

70th
2024
ANNIVERSARY
MIKI TOWN
三木町制施行70周年

広報

みき

7

JUL.2024
No.685



全力エール!

(関連記事 11ページ)

定額減税補足給付金（調整給付金）について

賃金上昇が物価高に追いついていない国民の負担緩和を目的とした国の経済対策として、令和6年分の所得税および令和6年度分の個人住民税において定額減税が実施されます。

この中で、定額減税額が所得税または個人住民税所得割額を上回る（減税しきれない）と見込まれる人については、その差額を調整のうえ、定額減税補足給付金（調整給付金）を給付します。

なお、所得税については、町民の皆さまにいち早く給付金をお届けする観点から、令和5年分の所得および控除の状況に基づき、給付額が算定されます。このため、令和6年分の所得税額が確定した後に、当初の給付額に不足があることが判明した場合は、令和7年度に追加で給付を行います。

●給付対象者

定額減税の対象者で、定額減税可能額が「令和6年分（定額減税前）推計所得税額」または「令和6年度分（定額減税前）個人住民税所得割額」を上回る（減税しきれない）人

※令和6年分推計所得税額とは、給付時点で令和6年分所得税額が確定していないため、令和5年分所得税額を推計値として使用するものです。

※非課税の人、均等割・森林環境税のみ課税される人、納税義務者本人の合計所得金額が1,805万円を超える人は、給付の対象外となります。

※個人住民税の定額減税については、広報みき6月号の2ページをご覧ください。

※所得税の定額減税については、右記の国税庁特設サイトをご覧ください。



国税庁

●定額減税可能額

・所得税分 = 3万円 × 減税対象人数

・個人住民税分 = 1万円 × 減税対象人数

※減税対象人数とは、納税義務者本人 + 控除対象配偶者 + 扶養親族（16歳未満を含む。）の数です。なお、国外居住者は除きます。

●給付金の計算方法

定額減税可能額が「令和6年分（定額減税前）推計所得税額」または「令和6年度分（定額減税前）個人住民税所得割額」を上回る場合、上回る額の1万円未満を切り上げて算出した額を給付します。

控除不足額（所得税分）の算出方法

定額減税可能額（所得税分）

※3万円 × 減税対象人数

－

令和6年分（定額減税前）推計所得税額

※令和5年分所得税額（実績）

=

①控除不足額（所得税分）

※0円を下回る場合は0円

控除不足額（個人住民税分）の算出方法

定額減税可能額（個人住民税分）

※1万円 × 減税対象人数

－

令和6年度分（定額減税前）個人住民税所得割額

=

②控除不足額（個人住民税分）

※0円を下回る場合は0円

調整給付金の算出方法

①控除不足額（所得税分）

+

②控除不足額（個人住民税分）

=

③調整給付金

（1万円未満を切り上げて算出）

●給付金の計算例

（条件）

納税義務者本人が妻と子ども1人を扶養しており、納税義務者本人の令和6年分（定額減税前）推計所得税額が75,000円、令和6年度（定額減税前）個人住民税所得割額が26,000円の場合

（計算式）

①控除不足額（所得税分）= 定額減税可能額（所得税分）－ 令和6年分（定額減税前）推計所得税額
= 90,000円 - 75,000円 = 15,000円

②控除不足額（個人住民税分）= 定額減税可能額（個人住民税分）－ 令和6年度（定額減税前）個人住民税所得割額
= 30,000円 - 26,000円 = 4,000円

③調整給付金 = ①控除不足額（所得税分）+ ②控除不足額（個人住民税分）= 15,000円 + 4,000円 = 19,000円
→ 給付額20,000円 ※1万円未満を切り上げ

●申請方法 ※提出された書類に不備や不足がある場合は、給付が遅れます。

・プッシュ方式による申請

（対象者）公金受取口座の登録をしている人 ※預貯金口座の情報をマイナンバーとともに事前に国（デジタル庁）に登録している人
→ 8月中旬ごろに、「調整給付金 支給決定通知書」を送付します。

あらかじめ給付金額や口座情報等の必要事項を記載していますが、振込口座に変更がない場合は、返送等の手続は不要です。振込口座を変更する場合や本給付金を辞退する場合のみ、支給決定通知書に記載の期限までに調整給付金問い合わせ窓口（☎891-3329）にご連絡ください。

・確認書方式による申請

（対象者①）公金受取口座が未登録の人のうち、町に過去の給付金事業等で使用した口座情報の登録がある人
→ 8月中旬ごろに「調整給付金 支給確認書」を送付します。

あらかじめ給付金額や口座情報等の必要事項を記載していますが、振込口座に変更がない場合も、必要事項を記入し、申請期限（10月31日（木））までに返送してください。振込口座を変更する場合は、変更後の振込口座等の必要事項を記入し、本人確認書類と口座情報の分かる書類を添付して、申請期限（10月31日（木））までに返送してください。

(対象者②) 公金受取口座が未登録の人のうち、町に過去の給付金事業等で使用した口座情報の登録がない人
→8月中旬ごろに、「調整給付金 支給確認書」を送付します。

振込口座等の必要事項を記入し、本人確認書類と口座情報の分かる書類を添付して、申請期限(10月31日(木))までに返送してください。

●給付開始時期

9月上旬ごろをめどに順次、支給予定

●不足額給付

今回の給付金の算定にあたっては、「令和6年分推計所得税額」を活用しており、実績による算定ではないことを踏まえ、令和6年分所得税額および定額減税の実績額等が確定した後に、調整給付額に不足が生じる場合には、令和7年度に追加で不足分の給付を行う予定です。

(不足額給付が生じる例)

- ・令和6年中に子どもが誕生するなど、扶養親族が増える場合
- ・退職等により、令和6年分の所得税額が推計所得税額を大きく下回る場合

●問い合わせ窓口

6月17日(月)から役場1階102会議室で「調整給付金問い合わせ窓口」を開設していますので、ご不明な点についてはお問い合わせください。
「調整給付金問い合わせ窓口」 ☎ 891-3329 受付時間 8:30～17:15(土日祝を除く。)

●その他

給付金を装った不審な訪問や電話にご注意ください。国や県、市町村などが、下記のことを行うことは絶対にありません。

- ・現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること。・給付にあたり、手数料の振込みを求めること。
- ・メールを送り、URLをクリックして申請手続を求めること。

また、本給付金は非課税収入に該当し、差押禁止等の対象となります。
日程等の詳細については、決定次第、町ウェブサイトにてお知らせします。

問い合わせ先 税務課(住民税係) ☎891-3305(内線1414, 1419) 調整給付金問い合わせ窓口 ☎891-3329

国民健康保険被保険者証の更新について

現在、お使いの国民健康保険被保険者証(以下「保険証」という。)の有効期限は、令和6年7月31日(水)までとなっています。新しい保険証(藍色)は7月中旬から被保険者の全世帯に特定記録にて郵送します。古い保険証(茶色)は、8月1日以降、住民健康課(④番窓口)までお返しいただくか、ご自身で破棄をお願いします。転入・転出・転居の届出をせずに住所を変更している場合、新しい保険証が届かなくなります。住民健康課(⑦番窓口)で早急に住民票の異動手続きをしてください。なお、職場の健康保険に加入している場合は、④番窓口で国民健康保険(以下「国保」という。)の資格喪失の手続きをしてください。(手続きをしないと資格が残ったままになってしまいます。)

●令和6年度中に70歳・75歳の誕生日を迎える人の保険証の有効期限について

国の法改正により、令和6年12月2日(月)から現行の保険証の発行が廃止され、マイナ保険証(健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード)を基本とする仕組みへの移行に伴い、本年度中に70歳・75歳の誕生日を迎える人については、誕生日によって有効期限や有効期限以降の対応が異なります。

70歳の誕生日を迎える人

保険証兼高齢受給者証に変わるため、誕生月の末日(1日生まれの人は前月末日)までの有効期限となります。有効期限以降に使える保険証兼高齢受給者証の発行有無と有効期限以降の対応については、下記をご参照ください。

70歳の誕生日	保険証発行	有効期限以降の対応
8月1日～12月1日	あり	有効期限が令和7年7月31日までの保険証兼高齢受給者証を送付します。
12月2日以降	なし	マイナ保険証の保有状況により、「資格情報のお知らせ」もしくは「資格確認書」を送付します。

75歳の誕生日を迎える人

後期高齢者医療制度に変わるため、誕生日の前日までの有効期限となります。有効期限以降に使える後期高齢者医療の保険証については、住民健康課(④番窓口)もしくは香川県後期高齢者医療広域連合(☎811-1866)にお問い合わせください。

●短期被保険者証について

国民健康保険税(以下「保険税」という。)滞納世帯は、期限付きの短期被保険者証になります。

●資格証明書について

保険税を1年以上滞納している世帯には、資格証明書の交付が法令で定められ、従来の保険証または短期被保険者証の代わりに資格証明書を交付します。資格証明書では、病院の窓口で医療費を一旦10割支払わなければなりませんので、保険税は納期までに納めましょう。

所得の申告はできていますか?

保険税は、前年の所得を基準として算定されます。世帯主(国保加入者ではない世帯主も含む。)および国保加入者の収入が0円でも、所得の申告をしないと軽減制度の対象になりません。また、国保加入世帯に未申告者がいる場合、医療費の自己負担限度額は、最も高い額(約25万円)になります。所得がない人、遺族年金・障害年金などの非課税となる所得のみの人で、まだ所得の申告ができていない人は、申告をお願いします。

問い合わせ先 — (保険証)住民健康課(保険医療係) ☎891-3303(内線1122) (保険税)税務課(国民健康保険税係) ☎891-3305(内線1413)

後期高齢者医療被保険者証の送付について

現在、お使いの被保険者証の有効期限は、令和6年7月31日(水)までとなっています。8月からお使いいただける新たな被保険者証は、すべての被保険者に7月中旬以降「特定記録郵便」(黄色の封筒)でお届けします。

※7月下旬以降、被保険者証がお手元に届かない場合は、配達状況を確認しますので、住民健康課(④番窓口)へお申し出ください。

古い被保険者証との主な変更点 【表面】両端が緑色から紫色に変更

被保険者証等を受け取ったら記載されている内容に間違いがないかご確認いただき、相違がある場合は、④番窓口へお申し出ください。

有効期限の切れた被保険者証

④番窓口までお返しいただくか、ご自身で破棄をお願いします。

被保険者証について

令和6年12月2日(月)以降、被保険者証の交付が廃止されます。今回お送りする被保険者証は令和7年7月31日までご利用いただけますが、12月2日以降に被保険者証を紛失したり、変更が必要となった場合は、「マイナ保険証」(※1)をご利用ください。マイナ保険証をお持ちでない人には、被保険者証の代わりとなる「資格確認書」を交付しますので、④番窓口へお申し出ください。なお、被保険者証の交付廃止後に新たに資格取得される人には、「マイナ保険証」の登録状況に応じて「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」(※2)をお送りします。

※1「マイナ保険証」とは、被保険者証の利用登録をしたマイナンバーカードのことです。

※2「資格情報のお知らせ」は、「マイナ保険証」をお持ちの人が自身の保険証情報を簡単に確認できる書面です。病院などでは使えませんので、受診の際は「マイナ保険証」をお持ちください。



令和6年度 後期高齢者医療保険料額が決定されます

令和6年度の保険料は下記のとおりです。保険料は、被保険者が等しく負担する「均等割額」と被保険者の令和5年(2023年)中の所得に応じて決まる「所得割額」の合計額となり、被保険者には、7月中旬に保険料額決定通知書を送付します。

保険料の 計算方法

$$\text{年間保険料 (限度額80万円) }^{*3} = \text{均等割額 } 54,000\text{円} + \text{所得割額 (基礎控除後の総所得金額等} \times \text{所得割率 } 10.41\%^{*4})$$

- ・ 保険料の賦課期日は、4月1日です。ただし、年度途中で被保険者資格を取得した人の賦課期日は、資格取得日となります。
- ・ 基礎控除後の総所得金額等とは、総所得金額および山林所得ならびに他の所得と区分して計算される所得の合計額から基礎控除(最大43万円)を控除した額のことです。

※3 令和5年度までに資格を取得している人は、限度額73万円です。

※4 基礎控除後の総所得金額等が58万円以下の人は、所得割率9.63%を適用します。

●後期高齢者医療保険料は、国民健康保険税が年金天引きや口座振替になっていた人でも、最初は納付書での支払いに変わります。その後、特別徴収の要件を満たす人については、納付方法が年金天引きに変わります。

① 4月、6月支給分の年金から保険料が天引き(仮徴収)された人

8月支給分の年金からも、4月、6月と同額の保険料が天引き(仮徴収)されます。年間の保険料額が確定し、確定額から仮徴収された分を差し引いた額をもとに、10月、12月、2月支給分の年金から天引きします。

② ①以外の人

・納付書または口座振替で納付する人(普通徴収)

年間の保険料額は、8期に分けて納付していただきます。
(口座振替には、手続きが必要です。)

・10月支給分の年金から保険料の天引きが開始される人

7月から9月までは、納付書または口座振替で保険料を納付していただき、10月、12月、2月支給分の年金から残りの保険料が天引きされます。

コンビニエンスストアやスマートフォンアプリ決済、ゆうちょ銀行の窓口でも、保険料が支払えます。納付書が一枚一枚バラバラの単票形式になっていますので、納付の際は、納期限をよくお確かめください。



●納付方法の変更について

保険料が年金から天引きされている人で、口座振替による納付をご希望の人は、以下にご注意のうえ、住民健康課(④番窓口)へお申し出ください。

・納付方法を口座振替に変更しても、納付していただく年間の保険料額は変わりません。

・町指定金融機関等に口座振替依頼書を提出していただき、その本人控をご持参のうえ、お申し出ください。

・ゆうちょ銀行については、口座振替はできません。

問い合わせ先 — 住民健康課(保険医療係) ☎891-3303(内線1123) / 香川県後期高齢者医療広域連合 ☎811-1866

■今年も受けよう! 住民結核・肺がん検診

バスで町内各地を巡回し、全地区で住民結核・肺がん検診を行います。結核は過去の病気ではありません。役場が実施している「日帰り人間ドック」を受診した人や受診予定の人、定期的に医療機関でレントゲン撮影を受けている人は、今回の結核・肺がん検診を受ける必要はありませんが、職場などで検診を受けられない人は、ぜひこの機会に受診しましょう。

検査内容 胸部レントゲン間接撮影^{かく}・喀たん検査(条件あり)

受診方法 結核・肺がん検診受診券に必要事項を記入し、最寄りの会場へお越しください。費用は無料です。

- 注意事項**
- ・半年以内に胸部レントゲン撮影や胸部CT撮影を実施した人、または予定のある人は、受診について主治医にご相談ください。
 - ・最近6か月以内に血たんの症状があった人は、医療機関を受診してください。
 - ・妊娠中の人および妊娠の疑いのある人は受診をご遠慮ください。
 - ・検診着の着替えはありませんので、あらかじめ検診に適した無地のTシャツ・トレーナーなど金具やホックがついていない服装でお越しください。
 - ・撮影ごとに接触した箇所を消毒し、検診車内への案内は一人ずつ行うため、通常より検診時間が長くなることが予想されます。
 - ・受付は、受付時間から行いますので、早めのご来場はお控えください。



【住民結核・肺がん検診日程表】

7月11日(木)	● 9:00 ~ 11:00	田中公民館	田中3841-1
7月18日(木)	9:10 ~ 9:20	小蓑下所三差路	小蓑1635
	9:40 ~ 10:10	小蓑集会場	小蓑928-3
	10:50 ~ 11:10	吉谷生活改善センター	朝倉1409
	11:30 ~ 11:45	本村三差路	朝倉356
7月19日(金)	9:00 ~ 9:20	津柳地区コミュニティセンター	奥山1109-6
	9:40 ~ 9:50	堂ヶ平集会所	奥山2331
	10:10 ~ 10:30	中山生活改善センター	奥山2187
	10:50 ~ 11:00	広野生活改善センター	奥山1768
	13:00 ~ 13:20	神山一区集会場	鹿庭248
	13:40 ~ 14:00	神山公民館	鹿庭1755-1
7月24日(水)	● 8:30 ~ 11:00	文化交流プラザ(北側玄関横の駐車場)	鹿伏360
	9:00 ~ 9:30	あけぼの荘駐車場	井上1966-5
7月26日(金)	9:50 ~ 10:20	西浦谷公民館	池戸1548-1
	10:40 ~ 11:10	宮ノ前自治会館	池戸1383
	13:00 ~ 14:20	平井小学校(体育館正面入口前)	平木710-1
	14:40 ~ 15:00	馬場(コミュニティバス停留所)	井上2024
	★17:00 ~ 19:00	田中公民館	田中3841-1
7月31日(水)	● 8:30 ~ 11:00	文化交流プラザ (北側玄関横の駐車場)	鹿伏360
8月29日(木)	9:00 ~ 11:00		

● 7月11日(木)、7月24日(水)、7月31日(水)は胃・子宮頸・乳がん検診の同時実施ができます。また7月24日(水)のみ特定健診も同時実施が可能です。

★ は夜間検診です。



■骨密度測定のお知らせについて(要予約)

保健師による骨密度測定(超音波による測定)を行います。足首で測定しますので、すぐに脱ぐことのできる靴下等でお越しください。

日時 7月5日(金) 9:30 ~ 11:30 **場所** 井戸公民館 **費用** 無料 **対象** 町内にお住まいの人(全年齢対象)

予約受付 6月24日(月)~定員に達するまで 9:00 ~ 17:00(土日を除く)

問い合わせ先 住民健康課(健康係) ☎891-3303(内線1119,1124)

6月23日から29日は「男女共同参画週間」

「だれもがどれも選べる社会に」

内閣府から、令和6年度男女共同参画週間啓発ポスターが発表されました。「男女ともに自らの個性と能力を最大限に発揮できる社会の実現」へ向け、皆さまで男女共同参画について考えてみませんか?



国民健康保険税の納税通知書を送付します

期日までに納めましょう

令和6年度の国民健康保険税(以下「保険税」という。)の税額が決まりました。7月上旬に、今年度の納税通知書を送付します。国民健康保険(以下「国保」という。)は、病気やけがに備えて、普段から保険税を納めることにより支え合っていく制度です。皆さまが安心して医療を受けるために、納付へのご理解とご協力をお願いします。

保険税(年税額)の計算方法

※太字・カラーの数字は令和6年度改正箇所です。

1世帯の限度額は 106万円	限度額は65万円	限度額は 24万円	限度額は17万円
保険税 ①所得割額 + ②均等割額 + ③平等割額	医療給付費等分 (加入者全員が該当) 課税基準額(※1)×6.7% 加入者1人につき 27,900円 1世帯につき 24,200円	後期高齢者支援金等分 (加入者全員が該当) 課税基準額(※1)×2.05% 加入者1人につき 9,700円 1世帯につき 6,900円	介護納付金分 (40歳～64歳の人が該当) 課税基準額(※1)×1.45% 加入者1人につき 10,400円 1世帯につき 5,300円

● ①～③の合計額が、納めていただく保険税です。

※1 課税基準額=前年中の総所得金額の合計-基礎控除額(総所得金額が2,400万円以下の場合43万円)

納税通知書は世帯主あてに送付します

納税義務者は世帯主です。世帯主が国保に加入していなくても、世帯主に納税義務があるため、**納税通知書は世帯主に送付します。**

保険税の納付方法

(1) 公的年金からの特別徴収

要件を満たす世帯主は、公的年金から特別徴収(年金天引き)されます。対象となる人には、特別徴収税額決定通知書を送付します。

(2) 普通徴収

普通徴収の方法には、納付書での納付と口座振替の2つがあります。納付場所および口座振替取扱金融機関は、納付書裏面に記載しています。※詳しくは納税通知書同封のリーフレットをご覧ください。

全国のコンビニエンスストア
やスマートフォン決済で納付
できます!



保険税口座振替キャンペーン中!

香川県では保険税の口座振替登録を推進しています。
※新規登録が対象です。



詳しくは香川県
健康福祉部医務
国保課まで



保険税の軽減について

※太字・カラーの数字は令和6年度改正箇所です。

世帯の前年中所得が下記の基準以下の場合、保険税の均等割額と平等割額が減額されます。**なお、所得が不明の場合は軽減制度を適用できません。**

軽減判定所得(※2)	軽減割合
基礎控除額43万円 + 10万円×(給与所得者等の数(※3)-1)	7割
基礎控除額43万円 + 29.5万円 ×(被保険者数※4)+10万円×(給与所得者等の数(※3)-1)	5割
基礎控除額43万円 + 54.5万円 ×(被保険者数※4)+10万円×(給与所得者等の数(※3)-1)	2割

※2 軽減判定所得とは、世帯主・被保険者・特定同一世帯所属者の前年中の総所得金額等の合計額。

※3 一定の給与所得者(給与収入55万円超)と公的年金等の支給(60万円超(65歳未満)または110万円超(65歳以上))を受ける人の数。

※4 同じ世帯の中で、国保から後期高齢者医療制度へ移行した人も含む。

問い合わせ先

税務課(国民健康保険税係) ☎891-3305(内線1413)

国民健康保険 限度額適用・標準負担額減額認定証の更新について

現在、国民健康保険の限度額認定証をお持ちの人は、有効期限が令和6年7月31日(水)までとなっていますので、引き続き必要な場合は**更新の手続きが必要**(※1)です。更新開始日以降に住民健康課(④番窓口)で手続きをしてください。なお、限度額認定証は国民健康保険税の納付状況によっては発行できない場合があります。詳しくは、広報みき8月号(7月19日発行予定)をご覧ください。

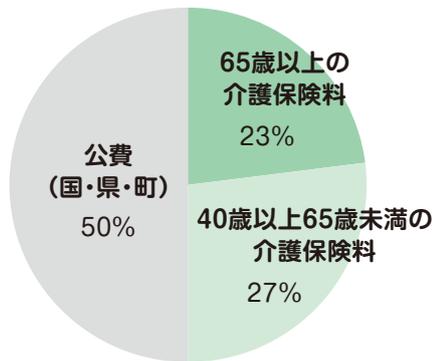
※1 オンライン資格確認用の機器を導入している医療機関や薬局では、限度額認定証がなくても、オンラインで限度額情報を確認できます(長期入院に該当する人は除く)。

更新開始日 7月22日(月)～ ※長期入院の限度額認定証を更新する場合は、8月30日(金)までに手続きをしてください。

問い合わせ先

住民健康課(保険医療係) ☎891-3303(内線1122)

【介護保険サービスの財源】



令和6年度の介護保険料額決定通知書を7月中旬ごろ送付しますので、内容をご確認のうえ、納め忘れがないようお願いします。

介護保険料は、高齢者の介護を社会全体で支え、助け合う制度です。保険料は制度を運営していくための大切な財源ですので、納付へのご理解とご協力をお願いします。

◎保険料の納付方法

特別徴収…年金から天引きになります

普通徴収…納付書等で各自納めます

※これまで、「特別徴収」であった人でも、「普通徴収」に変更になっている場合があります。納付書が届いている人は、納期限までに納付書裏面に記載している方法で納付をお願いします。

介護保険負担限度額認定について

介護保険施設を利用する場合、サービスの利用者負担(1割～3割)の他に、施設等における食費と居住費(滞在費)が全額自己負担となります。ただし、一定の低所得要件を満たした人を対象に、所得に応じた限度額を設け、食費と居住費(滞在費)を軽減することができます。負担限度額認定を受けるには町への申請が必要です。

・対象となる施設、サービス

介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院、ショートステイ(短期入所生活介護、短期入所療養介護)

・利用者負担段階と負担限度額について ※8月以降、居住費の基準費用額と負担限度額が変更となります。詳しくは広報みき8月号にてお知らせします。

居住費等、食費の基準費用額(1日あたり)

居住費(滞在費)				食費
従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	
1,668円(1,171円)	377円(855円)	2,006円	1,668円	1,445円

居住費等、食費の負担限度額(1日あたり)

利用者負担段階	所得の状況	預貯金等の資産の状況	居住費(滞在費)				食費	
			従来型個室	多床室	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	施設サービス	ショートステイサービス
第1段階	生活保護受給者 老齢福祉年金受給者	単身: 1,000万円以下 夫婦: 2,000万円以下	490円 (320円)	0円	820円	490円	300円	300円
前年の合計所得金額+年金収入額が80万円超120万円以下	単身: 550万円以下 夫婦: 1,550万円以下	1,310円 (820円)	370円	1,310円	1,310円	650円	1,000円	
								前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超

()内の金額は、介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の額です。

問い合わせ先

福祉介護課(介護保険係)

☎891-3304(内線1215、1217)

75歳・80歳の歯科健診が始まります

「オーラルフレイル」という言葉をご存知ですか?歯や口に関する「ささいな衰え」を放置することで、口の機能低下、食べる機能の障がい、さらには心身の低下につながる状態のことです。「オーラルフレイル」は、フレイル(※)の前段階であるため、まずはご自身のお口に関心を持ち、予防することが大切です。歯科健診は、歯の本数や状態、歯周病のチェックをするだけでなく、食べ物を噛む力や飲み込む機能なども調べます。お口の状態を知ることは、ご自身の健康状態を知ることになります。定期的に歯科健診を受けて、健康長寿をめざしましょう! ※高齢期に生活するうえで不自由はないものの、心身が弱っていて介護が必要になりやすい状態のこと

対象者 75歳(昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれの人)
80歳(昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれの人)

健診期間 7月1日(月)～令和7年2月28日(金) 費用 無料



問い合わせ先

住民健康課(健康係)

☎891-3303(内線1119)



各専門部会始動!

10月の開催に向けて各専門部会も始まり、部会員の皆さんからの意見をもとに今年のお祭りを創り上げていきます。



▲ Instagram

これから最新情報を随時掲載していきます。ぜひご覧ください!

日時

10月26日(土)
12:00 ~ 20:00

場所

ショッピングセンターベルシティ駐車場、文化交流プラザおよび周辺一帯



獅子舞部会



三木音頭部会



豊年満作ゾーン部会

【三木音頭 KIT*舞うちわ】デザイン募集

祭りの開催にあたり、「三木音頭 KIT*舞うちわ」のデザインを募集します。お祭りのトレンドアイテムであるうちわをあなたのデザインで作成してみませんか?皆さまの応募をお待ちしています。詳しくは、右記から町ウェブサイトをご覧ください。



申込期限 7月31日(水)17:00まで **応募方法** 地域活性課に持参もしくは郵送 **ウェブサイト** 2023年 最優秀作品

問い合わせ先 — 「獅子たちの里 三木まんで願。」実行委員会事務局(地域活性課内) ☎891-3320(内線1515、1516)

6年ぶりの再開! 三木町中学生カナダ派遣事業 実施予告

- 期間** 令和7年3月20日(木・祝)~3月28日(金) ※都合により、日程等を変更する場合があります。
- 派遣先** カナダ アルバータ州 デイズベリー町(三木町の姉妹都市)
- 応募条件** 国際交流に興味関心のある町内在住の中学1年生と2年生(令和7年3月末までは町内在住の人)
- その他**
 - ・選考は面接等に対する町交流委員会の総合的な評価
 - ・参加者は事前研修(全9回)および帰国後の報告会への出席が必須
 - ・令和7年度の派遣事業の実施はありません(次回は令和8年度実施予定)

詳細(研修費、人数など)については、決まり次第、広報みきや町ウェブサイトを通じてお知らせします。



問い合わせ先 — 交流委員会事務局(教育総務課内) ☎891-3313(内線2417)

犬のフンは飼い主が持ち帰りましょう

最近、町内各地で一部の飼い主のマナー違反による犬のフン害に関する苦情が多く寄せられています。飼い犬と散歩をするときは、スコップなどの「フンを拾う道具」とビニール袋等の「拾ったフンを入れるもの」を携帯し、フンは必ず持ち帰りましょう。持ち帰ったら町指定ごみ袋に入れ、可燃ごみとしてごみステーションに出してください。マナーを守り、責任を持って犬を飼いましょう。

問い合わせ先 — 環境下水道課(環境保全係) ☎891-3315(内線4115)

地域おこし協力隊

よっしーだより 最終回! vol.25



←今後も TSUMIKI HOUSE(空き家を活用した三木町暮らし体験施設)や古代米プロジェクト、キッチンカーの出店等についてインスタグラムで発信していきます。



三木町地域おこし協力隊の芳田です。早いもので、三木町に来て3年が経ち、6月末で地域おこし協力隊の任期も終了となります。

来たばかりの頃は、夜の暗さと静かさに驚き、月の明るさに感激し、カエルやヤモリにドキドキしながら、自転車やバスで町内を散歩するのがとても楽しく癒されていました。町の皆さんが優しくしてくれて、活動にもたくさん協力してくださったおかげで、本当にいろいろなことに挑戦することができ、充実した3年を過ごすことができました。できなかったこともたくさんあるので、今後いただいたご縁に感謝し、自分にできることを積み重ねて成長したいです。

よっしーだよりも今回で最後なのですが、これからもTSUMIKI HOUSEをはじめ、古代米プロジェクトや、カフェを通して、地域を盛り上げていきます。7月からは、キッチンカーを本格的に始動させ、地域のおいしいものをお届けします。良いお店があればぜひ教えてください。よろしくお祈りします。

←最後はやっぱり大好きな白山の前で。3年間ありがとうございました!!

おめでた

4月
受付分

おくやみ

4月
受付分

赤ちゃん 保護者 地域

氏名 年齢 地域

野辺幸太郎 卓郎 鍋 淵
 国元綺煌翔 剛 中 川
 多田 青叶 明正 下 氷 上
 西山 すす 大規 登 松
 溝淵 都羽 剛 重 元
 山下 弥栄 久美 西 鹿 庭
 立井 万葉 香澄 南 真 行 寺
 野口 詠乃 晋 吾 青 岸
 篠永 薫 将 太 男 井 間 団 地
 麻野いち華 静 司 花 枝 東

井戸 元子 81 川 西
 筒井アイ子 95 出 水
 太田 頼市 96 大 塚
 三宅 彌生 88 江 村
 古市 紮 93 川 西
 鳥居タマエ 93 平 木 下 所
 関本 寅榮 95 高 津
 久世 好 104 勅 使
 山地 重義 93 香 蓮 寺
 谷川 清 91 中 川 団 地



※「おめでた・おくやみ」欄に掲載を辞
 退される場合は、届出のときに窓口
 へお知らせください。

三木川柳会

チャンスよりピンチがバネになつている
 田岡 弘
 風に乗リ夕餉の支度匂いぐる
 三浦 洋子
 父の生き様心に残る道しるべ
 林 志津子
 品定め割引シール貼つてから
 植村 とみ子
 雑草も小さく咲いて主張する
 西本 晴美

母の日の鏡の母へ笑む夫
 青木 實
 暮らし向きカラスが見てるCランク
 奈良 正雄
 愛おしい星にも寿命があると知り
 黒川 佳朗
 箱入りのソーメンずらり行儀良く
 原内 千里
 シンプルなレシビが旨い夏野菜
 藤野 ささき
 あなたとの時間を埋める長電話
 大高 正和

「日赤会費」にご協力を

日本赤十字社は、国内災害救護、国際活動、救急法などの講習、赤十字ボランティア(赤十字奉仕団)、青少年赤十字、看護師などの教育、医療事業、血液事業、健康管理事業など幅広い活動を展開しています。これらの活動は、皆さまからご協力いただいた「日赤会費」によって支えられています。日本赤十字社の活動の趣旨にご賛同のうえ、ご協力をお願いします。

今年度の目標額 3,553,000円

一世帯あたり 500円以上

問い合わせ先 日赤香川県支部三木町分区 (社会福祉協議会) ☎891-3317

「社協会費」にご協力を

社会福祉協議会は、福祉のまちづくりを進めるため、毎年住民の皆さまに会費のご協力をお願いしています。会費は、活気ある運営と住民皆さまの参加、協力による地域福祉を実現するために欠かすことのできないものであり、地域福祉活動やボランティア活動などの財源として活用しています。地域福祉活動などに参加するひとつの方法として、ご理解とご協力をお願いします。

一般会員 ー □ 500円以上

賛助会員 ー □ 1,000円以上

問い合わせ先 社会福祉協議会 ☎891-3317

……… 第五切取日に沿って取り取りご利用ください。 ………

トRESTA 割引券

2024.7.18 限定 (7月第3木曜日)

【お知らせ】

・レジャープールグランドオープン 営業期間 7月20日(土)~9月1日(日)
 ・9月3日(火)から入浴料が変更となります。詳細は公式ウェブサイトをご覧ください。

- ・三木町民が対象です。
- ・入浴・売店は1枚につき1名。他クーポンとの併用はできません。
- ・回数券は対象外です。
- ・優待券との併用やコピー、公式ウェブサイトからプリントアウトしてのご利用はできません。

FreeDia. リーイク リスキ
 0120-319-124



町の人口 令和6年6月1日現在 ()内は前月比

世帯数 11,095世帯(9) 男 12,571人(11)
 人口総数 26,122人(△4) 女 13,551人(△15)

5月中の異動

転入 69人 転出 54人 出生 13人 死亡 32人

町内の火災・救急発生状況

区分	5月	1月からの累計
火災	2	8(6)
救急	116	578(532)

()内は昨年同期

町内交通事故発生状況

区分	5月	1月からの累計
発生件数	4	22(33)
死者	0	0(0)
負傷者	4	26(38)

()内は昨年同期



お知らせ・募集

国民年金保険料免除等の申請について

令和6年度分(令和6年7月分から令和7年6月分まで)の免除等の申請受付を7月1日(月)から開始します。免除等の申請を希望する人(令和5年度分の免除等の申請時に継続希望が承認されている人を除く)はお早めにお手続きください。また、平成26年4月から、2年1か月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができるようになりました。過去に保険料の未納期間がある人は、左記までお問い合わせください。

問 住民健康課(生活係)
 ☎89113303(内線1115)
 高松東年金事務所 国民年金課
 ☎86113866

日本年金機構が委託した社会保険労務士による無料年金相談のご案内

時 7月4日(木)午前10時～午後3時
所 役場会議室棟 4号会議室
申 左記問い合わせ先にて、事前予約が必要となりました。必要な書類については、お問い合わせ時にご確認ください。
問 街角の年金相談センター高松(オフィス)
 ☎81116020

成年後見制度無料相談会のご案内

内 成年後見制度についての困りごとがあれば、お気軽にご相談ください。
時 7月26日(金)午後1時30分～午後3時30分
所 防災センター2階 第4研修室
他 定員:3人(先着順、事前予約必要)
所 相談員:司法書士
問 相談時間:1人40分程度
 社会福祉協議会 ☎89113317

家族の学習会

内 こころの病は誰でもかかりうる病気で、本人や家族が安心して生活できるように、家族等が病気についての理解

を深める場です。7月のテーマは「病气や障害に捉われず、自分らしく生きる」(歌の力でみんなを笑顔に)です。

時 8月6日(火)午後1時30分～午後2時30分
所 香川県大川合同庁舎 2階会議室
対 精神障がいのある人に関わる家族および当事者
費 無料
他 講師:橋川天晴氏(歌手)高松市出身
 東讃保健福祉事務所(保健対策課)
 ☎087912918263

町社会福祉協議会へご寄付

▽三木中学平井教場三十七同窓会様から福祉の資金として2万円
 厚くお礼を申し上げるとともに、ご厚志を有益に役立ててまいります。

広報みき6月号の訂正について

広報みき6月号11ページにおいて、以下のとおり寄附者の地域に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
 誤:井戸・自然とのふれあい活動実行委員会様
 正:下高岡・自然とのふれあい活動実行委員会様



催し

文化交流プラザ ☎898-9222

メタ・ライブラリーからのお知らせ

内 雑誌リサイクル
 メタ・ライブラリーで使用した令和3年7月号の雑誌を1人1冊までお持ち帰りいただけます。
時 7月7日(日)午前9時30分から
所 メタ・ライブラリー内

どんぐりクラブのおはなし会

時 7月13日(土)午後2時～午後2時30分
所 メタ・ライブラリー内おはなしコーナー

防衛省から令和6年度 自衛官等募集のお知らせ

自衛隊香川地方協力本部 さぬき地域事務所 ☎894-2627

区分	応募資格	受付期間	試験期日	合格発表時期(基準)
一般幹部候補生	22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒(見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳未満の者)	8月26日(月)～9月26日(木)	1次:10月5日(土) 2次:11月8日(金)～11日(月)うち1日	1次:10月31日(木) 最終:12月23日(月)
一般曹候補生	採用予定月の1日現在において、18歳以上33歳未満の者。ただし、32歳の者にあつては、採用予定月の末日現在、34歳に達していない者に限る。	7月1日(月)～9月3日(火)	1次:9月14日(土)～22日(日) 2次:10月12日(土)～27日(日)	1次:10月3日(木) 最終:11月21日(木)
自衛官候補生	採用予定月の1日現在において、18歳以上33歳未満の者。ただし、32歳の者にあつては、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、39歳に達していない者に限る。	～7月16日(火)	7月25日(木)	8月6日(火)
		～7月29日(月)	8月8日(木)	8月23日(金)
		～9月9日(月)	9月21日(土)～24日(火)うち1日	10月16日(水)

国民年金基金相談会のお知らせ

日時 7月19日(金) 10:00～15:00
場所 防災センター2階 第4研修室

国民年金基金は、国民年金に上乘せして、より豊かな老後を保障するもので、自分の将来設計に合わせて年金を積み立てられます。

特徴 終身年金なので長生きリスクを軽減できる
 掛金が全額社会保険料控除となるので所得税、住民税が軽減される
 80歳まで死亡時の一時金が付いている(B型を除く) など

加入できる人は20～60歳未満の国民年金第1号被保険者および60歳以上65歳未満の国民年金任意加入者、海外居住の国民年金任意加入者です。ただし、国民年金の保険料を免除されている人や、農業者年金に加入している人は加入できません。

問い合わせ先 全国国民年金基金香川支部 ☎0120-65-4192(フリーダイヤル)

下記割引券を切り取って、ご利用ください。

入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山	入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山	入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山	入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山
入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山	入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山	入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山	入浴半額 2024.7.18 限定 ①7x②57+③山
10%OFF フロント売店 2024 (一部商品を除く) 7.18 限定 ①7x②57+③山			

渡邊雄太選手を応援しよう!



～パリ2024オリンピック パブリックビューイング参加者募集～

本町出身の渡邊雄太選手を町を挙げて応援するため、文化交流プラザ メタホールにおいてバスケットボールのパブリックビューイングを実施します。遠くフランスの地で夢の舞台に臨む渡邊選手を、町民一丸となって応援しましょう! また、皆さんからの応援メッセージも募集しています!

パブリックビューイング 7月1日(月)12:00～申し込み開始!

7月27日(土)

19:00 開場
オープニングセレモニー
20:30 予選ラウンド
日本 VS ドイツ



8月2日(金)

17:00 開場
18:00 予選ラウンド
日本 VS 予選トーナメント・
ラトビア大会勝者



渡邊選手への応援メッセージプロジェクト 7月8日(月)～8月13日(火)受付!

いただいたメッセージは、役場やパブリックビューイング会場に掲示するほか、パブリックビューイング中に紹介したり、町公式SNSアカウントに投稿したりします。渡邊選手への熱いエールをお待ちしています!



問い合わせ先

生涯学習課(スポーツ振興係) ☎891-3314(内線2515)

まちかどスポーツ

MIKI*CHO

MIKI*CHO

5月20日(月)

三木町×一般社団法人香川県キッチンカー協会

「災害時におけるキッチンカーによる炊き出しの実施等に関する協定」締結

この協定は、地震や風水害等の大規模災害等が発生した際に、本町が開設する避難所等でキッチンカーによる炊き出しを実施していただけるほか、調達可能な物資の支援、本町が提供する食材の調理についてご協力いただける内容となっております。

災害時に避難者に温かい食事を提供できるようになるため、避難者の活力になることが期待されます。



5月25日(土)

It's Show Time! ～なかまとともに最高の笑顔を～

澄み渡る晴天の中、町内の4小学校で運動会が開催されました。平井小学校では児童代表が開式のあいさつを行った後、応援団による応援合戦を行い、力強い掛け声が運動場に響き渡りました。

1年生によるダンスでは、おそろいの飾りを身にまわって演技を行い、かわいらしい姿に観客たちの笑顔がこぼれました。また、6年生の演技では、全員での手拍子や側転などのパフォーマンスのほか、最後の組体操では見事なピラミッドを完成させ、上級生としての力を発揮することができました。会場にはたくさんの保護者や地域の人たちが応援に駆け付け、子どもたちは練習の成果を、なかまとともに全力で披露することができました。



初心者向け 大人の水泳教室



日時 7月2日(火)、9日(火)、17日(水) 10:00~11:00(計3回) **場所** B&G海洋センター(プール)
対象者 20歳以上 **費用** 無料 **指導者** 公益財団法人日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者
申し込み B&G海洋センター事務所へ**事前に電話で予約**をしてください。当日受付は行っていません。

※教室参加風景等の写真撮影を行います。撮影した写真はウェブサイト等で紹介することがありますので、ご了承ください。

問い合わせ先

B&G海洋センター事務所 ☎899-1155

三木町×香川大学 健やかあすなるプロジェクト

フリースペースに来ませんか? 週に2回開催しています!

日時 毎週火曜日、木曜日 13:00 ~ 15:00 ※学校の出席日数に加算されます。 **場所** 白山文化センター
対象 小中高校生、相談したい保護者 **活動** 外遊び、おやつ作り、陶芸教室、遠足など。スクールカウンセラーとの面談あり。
親の無料相談 小児科医(13:00 ~ 17:00)要予約。

フリースペースの子どもに体験する機会を募集します

学校へ行っていない小中高校生の子どもたちが楽しめる活動をご紹介いただけませんか? まずはNPO法人親の育ちサポートかがわへご連絡ください。(例)ものづくり、農作業、動物とのふれあい、職場見学・体験、散策、運動、料理など

オンライン子育てセミナー Zoomを使って子育てについて学んだり、おしゃべりしたりします。

日時 7月17日(水) 10:15 ~ 11:15 **対象** 子どもを育てている人、子育てに関心のある人
内容 「こころの階段と幼児期に大事なこと」お申し込み完了後にZoomのURLを送ります。
※今回は、水上こども園内の「育ちの部屋」で受講することもできます。



NPO法人親の育ちサポートかがわ

申し込み・問い合わせ先 ——— NPO法人親の育ちサポートかがわ(香川大学 鈴木9:00 ~ 16:00) ☎891-2465
教育総務課(総務係)(9:00~17:00) ☎891-3313/こども課(母子保健係)(9:00~17:00) ☎891-3322

熱中症の予防について

熱中症は、気温や湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さから体が慣れていないなどの個人の体調による影響とが組み合わせることにより、リスクが高まります。また屋外だけでなく、屋内でも熱中症になります。

熱中症の各症状

- 熱失神：めまいや失神
- 熱けいれん：痛みを伴うけいれん
- 熱疲労：脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気
- 熱射病：意識障害や高体温 ★熱射病は死に至る場合もあるため注意が必要!

日常生活で気をつけたいこと

- 水分補給
・のどの渇きを感じなくても、こまめに補給し、大量の汗をかいたときは塩分も忘れずに
- 暑さの回避
・暑い日の無理な外出を避ける ・適宜休憩し、無理をしない
・屋外では日傘を利用し、帽子を着用する(帽子は時々外して、汗の蒸発を促す)
- 住まいの工夫 ・室温の上昇防止のため、換気を行い、遮光カーテンやすだれを利用する ・冷房と扇風機を併用する
- 衣服の工夫 ・ゆったりとした衣服を選び、通気性のよい、吸湿・速乾素材を活用する
- 暑さに慣らしていく ・本格的な暑さが到来する前に、徐々にからだを暑さに慣らしましょう

特に注意したい人

体温の調節能力が発達していない子どもや、暑さや水分不足に対する感覚機能やからだの調整機能が低下している高齢者には、気を配るようにしましょう。また、障がいのある人も、自ら症状を訴えられない場合があるため、配慮しましょう。

熱中症になったとき

- ・涼しい場所へ避難させる ・衣服を脱がせ、からだを冷やす ・水分、塩分を補給する
- ※自力で水分が摂れない、意識がない場合は、直ちに救急車を要請しましょう!
※持病等により、水分・塩分制限のある人は、主治医に相談しておきましょう。



第20回 META CUP 2024

日時 8月20日(火) 9:30～《9:30 小学生部門(題:好きなこと)、10:00 中学生部門(題:自由)、10:30 高校生部門(題:自由)》

場所 防災センター 3階 大ホール **対象** 町内在住または通学の小中学生および高校生

申込方法 《小学生》「META CUP 2024」の申込書にスピーチの原稿(日本語)を添えて申し込んでください。スピーチは1分以内で、テーマは好きなことについて英語で発信してみましょう。



《中高生》「META CUP 2024」の申込書にスピーチの原稿(英語と日本語訳)を添えて申し込んでください。スピーチは3分以内で、テーマは自由です。

※参加者が多数の場合は、教育委員会により選考します。7月末に参加者を決定し、その旨を通知します。

申込期限 7月12日(金)までに生涯学習課へ提出してください。

問い合わせ先

生涯学習課(生涯学習係) ☎891-3314(内線2513)

災害ボランティアセンター運営訓練の開催

今後起こりうる災害に備え、災害ボランティアセンターの役割を、実際にセンターを運営する模擬訓練を通して考えてみませんか?災害時のボランティア活動経験の無い人もぜひ参加してください。

日時 7月28日(日) 10:00～12:00 **場所** ウォーキングセンター

内容 ①災害ボランティア受付訓練 ②ボランティア保険受付訓練 ③被災ニーズ受付訓練

申し込み 右記QRコードから社協ウェブサイトへアクセスしてください。



問い合わせ先

社会福祉協議会 ☎891-3317

やってみよう!住宅の省エネ(家電編)

近年の家電製品は、この10年間でエネルギー効率が大幅に向上しています。購入する際に、省エネ型の製品を選択することで家庭の省エネ、電気代の節約につながります。お使いの家電製品を見直して、買い換えを検討してみたいはいかがでしょうか。

◆家電製品の省エネ性能の向上

<エアコン>10年前と比べて約12%の省エネ(年間電気代約2,920円お得)

※冷暖房兼用・壁掛け形・冷房能力2.8kWクラス、2010年のクラス全体の単純平均値と2020年の省エネタイプの単純平均値の比較

<冷蔵庫>10年前と比べて約37～43%の省エネ(年間電気代約4,740～6,090円お得)

※定格内容積401L～450L、10年前の平均値と最新型の比較

<照明器具>

・白熱電球→電球形LEDランプに交換:約86%の省エネ(年間電気代約2,510円お得)

・蛍光灯シーリング→LEDシーリングに交換:約50%の省エネ(年間電気代約1,840円お得)

※年間点灯時間2,000時間(1日5～6時間点灯した場合)

<テレビ>

10年前と比べて約42%の省エネ(年間電気代約1,650円お得)

※40V型液晶テレビ、2010年と2020年の単純平均値比較

家電製品を購入する際は、省エネ性能が分かりやすく表された「統一省エネラベル」を目安にしてみましょう。
★の数が多いほど、省エネ性が優れています。

※資源エネルギー庁ウェブサイト「省エネポータルサイト」
環境省ウェブサイト「デコ活」参考

今後も地球温暖化対策に関する情報を発信していきます。

◆統一省エネラベル



多段階評価点

市場における製品の省エネ性能の高い順に5.0～1.0までの41段階で表示(多段階評価点)。☆(星マーク)は多段階評価点に応じて表示しています。

省エネルギーラベル

年間目安エネルギー料金



問い合わせ先

環境下水道課(環境保全係) ☎891-3315(内線4115)

そのネット注文、「定期購入」になっていませんか?

「インターネット通信販売で、1回限りのお試し注文のつもりが、『定期購入』の契約になっていて商品が毎月送られてくる」という相談が多数寄せられています。インターネットで注文する際は、最終確認画面を最後までスクロールし、文字が小さければ拡大して、『定期購入』が条件になっていないか、支払うことになる代金の総額などをよく確認しましょう。不安な場合は、消費生活センターにご相談ください。電話番号は局番なしの「188」(いやや)です。



問い合わせ先

香川県消費生活センター ☎833-0999

公民館だより

池戸商工センター

☎891-0876

参加者
大募集

*子どもモダンアート教室 ～ウェルカムボードを作ろう～



夏休みの工作にぴったり!子どもアート教室に参加しませんか?木板にきれいな石や貝などを張り付けたり色を塗ったりして、世界で1つのオリジナルウェルカムボードを作ります。玄関やお部屋に飾って楽しみましょう。日本画の先生が教えてくれます。ぜひご参加ください!

日時:7月26日(金) 13:00~15:00 対象:小学生(1~3年生は保護者同伴) 費用:無料 講師:久保 千晴 先生 他
定員:10人(定員になり次第締切) 申込期限:7月20日(土)まで 持参物:筆、パレット、バケツ、汚れてもいいタオル
※状況により、内容が変更となる場合があります。

神山公民館

☎899-0330

参加者
大募集

*いきいき脳トレ講座



脳がいきいき若返る!!体を動かしたり歌ったり、気軽に楽しく脳をリフレッシュしてみませんか?皆さんの参加をお待ちしています。



日時:7月28日(日) 13:30 ~ 14:30 対象:どなたでも 費用:無料 講師:酒井 裕子先生、佐藤 泉先生
定員:15人(定員になり次第締切) 申込期限:7月23日(火)まで 持参物:飲み物、タオル

井戸公民館

☎898-6404

参加者
大募集

*1日体験教室「夏のサマーリース」に挑戦!

今年も暑い夏がやってきましたね。おしゃれに夏を演出するサマーリースを飾って、快適でさわやかな時間を過ごしてみませんか?



日時:8月4日(日) 9:30 ~ 11:30 対象:小学生以上 費用:500円(材料費)
講師:辻 圭李先生(ハンドメイド作家) 定員:20人(定員になり次第締切) 申込期限:7月26日(金)まで



生花・筆ペン教室の受講生を募集します!



白山文化センターでは、月に2回、金曜日に実施する嵯峨御流の生花教室と筆ペン教室の受講生を募集しています。生花教室では季節に合った花を生け、筆ペン教室では季節ごとの文章や詩を書きながら、受講生どうし交流を図って楽しく活動しています。また、練習の成果はセンター文化祭で披露しています。この機会に参加してみませんか?

時間 (生花教室)13:30~15:00/(筆ペン教室)15:00~16:00 場所 白山文化センター
対象 大人ならどなたでも 講師 高澤 芳子先生 費用 1回あたり800円(材料費・生花教室のみ)
持参物 切り花用ハサミ(生花教室のみ) 募集人数 (生花教室)5人程度/(筆ペン教室)3人程度(随時受付、定員になり次第締切)

問い合わせ先

白山文化センター ☎898-4708

ウォーキングセンター

☎891-1789

7月14日 *「しらやま朝市」



日時:7月14日(日) 8:30 ~ 9:30開催(雨天でも開催します)
場所:ウォーキングセンター駐車場
来場した子どもに竹とんぼのプレゼント ※出荷者募集中です。

参加者
大募集

*第21回「ふるさと盆おどり大会」

この盆おどりは、会場の飾りつけや催し物など地域の人たちの手によって行われるもので、下高岡保育所・白山校区子ども会の子もたちによる踊りも披露されます。また、しらやま朝市の出店者にもご協力いただき、盆おどりと同時に夜店も出店するなど、盛大に開催します。皆さんで夏の風情を思う存分楽しみましょう。踊りの飛び入り参加も大歓迎です!



日時:7月20日(土) 【盆おどり】19:00 ~ (1時間半程度) 【夜店】18:30 ~ 20:30
場所:ウォーキングセンター(ふれあい広場、駐輪場)
※雨天の場合は、21日(日)に順延 ※臨時駐車場あり(コスモス三木店西隣)

田中公民館

☎898-0504

こんなこと
やりました



*第30回 田中公民館ふれあい活動

発表会(同時開催:青空市(田中地区まちづくり協議会主催))

5月19日(日)に「第30回ふれあい活動発表会」を開催しました。展示部門では、細工や写真・絵画を展示し、芸能部門では、園児の手遊びや体操、活動団体のカラオケ・ヨーガ・舞踊・吹奏楽などを披露し、皆さん張り切って練習の成果を観客に見ていただきました。

また、発表会と同時開催している田中地区まちづくり協議会主催の「青空市」も開催され、地元で採れた野菜や加工品などを販売し、多くの人たちでにぎわいました。



三木町地域交流センター

☎891-1321

こんなこと
やりました

*令和6年度わいわい塾

大人を対象としたわいわい塾では、6月8日(土)に「ボタニカルのジェルクリーム講座」を開催しました。

自然志向が高まりつつある近年、ボタニカルとは植物由来という意味で、天然の成分を含むのでナチュラルで肌に優しいといわれています。今回は植物から色素や成分を抽出して、アロマ香る“ぷるぷる”のオーガニックジェルクリームを作成しました。

自分で作ったジェルクリームなので、皆さんより一層、嬉しさを感じているようでした。





三木中学校1年
(現三木中2年)
坂本 華愛来

私は中学生になった。環境の変化についていけるか正直とても不安だった。ドキドキしながら迎えた入学式。小学校で仲の良い子とクラスは別になり、楽しみと不安が入り混じる。幼稚園でとても仲の良かった子の名前を見つけて少しホッとした。教室に入ると担任の先生、クラスメイトがいた。小学校の頃、私は計画委員だったので、入学前メタセコイア会で先生の事は知っていたからとても嬉しかった。幼稚園の頃の仲良かった友達席を見ると欠席していた。次の日も、その次の日も、今も。私は会うのがとても楽しみだったのに未だに会えずにいる。聞くところによると小学校の頃から学校に連れていかれたかったそうだ。それを聞いてとても悲しくなった。きつと何かがあって来られずにいるのだろう。もし学校に少しだけでも来られたら、たくさん話したい。そう思う。少しでも話を聞いてあげられたら、力になれたらいいのになって強く思う。私は自分から友達に声をかけたり前に出たりすることが少し苦手だ。でもその子には自分をさらけ出したり、楽しく遊んだり話ができたりしていた。ありのままの自分を出すことが苦手だった自分に、元気をくれた友達にとても感謝している。今、私は入学して一ヶ月が

経とうとしている。友達ができるかとても不安だったけど、声をかけてくれたり休日には遊ぼうと連絡をくれたりする友達も増え、毎日の不安が楽しみに変わっている。来られずにいる友達も早く学校に来られるといいなあと思う日々だ。そして今、色々な理由があって学校に来られていない人がたくさんいるように。イジメ、嫌がらせ、陰口、わざと聞こえるように悪口を言ったり、無視したり。ウイルスよりも怖い。イジメゼロと言いながら結局は見えないところで色々とおきている現実。助けが欲しくても誰を信用すればいいのかわからないだろうとも思う。むしろ信用なんてできないのかも。私からすればイジメに関わっている人よりもイジメに耐えてきた人の方がよほど強いと思う。みんな平等で幸せにならなくていい人なんてこの世にいない。みんな幸せになる為に生まれてきたのに。

もし会った時に私はどんな言葉かけられるだろうか。私は不器用だけれどちゃんと届くように伝えたい。会うのを楽しみにずっと待っていたことを。学校に来られなくても私はいつも味方でありたい。なんで来てなかったなんて聞かないよ。聞かれたくないこともあるから。頑張っておいでも言えない。でも楽しい毎日があること、一緒にたくさん笑って過ごせる日々を私は待っているよ。

みんな同じじゃないと思う。無理して合わそうともしなくていいと思う。自分ペースで。過去を取り戻すことを増やすこと、嫌なことをいい思い出で埋め尽くすことはできる。

一人一人がたくさん笑える日が来ますように。私の思いが少しでも届くといわずと会える日を待っているから。一人じゃないよ。

管理栄養士の食育LIFE通信 『家庭でできる食中毒予防のポイント』

食中毒の多くが飲食店で発生していると思われがちですが、一年を通して家庭でも発生しており、症状が軽いと風邪などと同様に体調不良として見過ごされています。今回は、すぐに始められる食中毒予防のポイントを紹介します。

【ポイント① 食品の購入】

・肉や魚、野菜など生鮮食品は新鮮な物を購入する。・ショッピングバッグはこまめに洗濯する。

【ポイント② 家庭での保存】

・食材を持ち帰ったら、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。・冷蔵庫や冷凍庫は詰めすぎず、定期的に庫内を整理・清掃する。

【ポイント③ 下準備】

・調理台やシンクが汚れていれば調理前に清掃する。・包丁やまな板、洗浄用スポンジなどはきれいに洗浄する。

【ポイント④ 調理】

・加熱調理は中心部まで十分加熱する。(75℃ 1分以上) ・電子レンジで加熱する際は、むらが生じないように時々かき混ぜる。

【ポイント⑤ 食事】

・しっかり手を洗い、清潔な食器に盛り付ける。・調理後の食品は、室温で長く放置しない。

※管理栄養士の食育LIFE通信は町ウェブサイトで毎月連載しています。次回の広報みきでの掲載は、9月号の予定です。

問い合わせ先

住民健康課(健康係) ☎891-3303(内線1119)

育成センターだより 『子どもたちの健やかな成長のために』

本年4月から、少年育成センターでお世話になっております高橋和巳と申します。三木町の子どもたちと再び関わることを、大変うれしく思っています。育成センターでは、地域の皆さんと連携を図りながら、毎日の登下校の見守りをはじめ、相談活動等にも積極的に取り組み、子どもたちの健やかな成長を支援していきたいと考えています。子どもたちのことで、気になることや困ったことがありましたら、お気軽に育成センターにご相談ください。今後とも、よろしくお願ひいたします。

【7・8月は『夏の青少年非行・被害防止県民運動月間』です!】

青少年の非行・被害が多発する夏休み期間を含むこの季節、香川県では関係機関、団体が連携を取りながら、非行・被害防止のためにさまざまな事業や啓発活動に取り組む県民運動を展開しています。本町でも、防災センター玄関右手に懸垂幕を掲げ、啓発活動の一助としています。子どもたちを非行や犯罪被害から守るためにも、県民運動へのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先

生涯学習課(育成センター) ☎891-3316(内線2516)



2024年7月

MIKI*CHO カレンダー

日/SUN	月/MON	火/TUE	水/WED	木/THU	金/FRI	土/SAT
1 歯 おがわ口腔外科クリニック 池戸 816-3833 団 第35回社会人サッカー交流大会	2 相 少年相談 10:00～15:00	3 防 心配ごと相談 10:00～15:00 防 行政相談 10:00～15:00 防 一般向テニス教室	4 会 年金相談 10:00～15:00 団 剣道部稽古会	5 団 健康相談(健康・栄養) 9:30～10:30 団 第1回 ゲートボール教室	6	7 医 おおくぼ小児科(小) 高松市東山崎町 847-2500 歯 岡沢歯科医院 氷上 898-2200
8 防 人権相談 10:00～12:00 団 第29回 町内ソフトバレーボール大会	9 相 少年相談 10:00～15:00 団 ゲートボール部 初心者体験教室	10 防 一般向テニス教室	11 団 剣道部講習会	12 防 乳幼児・歯科相談(予約制) 9:30～11:00 防 ベビーッキング①(予約制) 10:00～10:30 防 健康相談(健康・栄養・歯科) 13:30～15:00	13 団 第28回 町内フットサル大会	14 医 きただい医院(内) 下高岡 840-2566 薬 白山調剤薬局 下高岡 840-2615
15 医 榎村病院(外) 平木 898-1431 医 小山眼科医院(眼) 池戸 898-0338	16 相 少年相談 10:00～15:00	17 防 心配ごと相談 10:00～15:00 防 障がい者相談 10:00～15:00 防 一般向テニス教室	18 神 健康相談(健康・栄養) 10:45～11:45 団 剣道部稽古会	19 防 国民年金基金相談会 10:00～15:00 薬 アイソ薬局 三木店 平木 814-6340 薬 いけのへ調剤薬局 池戸 840-2500	20	21 医 講陽堂松原病院(内・小) 池戸 898-0620 薬 くすのき調剤薬局 池戸 840-2221
22 歯 桑村歯科医院 平木 898-5584 団 テニス部第3回交流会	23 相 少年相談 10:00～15:00	24 防 一般向テニス教室	25 団 剣道部稽古会	26	27 団 第28回 町内フットサル大会	28 医 あらい乳腺クリニック(乳外) 高松市下田井町 802-2234
29 歯 ささき歯科医院 井戸 891-0888	30 相 少年相談 10:00～15:00	31 防 一般向テニス教室 薬 ココロ調剤薬局 六条店 高松市下田井町 802-1737	マイナンバー開庁日 7月2日(火)～19:00(住民健康課)			

町税等の納期

月末までにお忘れなく
(該当日が土日祝の場合はその翌営業日)

6月分 町県民税(全期・第1期)

7月分 固定資産税(第2期)・国民健康保険税(第1期)
介護保険料(第1期)・後期高齢者医療保険料(第1期)

納期限 7月1日(月)

納期限 7月31日(水)

●…各種相談

●…休日当番医・休日当番薬局(変更することもありますので、当日の新聞やWEB「医療情報ネット」などでご確認ください。また診療時間は医療機関により異なりますので、各医療機関へお問い合わせください。)

●…スポーツ協会行事案内(日程、会場が変更になる場合があります。お問い合わせは生涯学習課(スポーツ振興係)まで。)
☎891-3314(内線2515)

●…健康行事

こどもの健診・予防接種、相談に関するお問い合わせ…子ども課(母子保健係) ☎891-3322(内線1818)

大人の各種検診・予防接種に関するお問い合わせ…住民健康課(健康係) ☎891-3303(内線1119、1120)

●救急電話相談を利用しましょう

夜間のけがや発熱など、体調が心配なときは、受診が必要かどうかを相談することができます。

・一般向け救急電話相談 (#7119 または ☎812-1055) 毎日19:00～翌日8:00

・小児救急電話相談 (#8000 または ☎823-1588) 毎日19:00～翌日8:00

医 休日当番医	団 神山公民館
薬 休日当番薬局	団 B&G海洋センター体育館
歯 休日当番歯科医	団 総合運動公園サッカー場
会 役場会議室	防 総合運動公園テニスコート
相 役場相談室	防 すばーく三木屋内ゲートボール場
防 防災センター	団 田中小学校体育館
団 井戸公民館	

QRコードは(株)デンソーウェアの登録商標です。

直通電話(ダイヤルイン) 市外局番(087)

課・室・局等名	連絡先	課・室・局等名	連絡先	課・室・局等名	連絡先
総務課	891-3301	地域包括支援センター	891-3321	教育総務課	891-3313
政策課	891-3302	地域活性課	891-3320	生涯学習課	891-3314
契約監理課	891-3323	土木建設課	891-3307	少年育成センター	891-3316
税務課	891-3305	農林課	891-3308	議会事務局	891-3311
住民健康課	891-3303	農林課(地籍調査係)	891-3319	選挙管理委員会	891-3301
人権推進課	891-3324	環境下水道課	891-3315	農業委員会	891-3310
子ども課	891-3322	環境下水道課(クリーンセンター)	898-2554	監査委員	891-3311
福祉介護課	891-3304	出納室	891-3306	受付(担当課が分からないとき)	891-3300

三木町
防災行政メール
登録アドレス



miki-town@raiden.ktaiwork.jp

配信内容(気象情報:大雨、洪水、強風に関する警報、緊急地震速報、火災情報等)



広告

みなさま感激!! 草刈り以外のこともご相談ください。

お気軽にご相談ください!

見積り
無料



草むしり.com

製造元 / 石の本場・香川県庵治
NS 中谷石材株式会社 内事業部

〒761-0121
高松市牟礼町牟礼3766-1

お問合せ時間 8:00~18:00

0120-148-144

広告

2016年 厚生労働省 国民健康・栄養調査

ご存じですか

(140/90mmHg以上)

60歳以上では 2人に1人が高血圧です

循環器専門医による高血圧診療

高血圧症者数4300万人。家庭血圧では135/85mmHg以上。

高血圧は心臓病・腎不全・脳卒中・
認知症の原因になります。

高血圧診療ガイドライン 2019
日本高血圧学会より引用

まずは家庭血圧を測定しましょう。

また塩分を1日6g程度に控えると5mmHgの降圧が期待できます。



日本循環器学会認定
循環器 専門医
三木町下高岡1464-12

日本消化器内視鏡学会認定
消化器内視鏡 専門医
TEL: 087-840-2566 医療法人社団

きただい医院

広告

当教室では、そろばんや暗算を通して数字に興味を持ってもらい、「集中力」を養いながら「正確さ」と「スピード」を高めることを目指します。



子どもから
おとなまで

選べる!! 4つのコース

- 週1回コース
- 週2回コース
- 週3回コース
- フリーコース 何回でもOK

毎週 月・火・水・木・金 16:00~19:00

ご入会時に曜日・時間をお選びいただけます

●1回60分 ●祝日の場合はお休み(ご希望により振替可)

各コースの料金等、詳細は
Webサイトでご確認ください

<https://anzai-shuzan.com>



安西珠算教室 〒761-0704 日本珠算連盟会員
三木町下高岡423 安西 弘樹
TEL 090-8285-5255 / 087-898-3932

新規 体験
生徒 学習
同時募集中!!

体験学習のお申し込み、ご質問などお気軽にお問い合わせください