげやきをみつけると、私自身、元氣パワーが出てきました。

豊かに生きる

中3年

展裕さん

新聞を見ると、毎日のように報道されているイラク問題。平和の名の下に戦争を起こし兵隊はもちろん罪のない市民が多数その犠牲となっている。これが、人々が豊かで平和に暮らすための戦いなのか。疑問を抱かずにはいられない。ある報道番組の特集でとても辛い気持ちにさせられた。イラク戦争で米軍の誤爆によって傷つけられた五歳の少年。生き残ったのは外出中の父親とその少年だけ。父親が見舞う入院中の少年は両足が爆弾で飛ばされていた。

私たち附属坂出中学校の生徒会は、ここ数年間、世界のさまざまな苦しみにさらされている子供たちを支援するユニセフの活動に参加している。ともに

生きる同世代の人々と豊かで平和に暮らすことを願って。イラク戦争の現実、かつてユニセフのビデオ勉強会で見たサラエボの子供たちと同じであった。人権って何なのだろう。言葉だけのきれいな事なのだろうか。いや違う。人権とは、人が生まれながらにしてもっている「自由で平和に暮らす権利」である。僕たちは、この生きる権利に対して何を考え何をしなければいけないのだろうか。世界の人々が自由で平和に暮らすために。同じ地球で生きる同世代の子供たちとともに手を取り生きるために。僕たちができることをユニセフ活動を通して学び続けたい。

ユニセフ活動を通して得られるさまざまな思いは、間違いない僕たちの生活にいきづいていく。仲間同士助け合って生きること。人を傷つけることに敏感になること。学校生活にも様々な場面ですれががてはまる。軽い気持ちで発した言葉が相手の心を傷つける。友達に対するちよつとした心遣いの温かさ。仲間とともに豊かに生きる。僕は、このことを常に考え、豊かな人間として生きていこうと思う。

進めよう

住みよいまちづくり

障害者週間 12月3日～9日

「障害者週間」は、国際障害者デーであると同時に障害者基本法の公布日である12月3日から我が国の「障害者の日」である12月9日までの一週間を、障害者の自立と社会参加への意欲および国民の障害者問題に対する理解と認識をより一層高めるための運動を展開する期間としています。

障害の有無にかかわらず、地域で共に暮らす私たちにとって、互いに尊重し合い、助け合って生きていくことは住みよいまちづくりを進めていくための基本となります。この機会に、私たちみんなが障害者問題についての理解と認識を深め、それぞれの立場で協力し合うことが必要です。

日ごろ私たちが何気なく暮らしている日常生活の中で、障害者にとって必要なことは何か、また、どんな小さなことでもお手伝いできることはないか、一緒に考えてみましょう。

■詳しくは、市福祉事務所 障害福祉係

(☎44・5007)へ

平成16年 成人式のご案内

とき 平成16年1月12日(月)

午前10時～受付 午前11時～開式

ところ 坂出市民ホール

案内状は、12月中旬に新成人対象者(住民票が市内にあるかた)へ発送いたします。ただし、大学生など市外に住所のあるかたには案内状を送付いたしません。出席されるかたは、当日会場受付までお越しください。

■詳しくは、市社会教育課(☎44・5026)へ

受賞おめでとうございます

二〇一三年秋の叙勲・褒章受賞者および「第一回危険業務従事者叙勲」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。

秋の叙勲

第一回危険業務従事者叙勲

瑞宝中綬章



松原 直幹 氏
旭町二 70歳
元高松高裁判事

瑞宝単光章



梶野 義幸 氏
林田町 63歳
鳶梶組代表者

瑞宝単光章



坂下 侑 氏
旭町三 73歳
元市消防司令長

瑞宝双光章



多田 羅 鶴雄 氏
川津町 71歳
保護司

保健衛生功労



川崎 節子 氏
御供所町三 58歳
香川労災病院看護部長

専門工事業務功労



梶野 義幸 氏
林田町 63歳
鳶梶組代表者

海上保安功労



三宅 敬恒 氏
加茂町 65歳
元海上保安官

消防功労



坂下 侑 氏
旭町三 73歳
元市消防司令長

教育功労



玉井 一郎 氏
福江町一 70歳
元公立中学校校長

教育功労



橋本 正範 氏
富士見町一 70歳
元公立小学校校長

更生保護功労



多田 羅 鶴雄 氏
川津町 71歳
保護司

公衆衛生功績



今田 淳子 氏
八幡町一 65歳
社香川県栄養士会会長

藍綬褒章

秋の褒章

農林水産大臣感謝状

「統計の日」にちなんで中国四国農政局高松統計・情報センタ―において十月二十日、平成十五年度農林水産大臣感謝状の伝達式が行われ、本市からは次のかたに感謝状が贈られました。

海面漁業調査



荻野 博史 氏
瀬居町 47歳
海面漁業調査



平成十五年度教育功労者表彰

市教育委員会では、社会教育、社会体育ならびに学校教育等において、功績のあった教育功労者およびスポーツにおいて顕著な実績をあげた児童・生徒の表彰を行いました。表彰を受けられたのは次のかたがたです。(敬称略)

社会教育功労者(委員会表彰)

津山 昭寿町三 山田義範(与島)
吉川集吉(天富町) 大林俱子(笠指町)
福本佳奈(宇津町) 山田ヒサエ(九尾市)
元谷キミ子(元町) 宮田知子(白鷺町)
三島敦子(八幡町) 花田和也(青葉町)
森黒良治(府中町) 朝日奈晴美(八幡町)
川田勢津子(元町三) 松井照勝(林田町)
井上喜雄(西庄町) 荒木登志江(旭町三)
土井和子(川津町) 大島千鶴子(加茂町)
「坂出子どもの本を楽しむ会」
代表 金井紀子(青海町)

社会体育功労者(委員会表彰)

山本芳宏(青葉町) 横田 卓(京町三)
松浦玲子(天富町) 松田 實(府中町)
東山光徳(高屋町) 桑原伸貞(八幡町三)

社会体育功労者(教育長表彰)

中村祐基(川津町) 上原茉莉(府中町)
小林圭吾(室町三) 樫尾智子(府中町)

市内勤続教職員(委員会表彰)

尾崎 猛(松山小) 三野 勝(林田小)
原内和子(加茂小) 川崎晋吾(加茂小)
岡田澄江(川津小) 堺 綾子(白峰中)

教育功労者(委員会表彰)

岡野賢二(川津小) 樫尾由美子(樫石小)
三好京子(林田幼)

実績顕著な個人(教育長表彰)

賢二(三宅)

新年名刺交換会

申し込みは15日まで

日 時 平成16年1月5日(月) 正午～13時
会 場 坂出グランドホテル
費 2,000円 出席希望者は、12月15日(月)までに会費を添えて
商工会議所(☎46・2701)
市秘書課(☎44・5000)へ
直接お申し込みください。

平成16年度 保育所児の入所案内

平成16年4月から市内保育所への入所を希望されるお子さんの入所申し込みを受け付けます。

申 込 書

市内保育所または市福祉事務所児童母子福祉係(窓口4番)にあります。

受 付 日 時 と 場 所

■各保育所

12月15日(月)～12月19日(金) 午前9時～午後5時

■市役所玄関ホール

1月13日(火)～1月14日(水) 午前9時～午後5時30分

必 要 書 類

保護者の状況	提出書類
①給与所得のみのかた	平成15年分の源泉徴収票
②確定申告をされるかた	平成15年分の確定申告の控え(税務署受付印のあるもの)
③平成15年分の所得税が非課税のかた	平成15年度の住民税課税証明書(平成14年分の所得に対する住民税課税証明書)
④パート・内職等で働いているかた(所得資料がないかた)	雇用証明書
⑤その他	個々の事情に応じた証明書類を提出していただくことになります。

※ただし、申し込み時に添付できない場合は、平成16年3月15日までに提出してください。

募 集 保 育 所

区分	保育所名	募集 (人)	電話番号	特別保育実施状況			
				乳児保育	延長保育	一時保育	支援センター
私立保育所	坂出保育園	200	45-5528	●	●	●	
	坂出育愛館	150	46-5812	●	●	●	
	金花保育園	90	46-8747	●	●	●	●
	愛集苑保育所	30	45-2822	●	●		
	林田保育園	100	47-0709	●	●	●	
	みどり保育園	150	46-4363	●	●	●	●
公立保育所	府中保育所	90	48-0880				
	江尻保育所	90	46-4339				
	川津愛児園	90	46-1217				
	松山保育園	90	47-0584				
	西部保育所	30	46-5925				
	南部保育所	150	45-0140	●			
	加茂保育所	70	48-2801				

※特別保育のお申し込みは各保育所にて行います。これ以外にもすべての保育所で障害児の受け入れや児童相談等も実施しています。

入 所 資 格

市内に在住する小学校就学前の乳幼児で家庭での保育ができないかた。

〔私立保育所は生後8週間以上児
公立保育所は1歳以上児、ただし南部保育所のみ生後6カ月以上児〕

家庭での保育ができないとは

- ① 昼間労働することを常態としている場合
- ② 妊娠中であるか、または出産後間がない場合
- ③ 病気、もしくは負傷、または精神もしくは身体に障害がある場合
- ④ 同居の親族を常に介護している場合
- ⑤ 震災、風水害、火災など災害の復旧にあたっている場合
- ⑥ ①から⑤に類するような状態である場合

※なお、保護者が求職中の場合も申し込みできますが、おおむね3か月以内に雇用証明を提出していただきます。



特 別 保 育 事 業 内 容

乳児保育 保護者の就労等で家庭保育が困難な生後6週間以上の乳児をお預かりします。(私立保育所のみ)

延長保育 保護者の多様な勤務形態に対応するために、保育時間をおおむね午前7時から午後7時まで延長しています。(延長保育料別途必要)

一時保育 家庭での育児が困難になった場合に、保育所で一時的にお預かりします。(一時保育料別途必要)

地域子育て支援センター 保育所の入所児童に限らず、育児不安等についての相談指導や子育てサークル等への支援など地域の子育て家庭に対する育児支援を行っています。(無料)

■詳しくは

市福祉事務所児童母子福祉係

☎44・5007



坂 出 市 子 育 て ひ る ば

と き 12月18日(木)10時～12時
と ころ 坂出市民ふれあい会館(本町一丁目)

内 容 ■子育てミニフォーラム

※講演中は託児をいたします。

■クリスマス会

～サンタさんとうたって、おどろう!～

対 象 家庭で子育て中の親子
問 い 合 せ 坂出子育てふれあいセンター

(みどり保育園内 ☎46・4363/44・3930)

きんか子育てふれあい教室

(金花保育園内 ☎46・8747)

瀬戸大橋架橋15周年記念

光輝里 フェスティバル

2003 さかいで
夢TO希望TO輝

イルミネーション

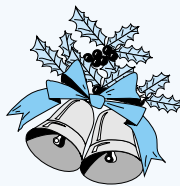
点灯期間 12月7日(日)～1月12日(祝)
17:00～22:00

シンボルツリーを中心に、市民・企業の力作が市民広場、駅前ハナミズキ広場を飾ります。

点灯式

12月7日(日) 17:00～18:30

- 市内高校生による点灯宣言
- ダンス、コーラス など



年越しカウントダウン

12月31日(水) 23:00～25:00

- カウントダウン大合唱
- 年越しうどん接待
- お年玉抽選会 など



駅前ハナミズキ広場、市民広場を中心に、「誇れる郷土」「愛する郷土」を合言葉に、市民・地域・企業・行政が一体となった『音と光のページェント』を繰り広げ、未来ある坂出をみんなでつくろうとの願いをこめ、冬のにぎわいを創ります。



クリスマスイベント

12月20日(土) 17:00～19:30

- 大型紙芝居 (市内子育てサークル)
- サンタ登場! プレゼントもあるよ!
- ゴスペルソング など



主催 光輝里フェスティバル実行委員会

■詳しくは、市都市計画課 (☎44・5017) へ

年末年始 市役所の利用業務 12/26～1/6

○1日業務 ×…休み

施設	月日	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6
本庁・各出張所		○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
婚姻・死亡届など		○	市役所本庁守衛室で受け付けます										
坂出駅前市民サービスセンター		○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	○	○
市営葬祭		○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○
市立病院		○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
水道局	給水装置工事・申し込み	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
	給水開始・廃止届	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
	修繕申し込み	水道修繕当番表 14P参照											
ごみ・し尿	燃えるごみの収集	○	×	×	○	○	×	×	×	×	×	○	○
	燃えないごみ・資源ごみの収集	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
	角山環境センター	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
	リサイクルプラザ	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
	坂出環境センター	○	×	×	○	×	×	×	×	×	×	○	○
	し尿のくみ取り	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○

※し尿の年内の受付は、12月16日(火)までです。以降は来年の収集になります。
 ※燃えるごみの角山環境センターへの持ち込みは、12月29日(月)は14時から16時、1月5日(月)・6日(火)は15時から17時までとなります。
 ※12月29日(月)のリサイクルプラザ・坂出環境センターへの持ち込みは、8時30分から12時と13時から16時までとなります。

施設	月日	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6
市民ホール		○	○	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×
時雨亭・翠松閣		○	○	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○
市民ふれあい会館		○	○	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○
大橋記念図書館		○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
市民美術館		○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
中央・各地区公民館		○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
勤労福祉センター		○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
郷土資料館		○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
塩業資料館		○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
万葉会館		○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
海の家		○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
産業展示館		○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	×	○
与島開発総合センター		○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	×	○
市立体育館・カヌー研修センター		○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
番の州球場・林田運動公園・トクヤマグラウンド		○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	○
市営テニスコート・市民川津体育館・市民武道場		○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	○
角山温水プール		○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○

市有地を分譲します

申し込みは

12月10日(水)まで

●分譲地位置図



市は、西大浜土地区画整理事業地区内の市有地を分譲します。

地 目／宅 地
都市計画区域／市街化区域
用 途 地 域／準工業地域
建 ぺ い 率／60％
容 積 率／200％

申し込み資格

- 市内外を問わず、法人もしくは個人
- 市税等を滞納していない者

申し込み方法・期間

○12月1日から12月10日までに、坂出合同庁舎4階（市役所西側）の都市計画課備え付けの申込書で。なお、申し込みが複数の場合は、公開抽選とします。

売買代金の納付

○契約締結時に売買代金の10%を納付し、残金は市が指定する日までに全額一括払いとします。

■詳しくは、市都市計画課
(☎44・5017) へ

●物件の所在および売り払い価格

物 件 の 所 在	面積(㎡)	単 価		売り払い価格(円)
		(円/㎡)	(千円/坪)	
坂出市西大浜北三丁目42番18	264.00	45,300	150	11,959,200

お気軽にご利用ください

中 讃 県 民 セ ン タ ー

○パスポートの申請と受け取りができます

- ・ 申 請 金曜日 午前10時～午後3時
- ・ 受け取り 翌週の金曜日（それまでに休日があれば延びます）以降の
午前8時30分～午後5時

○消費生活に関する相談、県民相談（県政全般）を受け付けます

- ・ 相談専用電話 ☎62・9600

○県税に関する業務をおこないます

- ・ 納税証明書や納付書の発行
- ・ 納税相談（第2・4木曜日 午前10時～午後4時）

○ボランティア・NPOに関する相談を受け付けます

- ・ 認証されたNPO法人の事業報告書等の閲覧と法人設立の申請にあたり提出された書類の縦覧（縦覧期間中）ができます

○その他

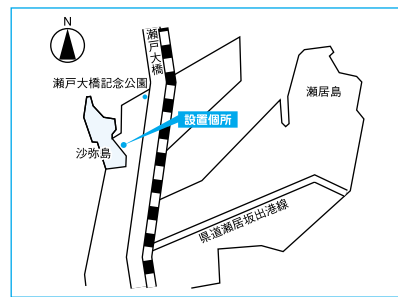
- ・ 個人情報開示請求の受付
- ・ 行政資料の閲覧・貸出
- ・ 広報物、各種申請書の配布
- ・ 記者発表資料の閲覧

■ 詳しくは、中讃県民センター（☎62・9610）
善通寺市生野本町1-1-12（仲多度合同庁舎内） へ

沙弥島に遊具を新設



平成15年度コミュニティ助成事業として宝くじの助成金により沙弥島にブランコ、滑り台などの遊具やパーゴラ、ベンチを設置しました。皆様のご利用をお待ちしています。
※コミュニティ助成事業とは、コミュニティ活動への助成を通じてコミュニティの健全な発展を推進しながら宝くじの普及広報を図るための事業であり、「財団法人 自治総合センター」より事業費の全額が補助されます。



■ 詳しくは、市都市計画課 公園緑地係
(☎44・5017) へ

の広場

楽しい生涯学習 140

西庄公民館 表装



私たちは公民館活動として月曜日と木曜日の午後、猪熊館長さんに教えてもらって表装を始めました。

床の間の前へ正座をし、両手をつけて掛け軸の拝見です。私自身で表装したものです。失敗も繰り返し、いろいろ苦心して館長さんのお世話になりながら、やっと出来上がったものです。自分ではこの上なしの出来栄えと思っています。友達同士で助け合いながら出来上がったうれしさはまた格別です。和やかに、にぎやかに、つつい時間ながくなってしまう。

西庄小学校の卒業生の習字を表装して、卒業式に飾るお手伝いもしました。飾られた掛け軸はすばらしかったです。表装はまだ奥が深くて難しいですが、生涯学習として続けていこうと思っています。

代表者 中村 笑美子

私たちの町をきれいに

私は、大切な坂出の町を少しでもきれいにしたいと思い、総合的な学習の時間に「クリーン・ザ・坂出」という活動をしています。

これまでに、駅や公園のクリーン作戦を実行しました。その後は、ポスターをはらせてもらい、町の美化を呼びかけています。さらに、拾ったゴミは分別して、ペットボトルや空き缶から、おもちゃや植木ばちのような、くらしに役立つリサイクル品を作りました。そして、それらを家の人に紹介して、リサイクルの大切

少年
育成センター
だより

No.380

小 6年
弘美さん

さについて考えてもらいました。四人で活動を始めたころは、拾っても拾ってもゴミがでてくるので、これに本当に坂出の町がきれいになるのか心配でした。でも少しずついっしょにやろうという人が増えていき、多くの人でクリーン作戦をして、ずいぶん町がきれいになったように思います。小さなことでも、続けていくうちに実を結ぶことがわかりました。

そして、活動の仕方について、グループ内で議論になったこともありましたが、それは、グループのみんなが一生けんめいに町のことを考えているからだと思ひ、うれしくなりました。

まだまだゴミが落ちてくるのを見かけますが、これからも、みんながゴミ捨てをしないように呼びかけたり、クリーン作戦をしたりして、私たちの町を少しでもきれいにしていきたいです。

みんなで ボランティア



朗読グループ 火曜会

張りのある滑舌訓練の音が響き渡ります。先般、香川県ボランティア大賞を受賞した火曜会の例会にお邪魔し、取材してきました。



昭和58年に16人ではじめ、現在会員は22人。毎月第2・4火曜日に朗読勉強会と「火曜会新聞」(生活に役立つ情報)・小説・「社協だより」のテープ吹き込みを行い、近隣の視覚障害者にこのテープを郵袋で送付している。「録音は個人宅で行うため雑音の少ない深夜に吹き込み、テープコピーも全て会員の自費製作など苦労話は絶えないが、視覚障害者との定期交流会、小中学校・施設等訪問などの交流をとし、ボランティアの輪が着実に広がっていくのを実感している。」と会長の徳田さん。とにかくメンバー全員前向きでバワフル!!「火曜会新聞」ご希望のかたは、社会福祉協議会にお問い合わせくださいとのことでした。また、会員も募集中とのこと。今後ますますのご活躍を期待しています。



交流会にて「二十四の瞳」を朗読



火曜会新聞

学園広場



附属坂出中学校 家庭科部



私たち家庭科部員は、土曜日に集まり、1年生、2年生、3年生で分かれてそれぞれ好きなお菓子などを作っています。最近作ったものでいえば、ティラミスやクッキーです。そしてそれをみんなで分けて食べます。とても楽しく笑顔のたえない部です。先輩だからと後輩だからとかはなくて、年齢をこえてみんな仲良しです。文化祭では、私たちの手作りのクッキーやべっこうあめ、ビーズのアクセサリを公開します。趣味を生かした部活なので、みんな長く続けることができます。お菓子の家など一つ大きな作品をみんなで作ります。これからもみんなががんばっていきます。

家庭科部 部長

樹里恵

みんな

スポーツサークル 38

坂出市剣道連盟少年部



剣道は「礼に始まり礼に終わる」と言う礼儀を重んじる日本古来の武道です。現在小学生35人、中学生19人、指導者9人で稽古に励んでおります。剣道の魅力は子供から高齢者まで楽しめる数少ない生涯スポーツであり、続けることにより礼儀作法が身につく、身体が丈夫になり、強い精神力が養え、相手を思いやる心が知らず知らずとそなわってきます。今の子供たちに身につけてほしいものが剣道とおして自然に修得できるのです。最近では、子供に剣道をさせたいと連れて来られたお母さんも美容と健康にと始める人もおり、親子で頑張ってる竹刀を握っております。興味のあるかたはどなたでも武道場に見学においでください。



場 所 市民武道場（消防署の西側）
曜 日 火・木・土 但し祝祭日は休み
時 間 19時～20時30分
連絡先 ☎46・3521 後藤宅

代表者 大林 義幸

歴史学習から学んだこと

人 権
だ よ り

No.397

小 6年
絢香さん

私は六年生になって、社会科で日本の歴史を学習し始めました。歴史には興味があり、社会科の授業は、とても楽しかったです。そして、学習が進んでいくうちに、おかしいと思うようなことに出会いました。

それは、室町時代に建てられた銀閣について学習した時のことです。銀閣の美しい庭園は、庭造りの名手といわれた「善阿弥」その子の「小四郎」そして孫の「又四郎」の三代によって完成されたそうです。「又四郎」という人は、庭造りに関する優れた技術をもっており、仏教に関する知識も深かったそうです。ところが、人々から身分の上で差別されていました。その理由は、当時の人々が、生死や自然の変化など人間の力のおよばないことが起こることをとてもおそれる気持ちをもっていたためです。これを「畏怖」というそうです。こんな気持ちがいつか「自分たちとちがう人」という気持ちに変わっていききました。ちがう人々を排除しようとする考えが、差別をうみだしたそうです。

今の私たちにも、同じようなことがあるかもしれません。外国の人、障害のある人に対して、無意識のうちに自分たちとは、ちがう人たちだと思っている気がします。こんな考えは、まちがっています。私は、仲間はずれなどをしてはいけません。心をもち人になりたいと思います。

文芸

こころの散歩道

川 柳

長老に歩け参れと朝の五時
生かされてどの諺も身にしみる
夕立が大橋跨ぐ虹が立つ
味しめた隣の猫がまたのぞく
爽やかな風呼びこんでお茶にする
かすみ草小さな花の自己主張
おなかの子も記念写真を撮る時代
監視カメラちょっとポーズをして通る
内緒だと言えばかえって耳がたつ
ハイヒール出して眺めて捨ててもせず

西庄町	西庄町	西庄町	林田町	西庄町	西庄町	西庄町	西庄町	大屋富町	西庄町
本条真子	本条公女	平井都	新居弘美	原村ゆき子	中村正子	中村笑美子	末澤真奈生	川西青蝶	川北サツエ

元気に二人三脚 (半世紀) 18

王越町
宮本

武さん(86歳)
一子さん(82歳)



結婚当時の思い出は？

武： 結婚してすぐ妻と幼い子を残して戦地に行ったのは、ほんとにつらかった。

50年を振り返って

武： 二人で船に乗って、必死で働きました。いろんな物を運びましたよ。

一子： 慣れない船に乗るのは大変やったけど、まだ小さな子を置いて海に出るのが、ものすごくつらうて親子で泣きました。

夫婦で元気な秘訣は？

二人： 船を降りてからは、のんびりと畑仕事などしながら過ごしています。孫やひ孫が顔を見せてくれると元気になるね。

今の楽しみは？

武： カラオケが好きでよく家で歌ったりします。老人会などで温泉に行って夫婦で歌うとまた楽しいねえ。

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。

市秘書課広報広聴係 ☎44・5000へ



知って得する国民年金

国民年金保険料が支払えない場合は…

そんな時は保険料の免除申請を！
そんなに遅う、免除と未納



	全額免除	半額免除	未 納
受給資格期間の	対象になる	対象になる	対象にならない
老齢基礎年金額の計算には	1/3	2/3	対象にならない
障害基礎年金・遺族基礎年金を受けるときの納付要件の	対象になる	対象になる	対象にならない

※ただし、免除を受けるには一定の所得制限があります。
また、免除を受けた期間の保険料は、10年以内なら後から納付しても老齢基礎年金を満額に近づけることができます。

12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・収納相談を行います。

と き 12月19日(金)・22日(月)午前10時～午後3時30分
ところ 市役所玄関ホール

シリーズ 介護保険 Q & A

63



Q 坂出市は、県内の中でも介護保険料が高いということを聞きましたが、県の中でどの程度の順位ですか。また、介護保険料が高くなるのはなぜですか。

A 本市の第2期介護保険事業における第1号被保険者の介護保険料基準額は、平成15年度から平成17年度までの3年間については年額45,400円となっており、第1期介護保険事業と比較して5,900円のアップで、坂出市は香川県内で5番目に介護保険料が高い自治体となっています。介護保険料が高い理由としては、

① 認定率が高い

65歳以上の高齢者のうち、要介護の申請をし、認定を受けてサービスを利用する人が多いほど、介護保険給付額は高くなります。平成15年4月現在、香川県の平均認定率が14.9%に対し、坂出市の認定率は20.3%と非常に高くなっています。

② 施設サービス利用者が多い

坂出市平均で利用者一人当たりのサービス費用は、在宅サービスで約8万円、施設サービスで約30万円となっており、施設を利用する人の割合が高ければ、それだけ介護保険給付額は高くなります。坂出市における施設利用者の人数は、全体の約2割ですが、介護保険給付額全体に占める施設費用の割合は約5割にもなっています。

以上のことから、大勢の人がサービスを利用して介護保険給付額が増えれば増えるほど介護保険料が高くなります。

介護が必要な状態になっても、適切な介護サービスを利用しながらできる限り在宅で自立した日常生活を送れるようにすることが介護保険の目的ですので適切にサービスを利用しましょう。



～ QUIZ 21 ～

年の瀬です。なにかと外で食事したり飲んだりすることの多い時期ですが今回は忘年会に関する英会話です。答えはこのページの下にあります。

A : We are going to have a year-end party next Monday after work. Please join us.
ウィー アー ゴーイントゥ ハヴ アイヤーエンド パーティ ネクスト マンデイ アフターワーク プリーズ ジョイナス
(来週の月曜日、仕事の後で忘年会をする予定です。ぜひ参加して下さい。)

B : Oh, I can't miss that. I'll join. Thanks for [] me.
オウ アイキャント ミス ザット アイルジョイン サンクス フォー ミー
(それは逃せませんね。行きますよ。誘ってくれてありがとうございます。)

忘年会は年末のパーティと解してyear-end party と表現できます。
join usはよく知られた表現ですね。missは逃すという意味で使います。
もし誘いを断る場合も、誘ってくれたことを感謝してひとこと付け加えましょう。
forは前置詞なので [] には動名詞が入ります。それではよいお年を！

手話で話そう

93

都道府県名の手話表現 その2

都道府県の手話表現は、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。

愛媛



<香り>

「媛」には「姫・女性」の意味があることから女性を愛する意味。

高知



<高い> + <知る>

岡山



すばめた両手を交差させて開く
い草の織り方から作られた

シリーズ さがいで今昔 38

笠山より聖通寺山を望む



(昭和28年) 多田羅 孝さん(文京町一)より寄贈



(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。

市秘書課広報広聴係 ☎44・5000へ



花と緑のオータムフェア

10月23日JR坂出駅前市民広場にて開催。恒例の季節の花が当たる抽選会では、開始一人目、いきなり一等賞を引き当てた強運のかたがいました。おめでとうございます。



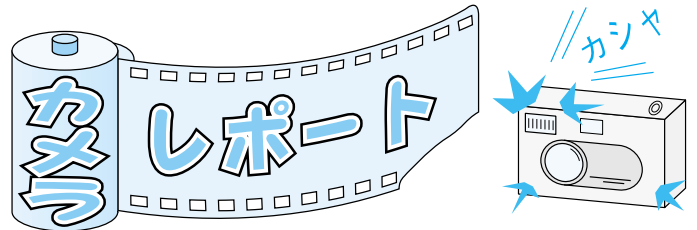
第28回老人クラブスポーツ大会

10月25日市内12校区から550人が集い、校区対抗でスポーツに汗を流しました。今年の結果は、最優秀校区が東部校区、優秀校区は与島・加茂校区でした。



第5回水のフェスティバルin府中湖

10月25・26日、秋の府中湖を舞台に第5回ドラゴンカヌー大会をはじめ、ウォーク、ドラゴンカヌー体験会など多彩なイベントが開催されました。すっかり定着したドラゴンカヌー大会には、全国から1000人の選手が参加し、2日間で17000人もの人出がありました。



シルバー人材センター清掃活動

10月18日早朝からシルバー人材派遣センターの除草班による清掃活動が行われました。坂出駅周辺から商工会議所前までを参加者21人がていねいに清掃。ありがとうございました。



▲瀬戸大橋を眺望 絶好のロケーションで



▲韓国から招待選手も参加



スポーツスルスル!!



スポーツスルスル!!

生涯スポーツの祭典

スポレク香川2003in坂出

11月1日から4日までの4日間、香川県では全国から16000人の選手監督を迎え、スポレク香川2003が盛大に開催されました。坂出市では、年齢別バドミントン大会が市立体育館、ターゲットバードゴルフが瀬戸大橋記念公園で開催され、それぞれでの会場で熱戦が繰り広げられ、すてきな笑顔に出会えました。



うどんツルツル!

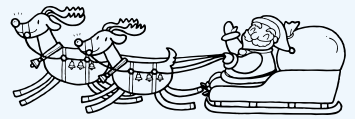


うどんのお接待!



満足満腹!

情報



Information

スポーツ

第7回さわやかランニングデー

日時 12月14日(日)
午前9時～ 雨天中止
会場 鎌田池公園
内容 ウォーキング・ジョギング
長距離記録会
申込・問合先 市体育課
(☎44・5025)

坂出市民卓球大会

日時 16年1月12日(祝)
午前9時～
会場 市立体育館
資格 市内在住者・市内勤務者
市内在学者・市近隣者
種目 一般の部 団体および男女
シングルス
中学生の部 団体男女および男女
シングルス
参加料 び男女シングルス

	団体	個人
一般	2000円	4000円
高校	1500円	3000円
中学	1000円	2000円

申込 卓球連盟事務局 大田
(☎45・9313)
申込締切 12月22日(月)

トレーニング教室

日時 16年1月8日～3月11日
(毎週木曜日) 午後7時～9時
会場 丸亀競技場
対象 一般(18歳以上、高校生を除く)
定員 30人
参加料 2、530円(保険500円含む)
申込 12月8日～ 先着順
(9時～20時)
参加料を添えて直接事務局へ
丸亀競技場
(☎21・5800)

募集

第10回天狗マラソン大会

天狗村自由市場の出展募集
日時 2月8日(日)
会場 林田運動公園
申込締切 12月26日(金)
申込・問合先 市商工観光課
(☎44・5015)

一日園芸教室

日時 12月19日(金)
午前9時30分～12時
会場 中央公民館
定員 20人(先着順)
参加料 材料費実費
内容 正月用「寄せ植え盆栽」
申込 12月2日(火)～
中央公民館(☎46・2422)

北風小僧と遊ぼう 冬の五色台へ

元気ながわつ子集まれ!
日時 1回目12月26日～27日
2回目16年1月6日～7日
場所 休暇村讃岐五色台
内容 クラフト体験やゲーム大会など
泊2日のプログラムを通して
お互いの親交を深めるイベント
対象 小学1～6年生

募集人員 各50人

参加料 1人10,000円 1泊3食付
申込・問合先 休暇村讃岐五色台
(☎47・0231)

自衛隊生徒採用試験案内

受験資格 中学卒業(卒業予定者)
15歳以上17歳未満の男子
受付期間 受付中～16年1月6日(火)まで
試験日 16年1月10日(土)
問合先 自衛隊丸亀募集事務所
(☎23・6420)

放送大学大学生募集

(第1学期 4月入学)
放送大学はテレビとラジオで授業を行う大学です。また、学習センターでも視聴テープの貸し出しができます。1科目からでも受講でき、マイペースで自宅学習ができます。
募集期間 12月15日(月)～
平成16年2月29日(日)
資料請求・問合先 放送大学香川
学習センター
(☎087・837・9877)
ホームページ <http://www.u-air.ac.jp/hp>

ジルベルコール香川

(混声合唱団) 団員募集
毎週土曜日午後、中央公民館で練習しています。歌の好きなかたならどなたでも歓迎します。特に60歳以上の男性を求めています。
一緒に楽しく歌いませんか?
問合先 戸松(☎49・6940)

催し

源氏物語講座
日時 12月14日(日)午前10時～



LIBRARY

大橋記念図書館

新刊案内



おはなしのおもちゃ箱②
赤木かんこ 編著



明治ちぎれ雲
平山 壽三郎 著



シカゴより好きな町
リチャード・バック 著

あなたの「個人情報」が盗まれる
櫻井よしこ 著

まひるの月を追いかけて
恩田 陸 著

徳川四天王 上下 南原 幹雄 著

カワムツの朝、テナガエビの夜
野田 知佑 著

女となり
乃南 アサ 著

移動図書館

とき	場所
2日	瀬居・西庄
9日	沙弥・西庄
16日	島しよ部
3日	加茂・府中
10日	瀬居・林田
17日	府中・加茂
24日	瀬居・松山
4日	川津・府中
11日	林田・王越
18日	川津・府中
25日	松山・王越
26日	沙弥・江尻

図書館行事

紙芝居の会	13日(土)14時～
子ども映画の会	27日(土)14時～



Municipal Hall

坂出市民ホール

☎45・1505

～休館日～
毎週火曜日

日曜	行事名
7日	坂出市民芸術祭 日舞公演
11日	坂出高校 映画鑑賞会
12日	坂出一高 映画教室
日曜	行事名
14日	坂出演劇フェスティバル2003
21日	ピアノ発表会
23日	ピアノ発表会

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 12月14日(日)午前9時～

会場 勤労福祉センター

坂出演劇フェスティバル2003

日時 12月14日(日)午後1時開演

会場 市民ホール

内容 坂出高校演劇部、飯山高校演劇同好会、子育てねっとさかいでWILDたんぽぽ、テアトル・ローマが演劇を上演。

入場料 無料

問合せ先 坂出演劇フェスティバル2003実行委員会事務局
(☎090・1575・5021)

平成15年度チャリティバザー開催

日時 12月7日(日)
午前10時～午後2時

会場 福祉会館等

内容 物品・食べ物コーナー等

駐車場 西部小学校運動場

問合せ先 坂出市社会福祉協議会
(☎46・5078)

商業教育フェア「セキレ」

今年のテーマ
「猛虎のごとく 景気をまき起こせ！」
「輝け はばたけ 坂商セキレ」

坂商生が仕入れから販売、経理までをデパート方式で実践

日時 12月13日(土)・14日(日)
午前9時30分～午後3時

会場 坂出商業高等学校

内容 セキレ五十貨店（日用品、食品等の販売とバザー）・チャリティバザー・各文化館展示・吹奏楽部演奏（14日）・保育園児の演奏（13日・14日）・保幼小中学生の作品展示・献血など

介護料支給のご案内

自動車事故が原因で、脳、脊髄または胸部腹部臓器を損傷、重度の後遺障害をもつため、移動、食事、排泄など日常生活動作について常時または随時の介護が必要な状態にあるかたに介護料を支給しています。支給対象となる後遺障害等級は次のとおりです。

- 常時介護**
自賠責認定等級
「第1級1号」または「第1級2号」
旧自賠責認定等級
「第1級3号」または「第1級4号」
- 随時介護**
自賠責認定等級
「第2級1号」または「第2級2号」
旧自賠責認定等級
「第2級3号」または「第2級4号」

金額 月額 29,290円～136,880円

※介護保険法等による給付を受けたときは対象外になります。

■**問合せ先** 独立行政法人自動車事故対策機構高松主管支所業務課 (☎087・851・6963)

たかひさ和紙人形展

日時 12月12日(金)～15日(月)
午前10時～午後5時
12日は午前11時～
15日は午後4時まで

会場 オアシス元町

折り紙で、えと（さる）無料で教えます。

角山温水プール開館記念 無料開放のお知らせ

日時 12月7日(日)午後1時～8時

会場 角山運動公園温水プール

※必ず水泳帽子を着用
小学3年生以下の子どもさんは大人（水着・水泳帽子着用）が同伴

問合せ先 角山運動公園温水プール
(☎49・4770)

「まずは、チェック 働くルールの最低賃金」

香川県最低賃金が10月1日から改定されました。

時間額 619円

問合せ先 香川労働局労働基準部賃金室
(☎087・831・7283)

今月の納税

市 県 民 税	国民健康保険税	介護保険料
4期	6期	6期

・納期限は1月5日です。
・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。

市民ギャラリー かもめ

☎44・5057
OPEN 7:30～19:00

◆**写真・パネル展**
12月9日(火)～12月16日(火)

◆**人権展**
12月3日(水)～12月8日(月)

27	26	25	23	21	20	14	13	7	6	日
土	金	木	火	日	土	日	土	日	土	曜
第8回四国高校強化バドミントン練習会		第40回香川県中学校新人体育大会バドミントン競技		第32回全国高校選抜バドミントン大会四国地区予選		第8回吉田杯ジュニアバレーボール大会	坂出市中学校新人体育大会 卓球競技	坂出市中学校新人体育大会 バレーボール競技	第33回坂出市協会長杯争奪バドミントン大会	第24回県下小学生(6年生)バレーボール優勝大会ブロック予選

市立体育館

GYMNASIUM

☎45-6670

～休館日～
毎週月曜日

第41回 坂出市美術展覧会

Art Museum

市民美術館

☎45-7110
OPEN 9:00～17:00
(入館は16:30)

坂出市文化協会主催で坂出にお住まいのかた、または市内に勤務されているかたがたが余暇を利用して制作した絵画、書、彫刻、写真等約170点の力作を展示。ぜひご鑑賞ください。

会 期 12月6日(土)～12月14日(日) 月曜日休館

入館料 無料

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) ※事前に一般相談を受けてください。	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)

中小企業年末緊急融資 年末資金は市の融資制度で！

資金使途 運転資金
限度額 200万円以内
融資期間 12か月
保証人 県内に1年以上居住し、市町村税を完納し、返済能力があるかたで2人
申し込み 12月1日(月)～16日(火)
貸付利率 1.8パーセント

☎ご相談は市商工観光課(☎44・5015)へ

水道当番店 12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	鈴木設備 46-2021	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	キ ト ロ 4 2 0 1 2 6
6～10日	中山住設 46-4427	高倉工業 46-3057	津川水道 46-3317	ナカトミ 47-0729	荒井ポンプ 48-0241	
11～15日	山田管工 46-1894	四電工 46-5673	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	山田水道 46-3794	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	多田羅水道 46-3053	旭電機水道 46-2898	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	
26～28日	山田管工 46-1894	藤沢住設 46-2192	高橋産業 46-4984	ナカトミ 47-0729	荒井ポンプ 48-0241	

年末年始の水道当番店

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
12月29日	中山住設 46-4427	ナニワヤ 46-5656	森崎工業 46-1371	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	キ ト ロ 4 2 0 1 2 6
12月30日	中山住設 46-4427	田中水道 46-2807	中條電機 46-4261	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	
12月31日	山田管工 46-1894	中川設備 46-2901	旭電機水道 46-2898	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	
1月 1日	山田管工 46-1894	長尾環境設備 46-3863	高橋産業 46-4984	十河電機 47-0328	昇栄水道 48-0358	
1月 2日	小林水道 46-5977	高倉工業 46-3057	松岡水道 46-4602	ナカトミ 47-0729	荒井ポンプ 48-0241	
1月 3日	小林水道 46-5977	四電工 46-5673	鈴木設備 46-2021	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
さつまいも 川柳誌 新聞 新聞 鉢植え花 獅子舞 5,000円・獅子舞 10,000円 月刊誌 鼓笛・和太鼓演奏・花束・さつまいも 理髪奉仕	金山地区社会福祉協議会 案山子川柳社 日清製粉(株)坂出工場 毎日新聞坂出販売所 瀬戸内セレモホール 原獅子舞保存会 横津獅子保存会 江尻太鼓台 JA西庄支店女性部 金花保育園 川滝富美代	江尻町 府中町 入船町一 室町三 室町三 西庄町 横津町三 江尻町 西庄町 西庄町 瀬居町

社会福祉事業推進のため (敬称略)

品 名	寄 付 者	住 所
15,000円	小山 順子	元町一

以上のかたがたから心温まるご寄付がありました。

10月1日～10月31日

おくやみ

(遺族の希望により掲載しています)

■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15.8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15.7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14.6月生まれ
2歳相談	11日(木) 9:30～11:30	平13.12月生まれ
3歳健康診査	25日(木) 13:00～15:00	平12.5月生まれ
こども相談(要予約)	10日(水) 13:00～15:00	子育てに不安のある人
パパママ学級	17・24日(水) 13:30～15:00	妊婦さんおよび家族

■予防接種 個別接種

三種混合 ジフテリア・百日せき・破傷風	日本脳炎	麻しん(はしか)	風しん
---------------------------------------	------	----------	-----

平15・8月生まれ 平12・11月生まれ 平14・11月生まれ 平14・11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。

■がん検診(二次)申込のお知らせ

ところ 地域保健センター ☎45・7437

	胃がん	子宮がん	乳がん
日 時	1月19日(月) 1月20日(火) 8:30～10:30	1月14日(水) 1月26日(月) 13:00～14:30	1月16日(金) 1月21日(水) 13:30～15:00
対 象	40歳以上の人	30歳以上の人	30歳以上の人
自 己 負担額	40～69歳 1,300円 70歳以上 500円	30～69歳 1,000円 70歳以上 500円	30～69歳 300円 70歳以上 無料

※1月のがん検診は従来の回覧による申し込みから電話による申し込みに変更しました

申 込 先 ☎44・5006 保健課健康係

申 込 期 間 12月1日(月)～12月12日(金)

なお、申し込みのあったかたには後日案内・問診票、注意事項等を個人通知いたします。

■母子講演会 ところ 勤労福祉センター ☎46・2463

と き	内 容	講 師
4日(木) 14:00～15:30	さわやかな子育て ～幼児虐待から学ぶこと～	心療内科医師 井原彰一先生

■健康教室 ところ 市立病院2F講堂 ☎46・5131

と き	内 容	講 師
10日(水) 14:00～15:00	糖尿病教室 『外食のコツ』	糖尿病内科医長 大工原裕之先生
11日(木) 14:00～15:00	肝臓癌について	消化器内科医長 森田 翼先生
24日(水) 14:00～15:00	検査の必要性	臨床検査技師 川上 智子

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 ダンベル体操	運動指導士 森 明美
11日(木) 14:00～15:30	講話 もっとよく知ろう高血圧	医師 松本康彦先生
16日(火) 14:00～15:30	実技 タオル体操	運動指導士 渡里 美佳

■休日当番院

	内 容	町 名	電話番号
7 (日)	内 小 つぎぎ内科クリニック 外 宇多津浜クリニック	林田町 宇多津町	47・0130 56・7007
14 (日)	外 まえだ整形外科外科医院	室町三	46・5056
21 (日)	内・小・外 回生病院	室町三	46・1011
23 (火)	内・小・外 坂出市立病院	文京町一	46・5131
28 (日)	内 国重医院 小 宇多津クリニック 外 前田外科医院	元町四 宇多津町 江尻町	46・5501 56・7777 46・5955
	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

かぜ・インフルエンザのウイルスをよせつけないポイント

- こまめに手洗いとうがいをする ○マスクをする
- かぜの流行時にはなるべく人ごみに行かない
- 部屋の保温と加湿に留意し、換気も1時間に1回程度行う

編 集 後 記

今年も後少しとなりました。みなさんにとってこの1年はどんな年だったのでしょうか。私的には締め切りに追われる毎日だったような気がします。この仕事ならではの貴重な経験も…。今回の「さかいで今昔」は「笠山から聖通寺山を望む」というもの。小さい山なのですぐに撮影は終わると思っていたのですが…いざ登りだすと道なき道の連続。息絶えだえで登ること30分。やっとの思いで頂上？にたどり着き、撮影を終えて山を降りようとする、今度は道がわからず。ほとんど遭難状態で登り口とは45度ずれた場所に到着。何事も十分な準備が必要ということを思い知らされました。

この時期、坂出のおいしくてもヘルシーなみかんを食べない手はありませんね。

摂取できるビタミンCはほぼ同じになるのです。

みかんの酸っぱさのもと「クエン酸」には疲労回復効果があり、黄色の「βカロチン」にはがん予防効果が証明され、食物繊維の「ペクチン」には便秘解消効果もあります。

1個を果汁にした場合とみかん1個をそのまま食べた時で、加熱したり、水洗いしたり、皮をむいたり切ったりして空気に触れただけでどんどん壊れてしまします。

実はみかんのビタミンCはレモンなど他の果物と比べて特別多いわけではありません。しかし、みかんなら水洗いや加熱の必要がなく、皮や袋が実をしかり守っていて、ビタミンCの損失がほとんどありません。レモン1個を果汁にした場合とみかん1個をそのまま食べた時で、

(坂出市立病院糖尿病内科医長)

大工原 裕之



みかんの栄養

「ビタミンC」があげられます。ビタミンCは体のタンパク質の30%を占めるコラーゲンの合成に不可欠で、丈夫な血管や筋肉、皮膚、粘膜、骨を形づくります。不足すると歯ぐきから出血しやすくなったり、肌のはりがなくなったりします。また、免疫力を高めてカゼなど感染症にかかりにくくなるばかりか、回復も早めます。そして

★わが家のアイドル★

けんかせずに
仲良く大きくなつてね

悠花ちゃん()
はるか
未悠ちゃん
みゆ H...生

すくすく元気
に育つてね

彩也香ちゃん()
さやか H...生

わが家のかわいい王子様
すくすく大きくなあれ!

朋樹ちゃん()
ともき H...生

わんぱく朋樹
みんなに愛され大きくなあれ

友貴ちゃん()
ともき H...生

かわいすぎる京花ちゃん
美人だね

京花ちゃん()
きょうか H...生

それゆけ
ゆりぱんまん
元気に育て!

結梨ちゃん()
ゆりん H...生

★ぼくたちわたしたちの作品★



(ひこうきによって
しごとにいっているよ)

保 5歳児
玲雄ちゃん
れお



(竹馬大好き)

幼 5歳児
和巳ちゃん
かずみ



(うどんうかい)

幼 5歳児
早紀ちゃん
さき



遊ぶ食ふあいる 117

シャキシャキレタスのお好み焼き

「1人分の栄養量」

エネルギー	394kcal	たん白質	14.4g
脂質	21.7g	カルシウム	112mg
塩分	1.4g		

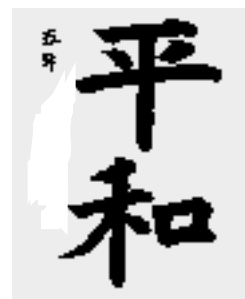
(材料) 4人分

お好み焼きの粉 120g
卵 1個
牛乳 1カップ
レタス 1玉
豚肉 150g
サラダ油 適量
A(かつおぶし・青のり・紅しょうが・お好み焼きソース・マヨネーズ) 各適量

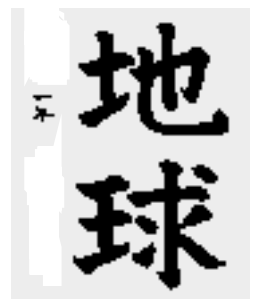
(作り方)

- ①お好み焼き粉に割りほぐした卵、牛乳を入れて混ぜる。
 - ②レタスは一口大に切る。
 - ③豚肉は焼いて出しておく。
 - ④①に②③を混ぜ込む。
 - ⑤フライパンに油を熱し、④を入れ両面焼く。
 - ⑥Aをいろいろよくのせ、四つに切り、皿に盛る。
- 好みでマヨネーズをのせる。

坂出市食生活改善推進協議会



小 5年
れいか
怜華さん



中 1年
みき
美喜さん

市の動き

11月1日現在
()は前月比

市制施行 昭和17年(1942)
市の面積 92.45km²
市の木 珊瑚樹
市の花・草花 桜・コスモス



人口57,794人(-57)
男27,521人(-32)
女30,273人(-25)



世帯数 21,122世帯(-15)



出生 38人
(0)



死亡 49人
(-1)



転入 130人
(5)



転出 176人
(9)



交通事故 79件
(死者0人)



救急 251件



火災 1件