

広報 ななま



2005 No.618



安全運転をお願いします。
～12月16日 幼児学園園児による交通安全キャンペーン～



第十九回 一としの町政の展望 ～町づくり報告～

直島町長 濱田孝夫

新年あけまして

おめでとございます

町民の皆様には、ことしこそはと新しい気持ちで、すがすがしく新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年の新年号で、ことしは新しい直島の船出の記念すべき年になるだろうと期待を込めて申し上げます。しかし、先行きは、そう甘いものではないとも申し上げます。

確かに、直島町にとって町政施行五十年の記念すべき年に、これからの町づくりの核となる地中美術館・リサイクル施設の完成など予定どおりに進みましたが、なんと申ししても予測もしていなかった大規模山林火災や台風十六号をはじめ次々の台風の襲来で、良い面の影が薄くなり、心身また物的にも大きな打撃を受け、悪い面での記憶が残る昨年でしたが、ことしは、どうぞでしょうか。

今世界では、イラク問題をはじめ各地で紛争が絶えず、日本においては、中国・北朝鮮問題などで日本の弱さを感じ、国内では少子高齢化の進行、構造改革の推進、毎日のように殺人事件の発生、そのうえに増税・年金問題があり、それらを考えれば考えるほど、晴れ晴れとした気持ちでお正月を迎えたとは言えないのが現実ではないでしょうか。

しかし、時間自体は正確に狂いなく時を刻んでいます、嫌なことをしているとなかなか時間が過ぎない、好きなことをしていると時間がすぐに過ぎます。

このことから何事も私たちの気持ちの持ちようでも良くも悪くもなるのではないのでしょうか。

苦しい時こそ、厳しい時こそ、ダルマさんのように転んでも転んでもすぐ起きあがる「七転八起」の強い精神力とプラ又思考で頑張らなくてはならないと新年を迎えました。

ことしも愛する直島のために、皆様のいつそのご理解とご協力をお願い申し上げます。

苦勞してつかんだ幸せは、また格別だと存じます。

さて、ことし初めの町づくり報告です。この一としの町政の展望について、紙面の関係で大きな二、三点についてご報告させていただきます。

（災害復旧）

なんと申ししましても、山林火災と台風被害の傷跡がまだ大きく残っています。

全国的に直島より大きな被害が続出しており、国や県の補助金が直島まで回らない、また、個人の私有地の問題をはじめ様々なことが絡んできますので、考えどおりには参りませんが、町としては積極的に取り組ませていただきたいと思います。

なお、個人で対応をいろいろやっています。ただいており大変ありがたく感謝をしています。これからもご協力のほどをよろしくお願いいたします。

（災害対策）

町民の皆様が安全で安心して生活していただく町づくりが、町として一番のことですので、これから必ず発生すると言われている南海地震、また、昨年のような今までになかった高潮被害も、これから再び起こらないとは言えませんので、それらのことにも視点を合わせ、国・県のご指導、連携のもと町民の英知を結集して、防災マップを含めて実効性のある新防災計画の策定に、真剣に取り組むたいと考えています。

なお、消防団、町職員だけでは限度がありますので、自主防災組織を立ち上げるなど、共にみんなで守ることが不可欠なことですので、よろしくお願い申し上げます。

（海の駅建設）

町民の皆様の利用・生活また観光客受け入れ体制の拠点として、切符売場・売店・喫茶・軽食・休憩所・観光案内所・交流施設などを兼ね備えた、多目的のターミナルが必要で、十七・十八年の二カ年で完成するよう現在、魅力があり利便性・商業の振興、活性化に結びつくものとの計画を進めていますので、楽しみにお待ちください。

なお、工事で長い期間いろいろご迷惑をおかけしますことをお詫び申し上げます。

（その他）

緑化推進、結婚推進、特産品開発等々、進めなければならぬ課題が沢山ありま

すが、一つひとつ確実に実現するよう鋭意取り組んで参りたいと思っています。

（行財政・意識改革）

昨年の災害復旧、そのうえ国・県の構造改革という小さい町にとっては非常に厳しい方針等があり、予想を上回るものを感じていますが、辛抱・我慢をしても合併するよりは町民の皆様また町にとっても良いという考えは変わっていません。町民の皆様にも、いろいろ辛抱、我慢をお願いすることになりますが、町として皆様をお願いする以上は、自らも真剣に行財政・意識改革を進めなければならぬと決意しています。

どうか、ふれあい診療所をできるだけ利用していただく、買物物は町内で、ボランティアには積極的に参加する、ルール・マナーを守るなど、ご協力のほどをよろしくお願いいたします。

新年号で暗い重い話になりましたが、締めるだけが無駄ではありませんので、無駄を省いて町民の皆様の生活の向上にかかわること、直島町の発展に結び付くことなどは、積極的にやらせていただきますので、ご安心ください。

どうか町民の皆様にとって夢の広がる幸多き新年になりますようお祈り申し上げます。ことし最初の町づくり報告とさせていただきます。

一とし一年

よろしくお願

い申し上げます

ふれあ通信なおしまだよ!

1月17日からのオフトーク通信4CHの番組表です。どうぞ、お楽しみください。

1月

January

- 17日(月) 新譜、再発アルバム(ジャズ)
- 18日(火) アーティスト特集(ジャズ)
- 19日(水) 廃盤、名盤アルバム(ジャズ)
- 20日(木) コンテンポラリージャズ(ジャズ)
- 21日(金) フュージョン、スムーズジャズ(ジャズ)
- 22日(土) フュージョン、スムーズジャズ(ジャズ)
- 24日(月) シングルチャート(洋楽 ロック/ポップス)
- 25日(火) 新譜ピックアップチャート(洋楽 ロック/ポップス)
- 26日(水) 新譜アルバム(洋楽 ロック/ポップス)
- 27日(木) アーティスト特集1(洋楽 ロック/ポップス)
- 28日(金) アーティスト特集2(洋楽 ロック/ポップス)
- 29日(土) アーティスト特集2(洋楽 ロック/ポップス)
- 31日(月) 洋楽ナツメロ(BGM他)

2月

February

- 1日(火) スクリーンミュージック(BGM他)
- 2日(水) ポサノヴァ(BGM他)
- 3日(木) ジャズピアノ(BGM他)
- 4日(金) ライトクラシック(BGM他)
- 5日(土) ライトクラシック(BGM他)
- 7日(月) 歴史的名演奏、名録音盤(クラシック)
- 8日(火) 交響曲、管弦楽曲、協奏曲(クラシック)
- 9日(水) 室内楽曲、器楽曲(クラシック)
- 10日(木) バロック、古楽(クラシック)
- 12日(土) バロック、古楽(クラシック)
- 14日(月) 通信カラオケDAMチャート(歌謡演歌)
- 15日(火) アーティスト特集(歌謡演歌)

番組は、予告なく変更になる場合がありますがご了承ください。

オフトーク通信からお知らせ

故障かなと思ったら、ボリューム・放送時間帯を確認してください。

故障受け付けは、**113番**へお願いします。

移転・廃止は、必ず役場総務課まで印鑑を持って手続きにきてください。

オフトーク通信再放送などの操作のお問い合わせは、**役場総務課 892 - 2222**まで、お気軽にお問い合わせください。

新しい民生委員・児童委員が決まりました。

民生委員・児童委員は 地域における相談・支援の ボランティアです

民生委員・児童委員制度は、住民に委託して地域住民から社会福祉に関わる相談を受け支援を行う制度で、90年近い歴史を持ち、地域に根ざした福祉活動を展開して、あたたかな地域社会づくりをめざします。民生委員・児童委員は、広く社会の実情に通じ、社会福祉の増進に意欲のある住民が、地域から選ばれて活動します。

直島町民生委員児童委員

任期：平成16年12月1日～平成19年11月30日

氏名	担当区	電話番号
小林 清治	積浦	892 - 2243
山口 愛子	東町・中町・西町・ 戎加茂・向島	892 - 3615
西村 和雄	石場町・納言様・文教区	892 - 2519
角谷 昌之	宮ノ浦1・2区	892 - 2722
岡崎 貢	宮ノ浦3・4区	892 - 2002
小山 公望	宮ノ浦5～7区	892 - 2465
宮地安津子	宮社・鷲ノ松	892 - 3782
石井 博之	オノ神・ヘキ	892 - 4054
濱本 鐵雄	屏風島・牛ヶ首島	892 - 2058
堀口 容子	町全域(主任児童委員)	892 - 4040
山田ゆかり	町全域(主任児童委員)	892 - 3778

国の教育ローン(国民生活金融公庫)

入学金や授業料・アパートの敷金や家賃など、入学時や在学中に必要な資金を融資する公的制度として、国民生活金融公庫の「国の教育ローン」があります。融資金額は学生・生徒お一人につき200万円以内、返済期間は10年以内（在学中は元金の据置が可能）です。

詳しくは、国民生活金融公庫高松支店（☎087 - 851 - 0181）にお問い合わせください。

預金保険法等の改訂について

平成17年4月以降は、当座預金や利息のつかない普通預金は「決済用預金」として全額保護され、定期預金や利息のつく普通預金などは、1金融機関につき預金者1人当たり、元本1千万円までその利息等が保護されます。具体的にどの預金が「決済用預金」に該当するか等の詳細は、金融機関の窓口等にお問い合わせください。

預金等の分類		平成17年4月から
決済用預金	当座預金・利息のつかない普通預金等	全額保護（恒久措置）
一般預金等	利息のつく普通預金・定期預金・定期積金・元本補てんのある金銭信託（ビッグなど）等	合算して元本1,000万円までとその利息等を保護
外貨預金、元本補てんのない金銭信託（ヒットなど）、金融債（保護預り専用商品以外のもの）等		保護対象外

お問い合わせは

四国財務局 ☎087 - 831 - 2131

赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました

平成16年度の共同募金として、総額1,376,490円全額を「香川県共同募金会」へ納付しました。募金会では、県全体の募金額をとりまとめると共に、各福祉施設や福祉団体に配分するほか、市町の社会福祉協議会にも「地域福祉活動資金」として、平成17年度に応分の額を還元します。（今年度の直島町では、老人クラブ・身体障害者協会・母子寡婦福祉会・青少年育成連絡協議会・社会福祉協議会・遊具の設置に配分されました。）また、各自治会、企業並びに団体などにおいても募金活動にご奉仕くださった各位のご協力に対し、厚くお礼申し上げます。

地区名	実績金額(円)	地区名	実績金額(円)	備 考			
本 村	270,400	宮 社	32,000	平成16年12月2日に香川県共同募金会へ送金いたしました。			
積 浦	100,000	鷺ノ松	89,600				
文教区	56,000	オノ祿(大阪含)	31,200				
宮	1区	へ キ	19,200				
	2区	屏 風 島	9,600				
ノ	3区	そ の 他	366,090	送 金 金 額	1,376,490		
	4区	合 計	1,376,490				
浦	5区	《その他内訳》 この金額は、地区での募集以外の実績です。		小 学 校	13,600	幼 児 学 園	3,200
	6区			中 学 校	8,800	役 場 ・ 社 協 ふ れ あ い 他	30,490
	7区			法 人 募 金	310,000	合 計	366,090
小 計	402,400						

下記の法人の皆様より、温かい多額の募金をいただきました。

大口法人募金 - 順不同・敬称略 -

(有)青木建材、石井建設(株)、香川県農協協同組合直島支店、カナエ建設工業(株)、(株)四国汽船、(株)辰己商会直島出張所、(株)多丸組、(有)三栄水産、瀬戸内クリーンサービス(株)、(有)浜本水産、(株)百十四銀行直島支店、直島化成(株)、直島漁業協同組合、直島ライオンズクラブ、直島吉野石膏(株)、本荘ケミカル(株)直島工場、マテリアル・エコ・リサイクル(株)、三菱マテリアル(株)直島製錬所、(株)三菱マテリアルテクノ直島事業所、三菱マテリアル直島生活協同組合、菱光産業(株)直島営業所



情報BOX

行政相談

日時 1月20日(木)
9:00 ~ 12:00
場所 西部公民館
相談員 土井 厚

お気軽にご相談ください。

人権相談

日時 2月3日(木)
10:00 ~ 14:00
場所 直島町役場
相談員 奥田俊彦
橋 勝

(今回は高松法務局職員も来ます。)
お気軽にご相談ください。

税務課からのお知らせ 今月の納付期限

町県民税(普通徴収).....第4期分
国民健康保険税.....第8期分
介護保険料(普通徴収).....第8期分

納付期限 1月31日

“たばこは町内で買ひましよう”
直島町内で販売された
“たばこ”の税は直島町に入ります。

自動車リサイクル法がスタート

平成17年1月から自動車リサイクル法がスタートしました。

この法律は、ゴミを減らし、資源を無駄遣いしないリサイクル型社会を作るために、クルマのリサイクルについて、メーカー・関連事業者・クルマの所有者の役割を定めたものです。

この法律がスタートしたことにより、平成17年1月以降に新車を購入したり、今乗っているクルマの車検を受けたりする際に、リサイクル料金を支払う必要があります。

なお、リサイクル料金の額については、メーカー・車種等により異なりますので、自動車販売店などでおたずねになるか、各自動車メーカーのホームページ等をご覧ください。

リサイクル料金の支払い時期など

【新車】

購入時に新車ディーラーへ支払います。

【今お乗りのクルマ】

車検時まで整備事業者等へ支払います。

【車検前に廃車となる場合】

廃車時に引取業者へ支払います。

香川県内の最低賃金のお知らせ

～平成16年12月15日から～

最低賃金件名		時間額
香川県最低賃金		620円 ¹⁾
産業別最低賃金	船舶製造・修理業・ 船用機関製造業	766円 ²⁾
	一般機械器具製造業	761円 ²⁾
	電気機械器具、情報通信機械器具、 電子部品、デバイス製造業	713円 ²⁾
	冷凍調理食品製造業	737円

1は、平成16年10月1日改定 2は、平成16年12月15日改定

お問い合わせは

香川労働局労働基準部賃金室

☎087-831-7283 まで

第2回四国ブロック ポリテックビジョン2005の開催

記念講演

2月25日(金) 13:30 ~ 15:00 受講無料
物づくりの楽しさから学ぶ ロボカップの挑戦
大阪大学大学院工学研究科

浅田 稔 教授(知能ロボット研究の第一人者)

日時 2月25日(金) 10:00 ~ 17:00

26日(土) 10:00 ~ 15:00

催し 四国の会社展示・職業相談・他工夫を凝らし楽しめる催しを準備しています。

学生の課題発表 体験学習

物づくり体験コーナー(無料)

虫ロボット競技会 チャリティーバザー

場所 四国職業能力開発大学校(丸亀市群家町3202)

お問い合わせ

四国ブロックポリテックビジョン実行委員会

☎0877-24-6290

予備自衛官補(一般・技能)募集

受付期間:平成17年1月13日~17年4月9日まで

応募資格:一般-18歳以上34歳未満

技能-18歳以上で保有する技能に応じ

55歳未満

試験日:17年4月中旬

合格発表:17年5月24日

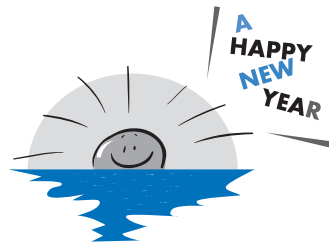
詳しくは自衛隊高松募集案内所へお問い合わせください。☎861-2590

2005年農林業センサスにご協力ください

平成17年2月1日現在で、全国一斉に「農林業の国勢調査」といわれる2005年農林業センサスが実施されます。

この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。

1月中旬から農林業を営んでいる皆様のところ調査員が伺い、調査票に農林業の経営状況などの記入をしていただきますので、ご協力をお願いします。



2005.1.16 ~ 2.15

2/1	火	献血(生協本店前)10:00~12:00・(役場前)14:00~16:00	
2	水	ヘルスマイト養成講座(西部公民館)9:20~14:30 体力づくり講座(ジャズダンス)中学校体育館)19:00~20:30 心配ごと相談(民生会館)9:00~12:00	(不燃物・資源) 積浦・本村・文教区・ 納言様・ヘキ ・買い物バッグの日
3	木	人権相談(役場2階小会議室(1))10:00~14:00	・節分
4	金		・立春
5	土		
6	日	青少年ふれあいのつどい(勤労者体育センター)8:30~	
7	月		・北方領土の日
8	火	給食サービス(福祉センター分館)13:00~16:00	・針供養
9	水	健康相談(積浦集会所)9:00~9:30・(民生会館)10:00~10:45・ (オノ神老人ホーム)11:00~11:30・(文教区集会所)13:15~13:45 (西部公民館)14:00~14:45・(福祉センター分館)15:00~15:30 体力づくり講座(ジャズダンス)中学校体育館)19:00~20:30	(不燃物・資源) 宮ノ浦全地区・宮社・ 鷲ノ松・オノ神 ・買い物バッグの日 ・旧正月
10	木	二種混合予防接種(小学校保健室)13:30~	
11	金		・建国記念の日
12	土		
13	日		
14	月		
15	火	給食サービス(福祉センター分館)13:00~16:00	

未来へとひきつぐ森です 火の用心

行事につきましては、変更する場合がありますのでご了承ください。

直島町役場電話番号(ご用の方は下記の番号にお尋ねください。)

総務課	892-2222	建設経済課	892-2224	水道課	892-2225
住民福祉課	892-2223	税務課	892-2296	出納課	892-2295
	3400	企画環境課	892-2020	議会事務局	892-2297
教育委員会	892-2882	町立診療所	892-2266		
総合福祉センター(社会福祉協議会)	892-2458				

わがまちのカレンダー

NAOSHIMA CALENDAR 2005. JANUARY / FEBRUARY

見やすいところへ貼ってお使いください

1 16	日	平成17年 新春メバル釣り大会(1月15日~2月28日)	
17	月	・防災とボランティアの日	
18	火	給食サービス(福祉センター分館)13:00~16:00	
19	水	心配ごと相談(西部公民館)9:00~12:00	(不燃物・資源) 積浦・本村・文教区・ 納言様・へき・離島地区
20	木	行政相談(役場)9:00~12:00 アクアウォーキング教室(福祉センター)13:10~14:00	・買い物バッグの日 ・大寒
21	金		
22	土		
23	日		
24	月		
25	火	いきいきふれあい元気塾(民生会館)10:00~12:30 給食サービス(福祉センター分館)13:00~16:00	
26	水	機能訓練教室(福祉センター会議室)13:30~16:00	(不燃物・資源) 宮ノ浦全地区・宮社・ 鷲ノ松・オノ神
27	木	乳幼児・1歳6ヵ月児・2歳児健診、2歳6ヵ月児歯科健診(福祉センター会議室)9:30~14:00	
28	金	集会所活動(墨彩画)〔文教区集会所〕19:00~	
29	土		
30	日		
31	月	町県民税(普通徴収)第4期分・国民健康保険税・介護保険料(普通徴収)第8期分 納付期限	

ゴミは可燃物・紙類・不燃物・資源(空き缶、ガラスビン・ペットボトル・プラスチックボトル、発泡スチロール)にきちんと分別して、決められた日に、決められた袋に入れてゴミステーションへ出しませう。

【可燃物・紙類の日】

毎週月・木曜日(積浦・本村・文教区・納言様・オノ神・へき)
毎週火・金曜日(宮ノ浦・宮社・鷲ノ松)

【不燃物・資源の日】

カレンダーに掲載しています。

【買い物バッグの日】

毎週水曜日(買い物バッグを使うことで身近なところからごみになる物を減らしましょう。)

救急連絡先

全ての曜日の夜間・土日・祝祭日・年末年始

直島町立診療所 ~ふれあい診療所~ (☎892-2266)

情報 BOX

2

住まいづくり講座開催

講座名称：平成16年度 住まいづくり講座
 開催日時：平成17年2月8日（火）13：30～15：30
 開催場所：香川県社会福祉総合センター
 第2中会議室（高松市番町1-10-35）

講演テーマ
 「リフォームの基礎知識」
 「使ってみませんか？住宅性能表示制度」
 「住宅金融公庫の融資制度など」

募集人数：70名（申し込み先着順）
 申し込み：県庁住宅課（☎087-832-3584）
 参加費：無料

20歳になったら国民年金の 加入手続きをしましょう

国民年金は、国が責任を持って運営する公的年金制度です。日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の全ての方は、必ず国民年金に加入することになっています。

少子高齢化・核家族化が進行する中、従来のような家族内の「私的扶養」や貯蓄によって老後生活を送ることは困難となり、社会全体で高齢者を支える「社会的扶養」を基本とした公的年金制度は必要不可欠です。国民年金等の公的年金は、誰にでも訪れる長い老後の収入を約束する唯一の年金制度です。年金額は物価等の経済変動に応じてスライドし、何歳まででも生涯にわたり支給され、安心です。

また、国民年金は老後の所得保障ではありません。病気や交通事故等のけがで障害が残ったり、夫に先立たれたときにも年金を支給し、若い世代の「万一」の場合も保障します。

20歳の誕生日を迎えた方は、役場で国民年金の加入手続きを行ってください。学生の方も同様です。ただし、現在厚生年金保険や共済組合に加入している方は、改めて手続きを行う必要はありません。

なお、初めて国民年金や厚生年金に加入すると「年金手帳」が交付されます。年金手帳に記載されている「基礎年金番号」は、あなたの年金の記録を管理する番号になります。この「年金手帳」は今後、年金に関する手続きや就職・転職のとき、年金を受給するときにも必要となります。一生使うものですので、大切に保管してください。

第29回 ちびっこ探検学校ヨロン島 参加者募集

文部科学省所管の財団法人国際青少年研修協会では、『第29回記念ちびっこ探検学校ヨロン島』の参加者を全国より募集しています。この事業は、沖縄に近い南の島と論島の青い海と美しい自然の中で仲間と助け合う楽しさを知り、在日外国人小学生と活動・生活を共にすることで言語や習慣を越えて友情を深め、国際感覚を身に付ける第一歩とします。主な活動は、海水浴、さとうきびがり&さとうきびしほり・イカダ作り&イカダこぎ・ハーレー船大会などの世界でも有数の透明度をもつ海での活動や南の島独特の文化を体験する活動、その他洞窟探検・海岸で野宿する特別サバイバルコースなど。

期 間：平成17年3月27日（日）
 ～4月2日（土） 6泊7日
 場 所：鹿児島県大島郡与論町
 説明会：2月19日（土） 15：30～16：30
 広島国際会議場 ほか
 定 員：小学生400名
 （小学2年生～6年生 外国人小学生も含む）
 締切り：平成17年3月7日（月）申し込み先着順

資料請求・お申し込み・お問い合わせ

財団法人国際青少年研修協会
 〒160-0004 東京都新宿区四谷2-11 大村ビル3階
 ☎ 03-3359-8421・FAX03-3354-2207
 E-mail info@kskk.or.jp Homepage http://www.kskk.or.jp

障害者訓練生の募集

兵庫県伊丹市にある国立県営兵庫障害者職業能力開発校では、平成17年度訓練生（4月入校）を次の要領で募集します。

詳しくは直接連絡先にお問い合わせください。

募集対象

障害を有する人等で一般の能力開発施設において訓練を受講することが困難な人

訓練科目（訓練期間）

○ A シ ス テ ム 科（1年間）

グラフィックアート科（1年間）

情報ビジネス科（1年間）

受付期間 12月13日（月）～1月20日（木）

選考日 2月2日（水）

その他 寮設備あり

お問い合わせは

〒664-0845 兵庫県伊丹市東有岡4丁目8
 国立県営 兵庫障害者職業能力開発校
 ☎ 072-782-3210・FAX072-782-7081

CAMERA REPORT

カメラ リポート

みんなで町を 盛り上げましょう

12月5日(日)、福祉センター劇場で第9回クリスマス島おこしフェスティバルが開催されました。

小学校4年生の児童による合唱や町内の団体による歌やダンス、演劇などたくさんの内容で盛り上がりました。



光の中で音楽を

12月18日(土)、幼児学園マルチルームで「光の中の音楽会」が開催されました。

小学生、中学生、高校生、大人とそれぞれが歌や演奏を披露しました。そしてゲストの瀬戸フィルハーモニー交響楽団メンバー3名による演奏もあり、出演者と観客ともに、クリスマス前の夜を音楽とイルミネーションによる光とで楽しみました。



観て 観て

12月14日(火) 幼児学園で生活発表会がありました。園児のかわいらしい歌、演奏、演技に、保護者の皆さんも微笑んで観覧していました。



肥満予防 HIMAN-YOBOU

～あなたの適正体重は～

肥満は、万病のもとと昔から言われております。今回から数回にわたり肥満の予防や解消について掲載します。お正月に、おせち料理を食べ過ぎてしまい、適正体重をオーバーしてしまった方はいませんか。今年こそ肥満を予防・解消しましょう。肥満を知る目安として、BMIという体格指数がよく用いられます。

BMI計算法

$$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

$$\text{あなたのBMI (?)} = (\quad \quad \text{kg}) \div (\quad \quad \text{m}) \div (\quad \quad \text{m})$$

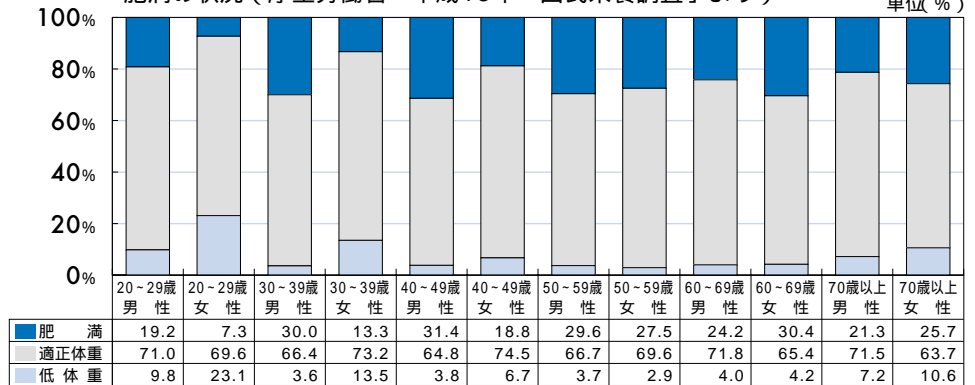
低体重	18.5未満
適正体重	18.5以上25.0未満
肥満	25.0以上

適正体重の計算法

$$\text{適正体重 (kg)} = \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22$$



肥満の状況（厚生労働省「平成13年 国民栄養調査」より）



なぜ、太ってしまうのでしょうか。

肥満を防ぐために大切なのは、自分の消費エネルギーにみあった食事の量をとること。年齢や日常生活の過ごし方で、消費エネルギーは人それぞれ違います。自分に必要な適正エネルギー量はどのくらいなのかを計算し、消費エネルギーと摂取エネルギーのバランスをとりましょう。

適正エネルギーの計算法

$$1 \text{日の基礎代謝量 (kcal)} = \text{適正体重 (kg)} \times \text{基礎代謝基準値 (表1)}$$

$$\text{あなたの1日の基礎代謝量 (?) (kcal)} = \text{適正体重 (?) (kg)} \times \text{基礎代謝基準値 (?)}$$

表1

年齢	男	女
18～29歳	24.0	23.6
30～49歳	22.3	21.7
50歳以上	21.5	20.7

$$1 \text{日に必要なエネルギー量 (kcal)} = 1 \text{日の基礎代謝量 (kcal)} \times \text{生活活動強度指数 (表2)}$$

$$\text{あなたの1日に必要なエネルギー量 (?) (kcal)} = 1 \text{日の基礎代謝量 (?) (kcal)} \times \text{生活活動強度指数 (?)}$$

表2

生活活動強度と指数	日常生活の内容
(低い) 1.3	散歩・買い物など比較的ゆっくりした1時間程度の歩行とほとんどは座位での読書・勉強・談話・テレビなどを見ている。
(やや低い) 1.5	通勤・仕事などで2時間程度の歩行や乗車・接客・家事など立っての業務が比較的多いほか、ほとんどは座位での業務などを行っている。
(適度) 1.7	生活活動強度 の人が、1時間程度は速足などのやや強い運動を行っている場合や、ほとんどは立っての業務でも、1時間程度は農漁業のように強い作業をする。
(高い) 1.9	1日のうち1時間程度は厳しいトレーニングや木材の運搬、農繁期の農作業などのような強い作業に従事している。

(例) 40歳の男性で身長170cm、体重70kg、生活活動強度 の人の場合
 ・適正体重
 $1.7(\text{m}) \times 1.7(\text{m}) \times 22 = 63.6(\text{kg})$
 ・1日の基礎代謝量
 $63.6(\text{kg}) \times 22.3 = 1,418(\text{kcal})$
 ・1日に必要なエネルギー量
 $1,418(\text{kcal}) \times 1.5 = 2,127(\text{kcal})$

寒い季節なので、空いた時間や風呂あがりに室内でストレッチ体操などをして、適正エネルギーを消費することから始めてみませんか。

(今月の「アクアウォーキング教室」は、1月20日(木)13:10より福祉センター温水プールにて開催します。)

国民健康保険についてのお問い合わせは、役場住民福祉課 国民健康保険係(☎892-2223)まで

赤ちゃん誕生 (敬称略)

すこやかな成長をお祈りします

地区	氏名	年齢
地区	誕生日	お父さん お母さん
宮村	寺下 雪野	11・22
宮村	大谷 歩美	11・28
本村	西口 太陽	12・4
本村	須古 さくら	12・16
宮村	深明 雪	12・16
宮村	弥生 玲子	12・16
宮村	公彦	12・16

おくやみ (敬称略)

つつしんで冥福をお祈りします

地区	氏名	年齢
地区	氏名 <td>年齢</td>	年齢
本村	小林 好	81
本村	松原 要	74
宮村	大林 湛子	76
本村	乾 モト子	82
積浦	森井 忍	78

寄付のお礼

宮ノ浦の田中文彦様より亡父田中敏春様の香典返しとして、横防長寿会、直島町社会福祉協議会、直島町立ふれあい診療所に対して金一封のご寄付がありました。

本村の 操子様より亡父 榮三様の香典返しとして、本村自治会、本村長寿会、直島町婦人会、本村支部に対して金一封のご寄付がありました。

本村の小林観二様より亡父小林好様の香典返しとして積浦自治会、積浦老友会、直島町婦人会、積浦支部、直島町母子寡婦福祉会、直島町社会福祉協議会、直島幼児学園、直島町立ふれあい診療

スポーツ通信 (敬称略)

平成16年度直島町サッカーリーグ結果報告

平成16年7月12日(月)~11月9日(火) 町民グラウンド

第1位	おっさんず	5勝1敗
第2位	三菱	4勝2敗
第3位	ドラゴンズ	2勝3敗
第4位	U - 15	0勝5敗

得点者名	チーム名	得点
第1位 菊地 正和	おっさんず	10得点
第2位 丸野 久志	三菱	6得点
第3位 浮田 大輔	ドラゴンズ	5得点
第4位 岡田 康平	おっさんず	4得点
第5位 井上 孝文	ドラゴンズ	3得点

東讃ブロック大会【少林寺拳法】

平成16年11月14日(日) 高松市仏生山公園体育館

中学段外の部	優良賞	小林 沙矢、松下 由依組
小学5、6年の部	優良賞	西岡 直人、松下 功典組

少林寺拳法演武会

平成16年11月23日(火) 専用道場

単独演武 優勝 西岡 直人

第18回 直島町民ゴルフ大会

平成16年11月24日(水) 瀬戸大橋カントリークラブ

優勝	時実 哲也
準優勝	今井 進
第3位	田中 秀明

2004 第6回香川県アームレスリング選手権大会

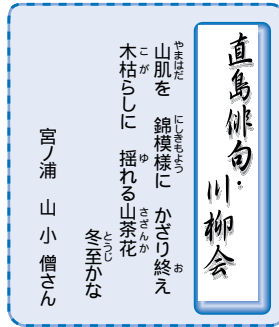
平成16年11月28日(日) サンポート高松

マスターズの部 準優勝 西川 榮治

第5回親睦杯グラウンドゴルフ大会

平成16年12月4日(土) 玉島市玉原第2運動公園

参加人数：270名
第3位 浜村 幾三郎



所に対して金一封のご寄付がありました。

本村の松原イクエ様より亡夫松原要様の香典返しとして本村自治会、本村長寿会、直島町社会福祉協議会に対して金一封のご寄付がありました。

このコーナーに掲載を希望しない方は、届出の際に担当窓口でその旨お申し出ください。

体力づくり教室(ジャズダンス) 受講生募集のお知らせ

期 間：平成17年2月2・9・16・23(水)
19:00~20:30の計4回

場 所：中学校体育館

対象者：子どもから高齢者まで(興味のある方ならどなたでもOK)

募集定員：30名程度

上記日程でジャズダンス教室を開催しますので、受講をご希望の方は1月26日(水)までに教育委員会事務局(☎892-2882)までお申し込みください。

防災 コーナー その2 家族を守る地震の心得

- 火が出たらまず消火**
 - 「火事だ!」と大声で叫び、隣近所にも協力を求め初期消火に努める。
- 外に逃げるときはあわてずに**
 - 外に逃げるときは、瓦やガラスなどの落下物に注意し、落ちていた行動を。
- 狭い路地、塀ぎわ、がけに近寄らない**
 - ブロック塀・門柱・自動販売機などは倒れやすいので要注意。
- 山崩れ、崖崩れ、津波に注意する**
 - 海岸地区の方は強い揺れを感じたら早めの避難態勢を。
- 避難は徒歩で、持ち物は必要最小限に**
 - 津波警報が発令された場合は、まず高台に避難し津波に備える。
- みんなが協力しあって応急救護**
 - お年寄りや体の不自由な人、けが人などに声をかけ、みんなが助け合う。
- 正しい情報をつかみ、余震にも注意する**
 - うわさやデマに振り回されない。テレビやラジオで正しい情報を。

★わが家のスター★



堀口 来夢ちゃん(1歳)
 驚ノ松 優ノ香織さんの長女
 両親からひとこと
 元気で、女の子らしく
 H16・1・9生

直島町明るい選挙推進協議会

12月20日(月)、香川県庁本館8階
 香川県選挙管理委員会室で行われた伝
 達式で、直島町明るい選挙推進協議会
 が第20回参議院
 議員通常選挙に
 おける明るい選
 挙推進の功績が
 認められ、総務
 大臣表彰を受賞
 されました。



玉野市休日当番医 市外局番(0863)

日	内科	外科	歯科
1月16	のうの小児科医院 (田井)33-9888	佐伯整形外科医院 (玉)31-6803	東郷医院 (田井)32-0220
23	井上内科医院 (玉)21-2074	松尾医院 (宇野)32-4662	仲田医院 (築港)21-2949
30	大萩内科医院 (胸上)41-1087	みやもと整形外科 (東紅陽台)71-3030	八浜駅前歯科医院 (八浜)51-3551
2月6	万袋医院 (八浜)51-2064	吉田整形外科 (長尾)71-5128	中村(睦)医院 (日比)81-8241
11	近藤医院 (東田井地)41-1061	宇野八丁目クリニック (宇野)33-8080	半井医院 (築港)21-2861
13	東条小児科医院 (迫間)71-5110	玉野三井病院 (玉)31-4187	橋本医院 (奥玉)31-8148

診察時間は、午前9時から午後5時まで
 休日当番医は都合により変更することがあります。



本村 山口愛子さんの作品

★★★★募集します★★★★

皆さんの応募をお待ちしています。

わが家のスター
 2月号は、2月生まれのお子さんです。
 写真と両親からのメッセージを添えてください。
 俳句・川柳コーナー
 テーマは自由です。どうぞご自分の作品をお気軽に発表してみてください。
 ミニギャラリー
 得意な「絵」を描いて送ってみませんか?「絵」ならなんでも結構です。

応募方法

官製はがき、または封筒に住所(地区)・氏名・年齢・電話番号をお書き添えのうえ、次の宛先に1月20日(木)当日消印有効までにご応募ください。

宛先

〒761-3110 直島町1122-1
 直島町役場総務課 「広報なおしま コーナー」

町の人口

1月1日現在(先月比)
 世帯数 1,482(-3)
 人口 3,540(-9)
 男 1,746(-3)
 女 1,794(-6)
 町の面積 14.22km²

直島町のホームページ

<http://www.town.naoshima.lg.jp>
 電子メール
somu1@town.naoshima.lg.jp

チャレンジ! 広報クイズ

答えは、今月号の広報紙の中にあります。

新しい民生委員・児童委員は何名?

A 1名 B 11名 C 21名

赤い羽根共同募金はいくら集まった?

A 約140万円 B 約150万円 C 約160万円

肥満を知る目安の体格指数を表すアルファベットは?

A IBM B MIB C BMI

【応募方法】

はがきに答えの記号(例 - A)住所(地区)氏名、年齢、広報についてご意見、要望などを書き添えて応募してください。

全問正解者の中から、抽選で5名の方に500円の図書券をプレゼントします。応募は一世帯一通に限ります。

締切り/1月20日(木)当日消印有効)

宛先/〒761-3110 直島町1122-1 直島町役場総務課

「広報クイズ」係

【12月号の当選者】(12月号の答えは A・C・Cでした。)

応募総数6通(順不同・敬称略)

三枝次(宮ノ浦)・樋口肇(宮ノ浦)・竹野ミサヲ(宮ノ浦)・
 島田真寿美(宮ノ浦)・美甘照彦(本村)

みなさんチャレンジ! 広報クイズにどしどし応募ください。