



## 心を一つに！一致団結運動会！

(関連記事 11ページ)

## 低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金のご案内

食品等の物価高騰に直面し、影響を特に受ける低所得の子育て世帯に対し、生活の支援を行うため、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

**支給対象者** 以下のいずれかに該当する人

(ひとり親世帯)

- 令和5年3月分の児童扶養手当を受給した人
- 公的年金等(※)を受給していることにより、令和5年3月分の児童扶養手当の支給を受けていない人  
※遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償などが該当
- 食品等の物価高騰の影響で収入が急変し、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準になっている人

(その他世帯)

- 令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金を受給した人
- 対象児童(平成17年4月2日～令和6年2月29日生まれの児童または平成15年4月2日～令和6年2月29日生まれの特別児童扶養手当対象児童)の養育者であり、以下のいずれかに該当する人  
・令和5年度住民税(均等割)が非課税の人  
・令和5年1月1日以降に食品等の物価高騰の影響で収入が急変し、住民税非課税相当の収入になった人(住民税未申告の場合は対象になりませんので、税務課で申告をしてください)

**支給額** 児童1人あたり一律5万円 **申請期限** 令和6年2月29日(木)まで

**給付金の申請手続き・支給時期**

- 令和4年度に実施した子育て世帯生活支援特別給付金(※前回の給付金)を受給した人
- 令和5年3月分の児童扶養手当を受給した人  
→申請は不要です。※前回の給付金、または令和5年3月分児童扶養手当を受給した口座に5月31日に振込済です。ただし、令和5年3月1日から令和6年2月29日までに生まれた児童については別途申請が必要です。
- 上記以外の人  
→申請が必要となりますので、申請書に振込口座などを記入し、必要書類とともに提出してください。申請内容を確認後、支給要件に該当する人の指定口座に振り込みます。  
→公務員(児童手当法第17条第1項に規定する人)は申請が必要です。所属庁(職場)から証明(児童手当受給状況証明)を受け、申請書を提出してください。

問い合わせ先

こども課(こども家庭係) ☎891-3322(内線1813・1814)

## 子育て支援医療の対象年齢拡大について

8月1日(火)から、子育て支援医療の助成対象が「15歳に達した最初の3月31日まで」から「18歳に達した最初の3月31日まで」に拡大されます。対象年齢の拡大に伴い、次のとおり受給資格者証の更新を行います。

- ・誕生日が平成20年4月2日以降の人(中学3年生までの人)→有効期間を延長した受給資格者証を7月中にお送りします(申請は不要です)。
- ・誕生日が平成17年4月2日から平成20年4月1日までの人→申請書の提出が必要です。対象者には6月中に申請書をお送りしますので、7月14日(金)までに提出をお願いします。8月1日受診分から助成の対象となります。

※ひとり親家庭等医療や、重度心身障害者等医療の対象となっている人の変更はありません。現在お持ちの受給資格者証をそのままご利用ください。

問い合わせ先

こども課(こども家庭係) ☎891-3322(内線1813)

## 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、暑さに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で、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。

### 日常生活で気をつけたいこと

- 水分補給  
・起床時、入浴前後の水分補給  
・のどの渇きを感じなくても、こまめな水分補給  
・大量の汗をかいたときは、塩分も忘れずに\*
- 暑さの回避  
・暑い日や暑い時間帯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、日傘を利用したり帽子を着用したりする(帽子は時々外して、汗の蒸発を促す)
- 住まいの工夫  
・換気したり遮光カーテン、すだれを利用したりすることで、室温を上がりにくくする  
・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にする  
・通気性のよい、吸湿性や速乾性がある素材を活用する

### 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だけではなく、身体の調整機能も低下している高齢者には、特に気を配るようにしましょう。また、障がいがある人についても、自ら症状を訴えられない場合があるので、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、身体を冷やす  
・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。



## 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5年7月31日(月)までとなっています。新しい保険証(茶色)は7月中旬から被保険者の全世帯に**特定記録**で郵送します。古い保険証(紫色)は、8月1日(火)以降、住民健康課保険医療係(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、新しい保険証が届かなくなります。住民係(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ります)。

### ◎令和5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

#### 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。有効期限以降にお使いいただける保険証兼高齢受給者証は誕生月の末日(1日生まれの人は前月末日)までに郵送しますので、有効期限に気を付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、誕生日の前日までの有効期限となります。有効期限以降にお使いいただける後期高齢者医療の保険証は、香川県後期高齢者医療広域連合から送付されます。

### ◎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)未納世帯は、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?

保険税の所得割額は、前年の所得を基準として算定されます。世帯主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、所得が遺族年金・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)

## 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5年7月31日(月)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**です。更新開始日以降に保険医療係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20日発行予定)をご覧ください。

**更新開始日** 7月20日(木)から ※長期入院の限度額認定証を更新する場合は、8月31日(木)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)

## 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。

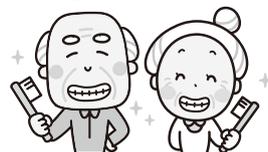
定期的に歯科健診を受けて、健康長寿をめざしましょう!

※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な危険性が高い状態のこと

**対象者** 75歳(昭和22年4月2日～昭和23年4月1日に生まれた人)

80歳(昭和17年4月2日～昭和18年4月1日に生まれた人)

**健診期間** 7月1日(土)～令和6年2月29日(木) **費用** 無料



問い合わせ先

住民健康課(健康係) ☎891-3303(内線1118)

## ■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)

**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。
- ・妊娠中および妊娠の可能性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、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。

**受診の際のお願い**

- ・体調不良の人は検診をお断りします。
- ・マスク着用にご協力ください。
- ・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】

月 日	実施会場	受付時間
7月6日(木)	津柳地区コミュニティセンター	9:00 ~ 9:20
	堂ヶ平集会所	9:40 ~ 9:50
	中山生活改善センター	10:10 ~ 10:30
	広野生活改善センター	10:50 ~ 11:00
	神山一区集会场	13:00 ~ 13:20
	神山公民館	13:40 ~ 14:00
	西鹿庭公民館	14:20 ~ 14:40
7月13日(木)	田中公民館	● 9:00 ~ 11:00
7月25日(火)	浄土寺駐車場	9:00 ~ 9:50
	井戸公民館	10:10 ~ 11:30
	文化交流プラザ(北側玄関横の駐車場)	13:30 ~ 15:30 ★17:00 ~ 19:00
8月29日(火)	文化交流プラザ(北側玄関横の駐車場)	9:00 ~ 11:00

● 7月13日(木)は胃・子宮頸・乳がん検診も同時実施します。

★ 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。

**対象** 三木町にお住まいの人(全年齢対象)

**とき** 7月7日(金) 9:30 ~ 11:30 **ところ** 井戸公民館 **料金** 無料

**予約受付** 6月23日(金)~定員に達するまで 9:00 ~ 17:00(土日祝日は除く)

**測定の際のお願い** ・体調不良の人は測定をお断りします。 ・天候等によって中止となる場合があります。

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

## 健康だより 「健診」と「検診」

香川大学医学部衛生学 宮武 伸行

みなさん、「健診」と「検診」の違いが分かるでしょうか?いずれも「けんしん」と読みますが、「漢字が違うだけ!」ではありません。「健診」は、健康診断の略語で、健康度を知ることによって、今後の生活習慣の改善等に役立てるものです。乳児健診、学校や職場での定期健康診断が該当します。一方、「検診」は、病気の発見を目的に行うものです。胃がん、肺がん等のがん検診、結核検診等が該当します。

このように、同じ「けんしん」でもそれぞれ目的が違ってきます。みなさんもいろいろな「健診」「検診」を受診していると思いますが、目的を知って、上手に活用してみてください。



# 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5年7月31日(月)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、全ての被保険者に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、住民健康課保険医療係(④番窓口)へお申し出ください。  
※香川県後期高齢者医療広域連合から、住民票に記載されている住所地へ送付します。送付先の変更等の個別対応はできませんので、住所地以外への送付をご希望の人は、事前にお近くの郵便局へ転送の届出を行ってください。

## 被保険者証

カードサイズで、色は『黄色で左右の端に緑色のライン』です。紛失等には十分ご注意ください。  
※宛名等を記載している台紙から、被保険者証部分をはがし取ってご使用ください。



**古い被保険者証との主な変更点** 【表面】両端が橙色から緑色に変更

## 被保険者証を受け取ったら

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、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

保険医療係までお返しいただくか、ご自身で破棄をお願いします。

## マイナンバーカードが健康保険証として利用できます

オンライン資格確認を導入した医療機関・薬局では、マイナンバーカードを健康保険証として利用できます。利用に必要な事前申し込みは、マイナポータル(※)で受け付けています。また、マイナポータルでは、健康情報やお薬の情報が確認できます。  
(※)子育てや介護をはじめとする行政手続の検索やオンライン申請が一括できたり、行政からのお知らせを受け取ったりできる自分専用のサイトです。

# 令和5年度 後期高齢者医療保険料額が決定されます

令和5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4年(2022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

$$\text{年間保険料 (限度額66万円)} = \text{均等割額 50,800円} + \text{所得割額 基礎控除後の総所得金額等} \times \text{所得割率9.80\%}$$

※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額(最大43万円)を控除した額のことです。

## ●納付方法

### 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。
- ・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。

全国のコンビニエンスストアやスマートフォン決済アプリ、ゆうちょ銀行の窓口で保険料を支払えるようになりました。納付書が1枚ずつ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。



※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。

## ◆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、保険医療係へお申し出ください。

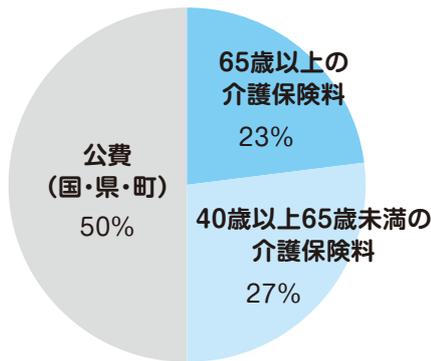
- ※納付方法を口座振替に変更しても、納付していただく年間の保険料額は変わりません。
- ※町指定金融機関等に口座振替依頼書を提出していただき、その本人控をご持参のうえ、お申し出ください。
- ※ゆうちょ銀行については、口座振替はできません。

## 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事務局 ☎811-1866

# 65歳以上(第1号被保険者)のみなさんへ 介護保険料決定通知書を送付します

## 【介護保険サービスの財源】



令和5年度介護保険料決定通知書を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」に変更と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)のほかに、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、介護療養型医療施設、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	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
	老齢福祉年金受給者							
第2段階	前年の合計所得金額+年金収入額が80万円以下	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	490円(420円)	370円	820円	490円	390円	600円
第3段階①	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
第3段階②	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 夫婦:1,500万円以下	1,310円(820円)	370円	1,310円	1,310円	1,360円	1,300円

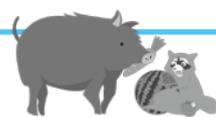
( )内の金額は、介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合の額です。

問い合わせ先

福祉介護課(介護保険係) ☎891-3304(内線1215・1217)

## 集落や地域で農地を守りませんか?

近年、イノシシやサルなどの有害鳥獣の生息範囲の拡大や生息頭数の増加に伴い、農作物の被害が多くなっています。有害鳥獣から農地を守るには、侵入防止柵の設置や追い払いを行うなど、集落や地域ぐるみで対策を講じることが効果的であるとされています。取組の一つとして、本町や県による、有害鳥獣の習性を知るための学習会の開催、被害発生要因の確認や侵入防止柵の点検を随時行っていますので、希望する人は下記までお問い合わせください。



問い合わせ先

農林課(農林係) ☎891-3308(内線1614)

# 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5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で支え合っていく制度です。みな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・カラーの数字は令和5年度改正箇所です。

1世帯の限度額は <b>104万円</b>	限度額は65万円	限度額は <b>22万円</b>	限度額は17万円
<b>保険税</b> ①所得割額 + ②均等割額 + ③平等割額	<b>医療給付費等分</b> (加入者全員) 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	<b>後期高齢者支援金等分</b> (加入者全員) 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	<b>介護納付金分</b> (40~64歳の加入者) 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 課税基準額は、令和4年中の総所得金額から基礎控除額を差し引いた額です。総所得金額が2,400万円以下の場合、基礎控除額は43万円です。

## 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、納税通知書は世帯主に送付します。

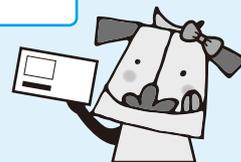
## 保険税の納付方法

### (1) 特別徴収(年金から天引き)

次の要件を全て満たす世帯主は、公的年金から特別徴収されます。

- ①世帯主が国保に加入している。
  - ②世帯主の介護保険料が特別徴収対象年金から特別徴収されている。
  - ③世帯内の国保加入者全員が、65歳以上75歳未満である。
  - ④世帯主の特別徴収対象年金が年額18万円以上で、保険税と介護保険料の合計額が特別徴収対象年金定期支給額の1/2を超えない。
- ◎対象となる人でも、納付方法を口座振替に変更することができます。  
◎75歳になる年度は、公的年金からの特別徴収ができず、普通徴収となります。

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。



### (2) 普通徴収

普通徴収には、納付書での納付(納税通知書と併せて送付します。)と口座振替の2つの方法があります。納付場所は納付書裏面をご覧ください。

## 保険税の軽減について

※太字・カラーの数字は令和5年度改正箇所です。

世帯の前年中所得が一定基準以下の場合、保険税の均等割額と平等割額が軽減されます。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 + <b>29万円</b> ×(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 + <b>53.5万円</b> ×(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)

介護保険料・国民健康保険税のほか、各種町税、保険料は全国のコンビニエンスストア・スマートフォン決済アプリからも納付できます!詳しくは右記QRコードからご確認ください。納期限をご確認のうえ、ぜひご利用ください。



納期限を  
確認  
してね!



# おめでとう ございます

このたび、長年のご活躍により、その榮譽に浴されました。



谷井 満智子氏  
下高岡(70歳)  
元 民生委員



清水 郁子氏  
田中(75歳)  
元 民生委員



石濱 敏男氏  
井上(79歳)  
元 主任児童委員

## 学校給食センターの整備について

令和5年  
7月から

学校給食センターの建設等の工事を開始します。  
配送校(小学校4校)の配膳室等の整備も同時に進めていきます。

給食センター外観イメージ

◎給食センター整備場所



三木町大字鹿庭乙255番地  
(鹿庭コミュニティセンターグラウンド部分)

5つのポイント

安心安全な  
学校給食の提供

学校給食衛生基準と  
HACCP(※)に準拠

多彩な献立への  
対応

スチームコンベクションオープン、真空冷却機の設置等

食育の推進

ICTを活用し、各学校とつながる食育を実施等

食物アレルギーへの対応

専用のアレルギー対応食調理室を設置

災害発生時の対応

移動式回転釜の配置、かまどベンチ・防災トイレの設置等

※HACCPは、アメリカのアポロ計画で宇宙食の安全性を確保するために発案された衛生管理手法です。現在では衛生管理の国際的な手法になっています。

整備スケジュール

給食センター

R5.7~R6.6  
建設等工事

R6.7~R6.8  
開設準備

R6.9  
給食提供開始

配送校

R5.7~R6.6  
エレベーター等の工事

R6.7~R7.3  
配膳室等の工事



## 実行委員会 & 各専門部会始動!!

実行委員会



5月8日(月)に令和5年度第1回「獅子たちの里 三木まんで願。」実行委員会が開催されました。同月には各専門部会も始まり、部会員のみな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。昨年は3年ぶりの開催となりましたが、大盛況のうちに終えることができました。今年によりパワーアップしたお祭りとなるよう創意工夫を凝らしていきます!

また、本実行委員会で「獅子たちの里 三木まんで願。」は下記の日程で開催決定しました。

**とき** 10月28日(土) 12:00 ~ 20:00      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。→

**ところ** ショッピングセンターバルシティ駐車場      三木町文化交流プラザ一帯(大字鹿伏360番地)      Instagram



### 【三木音頭 KIT\*舞うちわ】デザイン募集

「獅子たちの里 三木まんで願。」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!自分のデザインでお祭りのトレンドアイテムであるうちわを飾ってみませんか?みなさんのご応募お待ちしております。

**募集詳細** 町ウェブサイト

**募集期間** 7月31日(月)17:00まで      **応募方法** 地域活性課に持参もしくは郵送



町ウェブサイト



▲2019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)

## 『宅配店マップ』の仲間に加わりませんか

自宅などに訪問が可能な商店の一覧表である宅配店マップに、掲載を希望する新規店舗を募集します。宅配を行う店舗の人、高齢者の力になりたい事業所の皆さま、ぜひご協力をお願いします。

**募集期間** 9月29日(金)まで

配達していただくことで、地域で高齢者の見守りを行い、安定した在宅生活の一助になればと作成しています。4月現在、衣・食・住・理美容やメガネ・補聴器等のお店45店舗が登録しています。



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

フリースペースに来ませんか? 週に2回開催しています!

**場所** 白山文化センター **日時** 毎週火曜日、木曜日 13:00 ~ 15:00

**対象** 学校以外に居場所がほしい生徒や相談したい保護者 **活動** 外遊び、工作、カードゲーム、パズル、卓球、ダーツなど自由

**無料相談** 小児科医(13:00~17:00)、スクールカウンセラー(7月4日(火)13:00~15:00)要予約。※学校の出席日数に加算されます。

**オンライン子育て交流会** 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11日(火) 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

**テーマ** 「子どもに効果的に教える」※申し込み完了後にZoomのURLを送ります。

※今回は、氷上保育所内の「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

**あすなる文庫@メタ・ライブラリーと白山文化センター**

ハイスクールプロジェクト「多様な進路を探ろう! ~定時制・通信制編~」を無料配布しています。子どもの心と体、発達障がい、不登校、思春期、ネット・ゲーム、子育て、夫婦問題、性教育、子連れ離婚、虐待、絵本、小説など幅広く本を集めています。

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

## コミュニティ助成事業実績報告「鹿庭一区自治会」

このたび、鹿庭一区自治会がコミュニティ助成事業により助成を受け、集会場の備品を整備しました。老朽化した備品を新調したことで、活動に対するモチベーションも向上し、より一層、住民同士の親睦や地域の活性化に取り組んでいけると大変喜んでます。



**コミュニティ助成事業とは** 一般財団法人自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、集会施設やコミュニティ活動備品の整備などに対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることで、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するために実施している事業です。詳しくは、下記までお問い合わせください。



問い合わせ先

地域活性課(まちづくり係)

☎891-3320(内線1515)

## マイナポイントの申込期限が延長になりました

マイナポイントの申込期限は9月末までです。申し込みには、2023年2月末までに申請したマイナンバーカードが必要です。申込期限間際には窓口や申込サイトも混雑する可能性があるため、お早めのカード受け取り、ポイントの申し込みをお願いします。

### ●マイナポイントの申し込み方法



①スマートフォンから:「マイナポイント」アプリをインストール  
→ログイン後、画面の表示に従ってお申し込みください。

②パソコンから:「マイキー ID作成・登録準備ソフト」をインストールし、(対応するICカードリーダー・ドライタが必要)画面の指示に従ってお申し込みください。

③手続きスポットから:  
役場・郵便局・セブン銀行(ATM)・ローソン(マルチコピー機)

問い合わせ先 住民健康課(住民係) ☎891-3303(内線1114)

## トRESTA 割引券

2023.7.20 限定 (7月第三木曜日)

- ・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、三木町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。

《お知らせ》

- ①四国初! ケージボールコートを設置しています。《完全予約制・7月31日まで》  
営業時間 7:00~22:00 1面1時間につき ¥550(平日) ¥825(土日祝)  
ナイター照明料 ¥1,100
- ②レジャープールが7月22日(土) 10:00からグランドオープンします。



FreeOial サイイク サヨキ

0120-319-124

# 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  
長尾 心波 生心 水谷原  
岡 相名 竜二 福万  
山地 瑠翔 恭平 香蓮寺  
赤松 唯日 渉太 池戸所  
土居 遥人 勇太 八戸  
香西 胡汰 雅之 南真行寺

氏名 年齢 地域  
松本アキ子 89 中東  
福一知恵子 90 茶園  
佐々木美代子 94 江三  
黒田登久代 78 川江  
脇 照男 90 長生  
正木 タミ 95 鹿原  
藤川 イシ 92 南石  
土居 康子 74 砂古  
石田シズエ 99 塚東



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

# 三木川柳会

折り鶴になつて紙から神になる

限られた時を楽しむ老いの道

辞書の字に手招きされる拡大鏡

日の匂いもろとも畳む白日傘

田岡 弘

三浦 洋子

林 志津子

青木 實

友からの新米湯気を深呼吸

灯を消して過去を旅する時が好き

忙しい今日も病院はしこする

素びんの隠れ蓑にもするマスク

体重を計る時には取るカツラ

植村 とみ子

奈良 正雄

西本 晴美

藤野 ささき

大高 正和

## 「社協会費」にご協力を

三木町社会福祉協議会は、福祉のまちづくりを進めるため、毎年住民のみなさまに会費のご協力をお願いしています。会費は、活気ある運営とみなさまの参加、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 三木町社会福祉協議会 ☎891-3317

## 「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、みな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 3,596,000円
- 一世帯あたり 500円以上でお願いします。

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

下記割引券を切り取って、ご利用ください。

入浴半額 2023.7.20 限定	入浴半額 2023.7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定
入浴半額 2023.7.20 限定	入浴半額 2023.7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定
入浴半額 2023.7.20 限定	入浴半額 2023.7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定
入浴半額 2023.7.20 限定	入浴半額 2023.7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定	10%OFF フロント売店 2023 一部商品を除く 7.20 限定

## 町の人口 令和5年6月1日現在 ( )内は前月比

世帯数 11,033世帯(△1) 男 12,665人(△7)  
人口総数 26,331人(△8) 女 13,666人(△1)

### 5月中の異動

転入 49人 転出 46人 出生 11人 死亡 22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	0	6 (4)
救急	121	531 (501)

( )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	8	33 ( 33)
死者	0	0 ( 0)
負傷者	10	38 ( 39)

( )内は昨年同期

# まちかどスポーツ

4月13日(木)

## 三木町から全国へ!

空手道の大会で優秀な成績を取めた選手3人が町長を訪問し、全国大会出場の抱負を述べました。令和4年12月25日に開催された「近畿・中国・四国硬式空手道選手権大会」において、大風 凜太郎さん(白山小学校)が「個人形試合小学5年男子の部」で3位入賞、妹の大風 璃歩さん(白山小学校)が「個人組手試合幼年女子の部」で準優勝しました。また父親の大風 誠司さんが「第2回ジャパンオープン硬式空手道選手権大会」において、「個人組手試合一般男子有級の部」で3位入賞し、5月3日・4日に国立代々木競技場第二体育館で開催された「第37回全日本硬式空手道選手権大会」に親子3人で出場しました。大風家のますますのご活躍を期待しています。



5月27日(土)

## 一致団結! 運動会

町内の4小学校で運動会が開催されました。白山小学校では、全校生で開会式を行い、児童代表による宣誓をした後、学年ごとに分かれ、ダンスや徒競走、玉入れや組体操などを行いました。1か月ほどの練習期間でしたが、児童たちは全力で演技に臨み、勝った時は大きな声援が起き、負けた時もお互いを励まし合いました。たくさんの保護者や地域の人が見守る中、心を一つに元気いっぱい楽しむことができました。



ヘアツリッヒ

ヴァイルコメン

イン ミキ

## Herzlich willkommen in Miki 三木町へようこそ!

日本語	ドイツ語	発音
おはようございます	Guten Morgen	グーテン モアゲン
こんにちは	Guten Tag	グーテン ターク
こんばんは	Guten Abend	グーテン アーベント
おやすみなさい	Gute Nacht	グーテ ナハト
さようなら	Auf Wiedersehen	アウフ ヴィーダーゼーエン
どうもありがとうございます	Dankeschön	ダンケ シューン

7月28日(金)から8月1日(火)の5日間、「第50回日独スポーツ少年団同時交流ドイツ団」を受け入れます。9人のドイツの人たちが町を訪れ、色々なスポーツや文化体験を行います。もし町の中でお会いしたら、ぜひドイツ語であいさつしてみましょう。



## Joann's English Happy Canada Day!

7月1日はカナダの誕生日、カナダ・デイです。今回は「すごい!カナダ」を英語で紹介します。

●The name Canada means "village". 「カナダ」という名前の由来は「村」です。

1535年にフランスの探検家ジャック・カルティエがカナダのセントローレンス川流域に達した際に聞いたイロコイ族の「村落」を意味する語「カナタ(kanata)」が「カナダ」になったそうです。

●Summer days are long in Canada. カナダでは、夏日はとても長いです。

ワンポイント情報 カナダの場所にもよりますが、6月になると太陽は16時間も出ています。ちなみに香川県では、同じ6月だと14時間ほどです。

●Canada has some of the best tasting salmon in the world. カナダで獲れる鮭は大変おいしいです。

●Canada is one of the few countries where you can see the Northern Lights.

世界有数のオーロラ観測ができる国の一つはカナダです。

ワンポイント英語 カナダではオーロラを「ノーザンライツ」と呼んでいます(直訳すると「北の光」という意味です)。



## 宝くじ文化公演「森山良子 Concert-Tour ~My Story~」

と き 9月14日(木) 開場 18:00 開演 18:30

アコースティックバージョン

と ころ 三木町文化交流プラザ メタホール

入 場 料 全席指定席 前売2,500円(当日3,000円) 前売開始日 7月9日(日) 9:00 ~

※宝くじの助成により、特別料金になっています。※前売りで完売の場合、当日券の販売はありません。

※一度に購入できる枚数は6枚までです。※未就学児入場不可※鑑賞友の会員の先行販売はありません。



問い合わせ先

三木町文化交流プラザ ☎898-9222

# お知らせ

## 家族の学習会

**内** こころの病は誰でもかかりうる病気です。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ふかめる場です。7月のテーマは「いろいろな人のお話を聞こう！(ドクター編)」です。

**時** 7月4日(火)午後1時30分～午後2時30分

**対 所** 香川県大川合同庁舎2階会議室  
精神障がいのある人に関わる家族および当事者

**問 費** 無料  
東讃保健福祉事務所(保健対策課)  
☎087912918263

## 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6日(木)午前10時～午後3時  
役場会議室棟4号会議室

**所** ※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。

**申** 左記問い合わせ先にて、事前予約が必要です。

**問** 街角の年金相談センター高松(オフィス)  
☎81116020

## ハローワーク高松マザーズコーナー出張相談のご案内

**内** お子さまの年齢に関係なく育児をしながら再就職を希望する人を支援するため、ハローワーク高松の相談員が次のとおり出張相談を行います。お子さまを連れて相談することも可能ですので、ぜひご利用ください。

**時** 7月19日(水)午前9時30分～午前11時30分  
8月16日(水)午前9時30分～午前11時30分

9月20日(水)午前9時30分～午前11時30分  
(開催時間帯の内、ご都合の良い時間にお越しください)  
防災センター2階

**所** 無料  
ハローワーク高松(しごとプラザ高松)  
☎82318609

## 愛の献血に皆さまのご協力をお願いします!

**内** 輸血医療に必要な血液を確保するため、400㏄献血を実施します。

**対** 男性17歳以上、女性18歳以上で、体重50kg以上の人  
※男性は前回の献血から12週間、女性には前回の献血から16週間間隔が空いていない場合は献血できません。献血カードで前回の献血日をご確認の上、お越しください。

**時** 7月27日(木)  
午前9時～午後11時30分、午後0時30分～午後4時

**他 所** 三木町農村環境改善センター  
持参物/献血カード  
主催/三木町  
協賛/ライオンズクラブ  
住民健康課(健康係)  
☎89113303(内線1119)

## 国民年金保険料免除等の申請について

**内** 令和5年度分(令和5年7月分から令和6年6月分までの期間)の免除等の申請受付を7月3日(月)から開始します。免除等の申請を希望する人(令和4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)はお早めに手続きをしてください。また、平成26年4月から法律が改正され、2年1か月前の月分まで遡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。なお、令和4年度サイクル(令和4年7月から令和5年6月分までの期間)までをもって、国民年金保険料免除等に係る臨時特例措置(※)は終了となりますが、申請月の2年1か月前の月分から、令和4年度サイクルまでの臨時特例措置による免除等の申請は引き続き申請可能です。

※新型コロナウイルス感染症の影響に伴う国民年金保険料免除  
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

## 自主防災活動アドバイザー派遣事業

**内** 県、市町、アドバイザー等が連携して、香川県の地域防災力を高めることを目的として「香川県自主防災活動アドバイザー派遣事業」を実施しています。自主防災活動に関する課題を有する自主防災組織、自治会等に対してアドバイザー派遣のお手伝いをさせていただきます。

**費** アドバイザーへの謝金・旅費は県が負担  
※会場や使用する資機材、アドバイザーの駐車場は、原則申請者でご準備ください。

**他** 派遣アドバイザー/かがわ自主ぼう  
連絡協議会、香川県防災士会、香川  
大学からの推薦者

**問** 活動内容/自主防災組織等からの相談に対する指導や助言、自主防災組織未結成地区に対する組織化支援、自主防災組織等が開催する防災講演会や研修会での講師など  
総務課(危機管理係)  
☎89113301(内線2115)  
香川県危機管理課  
☎83213241

# 第19回 Meta Cup 2023



**と き** 8月22日(火) 9:30～  
《9:35 小学生部門(題:自己紹介)/10:00 中学生部門(題:自由)/10:30 高校生部門(題:自由)》

**と ころ** 防災センター 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 2023」の申込書にスピーチの原稿(日本語訳)を添えて申し込んでください。スピーチは1分以内で、テーマは自己紹介について英語で発信してみましょう。  
《中高生》「META CUP 2023」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、選考することとし、7月末にその旨を通知します。

**募集期日** 7月14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)

## 6月23日から29日は「男女共同参画週間」

「無くそう思い込み、守ろう個性 みんなでつくる、みんなの未来。」

令和5年度の男女共同参画週間啓発ポスターが決定しました。思い込みを無くし、個性を守る社会づくりが実現できるよう、男女共同参画について考えてみませんか?



**町社会福祉協議会へのご寄附**

▽匿名様から、福祉の資金として1万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月号の印刷について**

広報みき6月号の8ページ「第40回危険業務従事者叙勲」の受賞者について、次の誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

中西 幸造氏  
誤：瑞宝単光章 警察功勞  
正：瑞宝単光章 防衛功勞

濱崎 敏雄氏  
誤：瑞宝単光章 防衛功勞  
正：瑞宝単光章 警察功勞

**募 集**

**視覚障がい者のためのパソコンボランティア養成講習会**

視覚障がい者の情報バリアフリー化の推進を目的として、IT講習会の補助や、外出が困難な視覚障がい者の家庭を訪問して、個別にサポートしていただける人を養成します。

時 第1回 7月27日(木) 午前10時～午後4時30分  
第2回 7月28日(金) 午前10時～午後4時30分  
第3回 7月31日(月) 午後1時30分～午後4時30分

所 香川県視覚障害者福祉センター  
☎868-9200

**夏休み 親子手話教室**

手話は、聞こえない人たちが気持ちを伝えあう大切なことばです。手と指だけでなく、体・目・顔の表情などを

使って話をします。聞こえない人と楽しく手話で会話してみませんか。はじめて手話を見るという人、手話をもっと知りたい人も大歓迎です。

時 7月30日(日) 午前10時～午後0時 午後1時30分～午後3時30分  
8月2日(水) 午後1時30分～午後3時30分  
8月9日(水) 午後1時30分～午後3時30分  
8月10日(木) 午後1時30分～午後3時30分

所 ※8月10日(木)はオンライン教室のみ開催  
香川県聴覚障害者福祉センター

対 ※8月10日(木)は各自宅等  
小学生・中学生(親子・きょうだい)  
※子どもだけの参加も可  
親子1組につき500円  
8月10日(木)は無料

申 7月1日(土) 午前9時から  
下記QRコードからお申し込みします。  
他 定員/親子20組(先着順)  
問 香川県聴覚障害者福祉センター  
☎868-9200



**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「ライサイクル」  
メタ・ライブラリーで使用した令和2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2日(日) 午前9時30分から  
所 メタ・ライブラリー内

**7月のおはなし会**

時 7月8日(土)  
午後2時～午後2時20分  
所 メタ・ライブラリー内おはなしコーナー

**偽警告表示**

**プリペイド型電子マネーで支払わせる手口に注意**

パソコンに突然警告画面が表示されたので、慌てて連絡先に電話をかけると「ウイルスに感染している。セキュリティソフトを入れる必要がある。プリペイド型電子マネーを購入して、番号を伝えるように」と指示されたという相談が寄せられています。番号を一度相手に伝えてしまうと、お金を取り戻すことは非常に困難です。絶対に番号を伝えてはいけません。電話したり料金を支払ったりする前に、周りの人に相談しましょう。困った時は一人で悩まずに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

**地域包括支援センター・B&G海洋センター共催**

**水中ウォーキング参加者募集!～膝・腰・肩の痛い人、大歓迎!～**

と き 7月13日(木)・19日(水)・27日(木)  
8月2日(水)・16日(水)・24日(木)  
6回コース 13:30～1時間程度



ところ 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る、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 電話または窓口でお申し込みください(土日祝日を除く)。  
申 込 期 日 7月7日(金)まで

問い合わせ先 地域包括支援センター ☎891-3321(内線1313)

**防衛省から令和5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 日
航空学生 (パイロット)	海上:18歳以上(高卒(見込含)) 23歳未満の者 航空:18歳以上(高卒(見込含)) 21歳未満の者	7月1日(土)～ 9月7日(木)	1次:9月18日(月) 2次:10月14日(土)～19日(木)のうち指定する1日 3次:海上/11月17日(金)～12月13日(水)のうち指定する1日 航空/11月11日(土)～12月14日(木)のうち指定する期間
一般曹 候補生 (第2回)	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歳の者については、採用予定月の末日現在、 33歳に達していない者に限る。	7月1日(土)～ 9月5日(火)	1次:9月15日(金)～24日(日)のうち指定する1日 2次:10月14日(土)～11月5日(日)のうち指定する1日
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歳の者については、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、33歳に達していない者に限る。	年間を通じて 行っています。	受付時にお知らせします。

# 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

子どもの個性を引き伸ばしてくれる「アート教室」に参加しませんか？  
今年は、いけのべ七夕まつりの募集うちわに絵を描く  
教室で、日本画の講師がやさしく教えてくれます。



日時:7月8日(土) 10:00~

講師:久保 千晴先生 他

対象:小学生(保護者同伴可)

費用:無料

定員:15人(定員になり次第締切)

持参物:水彩用具等

申込期間:7月2日(日)まで

## 神山公民館

☎899-0330

参加者  
大募集

### \*いきいき脳トレ講座



体を動かしたり、歌ったりして、脳やカラダをリフレッシュしませんか。  
みなさんの参加をお待ちしています。

日時:7月16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

申込期間:7月11日(火)まで



## 三木町地域交流センター

☎891-1321

たのしんで  
ます



### \*わいわい塾



4月24日(月)に「スマートフォン体験講座」を座談会形式で開催し、7人にご参加いただきました。6人の講師をお招きし、参加者の普段使っているスマートフォンの分からないことや、新しく使いたいアプリなどについて丁寧に説明していただき、楽しく学ぶことができました。また、合わせてスマートフォンなどを使った詐欺事件や、その対策についてもお話しいただきました。



## ウォーキングセンター

☎891-1789

こんなこと  
やっています



7/9日 \*しらやま朝市



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



参加者  
大募集

### \*第20回「ふるさと盆おどり大会」

4年ぶりの開催となるこの盆おどりは、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、今年  
は20回目の節目を迎える記念すべき年です。

また、今年は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。みなさん夏の風情を思う存分楽しみましょう。

おどりの飛び入り  
大歓迎!



日時: 7月29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、駐車場)  
※雨天の場合は30日(日)に順延 ※臨時駐車場あり(コスモス三木店西隣)

## 井戸公民館

☎898-6404

参加者  
大募集

### \*1日体験教室「ダンボールクラフト」に挑戦

ダンボールを使ってカマキリや蝶などの昆虫などを作ります。色々な色をつけてあなただけの作品を作りましょう。

日時: 8月6日(日) 9:30 ~ 11:30 講師: 辻 圭季先生(ハンドメイド作家)  
対象: 小学生から大人まで 定員: 15人(定員になり次第締切)  
参加費: 500円(材料費) 申込期間: 7月28日(金)まで



## 田中公民館

☎898-0504

参加者  
大募集

### \*夏休み子ども教室

今年も硬筆教室(7月27日(木)、8月2日(水))、習字教室(8月3日(木)、10日(木))、洋菓子教室(8月4日(金))、三味線教室(8月8日(火))の4つの夏休み子ども教室を開催します。

今年は初めて三味線教室を開催します。さぬき市長尾公民館で講師を務める長尾 理恵先生をお招きし、音色や弾き方を体験しましょう。また、洋菓子教室では簡単フルーツタルトを作ります(参加費800円が必要です)。

募集チラシは町ウェブサイトに掲載しているほか、公民館にも置いています。たくさんのご参加をお待ちしています。



「比べる」を味方に付ける!



三木中学校2年  
(現三木中3年)  
木村 咲優

みなさんは「比べる」ということをどう思いますか? 「比べる」ということは、異同・優劣を決めるということ。今回私は「比べる」ということについて考えていきたいと思っています。「比べる」ということについては、日常生活の中で必要な時が多くあります。けれども、「比べる」ということによつて、どちらかがよいものとなる反面、どちらかが悪いものになってしまうという、優劣がわかることもあります。

皆さんは他の人と自分を「比べられた」時、どう思いますか? 例えば勉強・スポーツ、体格・容姿など。他の人と比べられてよい気にはなれないと思います。私もそうです。みんな違う人間なのに、「比べて」優劣をつけるのは、私は違うと思います。

私は生まれつきくせ毛です。昔はよく、自分と他の人を比べて苦しかったり辛かったりした時がありました。皆さんにも、このような経験はないでしょうか。他の人と自分を「比べる」ことで、苦しかったり、辛かったりすること、自分の欠点や、人より劣っていることが分かり自分をどんどん下げていってしまうこと、自分の弱さが分か

ることで、自分のことがどんどん嫌になることが。けれども私はこの髪のことについて今は何も思っていない。これは私が持つ個性です。もう、変えられません。ならば、好きになれる、受け入れられたいと考えました。人と違うということ、同時に人にはない、自分だけが持つものであるのです。わたしはこうした「比べる」ことで、その多様性を感じることができました。

また、「比べる」ことによつて、もつと物事に対して、新しいとらえ方をすることが出来ます。

例えば、授業で習う前は解けなかった問題が、授業後と「比べる」と解けるようになったこと。一年前の自分と今の自分を「比べる」と、自分の成長を実感できることがあります。私はこれも、「比べる」ことによつて生まれた新たなことだと思えます。

この人権作文を通して私が伝えたいことは、「比べる」ことにより、自分の良いところ、成長したところを実感し、新しい自分に出会ってほしいということ。今まで他の人と「比べられる」ことを嫌がっていた人や、怖がっていた人も一度、「比べる」ことの良さを実感してみてください。そうすれば、昨日よりも成長した自分に出会えるはず。私が、他の人との違うところを自分の個性だととらえられるようになったのは、「この「比べる」ということの考え方やとらえ方を少し変えたおかげでもあります。時には、「比べられて」嫌になるときもあるかもしれませぬ。その時はぜひ、「比べる」ことによつて自分を追い込んでいないか、必要以上に他の人と「比べていないか」ということを考えてほしいと思います。少しものものからえ方を変えるだけで、こんなにも自分に対しての考え方が変わるといふことを。



## 管理栄養士の食育LIFE通信 「フレイル」を知っていますか?

フレイルとは、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る危険性が高い状態を言います。ささいな衰えは、本人に自覚がない場合が多く、家族や周囲の皆さんが危険サインにできるだけ早く気づいてあげることが、フレイル予防に大切です。

### あなたは大丈夫ですか? フレイルチェックをしてみましょう



- 半年で(意図せず)体重が2kg以上減った
- 歩くのが遅くなった
- 疲れやすくなった
- 特に運動や体操をしていない
- 筋力(握力)が低下した
- (改訂J-CHS基準改変)

・1~2項目あてはまる人 ⇒ フレイル予備群    ・3項目以上あてはまる人 ⇒ フレイル

1日3食バランスの良い食事を心がけ、普段から心身の機能をよく使うことで、生活機能の維持・向上や、フレイルの予防につながります。

問い合わせ先 住民健康課(健康係) ☎891-3303(内線1119)

## 地域おこし協力隊 よっしーだより vol.13

三木町地域おこし協力隊の芳田です。早いもので、移住して2年が経ちました。三木町に来たころ、夜が真っ暗で驚き、星がいっぱい見えて感動し、ヤモリが家の中に入って来たときは大騒動でした。いまだにヤモリとは仲良くなれないのですが・・・動物が苦手だった私も、ヤギとお散歩したり、鳥の鳴き声に癒されたりしながら、三木町暮らしを満喫しています。古代米を使った地域の賑わい作り「こみの古代米プロジェクト」では、体験を通して地域の魅力を知ってもらおうと、農業体験イベントを開催しています。6月4日の田植え体験イベントでは、昔ながらの手植えをしたり、玉ねぎやハチクを天ぷらにしたり、餅つきも楽しみました。今後もイベントなどで、みなさんと楽しい時間を作りたいです。



地域おこし協力隊公式 Instagramで、町の魅力や暮らし、日々の活動を発信しています。➡





2023年7月

MIKI\*CHO カレンダー

日/SUN	月/MON	火/TUE	水/WED	木/THU	金/FRI	土/SAT
	第34回社会人サッカー交流大会 第28回町内ソフトバレーボール大会 第9回三木町ダブルス卓球選手権大会			健康相談(健康・栄養) 10:45～11:45		1
2 医 あらい乳線 クリニック(乳外) 高松市下田井町 802-2234	3 薬 ココ調剤薬局六条店 高松市下田井町 802-1737 体 氷上支部第37回ソフトバレーボール大会	4 相 少年相談 10:00～15:00 住 マイナンバー 延長開庁 ～19:00	5 防 行政相談 10:00～15:00 防 心配ごと相談 10:00～15:00 テ 一般向テニス教室	6 会 年金相談 10:00～15:00	7 第1回 ゲートボール教室 健康相談 (健康・栄養) 9:30～10:30	8 体 第27回町内 フットサル大会
9 医 協和医院(内) 高松市東山崎町 847-6073 薬 かもめ調剤薬局 高松市東山崎町 847-7188	10 防 人権相談 10:00～12:00 住 マイナンバー 休日開庁 9:00～12:00	11 相 少年相談 10:00～15:00 住 マイナンバー 延長開庁 ～19:00	12 テ 一般向テニス教室	13	14	15
16 医 ハビネスこども クリニック(小) 高松市十川東町 848-9178	17 医 楓の森整形外科(整形) 高松市小村町 887-9888 薬 ココ調剤薬局 小村店 高松市小村町 887-9889	18 相 少年相談 10:00～15:00 住 マイナンバー 延長開庁 ～19:00	19 防 障がい者相談 10:00～15:00 防 心配ごと相談 10:00～15:00 テ 一般向テニス教室	20 防 乳幼児相談(予約制) 9:30～11:00 防 ベビーキッチン①(予約制) 10:00～10:30 防 総合相談(健康・栄養・歯科) 13:30～15:00	21	22
23 医 中原医院(内) 下高岡 898-0259 歯 連井歯科ファミリー クリニック 下高岡 898-6448	24 住 マイナンバー 休日開庁 9:00～12:00 薬 レディ薬局 十川店 高松市十川東町 848-9823 テ テニス部 第3回交流会	25 相 少年相談 10:00～15:00 住 マイナンバー延長開庁 ～19:00	26 テ 一般向テニス教室	27 献 献血 9:00～11:30 12:30～16:00	28	29
30 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	31	町税等の納期 月末までにお忘れなく				

町税等の納期 月末までにお忘れなく

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 6月30日(金)

納期限 7月31日(月)

緑…各種相談

赤…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HP「医療Netさめき」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。)

青…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)

橙…健康行事

子どもの健診・予防接種、相談に関するお問い合わせ…こども課(母子保健係) ☎891-3322(内線1818)  
おとなの各種検診・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1120)

桃…マイナンバーカード交付に関するお問い合わせ…住民健康課(住民係) ☎891-3303(内線1113)

●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。

・大人向け救急電話相談 (☎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

QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

医 休日当番医	テ 総合運動公園サッカー場
歯 休日当番歯科医	テ 総合運動公園テニスコート
薬 休日当番薬局	テ すばーく三木
住 役場住民健康課	テ 屋内ゲートボール場
相 役場相談室	改 改善センター
防 防災センター	神 神山公民館
会 役場会議室棟	井 井戸公民館
体 B&G海洋センター体育館	

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
こども課	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

# 「広報みき」に広告を掲載してPRしませんか？

## 広報紙広告ならではのメリット

エリアを絞った  
情報発信

地域での  
知名度向上

自治体発行の  
信頼度の高い  
広報媒体

＼他エリア自治体広告もお任せください！／

株式会社ジチタイド

お問い合わせは

092-716-1401 (代表)

福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F

財源確保

検索

※株式会社ホープの広告事業は、2021/12/1付で「株式会社ジチタイド」に分社化しております。

広告

ご存じですか

国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス がん登録・統計 2018年登録データ

## 2人に1人が一生のうちにがんと診断されます

1位 大腸がん 2位 胃がん

男性 65% 女性 50%

胃がん 大腸がんは早期なら98% 治癒します

全がん協部位別臨床病期別 5年生存率 相対生存率 (2011-2013年診断症例 全国のがん専門医療機関32施設 15万人の調査)



健康と安心のため定期的にがん検診を受けましょう

鼻からできる胃内視鏡・痛み止めを使用した大腸内視鏡

日本循環器学会認定  
循環器 専門医

日本消化器内視鏡学会認定  
消化器内視鏡 専門医

三木町下高岡1464-12 TEL: 087-840-2566 医療法人社団

# きただい医院

広告

## 空き家・空き地でお悩みではありませんか？

空き家を早く  
手放したい

解体費が高額で  
一歩踏み出せない

相続で迷惑を  
かけたくない

管理やリフォームをする  
お金も時間もない

何をすればいいのか  
わからない

アキソルが無償譲渡によって空き家・空き地の処分をサポートします。まずは無料相談のお電話を。

# 0120-772-135

アキソル 空き家 検索

【相談窓口】空き家問題解決のための総合プラットフォーム akisol(アキソル)カスタマーサポート

【受付時間】平日 午前9時～午後6時

運営：株式会社ジチタイド / 所在地：福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F / メール：akisol@zaigenkakuho.com

