

笑顔でスプラッシュ!!
プールモロじ
大作戦
《関連記事11ページ》



国民健康保険資格確認書類の送付について

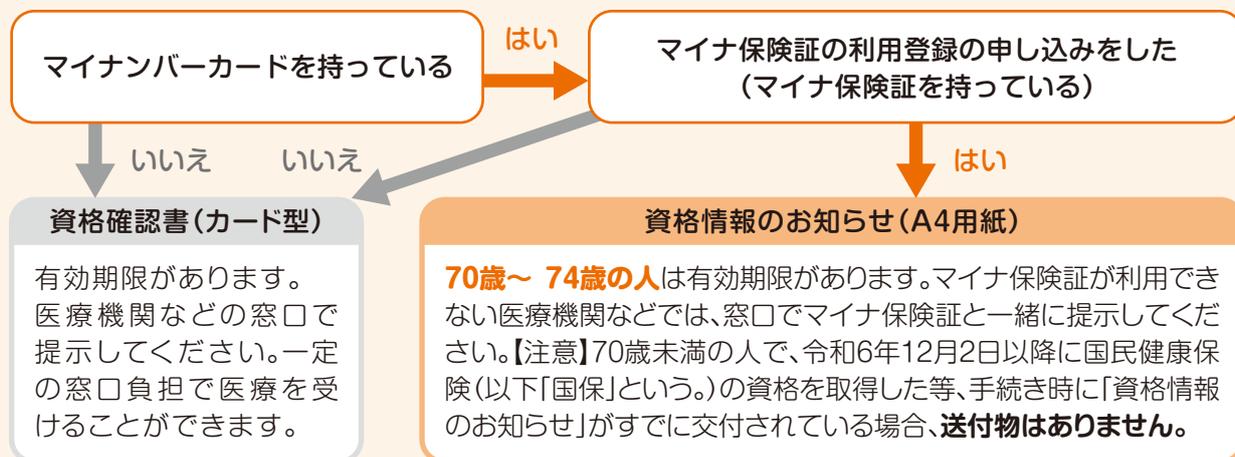
現在お使いの国民健康保険被保険者証(※1)(以下「保険証」という。)、資格確認書(※2)、資格情報のお知らせ(有効期限の記載があるもの)(※3)の有効期限は、**令和7年7月31日(木)**です。8月以降は、マイナ保険証の利用登録状況に合わせて、「**資格確認書**」もしくは「**資格情報のお知らせ**」を7月中旬から順次送付します。同一世帯内で、被保険者ごとに送付される資格確認書類が異なる場合や送付物がない場合があります。

※1 国の法改正により、マイナ保険証を基本とする仕組みへ移行したため、令和6年12月2日から保険証の新規発行は終了しました。

※2 マイナ保険証をお持ちでない人に、いままでの保険証の替わりとして申請によらず交付するものです。

※3 マイナ保険証をお持ちの人が、自身の健康保険の資格情報をパソコンやスマートフォンを使わなくても、簡単に確認できるよう交付する書面です。ただし、「資格情報のお知らせ」のみでは医療機関の受診はできません。

送付される資格確認書類について(8月以降使用分)



※令和7年度中に70歳・75歳の誕生日を迎える人の資格確認書類の有効期限については下記を参照ください。

有効期限を過ぎた保険証(藍色)、資格確認書、資格情報のお知らせ(有効期限の記載があるもの)は、8月以降、保険医療係(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、新しい資格確認書類が手元に届かなくなるため、早急に住民係(⑦番窓口)にて住民票の異動手続きをしてください。なお、新たに職場の健康保険に加入している場合は、保険医療係で国保の資格喪失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7年度中に70歳・75歳の誕生日を迎える人の資格確認書類の有効期限について

今年度中に70歳・75歳の誕生日を迎える人については、「資格確認書」や「資格情報のお知らせ」の有効期限が異なります。

70歳の誕生日を迎える人

所得によって窓口負担割合(2割または3割)が異なるため、誕生月の末日(1日生まれの人は前月末日)が有効期限です。負担割合が記載された「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を誕生月の末日(1日生まれの人は前月末日)までに送付しますので、有効期限に気をつけてご使用ください。

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、誕生日の前日が有効期限です。75歳の誕生日から使える後期高齢者医療の資格確認書が送付されます。くわしくは、保険医療係また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。

特別療養費について

特別の事情がないにもかかわらず国民健康保険税(以下「保険税」という。)を1年以上滞納している世帯には、事前に通知の上、特別療養費の対象に変更される場合があります。通常の資格確認書などの代わりに「資格確認書(特別療養費)」などを交付します。「資格確認書(特別療養費)」などでは、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、保険税は納期限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。

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7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。皆さん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・カラーの数字が今年度改正箇所です。

1世帯の限度額は 109万円	限度額は 66万円	限度額は 26万円	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

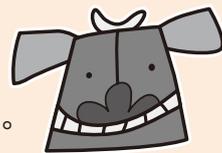
(1) 公的年金からの特別徴収

要件を全て満たす世帯主は、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

普通徴収の納付方法は、納付書での納付と口座振替の2つです。納付場所および口座振替取扱金融機関は、納税通知書に記載しています。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。

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。ご利用ください!



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健康政策課(832-2317)まで



保険税の軽減について 太字・カラーの数字が今年度改正箇所です。

世帯の前年中所得が下記の基準以下の場合、保険税の均等割と平等割が減額されます。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 + 30.5万円 ×(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 + 56万円 ×(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…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125万円超(65歳以上))を受ける人。

※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を含む。

問い合わせ先 税務課(国民健康保険税係) ☎891-3305(内線1412)

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

現在お持ちの国民健康保険限度額認定証の有効期限は、令和7年7月31日(木)です。**マイナ保険証をお持ちでない人で引き続き必要な場合は、更新の手続きが必要**です(※)。更新開始日以降に保険医療係(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18日発行予定)をご覧ください。

※原則、マイナ保険証をお持ちでない人へのみ発行します。マイナ保険証をお持ちの人は、限度額認定証の事前手続きなく、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。**ただし、長期入院の適用については、マイナ保険証の利用登録有無に関わらず、新規申請・更新手続きが必要になります**のでご注意ください。

更新開始日 7月22日(火) (長期入院の限度額認定証を更新する場合は、8月29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)

後期高齢者医療資格確認書の送付について

現在お使いの被保険者証または資格確認書の有効期限は、**令和7年7月31日(木)**です。8月からお使いいただく新たな資格確認書は、全ての被保険者(マイナ保険証を利用の人も含む。)に**7月中旬以降『特定記録郵便』(黄色の封筒)**で送付します。

※7月下旬以降、資格確認書がお手元に届かない場合は、配達状況を確認しますので、保険医療係(④番窓口)へお申し出ください。

古い被保険者証または資格確認書との主な変更点

両端が紫色から桃色に変更

資格確認書を受け取ったら記載内容に間違いがないか確認し、誤りがある場合は、保険医療係へお申し出ください。

有効期限の切れた被保険者証または資格確認書

保険医療係に返却、または、ご自身で破棄をお願いします。

マイナ保険証および資格確認書について

令和6年12月2日以降、被保険者証の新規発行は終了し、「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)」または「資格確認書(被保険者証の替わりとなるもの)」をご利用いただくようになりました。

限度額適用認定証および限度額適用・標準負担額減額認定証について

・令和7年7月31日有効期限の認定証(資格確認書に併記の場合も含む。)をお持ちの人には、限度区分を併記した資格確認書を送付します。

・新たに限度区分の記載を希望する人は、申請いただくことで限度区分を併記した資格確認書を交付しますので保険医療係へお申し出ください。ただし、限度区分によっては、併記できない場合があります。

※令和6年12月2日以降、限度額適用認定証および限度額適用・標準負担額減額認定証の新規発行は終了しました。



令和7年度 後期高齢者医療保険料額が決定されます

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6年(2024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

年間保険料
(限度額80万円)

=

均等割額
54,000円

+

所得割額
基礎控除後の総所得金額等×所得割率10.41%

※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。

●納付方法について

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されます。

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)

年間の保険料は、8期に分けて納付していただきます。

・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。納付の際は、納付書の納期限をよくお確かめください。



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は、納付方法が年金天引きに変わります。

●納付方法を変更するには?

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**を希望する人は、以下をご確認の上、保険医療係へお申し出ください。

※納付方法を口座振替に変更しても、納付する年間の保険料額は変わりません。

※町指定金融機関に口座振替依頼書を提出し、依頼書の本人控をご持参の上、お申し出ください。

※ゆうちょ銀行は、口座振替できません。

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

想定

※6月13日(金)時点の想定日程となります。

日程等に変更がある場合は、町ウェブサイトで掲示します。

「希望を形に、選ぼう未来」

第27回 参議院議員通常選挙執行について

選挙日程

- ▶ 公示日 7月 3日(木)
- ▶ 投票日 7月20日(日)
- ▶ 投票時間 7:00 ~ 20:00
(第7、8、12投票区については18:00まで)
- ▶ 開票 20:50から農村環境改善センターにて即日開票

期日前投票・不在者投票

投票日当日に次の事由のいずれかに該当する場合は、期日前投票または不在者投票ができます。

- ・仕事(育児・介護を含む)、学業、地域行事等に従事する場合
- ・何らかの用事があるため投票区の区域外に旅行または滞在する場合
- ・病気や負傷、妊娠などのため歩くことが困難である場合
- ・天災または悪天候により投票所に到達することが困難である場合

- ▶ 場所 防災センター 2階 第1研修室
- ▶ 期間 7月4日(金)~7月19日(土)
- ▶ 時間 8:30 ~ 20:00

郵便投票

身体に重度の障がいのある人で一定の要件に該当する人は、郵便による投票ができます。この方法による投票を希望する人は、郵便投票証明書が必要です。申請から投票までに日数を要しますので、お早めに町選挙管理委員会にお申し出ください。

なお、投票用紙等の請求期限は、7月16日(水)17:00までですので、ご注意ください。

選挙公報

投票日の2日前までに、町選挙管理委員会が委託した業者が全戸に配布しますが、全戸配布には日数を要するため、期日前投票を早めにされる場合、お手元に選挙公報が届いていないことがあります。その際は、期日前投票所に備え付けの選挙公報、または、町ウェブサイトに掲載している選挙公報をご覧ください。

投票所入場券

世帯ごとにとまとめ、封筒に入れて送付します。ご自身の氏名が書かれた投票所入場券を持って、投票所にお越しください。なお、入場券がなくても投票することができます。持参するのを忘れてしまった、まだ届いていない、失くしてしまった等の人は受付にその旨をお伝えください。



〈期日前投票ご利用の人へ〉
入場券裏面の宣誓書を記入し、
防災センター2階第1研修室へ
お越しください。

※選挙当日(〇月〇日)に投票所で投票される人は、記入する必要はありません。

宣誓書

私は、令和7年 月 日執行の第27回参議院議員通常選挙の当日、
下記のいずれかの期日前投票の事由に該当する見込みです。

- 仕事、学業、地域行事、冠婚葬祭その他の用務に従事
- 用務又は事故のため、投票所のある区域の外に外出・旅行・滞在
- 病気、負傷、出産、老衰、身体障がい等のため歩行が困難又は別当施設等に収容
- 選挙権のため、選挙日に帰国
- 天災又は悪天候により投票所に行くことが困難

(宛先) 三木町期日前投票管理室 上記は、真実であることを誓います。 令和7年 月 日

ふりがな 氏名 大正 やまと 平次 年 月 日

居住地 三木町大字 番地 番

住所 方書き(アパート名等)

月 日以前に届出した人は、印字を記入していただき、(三木町大字)

(宛先) 三木町期日前投票管理室 上記は、真実であることを誓います。 〇投票は選挙権に基づいて行いながら行います。

〈期日前投票について〉

期日前投票を利用される人は、左記の大部分を記入し、
期日前投票所の受付にお渡しください。
期日前投票所の受付にお渡しください。
スペースの都合で文字が記載しにくい場合は、従来の
A4サイズの宣誓書も、期日前投票所に準備しております。
期日前投票にお越しいただいた時点で第18歳に達しない方は、
期日前投票で投票し、不在者投票と見做されます。
詳しくは、下記までお問い合わせください。

期日前投票所のご案内

期日前投票所	開票及び時間
三木町防災センター 2階 第1研修室	〇月〇日(水) ~ 〇月〇日(土) 午前8時30分 ~ 午後8時

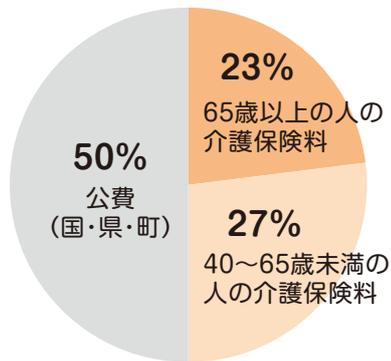
問い合わせ先
三木町選挙管理委員会
〒781-0892
香川県高松市三木町大字水上310番地
三木町役場 2階(総務課内) TEL:(087)891-3301

問い合わせ先

町選挙管理委員会 ☎891-3301 (内線2116、2117)

65歳以上(第1号被保険者)の皆さんへ 介護保険料額決定通知書を送付します

【介護保険サービスの財源】



令和7年度介護保険料額決定通知書を7月中旬に送付します。内容をご確認の上、納め忘れがないようお願いいたします。

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いたします。

◎保険料の納付方法

特別徴収…年金から天引きです。

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の納付をお願いします。

介護保険負担限度額認定について

令和7年8月以降の変更点をオレンジの文字で表記しています。

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。軽減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

・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	ユニット型個室の多床室	
1,728円(1,231円)	437円(915円) [697円]	2,066円	1,728円	1,445円

※()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。

※**[]**内の金額は、介護老人保健施設の「療養型」、「その他型」、介護医療院の「II型」(いずれも8㎡/人以上に限る)を利用した場合の金額です。

・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	ユニット型個室の多床室	施設	ショートステイ
1	生活保護受給者 老齢福祉年金受給者	単身: 1,000万円以下	550円 (380円)	0円	880円	550円	300円	300円
		夫婦: 2,000万円以下						
2	前年の合計所得金額+年金収入額が 80.9万円以下	単身: 650万円以下	550円 (480円)	430円	880円	550円	390円	600円
夫婦: 1,650万円以下								
3①	前年の合計所得金額+年金収入額が 80.9万円超120万円以下	単身: 550万円以下	1,370円 (880円)	430円	1,370円	1,370円	650円	1,000円
夫婦: 1,550万円以下								
3②	前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超	単身: 500万円以下	1,370円 (880円)	430円	1,370円	1,370円	1,360円	1,300円
夫婦: 1,500万円以下								

※()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?「オーラルフレイル」は、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、さらには心身の機能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、予防を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24年4月2日～昭和25年4月1日生まれの人)/80歳(昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれの人)

健診期間 7月1日(火)～令和8年2月28日(土) **健診費** 無料

問い合わせ先 — 住民健康課(健康係) ☎891-3303(内線1119)/香川県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎811-1866

軽自動車税の継続検査用納税証明書の送付終了について

令和7年4月から軽自動車税納付確認システム(軽JNKS)を通じて、軽自動車税(種別割)の納付状況をオンラインで確認できるようになり、車検時に納税証明書の提示が原則不要となりました。

これに伴い、本町では、**口座振替で納付した人への納税証明書の発送を廃止します。**



ただし、以下の場合、納税証明書が必要となることがあります。

- ・納付したばかりで、納付情報が軽JNKSに登録されていない場合
※反映まで2~3週間かかります
- ・他市町村へ引っ越した直後の場合
- ・中古車購入や名義変更直後の場合
- ・対象車両に過去の未納がある場合

納税証明書の発行について

車検証(車検証がない場合は運転免許証等の本人確認書類)と、振替の行われた通帳など納付が確認できるものを持参し、税務課(①窓口)にお越しください。発行手数料は無料です。

問い合わせ先

税務課(納税係) ☎891-3305(内線1415)

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。町実施の「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診している人は、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・喀たん検査(条件あり) **検診費** 無料

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。

- 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カ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。
 - ・妊娠中または妊娠の疑いのある人は受診をご遠慮ください。
 - ・検診着は貸出していません。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のない服装でお越しください。詳しくは、「令和7年度三木町各種検診のお知らせ」4ページをご確認ください。
 - ・受付は、受付時間から行います。早めのご来場はお控えください。



月日	受付時間	実施場所
6月25日(水)	● 8:30 ~ 11:00	文化交流プラザ(北側玄関横の駐車場)
	○ 13:00 ~ 15:00	
6月28日(土)	● 8:30 ~ 11:00	
6月29日(日)	● 8:30 ~ 11:00	
7月2日(水)	◇ 8:30 ~ 11:00	
7月4日(金)	● 9:00 ~ 11:00	
7月16日(水)	● 9:00 ~ 11:00	田中公民館
	13:30 ~ 14:00	小蓑集会場
	14:40 ~ 15:30	吉谷生活改善センター
7月25日(金)	9:00 ~ 9:30	あけぼの荘駐車場
	9:50 ~ 10:20	西浦谷公民館
	10:40 ~ 11:10	宮ノ前自治会館
	13:00 ~ 14:20	平井小学校(体育館正面入口前)
	14:40 ~ 15:00	馬場(コミュニティバス停留所)
	★17:00 ~ 19:00	田中公民館

● 胃・子宮頸・乳がん検診の同時実施が可能

○ 子宮頸・乳がん検診の同時実施が可能

◇ 胃・子宮頸・乳がん検診、特定健診の同時実施が可能

★ 夜間検診

詳細は、5月下旬に送付している「令和7年度三木町各種検診のお知らせ」をご確認ください。

問い合わせ先

住民健康課(健康係) ☎891-3303(内線1119、1124)



戸籍に氏名のフリガナが記載されます

令和7年5月26日に改正戸籍法が施行されたことにより、戸籍の記載事項に新たに氏名のフリガナが追加されることとなりました。

本籍地の市区町村から戸籍に記載される予定の氏名のフリガナの通知が届きます。**誤っている場合は市区町村役場に届出をしてください。**

●三木町に本籍がある人は、**7月下旬**から順次通知がきを発送する予定です。

通知のフリガナが正しい場合は、届出は不要です。

令和8年5月以降、通知に記載のフリガナがそのまま戸籍に記載されます。



戸籍制度
マスコットキャラクター
「コセキツネ」

問い合わせ先 フリガナ専用コールセンター ☎0570-05-0310 / 住民健康課(住民係) ☎891-3303 (内線1114)

「獅子たちの里 三木まんて願。」各専門部会始動!

「獅子たちの里 三木まんて願。」に向け、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25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、文化交流プラザ及び周辺一帯



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! 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? 皆様のご応募をお待ちしています。



募集期限 7月31日(木)17時まで

応募方法 地域活性課に持参もしくは郵送

ウェブサイト

2024年 最優秀作品

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

かがわ総文祭2025が三木町でも開催されます!

「讃岐に咲くは才の花たち」の大会テーマのもと、第49回全国高等学校総合文化祭香川大会(かがわ総文祭2025)が、地元香川県で開催されます。全国総文は「文化部のインターハイ」とも呼ばれています。

文化交流プラザでは、吟詠剣詩舞部門と放送部門が開催されます。吟詠剣詩舞とは、漢詩や和歌に独特の節をつけて詠う「吟詠」と、吟詠に合わせて剣を用いて舞う「剣舞」、扇を用いて舞う「詩舞」の総称で、日本の伝統芸道のひとつです。この機会に、全国から集まる「才の花」たちをぜひご覧ください。入場無料です。(放送部門については、次号で詳しくご紹介します。)



(吟詠剣詩舞)



(放送)

大会マスコットキャラクター「さぬぼん」

開催日 吟詠剣詩舞部門:7月27日(日) / 放送部門:7月30日(水)、31日(木)

問い合わせ先 吟詠剣詩舞(三木高校) ☎891-1100 / 放送(高松西高校) ☎882-6411

『宅配店マップ』の仲間に加わりませんか

宅配店マップとは、食料品の配達や家電の修理、お掃除といった家事援助などのサービスを自宅で受けられる店舗を掲載している冊子で、今年も掲載していただける事業所を募集します。

自宅に訪問していただくことで、地域への貢献はもちろん、高齢者の見守りや、安定した在宅生活の一助にもつながります。町内外を問わず、たくさんの皆さまのご協力をお願いします。

4月時点の登録 39店舗

募集期限 9月30日(火)



町ウェブサイト



申し込み・問い合わせ先 地域包括支援センター(包括支援係) ☎891-3321(内線1314)

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	氏名	年齢	地域
岡田 桜空	圭介 横井	鎌倉タカエ	98	五区
松家 風々	諒 花丸	三木 政数	75	五区
高橋 穂乃果	優 香 桜町北	白井 正人	73	青戸北
星野 尾 朔	賢 治 中原北	山下 君子	100	桜町南
原田 葵	大 輔 中代	森安 清	86	花枝東
清水 陽太	健 太 熊田	藤本 和樹	72	氷谷原
仙波 燈旺	雄 一 砂入	宮子	97	丸谷岡
中塚 耀	星 河 荒木	忠利	89	池戸下所
植田 菜月	海 都 高塚	藤池 忠利	97	丸谷岡
加藤 藍馬	ジェーヌ	貞中	89	池戸下所

※「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

歴史ある小学校がまた消える
井戸水に受けた恩恵底知れず
捨てられず兄の遺品が居場所取る
フオグラに引け取らない脂肪肝

田岡 弘
林 志津子
植村 とみ子
西本 晴美

寂しさに一人芝居が上手くなく
さえずりに枕正位置良き目覚め
味よりもインスタ映えの人氣店
絵手紙のお中元ですメロン描く
人間が好きでニンゲンやめられぬ

青木 實
奈良 正雄
黒川 佳朗
原内 千里
大高 正和

防衛省から令和7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)
航空学生 (パイロット)	海上:18歳以上23歳未満の者 航空:18歳以上24歳未満の者 (高卒者(見込含)又は高専3年 次修了者(見込含))	7月1日(火) ~8月29日(金)	1次:9月20日(土) 2次:10月16日(木)~10月23日(木) 3次:海上 11月21日(金)~12月17日(水) 航空 11月15日(土)~12月18日(木)	1次:10月10日(金) 2次:海上 11月13日(木) 航空 11月 6日(木) 最終:令和8年1月26日(月)
一般曹候補生 (第2回目)	18歳以上33歳未満の者 (32歳の者は、採用予定月の 末日現在、33歳に達していない者)	7月1日(火) ~9月2日(火)	1次: 9月13日(土)~ 9月21日(日) 2次: 10月11日(土)~10月26日(日)	1次:10月 2日(木) 最終:12月 4日(木)
自衛官 候補生	18歳以上33歳未満の者 (32歳の者は、採用予定月の 末日現在、33歳に達していない者)	年間を通じて 行っております	受付時にお知らせします	

裏面切取線に沿って切り取りご利用ください。

トRESTA 白山 割引券

2025.7.17 限定 (7月第3木曜日)

《お知らせ》

- ・レジャーブルグランドオープン
営業期間 7月20日(日)~8月31日(日)
- ・三木町民が対象です。
- ・入浴・売店は1人につき1枚。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。

FreeDial サーク サヌキ
0120-319-124

町の人口

令和7年6月1日現在 ()内は前月比

世帯数 11,190世帯 (1) 男 12,446人(△8)
人口総数 25,903人(△5) 女 13,457人(3)

5月中の異動

転入 58人 転出 54人 出生 16人 死亡 25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	12 (8)
救急	130	665 (578)

()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
発件数	6	22 (22)
死者	0	0 (0)
負傷者	7	25 (26)

()内は昨年同期



お知らせ・募集

県営住宅入居者募集のお知らせ

時 6月、9月、12月、3月の1日～10日ごろ
※応募がなかった住戸(一部を除く)については、常時募集

他 募集団地・要問い合わせ

- ① 入居資格・次のすべてに該当する人
- ② 住宅に困窮している
- ③ 同居親族、または同居しようとする親族がいる
- ④ 収入が所定の基準に該当している
- ⑤ 県税などの滞納がない
- ⑥ 暴力団員でない

問 あなづき公営住宅コンソーシアム(香川県営住宅管理センター)
☎ 832-35587

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3日(木)午前10時～午後3時
役場会議室棟4号会議室
左記問い合わせ先にて、事前予約が必要
必要書類については、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)
☎ 811-6020

映画「正義の行方」上映および講演会のご案内

時 7月6日(日)午後1時30分
所 香川県社会福祉総合センター1階
コミュニティホール(高松市番町)
無料
問 他 費用 定員:260人 予約:不要
香川県弁護士会事務局
☎ 822-3693

H1V感染症・梅毒匿名無料検査のご案内

時 7月9日(水)の午前9時～午前11時
所 大川合同庁舎3階会議室(こめき市津田町)

問 電話もしくはオンラインでの事前予約が必要です。詳しくはこちらから▽
東讃保健福祉事務所
☎ 0879-29-8261

広報みき6月号の訂正について

広報みき6月号9ページにおいて以下のとおり町の人口に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

	町人口(女)
正	13,454人(9)
誤	13,451人(△9)



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

雑誌リサイクル

内 メタ・ライブラリーで使用した令和4年7月号の雑誌を1人1冊お持ち帰りいただけます。

時 7月6日(日)午前9時30分から
所 メタ・ライブラリー内

どんぶりクラブのおはなし会

時 7月12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

「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の皆さまの参加、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 - □500円以上 賛助会員 - □1,000円以上

「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 3,496,000円 一世帯あたり 500円以上

問い合わせ先

社会福祉協議会・日赤香川県支部三木町分區 ☎ 891-3317

海の事故ゼロキャンペーン 《7月16日(水)～31日(木)》

「海難ゼロへの願い」をテーマに、官民の関係者が一体となり、海難防止思想の普及、高揚を図ることにより、海の事故を防止することを目的とした海の事故ゼロキャンペーンを全国一斉に実施します。今年の重点事項は次の4つです。

- ・小型船舶等の海難防止
- ・見張りの徹底及び船舶間コミュニケーションの促進
- ・ライフジャケットの常時着用等自己救命策の確保
- ・ふくそう海域等の安全性の確保

問い合わせ先

高松海上保安部航行安全課 ☎ 821-7008

下記割引券を切り取って、ご利用ください。

入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山	入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山	入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山	入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山
入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山	入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山	入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山	入浴半額 2025.7.17 限定 TRESTA 白山
10%OFF フロント売店 2025.7.17 限定 (一部商品を除く)	10%OFF フロント売店 2025.7.17 限定 (一部商品を除く)	10%OFF フロント売店 2025.7.17 限定 (一部商品を除く)	10%OFF フロント売店 2025.7.17 限定 (一部商品を除く)

まちかどスポーツ

MIKI*CHO

MIKI*CHO

新しい遊具たちが仲間入り!

令和7年2月に、三木町井戸の大三機工株式会社（代表取締役社長 真嶋 庸裕 氏）と株式会社トーキン（代表取締役社長 真嶋 孝典 氏）のご寄附を活用して、氷上小学校運動場などに新しいバスケットゴールや一輪車が整備されました。

4月から始業前や休み時間には、元気いっぱいの子もたちがバスケットボールを楽しんだり、一輪車の練習に挑戦したりする姿が多く見られるようになりました。子どもたちの活動の幅が広がり、笑顔あふれる時間が増えています。



寄附により整備したもの

バスケットゴール…1式
一輪車……………20台

屋内・外運動場放送設備……………各1式
楽器（ユーフォニアム、コルネット）…5台

5月29日(木)～6月6日(金)

プールそうじ大作戦

町内の小学校で児童と保護者が、プール掃除をしました。一人ひとりが積極的に掃除に取り組み、予定よりも早くきれいになりました。はじめは、ぬるぬるして真っ黒なプールでしたが、みんなのおかげで、ぬめりも、くろずみもなくなりました。6月中旬から、きれいなプールで泳ぐのが楽しみですね。



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ても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19%の省エネ（年間電気代約5,420円お得）
※冷房能力2.8kWクラス、2015年の平均値と最新型の比較
- < 冷蔵庫 > 10年前と比べて約27～36%省エネ（年間電気代約2,820～4,370円お得）
※定格内容積401L～450L、2015年の平均値と最新型の比較
- < 照明器具 > ・白熱電球→電球形LEDランプ約86%の省エネ（年間電気代約2,883円お得）
・蛍光灯シーリング→LEDシーリング約50%省エネ（年間電気代約2,108円お得）
※電球形LEDランプの寿命は約40,000時間(白熱電球の約40倍)
- < テレビ > 10年前と比べて約42%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



《新しいラベルのポイントは主に3つ》

多段階評価点
市場における製品の省エネ性能を高い順に5.0～1.0までの41段階で表示します。

省エネルギーラベル
トップランナー制度における、機器区分ごとに定められた省エネ基準をどの程度達成しているかを表示します。

年間目安エネルギー料金
当該製品を1年間使用した場合の経済性を、年間目安エネルギー料金で表示します。（※年間目安エネルギー料金とは、年間の目安電気料金、目安ガス料金または目安灯油料金のことを指します。）



問い合わせ先

環境下水道課(環境保全係)

☎891-3315(内線4115)

第21回 META CUP 2025

- 日時** 8月18日(月) 9:30 ~
《9:35 小学生部門(題: 将来の夢)、9:45 中学生部門(題: 自由)、10:00 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 2025」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「将来の夢」です。
《中学生》「META CUP 2025」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。
※参加希望者が多数の場合は、7月末に選考により参加者を決定し、その旨を通知します。
- 申込期限** 7月14日(月)までに生涯学習課へ提出してください。

申し込み・問い合わせ先 生涯学習課(生涯学習係) ☎891-3314 (内線2513)

国民年金保険料免除等の申請について

令和7年度分(令和7年7月分から令和8年6月分まで)の免除等の申請受付を7月1日(火)から開始します。免除等の申請を希望する人(令和6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月の法改正により、2年1カ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下記までお問い合わせください。なお、マイナポータルからスマートフォンで国民年金手続きの電子申請ができます。マイナンバーカード、数字4桁のパスワードをご用意のうえ、右記から申請してください。



マイナポータル

問い合わせ先 住民健康課(生活係) ☎891-3303(内線1115)、高松東年金事務所 国民年金課 ☎861-3866

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さることにより、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、吐き気など
 - 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!



特に注意したい人

体温の調節能力が十分に発達していないお子さんや、暑さや水分不足に対する感覚機能やからだの調整機能も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
- ※自力で水分を摂ることができない、意識がない場合は、直ちに救急車を要請しましょう!
※持病などにより、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。

日常生活で気をつけたいこと

- こまめな水分補給
・のどの渇きを感じなくても、こまめに補給し、大量の汗をかいたら、塩分も忘れずに!
- 暑さを避ける
・暑い日や暑い時間帯の無理な外出を避ける
・屋外では、日傘の利用や帽子を着用(帽子は時々外して、汗の蒸発を促す) ・適宜休憩し、無理をしない
- 住まいの工夫 ・換気、遮光カーテンやすだれを利用し、室温を上がりにくくする ・冷房の利用、扇風機の併用
- 衣服の工夫 ・ゆったりとした衣服で通気性のよい、吸湿・速乾素材を活用する
- 暑さに慣らしていく ・本格的な暑さが来る前に、徐々に身体を暑さに慣らしていきましょう



スマホ教室の開催について

スマートフォン利用に関する理解の向上をめざし、毎週金曜日にスマホ教室を開催しています。ぜひ「楽しみながら」の気持ちでご参加ください。

専用車両で実施!



- 開催日** 7月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)
- 場所** マルナカ三木店北側出入口前
- 定員** 各講座3人
- 参加費** 無料
- 申込期間** 定員に達するまで
- その他** 何回でも参加可能

全日程の確認はこちら



時間	講座名
11:00～12:00	スマホを触ってみよう
13:00～14:00	スマホの使い方(基礎編)
14:30～15:30	スマホの使い方(応用編)
16:00～17:00	デジタルリテラシーを身に付けよう

スマートフォンをお持ちでない人も参加できます。上記以外の日程でも開催していますので、町ウェブサイトや各月の広報みきをご確認ください。

申し込み・問い合わせ先 ———— スマホ教室受付窓口 ☎0800-111-9442(年中無休)

初心者向け 大人の水泳教室

大人の水泳教室を実施します。子どもの頃に自己流で泳いでいた人、基礎から泳ぎを学び直したい人、泳ぎが苦手だけど・・・子ども(お孫さん)と泳ぎたいなど・・・今からでも泳げるようになりますよ!!泳ぎのコツを専門の指導者が教えてくれます。参加をお待ちしています!!

- 日程** 7月1日(火)、8日(火)、15日(火)、29日(火)、8月5日(火)の計5回
- 教室時間** 9:00～10:00
- 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
- 場所** B&G海洋センター(プール)
- 対象** 20歳以上
- 参加費** 無料
- 申込方法** 事前電話予約 当日の受付はしていません。
- その他** 参加風景等の撮影をします。撮影した写真は、町ウェブサイトなどで紹介することがありますので、ご了承ください。

申し込み・問い合わせ先 ———— B&G海洋センター事務所(上高岡2544-3) ☎899-1155

水中ウォーキング参加者募集!

～地域包括支援センター・B&G海洋センター共催～

膝・腰・肩の痛い人、大歓迎!

- 日時** 7月10日(木)、16日(水)、24日(木)、31日(木)
8月14日(木)、20日(水)
6回コース 13:30～1時間程度
- 場所** B&G海洋センター
- 定員** 20人程度
- 対象** 町内在住の65歳以上で介助なく水中歩行でき、6回とも受講可能な人
- 講師** 健康運動指導士 石田 佳二 氏・池田 陽子 氏
- 申込方法** 電話または窓口でお申し込みください。
- 申込期間** 6月24日(火)～7月2日(水)土日を除く ※定員に到達次第、募集終了です。



申し込み・問い合わせ先 ———— 地域包括支援センター ☎891-3321(内線1313)

三木町×香川大学 健やかあすなるプロジェクト

お子さんが不登校、登校渋りがある そんなときはフリースペースに来ませんか?

フリースペースの詳細はこちら▼

- 日時** 毎週火曜日、木曜日13:00～15:00
 - 場所** 平木文化センター(鹿伏256-1)
 - 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
- ※学校の出席日数に加算されます。



予約はこちら▼

- 対象** お子さんが不登校や登校渋りで悩みの保護者、フリースペースに関心のある人
- 場所等** 平木文化センターにて13:00～17:00、要予約。



下記①に電話または右記ウェブサイトの問合せ・相談メニューからお問い合わせください。

申し込み・問い合わせ先 ———— ①NPO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
②教育総務課(総務係) (9:00～17:00) ☎891-3313 / ③こども課(母子保健係) (9:00～17:00) ☎891-3322

公民館だより

池戸商工センター



☎891-0876

参加者
大募集

*夏休み子ども現代日本画アート教室 ～☆もみ紙に絵を描こう☆～

夏休みの工作にぴったり!子ども現代日本画アート教室に参加しませんか?もみ紙(麻紙に日本画の絵具で色をつけて揉んだ紙)に好きな絵を描いて楽しみましょう。日本画の先生が教えてくれますので、ぜひご参加ください!



日時:7月25日(金) 13:00～15:00 講師:久保 千晴 先生(香川県日本画研究会 代表) 他
対象:小学生(低学年1～3年生は保護者同伴) 定員:10人(定員になり次第締切)
費用:無料 持参物:汚れてもいい服装、雑布(汚れてもいいタオルなど) 申込期限:7月19日(土)

井戸公民館

☎898-6404

参加者
大募集

*1日体験教室「UVレジンでいろいろな小物に挑戦しよう」

UVレジンを使って色々な飾りをつけた小物を作ります。自分用に、家族用に色々なものにチャレンジし、感謝を込めてプレゼントしてみてもいいですか。

開催日:8月3日(日) 時間:9:30～11:30 対象:小学生以上 費用:500円(材料費)
講師:辻 圭季 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25日(金) 申込方法:電話でお受けします。



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27日(日) 13:30～14:30 対象:どなたでも 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) 費用:無料 持参物:飲み物、タオル 申込期限:7月23日(水)

6月23日から29日は「男女共同参画週間」

「誰でも、どこでも、自分らしく」

内閣府から、令和7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」へ向けてみんなで男女共同参画について考えてみませんか?



ウォーキングセンター



出店者
募集中

☎891-1789

*毎月第2日曜日は、しらやま朝市の日

日時: 7月13日(日) 8:30 ~ 9:30開催(雨天決行)

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



参加者
大募集

*第22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どもたちによる踊りも披露されます。また、しらやま朝市出店者や商工会などの協力で、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。盆おどりの飛び入り参加も大歓迎です!

日時: 7月26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、27日(日)に順延

※臨時駐車場(きただい医院、コスモス三木店西側広場)

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7年度わいわい塾

大人を対象とした今年度わいわい塾では、6月7日(土)に「さをり織り体験講座」を開催しました。昔ながらの木枠でできた足踏み式の旗織り機に、自分の好きな色糸を使って織っていく体験をしました。最初に先生から旗織り機の説明と操作方法を教わった後、自分の好きな色糸を選び、各自旗織り機に向って一生懸命に足と手を動かして織っていました。徐々に扱いにも慣れてきて、出来上がる速度が速くなり、最後には自分オリジナルのストールを編み上げて、皆さん満足そうでした。



申込延長: 子ども体験塾 7月5日(土)和太鼓体験 申込期限: 6月29日(日)

※詳しくは広報みき6月号をご確認ください。ご応募お待ちしております!

田中公民館

☎898-0504

こんなこと
やりました

*第31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)

田中公民館では、5月18日(日)午前9時から、「第31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、田中幼稚園・田中小学校の絵画の作品、芸能部門では、園児の手遊びや体操、舞踊、カラオケ、ヨーガ、フォークダンス、吹奏楽等、日頃の練習の成果を皆さんに見ていただきました。毎回、公民館の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等が販売され、多くの人で賑わいました。





三木中学校2年
(現三木中3年)

中野 杏虹

「〇〇や〇〇いんな人だよな。」私を含め、この言葉はみんな度は口に出して言ったり思ったりしていると思います。それだけ私たちの身近にある言葉だからです。

私が小学生の時、気が強くて怖い子と噂されている子がいました。男の子とよくけんかしていたとか、女の子を泣かせたとか、そんな話を聞いて、私はその子に「気が強くて怖い子」という見えないふせんを貼って、距離を取るようになりました。

しばらくして、私が風邪をひいて学校を休んだ時、その子が私に話しかけてきました。今まで話したことになかったので身構えましたが、その子は「大丈夫だった？休んでた時のノート貸すからなんかあったら私に言っいな。」

と言いました。あれ、思ったより怖くない。それから何度かその子と話すようになり、その子と接するたびに、気が強い人ではなく面倒見がいい人、怖い人ではなく優しい人という印象に変化していったのです。今まで知らなかった一面をたくさん感じる中で、その子に貼っていたふせんを剥がして、そのままの姿で接するようになり、その子に貼っていたふせんを剥がすように決めつけました。それと同時にその子に決めつけをしてしまった、ふせんを貼って距離を取ってしまったこと、今まで周りの人を貼られたふせんだけで判断して接してしまっていたことをとても後悔しました。

私の思う見えないふせんは、個人に持つ偏見だと思っています。その偏見が差別やいじめ、人種差別につながって

まっ。この人は肌が黒いから、この人は外国人だから、この人は自分たちとは違うから、このやっかめつけた、たっさんのふせんで壁ができてくるのだと思います。

人は少なからずふせんを貼ったり、貼られたりして生きています。貼ったふせんは刃物になり人の心を傷つけ、貼られたふせんは重たい足枷になります。SNSが発達した世の中では簡単にふせんを貼ることができ、すぐに剥がすことはできません。今も見えないふせん、大勢からの偏見に苦しんでいる人がたくさんいます。

どうして私たちはいついつ偏見を持ってしまうのでしょうか。三、四年前コロナ禍で学校に行けなかったりマスクをしたりして、友達やクラスメイトの顔が見えなくなりました。こういった変化で私たちは人と関わるのが怖くなり、その代わり他人のことを想像や偏見で見えるようになったのだと思います。

「コロナが収まった今でも、私はまだ、そのままだと人との関わりが怖いんです。貼られたふせんで人を見てしまうことがあります。でも、そうしていても何も変わりません。壁は厚くなり、もう誰もそのままだと関わることもないかもしれないです。でも、それは悲しいし、もったいないと思います。そう思うのは、私自身が小学生の時、偏見の恐ろしさや、自分が思っているより人は怖くないというのを知ったからです。」

私たちにどうして国際的な差別などの大きな問題に関わることはまだ遠く、現実味のないことです。だからこそ、自分の身近なことや相手への思い込みのふせんを剥がすことから始めようと思います。

きっと、その小さな行動の積み重ね、見えないふせんを剥がすことができたなら、その先にあるのは、みんなが受けるべきまますけ止められ、誰かに印象を左右されることなく、自分にも友達にも素直に向き合えるようになるのではないかと、そう思います。

太陽光発電設備契約の勧誘トラブル

突然訪問してきた事業者が「太陽光発電設備を設置すると電気代が安くなる。今日中に契約すれば割引できる。」などと強引に勧誘されて契約をしたり、既に設置している太陽光発電設備の無料点検の提案をきっかけに家庭用蓄電池を勧誘されたりといった相談が寄せられています。訪問してきた事業者の名称や目的などをしっかり確認しましょう。勧誘を受けても業者の説明をうのみにせず、自分でも情報を収集して総合的に判断することが大切です。困った時は消費生活センター（局番なし188）に相談してください。

問い合わせ先

香川県消費生活センター ☎833-0999

管理栄養士の食育LIFE通信 「暑い夏をのりきるための食事のポイント」

①暑い時期こそバランスよく

めん類などの単品の食事になりがちですが、それだけでは栄養が不足する可能性があります。主食（ごはん・パンなど）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品など）・副菜（野菜など）をバランスよく食べることが大切です。

②ビタミン B1 で疲労回復

ビタミン B1 は炭水化物をエネルギーに変えるときに使われる栄養素で、夏場は消耗が激しくなり、不足しがちになります。豚肉、うなぎ、大豆、玄米などに多く含まれており、アリシンという成分を含む食品（にんにく、にら、ねぎなど）と一緒に食べることで吸収がよくなります。

③ビタミン C で抵抗力を高める

ビタミン C には、ストレスや暑さに対する抵抗力を高める働きがあります。野菜や果物に多く含まれています。

④香辛料や香味野菜で食欲アップ

しょうがやわさびなどの香辛料、しそやみょうがなどの香味野菜には食欲を増進させる働きがあるので、上手に利用しましょう。

⑤水分補給はこまめに

脱水症状や熱中症を防ぐために、のどの渇きを感じる前のこまめな水分補給を心がけましょう。ただし、甘い飲み物は糖分を多く含んでいるので注意が必要です。また、カフェインを含む飲み物（緑茶やコーヒーなど）やお酒は水分補給には適しません。

管理栄養士の食育LIFE通信は町ウェブサイトでも年4回掲載しています。次回の広報みきでの掲載は、9月号の予定です。





2025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 防 少年相談 10:00～15:00	2 防 心配ごと相談 10:00～15:00 会 行政相談 10:00～15:00 テ 一般向テニス教室	3 会 年金相談 10:00～15:00	4	5 防 第1回 ゲートボール教室
6 医 中原医院(内) 下高岡 898-0259	7	8 防 少年相談 10:00～15:00	9 テ 一般向テニス教室	10	11	12
13 医 小西医院(内・耳鼻) 氷上 898-0157 薬 クオール薬局 三木平木店 平木 891-1801	14 会 人権相談 10:00～12:00	15 防 少年相談 10:00～15:00	16 防 心配ごと相談 10:00～15:00 会 障がい者相談 10:00～15:00 テ 一般向テニス教室	17	18 用 健康相談 (健康・栄養) 10:15～11:15	19
20 医 四宮医院(内) 高松市西植田町 849-0201 テ テニス部第3回 交流会	21 医 木村医院(内) 高松市前田東町 847-6002 薬 クオール薬局 前田東町店 高松市前田東町 847-8011	22 防 少年相談 10:00～15:00	23 テ 一般向テニス教室	24 神 健康相談 (健康・栄養) 10:15～11:15	25	26
27 医 森岡メンタル クリニック(心内) 氷上 891-9877 薬 くま薬局三木店 氷上 840-2575	28	29 防 少年相談 10:00～15:00	30 テ 一般向テニス教室	31 函 献血 9:00～11:30 12:30～16:00	マイナンバー開庁日 (住民健康課) 7月6日(日) 9:00～12:00 7月8日(火) ～19:00	

町税等の納期

6月分 町県民税(全期・第1期)

納期限 6月30日(月)

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)

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31日(木)

●…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24時間

・小児救急電話相談 (#8000 または ☎823-1588) 毎日24時間

- 医 休日当番医
- 歯 休日当番歯科医
- 薬 休日当番薬局
- 会 役場会議室棟
- 防 防災センター
- 体 B&G海洋センター
体育館

- 防 すばーく三木
屋内ゲートボール場
- テ 総合運動公園テニスコート
- 防 総合運動公園サッカー場
- 用 井戸公民館
- 神 神山公民館
- 函 農村環境改善センター

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



大切な人だから、
信じられる場所へ。

高松
久米山
やすらぎの杜

自然に囲まれた心休まる墓地公園 高松市内から車で約20分

お問い合わせ・資料請求は

高松久米山 やすらぎの杜

☎ 087-847-4939

〒761-0312 高松市東山崎町1098

営業時間 9:00~17:00(定休日:年末年始)

■管理法人/宗教法法人清水神社 ■許可番号/第51-1号 ■許可日/昭和52年4月22日 ■管理運営/中谷石材株式会社

永代供養墓

2万円
から

故人と遺族、どちらの
気持ちも尊重できるお墓。



樹木葬

自然と共に、穏やかに
眠れるお墓。



永代供養・樹木葬の特徴

- 宗教宗派
問わず
宗教・宗派関係なく
ご安心して
ご利用いただけます。
- 墓地清掃の
不要
常駐スタッフの
清掃により、清潔に
保たれた墓園。
- 生前の
申し込み
生前、いつからでも
お申し込み
可能です。

広告

ご存じですか

2016年 厚生労働省 国民健康・栄養調査

60歳以上では **2人に1人** が **高血圧** です (140/90mmHg以上)

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

Meitoku Home's One-Story Living Series

平屋特集

ご来場特典
QUOカード
500円分
プレゼント!



明徳ホーム設計部 設計長
一級建築士 **玉木 正志**
住まわれるお客様の思い入れを1番に考え、
プランを作成します。
お客様の夢が叶う住まい造りを設計します。

- こんなお悩みありませんか?
- ☑ 夏の猛暑・冬の厳寒への不安
 - ☑ 高騰し続ける光熱費・ガス料金代
 - ☑ 老後の年金生活への不安
 - ☑ 災害・停電時の対策

将来を見据えた、これからの住宅。
自給自足 X-ZEGA
光熱費 **10万円** 住宅の秘密
詳しく解説いたします!

香川県木田郡三木町大字氷上字南中川1941番2
●建築業許可番号 香川県知事(特-4)6456号 ●一級建築士事務所 香川県知事1615号
●宅地建物取引業免許 香川県知事(6)第3549号

※現地にスタッフは常駐しておりません。必ずご予約の上ご来場下さい。
※【特典】1家族様1回に限り、新規ご来場の上アンケートにご協力頂いた方が対象です。

株式会社明徳ホーム [本社] 〒761-8011 高松市香西北町489番地1 [営業時間] 10:00~17:00 [TEL] 087-881-8885

三木町では、町が管理する資産を広告媒体として活用し、民間企業等の広告を掲載することにより町の新たな財源の確保と地域経済の活性化を図るため、広告事業に取り組んでいます。広告内容のお問い合わせは直接広告主へお願いします。なお、広告内容は町が推奨するものではありません。広告掲載の申し込みは株式会社ジチタイド(TEL:092-716-1401)にご連絡ください。