

広報

なごしま

なごしま



2009
No.675



Communication & Public Relations

● 9月6日(日) コメの体験「案山子^{かかし}づくり」



町づくり報告 く教育委員会事務局から

教育長 岡 正敏

秋晴れのさわやかな日々が続いています。今年の夏は、前半、雨模様や日照不足の月が多く野菜等の収穫に影響が出ていましたが、8月後半頃からは、晴天が続きやと夏らしい天候となり、海辺では海水浴客らが夏を満喫している光景も見られました。

しかしながら、今年の夏は例年と異なり新型インフルエンザの感染が国内で広がり、これから秋冬にかけて更なる感染の拡大が懸念されております。

そのような中、直島幼児学園、直島小・中学校では夏期休業が終わり9月からの授業が再開され、子どもたちは元気に授業やスポーツに取り組んでいます。

幼小中の園・学校では、**新型インフルエンザに対する感染防止対策**として、各教室前に消毒液を置くなどし、毎日の手洗い、うがい、また、必要に応じマスクの着用などの基本的な取組みを行っているところがあります。ご家庭におかれましても、お子様の健康観察や日々の感染予防対策等に努められますよう、お願い申し上げます。

今月の町づくり報告は、教育委員会より今年度これまでの取組み等についてご報告申し上げます。

〇直島町教育方針の改訂

町教育方針は毎年度見直し等を行っておりますが、本年度は、社会教育の部門に「学校支援ボランティア推進事業を推進する」との項目を新規に設定しました。この事業は、地域の方々の豊富な経験や技能を学校（園）教育の場で発揮し教育活動を支援していただく趣旨のものです。現在、30名弱の方々が支援ボランティアとして登録していただいております。活躍されています。

例えば、幼児学園では、日本古来の茶道に触れる機会を設け、礼儀作法やあい

さつ等が教えられています。また小学校では「ようこそ先輩」の時間が設定され、地域の様々な分野で活躍している方々の講話等が行われています。地域の教育力を活用し地域との連携を図る観点から貴重な実践です。

〇小中学生の学力・体力の実態

直島小・中学校において文部科学省主催の全国学力・学習状況調査が小6生、中3生を対象に、そして同じく全国体力・運動能力等調査が小5生、中2生を対象にそれぞれ実施されました。

本町の小中学生の学力の実態は、県全体の実態とおおむね同様であり、基礎的内容の定着は図られているものの活用力にやや課題が見られます。体力においては、本町の地域における体育活動が活発であることも影響しているのか、よく運動するという結果が出ており特に走力や敏捷性に優れているという結果です。

〇直島小における水産教室

直島小では、学年ごとに環境やアート等について学習する総合的学習が行われています。その一環として5年生が今年度から県水産課や直島漁協、香川大学の先生等のご支援・指導を得て、海や水産業について学習する取組みがスタートしています。アマモや干潟を観察したり、ハマチ、ノリ等についても学習が行われます。直島の海について更に理解と関心が深められていくことが期待され、素晴らしい学習であります。

〇直島中3年生が文部科学大臣表彰受賞

昨年度、町内2名の方が文部科学大臣表彰を受賞されたというのを「広報なおしま」2月号で紹介しましたが、新年度直前の3月26日に、直島中学校現3年生の天津瑞貴さんが「二〇〇八・地球に

やさしい作文・活動報告コンテスト」において、ご自身の「火災から学んだ地域に根ざしたボランティア」と題する作文と活動が高く評価され全国で名（当時の中学2年生枠）の文部科学大臣表彰という輝かしい賞を受賞されました。単年度中に3名の方が大臣表彰という大きな賞を受けられたということは、本当に素晴らしいことでもあります。お祝い申し上げます。

〇国土交通省四国地方整備局長賞受賞

直島町子ども会育成連絡協議会も、輝かしい賞を受けられました。子ども会では以前から海浜等の清掃活動に取り組みしてきましたが、長年に亘って環境美化に貢献している取組みが評価されたものであります。お祝い申し上げます。

〇直島町ALITの離・着任

幼小中の英語教育はもとより、公民館英会話講座など地域に根ざした英語教育に5年の長きに亘ってご尽力いただいたタニエル・パソンス先生が子ども達や町民の方々に惜しまれながら任期満了で離任しました。お人柄と熱心なお取組みに深く感謝申し上げます。

後任のALITとして同じく英国からリチャード・キンセラ先生が着任されています。前任者同様よいお人柄な方です。ご活躍をご期待申し上げます。

〇直島YYCの活躍

直島YYCとして組織化された人達が、若い力を生かして町の活性化に向けて活躍されています。これまで、本年度の町民体育祭で運営協力いただいたことをはじめ、8月に五色台で行われたわんぱく寺子屋でもご尽力いただきました。

また、新規ALIT、キンセラ先生を中学校体育館に招き、歓迎スポーツ交流会を開催し、ALITとYYCの交流が

図られていました。

〇柔道交流大会の復活及びスポーツ教室に岡山シーガルズを招聘

直島町柔道スポーツ少年団が平成17年度以来の4年ぶりとなる第24回柔道交流大会を開催し、高松市、三木町、直島町から262名の多勢の子ども達が参加し盛大に行われました。

直島町体育協会が本年度のスポーツ教室として岡山シーガルズを招きバレーボールの実技指導が行われました。

〇直島町教育委員の選任

直島町教育委員会では、委員長、委員の方々の異動がありました。

乾正則前委員長が3期12年間の任期満了により平成21年3月9日付けで退任されました。長きに亘り、町教育行政に対しご尽力いただき有難うございました。後任の委員長には松下啓一委員が選任されました。

乾正則前委員長退任に伴う後任委員に高田治氏が3月10日付けで選任されました。

平成21年9月30日付けで任期満了となる武部恵美委員が退任されました。

後任に天津公恵委員が10月1日付けで選任されました。

また、平野克弥委員も同日付けで再任されました。

退任された委員の方々、大変お世話になりました。新任、再任された委員の方々、よろしく願います。

以上、教育委員会に関することの一部についてご報告申し上げます。学校教育をはじめ社会教育、社会体育等幅広い分野に亘って地域の方々と関係の皆様方の活躍、ご尽力により成果があげられており感謝申し上げます。ご報告いたします。

ふれあい通信なおしまだより

10月16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。

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参し、手続をしてください。
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。

10月

October

- 16日（金）2000年代洋楽ヒット曲（懐かしの名曲・ヒット曲）
- 19日（月）邦楽ヒットチャート（新譜・最新ヒット曲）
- 20日（火）邦楽通信カラオケDAMチャート（新譜・最新ヒット曲）
- 21日（水）邦楽新譜おすすめシングル（新譜・最新ヒット曲）
- 22日（木）邦楽ヒット曲ミックス（新譜・最新ヒット曲）
- 23日（金）邦楽新譜アルバム（新譜・最新ヒット曲）
- 26日（月）R&B、ソウル（ダンス/ソウル）
- 27日（火）ヒップホップ、ラップ（ダンス/ソウル）
- 28日（水）最新ダンスミュージック（ダンス/ソウル）
- 29日（木）トランス（ダンス/ソウル）
- 30日（金）ユーロビート（ダンス/ソウル）

11月

November

- 2日（月）日本人アーティストによるインスト作品（リラックスサウンド）
- 4日（水）ジャズボーカル（リラックスサウンド）
- 5日（木）モーツァルト作品集（リラックスサウンド）
- 6日（金）アダルトコンテンポラリー（リラックスサウンド）
- 9日（月）邦楽アーティスト特集1（Jポップ）
- 10日（火）邦楽アーティスト特集2（Jポップ）
- 11日（水）ヒップホップ、R&B、レゲエ（Jポップ）
- 12日（木）アニメ、SFXテーマソング（Jポップ）
- 13日（金）邦楽テーマ別特集（CMソング、テーマ曲など）（Jポップ）

※音楽（4チャンネル）の放送時間は6：30～24：00です。
※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。

【第29回】

ふれあい健康コラム

直島町立（ふれあい）診療所
医師 山本 遥平

インフルエンザの検査と治療

今年は夏場からインフルエンザが全国的に流行しており、秋から冬にかけて新型に加えて季節性インフルエンザの流行が予想されています。今回はそのインフルエンザの検査と治療について書いていきます。

インフルエンザの検査にはキットを使った迅速検査とRT-PCRがあります。

RT-PCRとはウイルスの遺伝子を増幅させて検出する方法で、大体数時間、4～5時間かかるといわれています。新型かどうかまで分かるのですが、時間がかかるため普段の外来では使いません。迅速検査は病院から診療所まで広く行われている方法で、使用するキットにより時間はそれぞれですが、数分～10分程度で結果が出ます。ただしこれによって分かるのはウイルス感染があるかどうか、ある場合はA型かB型かのみであり、新型かどうかまではわかりません。この検査の欠点としては、ウイルスの量が多くなるとちゃんとした結果が出ないため、インフルエンザで熱が出てすぐに検査をしても陰性に出してしまうことと、一定の確率で陽性でも陰性という結果が出てしまうことがあることが挙げられます。

この欠点はどの検査にも言えることで、特別なことではないのですが、このために熱が出た日に外来を受診して検査をして陰性だったが、次の日にもう一度検査をしたら陽性だった、ということが起こります。

外来で使える検査は迅速検査だけなので、インフルエンザを疑った場合にはこの迅速検査を行うことになります。

治療では内服薬のタミフル、吸入薬のリレンザが使われます。使い方が違いますが、基本的には同じような薬です。使うことで発熱などの症状がある期間を1～2日減らすことができると言われていますが、近頃は新型と季節性ともに耐性化が進んできているため使ってみないとどのくらい効果があるかは分かりません。また、毎年ニュースになりますが、10代の人を使った場合異常行動がみられることがあります。これはインフルエンザによる発熱からきている、とかタミフルの副作用であると言われてはいますが、はっきりしたことは分かっていません。医療関係者の間では発熱によるものという意見が多いです。勿論同じような薬なので、リレンザでも同様の報告があり、10代には使用できないようになっています。インフルエンザに使う薬は抗生剤のように根本を叩くのではなく、症状を抑えるものなので、季節性の場合には発熱のないインフルエンザには使用しないことが多いです。

ワクチン接種ができ、うまく免疫がつけばいいのですが、そうでないことも多いのでワクチンを打ったとしても通信は禁物です。そしてそのワクチンも今年は準備が十分でないためどうなるか分かりません。インフルエンザなどの感染症で一番大切なことは予防ですので、外から帰った際や人の多いところに出かけた後などには手洗いやうがいを行ってほしいと思います。

直島町総合防災訓練 ※雨天中止

平成21年10月24日（土）午前8時40分～11時30分

直島町民グラウンド周辺

★体験コーナー

ロープワーク、ロープブリッジ、応急手当の体験ができます。

★見学コーナー

高松地方気象台（緊急地震速報）、香川県（住宅用火災警報器PR）、陸上自衛隊第14旅団の車両などの見学ができます。

カメラで
記念写真もたくさん
撮ってね!!!

訓練の内容

第一部 避難誘導伝達訓練 午前8時40分～9時30分

自主防災会・消防団・直島町・香川県防災航空隊などによる情報伝達訓練を行います。

第二部 救出救助・炊出し訓練 午前9時45分～10時45分

DMAT（災害派遣医療チーム）と連携した救出救助訓練や防災ヘリコプターを使った救出訓練などを行います。陸上自衛隊第14旅団第15普通科連隊と直島町婦人防火クラブとの炊き出し訓練を実施します。

第三部 防災ヘリコプターの見学 午前11時～午前11時15分

昨年度、新しく導入した香川県の防災ヘリコプター「オリーブII」の見学ができます。

★訓練終了後には、自衛隊の炊出しを試食することができます。

※各ブースに参加しスタンプを集めた方が対象となります。

また、参加者には、3年保存可能な非常食を配付いたします。

※炊出し、非常食とも数に限りがあります。

（注意）一部、訓練等内容や時間が変更になることがあります。



香川県防災訓練より救出訓練を行うオリーブII



香川県防災訓練よりロープワークのコーナー



香川県防災訓練より陸上自衛隊の炊き出しコーナー

社会保険料（国民年金保険料） 控除証明書の発行について

10月1日から12月31日までの間に初めて保険料を納付した方については、翌年2月上旬に同様の証明書が送付されます。

所得税法の改正により、国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合に、一年間に納付した額を証明する書類の添付や提示が義務付けられました。

このため、生命保険会社等が発行する控除証明書と同様の「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」を発行します。

◆1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（ハガキ）は、社会保険庁から11月上旬に送付されます。

確定申告の際、社会保険料控除として国民年金保険料を申告する場合には、必ずこの証明書または領収証書が必要となりますので、申告を行うまで大切に保管してください。

◆証明内容は、1月1日から9月30日までの納付額と当年中に納付が見込まれる場合の納付見込額です。

お問い合わせ

高松東社会保険事務所国民年金課 ☎087-861-3867

高松西社会保険事務所国民年金課 ☎087-822-2841

香川社会保険事務局善通寺事務所国民年金課 ☎0877-62-1660

お気軽に行政相談を ご利用ください!

秋の行政相談週間

10月19日（月）～25日（日）



国の仕事やサービス、各種制度の手続きなどについて、「困っていることがある」、「こうしてほしい」、「苦情を申し出たが、説明や措置に納得がいかない」など苦情や意見・要望をお持ちの方はありませんか。

当町では、堀口佳章さんが総務大臣から行政相談委員として委嘱され、皆様からの苦情などをお聞きしています。なお、10月は1日行政相談所を開設します。相談は無料で、秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ

行政苦情110番 ☎0570-0901

四国行政評価支局 行政相談課 ☎087-831-3103



行政相談

◎日 時 **10月20日(火)**
9:00~12:00
◎場 所 町役場
◎相談員 堀口 佳章

※お気軽にご相談ください。

税務課からのお知らせ 今月の納期限

町県民税(普通徴収)……………第3期分
国民健康保険税……………第5期分
介護保険料(普通徴収)……………第5期分
後期高齢者医療
保険料(普通徴収)……………第4期分
納期限 **11月2日**
納税には、口座振替が便利です。

平成21年度直島町教育文化祭の 出展作品を募集します。

日 時 平成21年11月3日(火)9時~18時
平成21年11月4日(水)9時~15時
場 所 直島町西部公民館
主 催 直島町教育委員会・直島町文化協会
共 催 直島幼児学園・直島小学校・直島中学校

作品の出展を希望される方は、直島町教育委員会事務局(役場2階)・直島町西部公民館・直島町総合福祉センターにそれぞれ申込用紙を置いてありますので、内容ご記入のうえ、10月16日(金)【必着】までに教育委員会事務局へ申し込んでください。

お問い合わせ

教育委員会事務局 ☎892-2882
FAX892-3888

万が一に備えて町民交通傷害保険

昨年11月に加入していただいた町民交通傷害保険はこの10月31日で保険期間が満了します。更新される方は忘れずに手続きをしましょう。

また、新しく加入される方も手続きは簡単です。赤ちゃんからお年寄りまで直島町に住んでいる方ならどなたでも加入できます。

保険料は、1人年間1,200円で途中加入は、月額100円です。保険料が支払われるのは、国内での車両(自動車、バイク、自転車など)による事故です。

お申し込み方法

今月号の広報と一緒にお配りした申込書に保険料を添えて、役場総務課までお申し込みください。詳しくは、役場総務課(TEL892-2222)までお問い合わせください。

国民年金基金についての相談所を開設します

日 時 10月21日(水)午前10時~午後4時
場 所 直島町役場2階小会議室 **お気軽にご相談を**

お問い合わせ

香川県国民年金基金 ☎0120-65-4192
役場住民福祉課 ☎087-892-2226

子育て応援特別手当(平成21年度版) に関するお知らせです。

子育て応援特別手当(平成21年度版)は、生年月日が平成15年4月2日から平成18年4月1日までの子供がいる世帯の住民基本台帳、外国人登録原票上の世帯主に対して、対象となる子供一人当たり3万6千円が支給されます。10月1日時点の住民登録に基づいて支給することを原則とします。(定額給付金と同時期に支給された子育て応援特別手当とは異なります。)

いろいろなご事情で、どうしても今お住まいの 市区町村に住居登録できないDV被害者の方

- ◎子育て応援特別手当(平成21年度版)の事前申請書を受け付けます。事前申請期間は、10月1日から10月30日までです。今お住まいの市区町村へ「事前申請書」を提出してください。(「事前申請書」は、お住まいの市区町村窓口のほか、配偶者暴力相談支援センター、婦人相談所、厚生労働省ホームページなどで入手できます。)
- ◎「事前申請書」には、次の書類の添付が必要です。
 - DV被害者であることが確認できる書類(対象となる子供についても記載されていることが必要です。)
 - …子ども女性相談センターの発行する証明書
 - …保護命令決定書の謄本又は正本
(これらの書類がなくても警察へ相談したことがあるなど支給対象となる場合がありますので市町窓口へお問い合わせください。)
 - 振込口座の通帳の写し
- ◎「事前申請書」のうち、氏名、住民基本台帳の住所・口座情報のみを住民登録がされている市町に送付して、子育て応援特別手当の支給対象者を世帯主からDV被害者の方へ変更します。
- *「事前申請書」に記入された今お住まいの住所・電話番号等の情報は、住民登録がされている市町へは知らせません。

9月30日までに、お住まいの市町に住居登録されている方の子育て応援特別手当の申請受け付け開始などは、12月以降に別に案内しますので今しばらくお待ちください。

香川県道路交通法施行細則が 改正されました!



傘差し運転等

携帯電話等を使用しながらの運転

大きな音でヘッドホン等を使用して音楽を聞く等の運転

が禁止となります!

平成21年9月1日施行



傘差し運転等視野を妨げ、又は安定を失うおそれのある方法で、自転車を運転してはいけません。これまで、傘差し運転は、交通頻繁な道路のみが禁止の対象となっていました。これからは、交通量に関係なく全ての道路において禁止されます。

5万円以下の罰金



自転車を運転するときは、携帯電話等を手で持って通話若しくは操作し、携帯電話等の画面に表示された画像を注視してはいけません。また、携帯型ゲーム機や携帯型音楽プレーヤー等の画面に表示された画像を注視することもいけません。

5万円以下の罰金

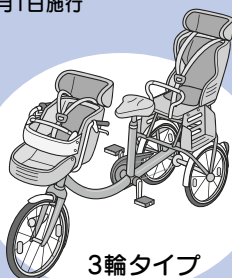
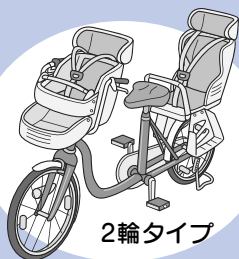


大きな音でヘッドホン等を使用して音楽を聴く等、パトカーや救急車のサイレン、警察官の指示等安全な運転に必要な交通に関する音又は声が聞こえないような状態で自転車を運転してはいけません。

5万円以下の罰金

幼児2人同乗用自転車に限定して 幼児2人を同乗させることができます!

平成21年7月1日施行



幼児2人同乗用自転車(運転者のための乗車装置及び2の幼児用座席を設けるために必要な特別の構造又は装置を有する自転車)に限定して、幼児2人を同乗させることができます。

転倒時の被害を
軽減するためにも、子供に
乗車用ヘルメットを
かぶらせましょう!

瀬戸内国際芸術祭2010

キックオフ・イベント開催

来年7月19日(海の日)から瀬戸内海の7つの島と高松港周辺で開催する「瀬戸内国際芸術祭」まであと1年足らずとなりました。そこで、来年の開催に向けた新たなスタートとして、「瀬戸内国際芸術祭キックオフ・イベント」を2週にわたり開催しますので、お知らせいたします。

瀬戸内国際芸術祭キックオフ・イベント 高松

- | | |
|-------------|--|
| 1 日時 | 平成21年10月25日(日)14時～17時 |
| 2 場所 | アルファあなぶきホール大ホール |
| 3 内容 | ステージイベント(14:00～17:00)
①オープニングー小豆島樽太鼓演奏
②瀬戸内国際芸術祭ロゴマーク発表
③参加予定アーティスト発表
④北川フラム総合ディレクターによるアーティスト対談
⑤エンディングー直島女文楽公演 |
| 4 定員 | 1,300人 当日受付(先着順)、入場無料 |
| 5 主催 | 瀬戸内国際芸術祭実行委員会、文化庁 |



キックオフ・イベント第2弾 直島 —アートとコメの収穫祭—

「アートと食と地域が出会う2日間の祭典」

- | | |
|--------------|---|
| 1 日時 | 平成21年10月31日(土)～11月1日(日)10時～16時30分 |
| 2 場所 | 香川県直島町積浦地区特設会場 |
| 3 内容等 | <ul style="list-style-type: none"> ●アートと食のマーケット ●田んぼの演奏会 ●新米試食会 ●直島関連アーティスト・ワークショップ |
| 4 参加料 | 無料(一部500円) |
| 5 主催等 | 主催:(株)ベネッセコーポレーション、
(財)直島福武美術館財団
共催:瀬戸内国際芸術祭実行委員会 |
| 6 その他 | 10月14日(水)まで「アートの食のマーケット」への出店者募集中 |



直島ジュニアカップサッカー大会(第11回親連杯サッカー大会)

直島ジュニアカップサッカー大会(第11回親連杯サッカー大会)が、9月5日(土)、6日(日)の2日間、直島町民グラウンドにおいて40チーム(高学年の部16チーム、中学年の部14チーム、低学年の部10チーム)が参加して盛大に開催されました。試合結果は次のとおりです。

高学年：優勝 オオタFC 準優勝 吹田南FC 第3位 芥子山FC
 中学年：優勝 オオタFC 準優勝 屋島FC 第3位 FCリベルタ
 低学年Aグループ
 ：優勝 オオタFC Aチーム 準優勝 栗林SSS 第3位 直島JSC
 低学年Bグループ
 ：優勝 香西SSS 準優勝 オオタFC Bチーム 第3位 芥子山FC



平成21年度 直島少年柔道交流大会

平成21年9月19日(土) 西部公民館

第28回 善通寺剣正会 近県少年剣道練成大会

平成21年8月30日(日) 善通寺市総合体育館



●低学年 2回戦
 先鋒 竹 林 快
 次鋒 櫃 本 由梨奈
 中堅 竹 林 芽 泉
 副将 西 山 圭 亮
 大将 大 山 慶 悟

●高学年 4位
 佐 野 翔 哉
 櫃 本 祐 弥
 安 西 禄 朗
 竹 林 嶺 太
 櫃 本 諒 太 (敬称略)



女子3・4年重量級 第3位 今 井 望 裕
 女子5・6年輕量級 第3位 石 田 明日香
 女子5・6年重量級 優勝 蓬 春 菜 (敬称略)

CAMERA REPORT



手作り座布団寄贈

9月14日に直島町ホームヘルパー連絡協議会の会員の皆さんが古くなったトレーナーや浴衣をリサイクルして手作り座布団を50枚作り、特別養護老人ホーム レファシード直島に寄贈いたしました。それを受け、特別養護老人ホーム レファシード直島から感謝状が渡されました。



それを受け、特別養護老人ホーム レファシード直島から感謝状が渡されました。

キジハタ(アコウ)の稚魚を放流しました

直島町では、豊かな海の復元をめざして、9月29日に園児がキジハタ2,000匹を放流しました。

水辺環境の保全と創出を目的とした稚魚放流事業は、今後も実施を予定しています。



かかしづくり

9月6日(日) 積浦田園で第3回「コメの体験」が開催されました。当日は快晴で、約60名の参加者は10体ものかかし(直島流)を製作いたしました。1体当たり約5人という少人数ながら手の込んだ力作揃いでした。作業のあと、積浦フラワーグループさんとスタッフによる食事会では、直島米を使ったおはぎと漬物、寒天ゼリー、イチジクがふるまわれました。



9月13日(日) 第9回健康福祉まつりが総合福祉センターで開催されました。好天にも恵まれ汗ばむ陽気の中、体操のおにいさん(おじさん!?)による親子ふれあい交流会、歯科検診、健康チェックコーナーなどたくさんの方に参加していただきました。また、乳がん支援団体によるコーナーでも、たくさんの方にきていただき、関心の高さを感じました。アンケートにもご協力いただきありがとうございました。皆様のご協力により得たバザーの収益は、福祉活動など有効に活用させていただきたいと思ひます。

第9回健康福祉まつり



新型インフルエンザについて

冬に向けてのこれからの季節、新型インフルエンザの流行が懸念されています。どんなに感染防止に努めていても、100%防げるとは限りません。感染したと思っても、慌てずに対応しましょう。



自宅での看病の仕方・注意事項

家族に感染者が出た場合、家庭で療養することになります。その際大事なことは、看病する人が感染しないことです。



新型インフルエンザで予想される初期の症状

- 38度以上の発熱
- 強い倦怠感、頭痛、筋肉痛、関節痛
- せき、鼻水
- 腹痛、下痢、嘔吐

- ◎ 熱があるときには、氷枕や保冷枕などを使って、頭や脇の下などを冷やしてあげましょう
- ◎ 感染した人・看病する人ともにマスクをつけましょう
- ◎ 部屋は乾燥しないように気をつけ、湿度は60%くらいに保ちましょう
加湿器があればそれを用い、なければバスタオルなどを部屋に干すことでも代用できます
- ◎ 部屋の換気を心がけましょう
- ◎ 看病した人は、うがい・手洗いを頻繁に行いましょう
- ◎ できれば個室で、他の家族と離れて看病しましょう
- ◎ 感染した人とのタオルなどの共有は避けましょう
- ◎ 鼻水や痰^{たん}などがついたティッシュなどは、すぐにビニール袋に入れて口をしぼり捨てましょう



食事や飲み物など

- 食事は、消化がよく栄養のあるものにしましょう
- 水分は十分摂るようにしましょう。ペットボトルやコップにストローをさしておけば飲みやすいでしょう
※発熱時や下痢の時には、脱水に注意が必要です
- 食事が摂れない時は、果物の缶詰のシロップやスポーツ飲料を利用しましょう

家庭でも、毎日の健康管理に気をつけ、規則正しい生活を心がけましょう。

知ってください！糖尿病のこと⑫

今回は、外食をする際に気をつける点について、少しお話したいと思います。

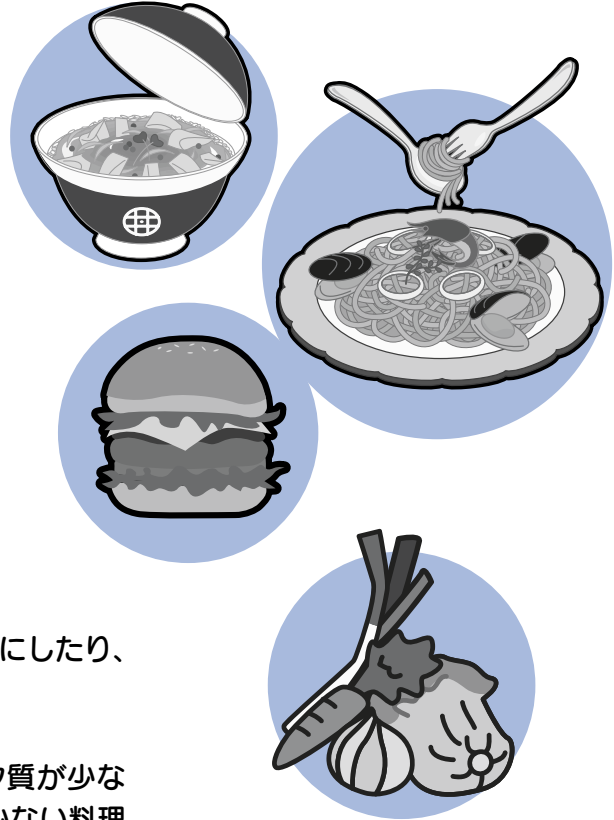


何に気をつけたらいい？

外食は、家族や友人と出かけた時の楽しみの一つでもあります。普段は食べることのできない食事が摂れるのもいいですね。

でも、外食には、塩分や脂質、糖質が多く含まれており、栄養のバランスが偏りやすいことが欠点です。最近では、料理のカロリーが書かれている場合もありますが、全て書かれている訳ではありません。

糖尿病の方が外食してはいけない、という訳ではなく、今まで書いてきた食事をする際の注意点を身体で覚え、料理の中から必要な分だけのカロリーの食品を選択して「何を食べて何を食べないのか」を判断できればいいですね。



- 家で朝食は必ず食べて行きましょう。野菜中心にしたり、外食では取りにくい物を食べて行きましょう。
- 栄養のバランスの悪い料理、例えば、タンパク質が少ない料理や糖質が多く含まれている料理、野菜の少ない料理、油分の多い料理などは避けましょう。野菜が多く含まれている料理がいいですね。
- マヨネーズやドレッシングなどは油をたっぷり使っています。これらの使用はなるべく避け、カロリーオフの物があればそちらを使いましょう。



- 麺類のスープは全部飲まないようにしましょう。塩分や油分がかなり多く含まれています。
- なるべくたくさんの種類の食材が入った料理を選びましょう。栄養の偏りを防ぐことができます。
- 量が多いと思ったら残しましょう。「おいしいし、もっと食べたい」と思っても、身体のためです！食べる分と残す分を、最初に分けておくといいですね。

基本的に、上記のことを覚えて実行できれば、外食することは恐くありません。仲間との食事を、おいしく楽しく食べたいですね。

また、周りの人も、食事をセーブしている人がいたら、無理に食事を勧めることは避けたいですね。

お問い合わせ

役場住民福祉課 ☎892-3400



国民健康保険に
加入者の皆さんへ

ご存知ですか。ジェネリック医薬品！！

薬にも他の発明品と同じように特許があります。

新たに開発された「新薬」には、特許権が守られ、開発した会社が独占的に製造販売します。

しかし、20～25年の特許期間が切れると、他の会社でも同じ成分・効果を持つ薬を製造することができます。これが「ジェネリック医薬品」です。

つまり、「ジェネリック医薬品」とは、製造方法に関する特許権が切れた後に、特許権者でない会社が作った同種の有効成分を含んだ薬で、価格は2～8割に設定されています。

「ジェネリック医薬品」を利用すると、家計の負担を軽減するだけでなく、医療費の抑制にも効果があります。

なお、薬の種類や病状によっては「ジェネリック医薬品」に変更ができない場合もありますので、まずはかかりつけの先生か調剤薬局にご相談ください。

※たとえば……

新薬とジェネリック医薬品では、1年間で薬代がこのくらい違う場合があります。

	高血圧症の場合（代表的な薬を1日1回、1年間使用した場合）			糖尿病の場合（代表的な薬を1日1回、1年間使用した場合）		
	新薬	ジェネリック医薬品	差額	新薬	ジェネリック医薬品	差額
国保・健保・長寿医療(3割)	8,760円	2,190円	6,570円	23,000円	13,140円	9,860円
国保・長寿医療(1割)	2,920円	730円	2,190円	7,670円	4,380円	3,290円

金額は薬代のみを計算(日本ジェネリック医薬品学会(2008年4月現在))

出産育児一時金が引き上げられます

平成21年10月1日から平成23年3月31日までに、産科医療補償制度に加入している医療機関などで出産された国民健康保険被保険者の方への出産育児一時金が引き上げられます。

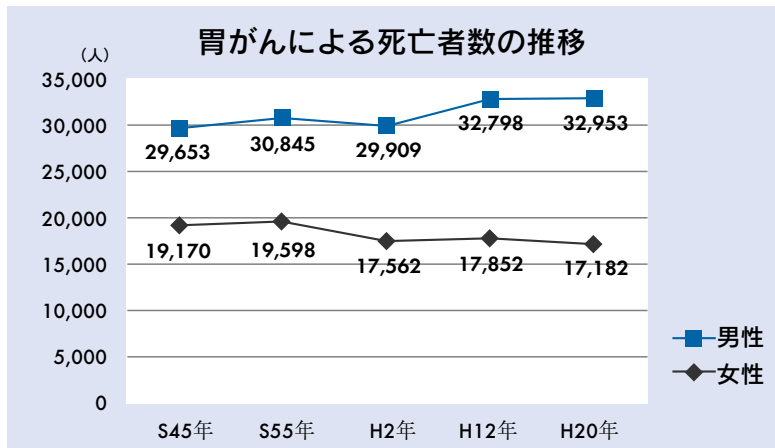
38万円 ➡ **42万円** (平成21年10月1日～平成23年3月31日)

※平成21年9月30日までと23年4月1日からの出産については、38万円の支給となります。

■「健康ウォーキング ウォーキング de ダイエット」開催日

実施日	時間	場所
10月16日(金)	午後6時30分～8時(受付午後5時30分～)	西部公民館

2人に1人が「がん」にかかり 3人に1人が「がん」で亡くなる時代です。



厚生労働省人口動態統計(H20年は概数)より

9月のがん征圧月間は終わりましたが、それぞれのがんの死亡者数の推移について、お伝えしていきたいと思えます。

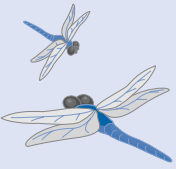
今回は、胃がんについてお伝えします。

「胃がん」による死亡者数は、男性では1位、女性では3位となっています。胃がんは、中国や日本、韓国など、アジアや南米に患者が多いのが特徴です。「がん」のこと、考えてみませんか？



ご不明な点がございましたらお気軽に下記までご連絡下さい。

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



直島俳句・川柳会

- オクラ切る
名もなき星座
散らばりぬ
- 地球儀の
南極目指し
西瓜切る
- 秋冷や
老と云う字を
宝とす

宮ノ浦 防女

積浦 下津八重子 83 年齢

おくやみ (敬称略)
つつしんでご冥福をお祈りします

宮ノ浦 池田 知名 9月25日
生南 綾子

結婚おめでとう (敬称略)
すえ永く お幸せに

オノ神 遠藤 瑞葵 9月16日
真由美 佑造

赤ちゃん誕生 (敬称略)
すこやかな成長をお祈りします

玉野市休日当番医 市外局番(0863)

日	内 科	外 科	歯 科
10月11	原田内科クリニック (宇野)31-1717	山田外科医院 (和田)81-7197	石田歯科医院 (宇野)32-2882
12	海岸通りクリニック (宇野)31-3400	宇野八丁目クリニック (宇野)33-8080	八浜駅前歯科医院 (八浜町大崎)51-3551
18	石井医院 (築港)21-2743	玉野三井病院 (玉)31-4187	白髪歯科医院 (築港)32-2880
25	東医院 (玉原)31-7811	近藤医院 (東田井地)41-1061	谷歯科医院 (宇野)31-3500
11月1	玉野市民病院 (宇野)31-2101	三宅内科外科医院 (槌ヶ原)71-2277	千葉歯科医院 (和田)81-0039
3	松田病院 (和田)81-7821	近藤医院 (東田井地)41-1061	藤原(英)歯科医院 (八浜町八浜)51-2078
8	青井医院 (宇野)21-4370	玉野市民病院 (宇野)31-2101	仲田歯科医院 (築港)21-2949

※診察時間は、内科・外科は午前9時から午後5時まで、
歯科は午前9時から正午まで。
※休日当番医は都合により変更することがあります。

食育の日キャンペーンのお知らせ

「食育」って何?具体的には、どうすればいいの?
子どもから年配の方まで、より健康に、安心して暮らせるように「食べ物」や「食事」の大切さを、楽しみながら学んでみませんか!!

- 日時 平成21年10月15日(木)10時~12時
- 会場 三菱マテリアル直島生協本店(健康づくり協力店)
- 参加費 無料
- もれなく参加賞をプレゼント!!どなたでも参加できます。当日、会場でお会いしましょう!
- ★内容 ●体脂肪測定 ●食育クイズ
●栄養相談…管理栄養士が個別にご相談に応じます。
- ★主催…東讃地域食育ネットワーク会議
- ★お問い合わせは…住民福祉課 892-3400

「税に関する作品展」開催のお知らせ

「税を考える週間」(11月11日~17日)にちなみ、税に関する習字の優秀作品を展示します。

- 「税に関する作品展」
(主催:高松讃岐地区租税教育推進協議会、共催:高松税務署)
- 日時 平成21年11月9日(月)~18日(水)8:30~19:00
※ただし、11/9午後から・11/18午前中まで
- 場所 直島町総合福祉センター 1階ロビー
- 内容 税の書写作品(直島町の小学生の作品)の展示

スポーツ通信 (敬称略)

◎直島町サッカーサマーリーグ2009

平成21年7月3日~8月11日

- [優勝] おっさんず
- [準優勝] 三菱FC
- [第3位] U-15

- [得点王] 香川 寛人 7得点【三菱FC】
- [第2位] 坂口 公夫 6得点【おっさんず】
- [第3位] 谷口 貴大 5得点【三菱FC】
- [第4位] 菊地 翔之 3得点【U-15】
- [第4位] 宇根 佑人 3得点【おっさんず】

◎第24回 直島町民ゴルフ大会

平成21年9月12日 玉野ゴルフクラブ

- [優勝] 吉田 政法
- [準優勝] 作田 宏
- [第3位] 松田 幸一
- [第4位] 福本 満
- [第5位] 岡田 英二
- [ベストグロス賞] 岡田 英二 76

「必ずチェック最低賃金! 使用者も 労働者も」

香川県最低賃金が平成21年10月1日から改定されました。

時間額 **652円**

最低賃金に関するお問い合わせ先
香川労働局賃金室 ☎(087)811-8919

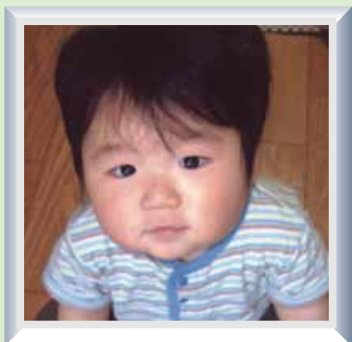


横防 岡崎 貢さんの作品「旧教員宿舎」



本村 山口愛子さんの作品「柿」

★わが家のスター★



松崎 たいき 大輝 き ちゃん(1歳)
 オノ神 清人 / 栄子さんの次男
 H.20.10.28 生
 両親からひとこと
 すすすす元気に育ってね!

ふれあい診療所(10/11月) 外来診療担当医予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10/5 廣瀬・山本	6 山本	7 廣瀬・山本	8 廣瀬	9 廣瀬
12 休診日	13 廣瀬・山本	14 廣瀬・山本	15 廣瀬	16 山本
19 廣瀬・山本	20 山本	21 廣瀬・山本	22 廣瀬	23 廣瀬
26 廣瀬・山本	27 山本	28 廣瀬・山本	29 廣瀬	30 山本
11/2 山本	3 休診日	4 廣瀬・山本	5 廣瀬	6 廣瀬
9 廣瀬・山本	10 山本	11 廣瀬・山本	12 廣瀬	13 山本

※診療担当医は都合により変更することがあります。
 ※受付時間 午前8時30分～11時30分・午後2時～4時 ※診療時間 午前9時～12時・午後2時30分～4時30分
 ※救急患者の場合は診療時間外でも診療いたしますのでふれあい診療所に電話してください。

ふれあい診療所 ☎892-2266

★★★★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◆
お子さんの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10月21日(水)(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 「広報おしま〇〇〇〇コーナー」

●町の人口●

10月1日現在(先月比)
 世帯数 1,516 (+2)
 人口 3,347 (+3)
 男 1,660 (+1)
 女 1,687 (+2)
 町の面積 14.23km²

●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●●●

- ①食育の日キャンペーンは何の大切さを学ぶキャンペーンですか?
A. 食事 B. 友達 C. 勉強
- ②直島町総合防災訓練の開催日は?
A. 10月17日 B. 10月24日 C. 10月31日
- ③ホームヘルパー連絡協議会は何枚の座布団をレファシード直島に寄贈しましたか?
A. 30枚 B. 40枚 C. 50枚

【応募方法】

はがきに答えの記号(例①-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名の方に町指定のゴミ袋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/10月21日(水)(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

※当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

※ご応募いただいたお客さまの個人情報は、賞品発送のみに使用し、第三者に開示・提供・共有したりすることはありません。

9月号の答え①C・②C・③A 応募総数14通

※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。