

広報

なごしま

なごしま

9

2009
No.674



Communication & Public Relations

● 8月5日稚魚放流 (直島つり公園)



町づくり報告 く教育委員会事務局からく

教育委員会次長 三宅 亮

今年の夏は、8月に入って暑い毎日がつづきましたが、お盆も過ぎしのぎやすい日々をむかえました。そろそろ夏の疲れが出てくる頃だと思いますが、体調を十分に整えていただき、これから過ごしやすい季節になりますので、充実した生活を送っていただきたいと思っています。

さて、今月のまちづくり報告は、教育委員会事務局から、報告させていただきます。教育委員会事務局の担当業務としては、大きく分けて学校教育、社会教育、社会体育の3部門がありますが、事務事業並びに皆さん方に関わりの深い事務（一部）について報告させていただきます。

◎平成21年度国の教育補正予算について

国の「地域活性化・経済危機対策臨時交付金」及び「学校情報通信技術環境整備補助金」を使って幼児学園・小学校・中学校等に地上デジタル放送対応のテレビ及び小学校・中学校に電子黒板を設置する予定としています。また、スクールニューディール構想による「太陽光発電設置事業補助金」の活用により小学校に太陽光発電パネルを設置をし、自然エネルギーの有

効活用など、環境のまちにふさわしい環境教育にも活用していきたいと考えております。

◎中学校大規模改修工事について

現在、中学校の大規模改修（中央部分）をおこなっています。内容としては1階職員室、事務室、校長室、2階図書室、放送室、談話室、3階3年教室等の改修工事であります。工事期間中の安全対策は十分にしています。授業中の工事となり、騒音・微振動などで生徒の皆さん、先生方には大変迷惑をお掛けしています。年内の工事完了をめざして進めており、今回の改修工事は出来るだけ良い環境の中で、中学校生活を送っていただくための改修工事でありますので、ご理解をいただきたいと存じます。

ご家庭では、学校内の工事現場には近づかないようお子さんとよく話し合っていただければと思います。

◎青年団体の組織化について

21年度より青年組織として「直島Y・Y・C」（わいわいクラブ）が結成され活動をおこなっています。定期的に球技活動をして汗を流しています。

その他活動としては、ボランティア活動として町民体育祭や子ども会キャンプの手伝いなどをおこない異年齢の人々との交流をしています。教育委員会としては、今後、「直島Y・Y・C」が自主的な企画運営をして活動していけるように助言していければと考えています。

◎少年の夢育み活動・いきいき青年活動について

・少年の夢育み活動
未来を担う少年が地域社会の中で夢をもって活動できるように、また、少年達が自ら活動を活性化させるために、町内に所在又は住所を有する団体又は個人が企画して実施する文化活動、スポーツ活動等に対して補助を行います。

・いきいき青年活動
未来を担う青年が地域社会の中で生き生きと活動できるように、また、青年達が自らの活動を活性化させるために、町内に所在又は住所を有する団体又は個人が企画して実施する社会的・公共的な研究会、研究会、交流会、音楽会、観劇会、展覧会、奉仕活動、スポーツ活動（大会等含）、これらに類

する文化的事業に対して補助を行います。

◆補助限度額 1活動200、000円
◆継続実施の場合は、3ヶ年を上限とする。

◎教育施設の使用上の注意点

教育委員会の管轄施設として町民の皆様にご利用して頂ける施設には、西部・東部公民館、人材育成センター、町民グラウンド、中学校体育館・武道館があります。各施設を文化活動やスポーツの場としてご利用いただいております。中学校体育館・武道館については学校施設であり、ゴミ又はタバコの吸殻が残っている場合がありますが、通常時は中学生が授業で使用する施設であり教育上良くありません。利用者一人ひとりがマナーを守っていただき大切にお願いいたします。

以上、教育委員会に関係することについて報告させていただきました。

なお、教育委員会に関することでも聞きたいこと、相談ごとなどがありましたら、いつでもお気軽に教育委員会事務局（電話89212882）にご連絡下さい。

ふれあい通信なおしまだより

9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。

9月

S e p t e m b e r

- 16日(水) 歌謡演歌アーティスト特集(歌謡演歌)
- 17日(木) 歌謡演歌年代別ヒット曲(歌謡演歌)
- 18日(金) 昭和初期～昭和60年代ヒット曲(歌謡演歌)
- 21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)
- 22日(火) フェュージョン、スムーズジャズ(リラックスサウンド)
- 23日(水) ジャズボーカル(リラックスサウンド)
- 24日(木) 昭和初期～昭和60年代ヒット曲(歌謡演歌)
- 25日(金) アダルトコンテンポラリー(リラックスサウンド)
- 28日(月) ジャズ新譜アルバム(ジャズ)
- 29日(火) ジャズアーティスト特集(ジャズ)
- 30日(水) ジャズ名盤アルバム(ジャズ)

※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。

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

O c t o b e r

- 1日(木) コンテンポラリージャズ(ジャズ)
- 2日(金) ジャズファンク(ジャズ)
- 5日(月) 邦楽3ヶ月前ヒット曲(新譜・最新ヒット曲)
- 6日(火) 邦楽アルバムダイジェスト(新譜・最新ヒット曲)
- 7日(水) 洋・邦ヒット曲ミックス(ドラマ主題歌・CM曲など)(新譜・最新ヒット曲)
- 8日(木) 洋楽チャート(新譜・最新ヒット曲)
- 9日(金) 洋楽新譜おすすめシングル(新譜・最新ヒット曲)
- 12日(月) 90年代洋楽ヒット曲(懐かしの名曲・ヒット曲)
- 13日(火) 80年代洋楽ヒット曲(懐かしの名曲・ヒット曲)
- 14日(水) 70年代洋楽ヒット曲(懐かしの名曲・ヒット曲)
- 15日(木) 50&60年代洋楽オールディーズ(懐かしの名曲・ヒット曲)

防災講演会開催のお知らせ



香川大学工学部
長谷川修一教授

直島町では、防災月間である9月30日(水)に南海地震とゲリラ豪雨への備えと題して防災講演会を開催いたします。

当日は、近い将来発生が危惧されている南海地震への備えや近年の異常気象がもたらすゲリラ豪雨への備えについてわかりやすく講演いただきます。多数のご来場をお待ちしております。

記

- 日 時** : 平成21年9月30日(水)
午後2時30分～午後4時(予定)
- 場 所** : 総合福祉センター劇場ホール
- 演 題** : 南海地震とゲリラ豪雨への備え
- 講 師** : 香川大学工学部 長谷川修一教授



じぶんの町を良くするしくみ。

～赤い羽根共同募金～

毎年、赤い羽根共同募金運動に皆様からの温かい善意の募金が多く寄せられていますことに対して、心よりお礼申し上げます。昨年、住民の皆様や町内の企業から集められた募金は、1,289,410円でした。この募金は、都道府県単位で行われ、自分達の住む地域の共同募金会に全額集められ、その地域の福祉活動に活用されています。直島町では、香川県で集められた募金のうち応分の金額が配分され、さまざまな地域福祉活動や自主防災組織への備品購入、公園へのベンチ設置などに還元されております。

今年も、10月1日から全国一斉に共同募金運動が始まりますので、各自治会の方が募金のお願いにお伺いした際には、よろしくお願いたします。

愛ちゃん と 希望くん



もうひとつの安心をプラス 国民年金基金をご存じですか？



○国民年金基金とは

自営業などの方を対象に、ゆとりある老後を過ごすことができるよう老齢基礎年金に上乗せして年金を給付する公的な年金制度です。

○加入できる人

20歳から60歳未満の国民年金第1号被保険者です。

○国民年金基金のメリット

- 掛け金はすべて社会保険料として所得から控除されます。
- 年金の受取額が同額の場合、月々の掛け金は一般の個人年金に比べ安くなっています。
- 掛け金は何口からでも始められ、加入後も増減でき、それぞれの方にあった年金設計ができます。

香川県国民年金基金では、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（1）

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 ☎892-2226

秋の全国交通安全運動

スローガン 重点目標

「かがわの交通安全 “守ろうルール 示そうマナー”」

- 飲酒運転の根絶
- 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- 交差点及びその付近での交通事故防止
- 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

期 間 平成21年9月21日（月）～30日（水）までの10日間



この運動は、県民一人ひとりに交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けるとともに、県民自身による道路交通環境の改善に向けた取組を推進することにより、交通事故防止の徹底を図ることを目的として行われます。

町民の皆様も、町内の慣れた道でもスピードの出し過ぎや脇見などに気をつけ、シートベルト・チャイルドシート・ヘルメットを着用し、常に安全運転に心がけるようにして下さい。

また、県内では高齢者による交通事故が多発しています。町内の高齢者の方々には、くれぐれも事故に遭わないように、常に周りの安全を確認した上での行動をお願いします。

涼しくなり、夜間にウォーキングをされる方をよく見かけますが、これから暗くなるのが早くなってきますので、車やバイクの運転手から発見されやすい服装で、自分の身を守るために夜光タスキをご着用ください。夜光タスキは、役場総務課で無料配布しておりますので、お気軽にお越しください。

お問い合わせ

役場総務課 ☎892-2222

情報BOX

人権相談

◎日時 **10月1日(木)**
10:00～12:00
◎場所 町役場
◎相談員 高橋 勝
大林 茂樹
※お気軽にご相談ください。

行政相談

◎日時 **9月18日(金)**
9:00～12:00
◎場所 西部公民館
◎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
国民健康保険税……第4期分
介護保険料(普通徴収)……第4期分
後期高齢者医療
保険料(普通徴収)……第3期分
納期限 **9月30日**
納税には、口座振替が便利です。

園児の募集

幼児学園では、来年4月に入園する子どもの入園願書の受付を始めます。

入園をご希望の方は、教育委員会または幼児学園で入園願書を受け取り、申し込みをしてください。

願書の配布と受付期間は、10月1日(木)～9日(金)までです。

なお、幼児学園には保育部と幼稚部があります。

保育部(長時間保育)

- ◎満5歳以下の幼児で、保護者が働いている家庭
- ◎保護者が、病人の看病などの理由で、保育ができない家庭

幼稚部(短時間保育)

- ◎満3・4・5歳

お問い合わせ

直島町教育委員会 ☎892-2882

接続しましょう!下水道に

下水道は、川や海などの自然環境を守り、悪臭やハエ、力などの害虫のいない衛生的で、快適な美しい町づくりを進める役割を担っています。そのためには、町民の皆様方に汚水(し尿や生活雑排水)を公共下水道に流すための排水設備工事(宅内で台所、風呂、トイレ、洗濯の水を公共下水道に流させる配水管やますなどの設置工事で、その費用は個人負担となります。)をしていただかなければその機能を果たせません。

現在、合併浄化槽対象地区を除き町内の全地区で下水道が接続できます。(詳しくは役場環境水道課へご確認ください。)

なお、まだ公共下水道への接続がお済みでない家庭(汲み取りの便所や単独浄化槽設置の家庭等)では一日も早く排水設備工事を実施されますようお願いいたします。

※下水道が使えるようになったらすみやかに下水道へ接続することが下水道法という法律で決まっています(下水道法10条)

下水道に関するお問合せ先

役場環境水道課 ☎892-2225

「定額給付金」の申請期限が迫っています

《申請はお早めに、申請の受付がまもなく終了します。》

定額給付金の申請期限は、平成21年10月13日(火)となっています。

まだ申請がお済みでない方は、お早めに手続きをお願いします。

お問い合わせ

役場総務課 ☎892-2020

高等学校生徒通学航路費等補助金

高等学校等に修学している者に対して定期乗船券の購入費及び部活動等のために下宿をしている場合の経費の一部を補助する制度です。

○対象者

学校教育法第一条に規定する高等学校及び高等専門学校に在籍する者で保護者が本町に住所を有する者

○申請時期

年間2回、上半期(9月)と下半期(3月)に分けて申請。

通学航路費補助金については領収書の添付が必要ですので対象者の方は保管をしておいてください。なくした方は再発行をしてもらってください。(コピー不可)

○補助金の額

通学航路費補助金:定期乗船券購入額の10分の3
部活動等助成費補助金:年額5万円を限度

なお、上半期の申請の期限は9月18日(金)です。



お問い合わせ

直島町教育委員会 ☎892-2882

【第28回】

ふれあい健康コラム

直島町立（ふれあい）診療所
医師 廣瀬 友彦

頸肩腕症候群（いわゆる肩こり）

今回は日本人の多くの人が訴える固有の症状である肩こりについてお話します。肩こりは平成13年厚生労働省国民生活基礎調査では15～64歳の女性の訴える症状で1位、35～64歳の男性でも2位と多く認められる症状です。一般に後頭部、首のあたりから背部、肩にかけての筋肉の緊張感や疲労感が混合し、不快感、違和感、鈍痛などを総称しますが明確な定義はありません。外国には肩こりに相当する適切な表現はないようで、外国人が肩こりを感じるようになったのは日本語の「肩がこる」という表現を知ってからであるという話もあります。パソコン作業の多い人、流れ作業で手を使う人、なで肩の女性などに多いと言われています。

なぜ肩こりが起こるのかというと、腕は肩で肩甲骨とつながっています。この肩甲骨は骨としてのつながりは鎖骨のみで、他は頸から肩甲骨についている筋肉（僧帽筋、菱形筋、頸板状筋、棘上筋など）によって腕の重みを支えています。そのため腕の重みが頸への負担となるのです。また、腕の重みで肩甲骨が下に引っ張られ、その際に神経も引っ張られます。肩こりが起こるのは人類が2足歩行をはじめ、手を使うようになった宿命かもしれません。

肩こりには2種類あり、1つは特に基礎疾患のない「原発性肩こり」、もう1つは何らかの疾患に起因する「症候性肩こり」があります。これまで話してきたものは主に前者ですが、後者に対しても気をつけることが必要です。最も多いのは頸椎疾患、肩関節疾患など整形外科関連のもです。他によく知られているところでは疲れ目など眼科関連、顎関節症など歯科関連、うつ病、心身症など精神科関連、内耳性めまい、副鼻腔炎など耳鼻科関連でも肩こりが報告されています。特に問題となるのは内科関連ですが循環器疾患では高血圧、狭心症・心筋梗塞で多くみとめられると報告されています。消化器疾患でも起こるとされていますが、胆のう疾患、膵炎が多いようです。呼吸器疾患では胸膜炎、肺尖部腫瘍などで有名です。その他、脳出血、脳梗塞、片頭痛、自律神経失調症、貧血などでも認められます。しかし、症候性のもものでは症状が肩こりのみであるという事は少なく、何らかの他の症状を伴っていることが多く、肩こり以外に関係がないと思うようなことでも症状がある時は注意が必要です。

原発性肩こりの対策として日常生活での見直しが必要です。特にコンピューターを使う仕事の方はこまめな休息が必要で一時間に一度は背伸びをしたり、立って歩くなど他の動作を行うほうがよいです。他に、作業時の姿勢、室内の明るさなども注意しなければなりません。いすに座る時は深く腰をかけ、背筋を伸ばして下をうつむかなくてもよい姿勢をとりましょう。また、起床時に症状が強い人は枕の高さなどが合っていないこともあります。理学療法としては頸部の筋力強化とストレッチを行います。あまりに疼痛が強い時は装具を用いることもあります。適度な運動や入浴、温熱法も筋緊張を緩和することに有効です。薬物療法では消炎鎮痛剤や筋弛緩剤、湿布剤を用いたり、頑固な肩こりにはトリガーポイントと呼ばれる部位に局所麻酔薬を注射することもあります。

肩こりは一般によく認められる症状ですが日頃の何気ない動作が症状を増悪させていることもあります。ご自身の生活や姿勢などを一度見直してみてください。



地域包括支援センターだより

もうだまされない — 高齢者の消費者被害を防ごう —

保健師 石川 昭子

高齢者の消費者被害については日々報道されているにも関わらず、トラブルが急増しています。

「水道局・保健所から来ました、水道水の点検です。」と言って水道水を検査するような行動をし、「こんな汚い水を飲んでいては危険です。」と高額な浄水器を買わせたり、「住宅の無料点検です。」と点検するふりをして、「床下が危険な状態です。地震が来たら終わりです。」などと不安をあおりリフォームさせるなど、被害は後を絶たない状況です。

このような被害を少しでも防ぐためには・・・

- 訪問や電話での勧誘などに対してはすぐに契約しないで、家族や周りの人に相談しましょう。
- 日頃から、家族でこのような話題を持ち、一人暮らしの高齢者にはこまめに電話などで連絡を取り合ひましょう。
- 被害にあった時はなるべく早く消費者センター(087-833-0999)に連絡しましょう。クーリングオフ制度が適用される場合もあります。
- 近所や知人に認知症の方がいる場合は、日頃からこのような話題を提供し、日常の事を何でも話せるように声かけをしてあげましょう。
- 判断能力が低下している方で、身寄りの無い方などは、成年後見制度が適用できますので社会福祉協議会(892-2458)にご連絡下さい。

消費者被害の他に迷惑行為を受けているなどでお悩みの方は

警察総合相談センターが設置されています。

(#9110または087-831-0110)

一人で悩まないで是非ご利用下さい。(平日午前8時30分～午後5時)



動物愛護週間

9月20日(日)～26日(土)



○動物愛護管理はみんなの手で

動物を適正に飼養することは、やさしさにあふれた人間性を育むことにつながります。この機会に命の大切さをもう一度考えましょう。

○捨て犬・捨て猫はやめましょう

家庭動物は単なるペットではなく、大切な家族の一員として考えられるようになってきました。しかし、その一方で全国の自治体に收容された犬や猫の数は毎年約42万頭にもものぼり、そのうちの約9割が殺処分されています。大切に最期まで飼うという、あたりまえの責任を果たすことで42万頭という数は確実に減らせます。

○飼い主の義務

犬の飼い主は狂犬病予防法に基づき、①犬の登録、②狂犬病予防注射接種(年1回)が必要です。その際交付された鑑札、注射済票は犬につけることが義務付けられています。また、飼い主の氏名等を記した迷子札をペットにつけることで、飼い主がわからずに保護される件数を減らすことができます。

ペットは放し飼いにせず、散歩中は必ずリードをつけましょう。近隣住民も含めた、飼い主としてのマナーを守ることが何よりも大切です。



環境省HPより引用

お問い合わせ先

香川県東讃保健福祉事務所衛生課 ☎831-1531
役場住民福祉課 ☎892-2223

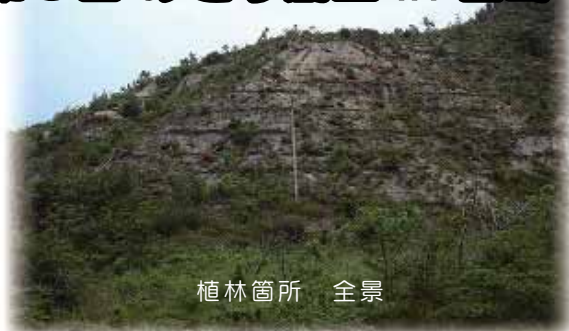
ボランティア植林生育状況



平成14年度の「第1回共創の森づくりin荒神島」から始まり、平成21年度の「第6回みどり創生in直島」まで、合計8回のボランティア植林を行ってきました。この間、毎年たくさんの町民の方々にご協力をいただき、町といたしましても、非常にありがたく思っております。

そこで、過去8回の植林箇所の内、2箇所についての現在の生育状況を写真で町民の皆様にご紹介いたしますので、ぜひご覧ください。

第5回 みどり創生 in 直島



【オオシマザクラ】

H20.7.11 120cm

H21.6.10 160cm



【ヤマモモ】

H20.7.11 70cm

H21.6.10 80cm



【ヤマツツジ】

H20.7.11 50cm

H21.6.10 60cm

第6回 みどり創生 in 直島



【オオシマザクラ】

H21.6.10 80cm



【クロマツ】

H21.6.10 80cm



【ヤマモモ】

H21.6.10 60cm

CAMERA REPORT



8月29日(土)、ふるさと海の家「つつじ荘」で「第8回直島の火まつり」が開催されました。

つつじ太鼓、NUUらによる火まつりライブで始まり、かがり火点火とともにさまざまな打ち上げ花火や浜から噴き上げる仕掛け花火、クライマックスの直島つつじ太鼓と花火の共演にはこの日一番の拍手がわきおこりました。

第8回直島町花火大会 「直島の火まつり」



第24回直島夏まつり

8月1日(土)、町民グラウンドにおいて「第24回直島夏まつり」が開催されました。ジャンケン大会、幼児学園の踊り、つつじ太鼓の演奏、K. JDTによるダンス、直島踊り、花火などみんなで暑い夜を楽しみました。



開催にあたり、次の企業・団体の皆様方に協賛いただきました。(敬称略、順不同)
三菱マテリアル(株)直島製錬所、菱盛会、直島ライオンズクラブ、母子寡婦福祉会、直島郵便局、宮ノ浦郵便局、香川県農業協同組合直島支店、本荘ケミカル(株)直島工場
誠にありがとうございました。



FUNFAN in NAOSHIMA (うちわ展)



7月10日～8月31日の間、海の駅「なごしま」で直島環境啓発プロジェクト2009 FUNFAN in NAOSHIMA (うちわ展) が主催エコアイランドなごしま推進委員会と多数の団体の協力で開催されました。開催期間中はたくさんの方でにぎわいました。

新型インフルエンザについて

テレビなどで報道されていますが、全国的に新型インフルエンザの集団発生が増加傾向にあります。

現在流行中の新型インフルエンザは、通常の季節性インフルエンザと同程度の病原性ですが、ほとんどの人が免疫を持っていないため、きわめて感染力が高いことが特徴です。予防のポイントは、通常のインフルエンザ予防と同じです。外出後のうがいや手洗い、咳エチケットとしてマスクの着用を心がけましょう。



咳エチケット

- ★ 咳をしている人はマスクの着用を心がけましょう。
- ★ マスクの装着は、説明書を読んで正しく着用しましょう。



風邪症状のある方は、水分・栄養摂取に気をつけ、感染拡大防止の意味から、外出は控えて安静にしましょう。

感染予防の基本は、まず“手洗い”

手洗いの手順を確認して、きちんと手を洗いましょう！

まず、確認

- 爪は短く切りましょう。
- 時計や指輪は外しましょう。

次に、

- 手首の上5cm位まで十分に両手を濡らしましょう。
- 洗剤を手のひらに取り、十分泡立てましょう。

4 指の間を十分洗う。



1 手のひらをあわせてよくこする。



2 手の甲をのばすようにこする。



3 指先、爪の間をよく洗う。 [両手]



5 指先と手掌をねじり洗う。(親指をもう片方の手で包み、こする。) [両手]



6 手首も忘れずに洗い(両手)指先を上に向けて流水で洗い流す。



7 最後に…ペーパータオルか清潔なタオルで拭きましょう。



※ 共同使用するタオルは使わない。

※ 30秒以上しっかり洗ってください。

知ってください！糖尿病のこと⑪

先月号まで、食事療法のポイントについてお話ししてきましたが、これなら続けられる！と思ったポイントはありましたか？今回は、食事療法を続けていくコツについて、少しお話ししたいと思います。

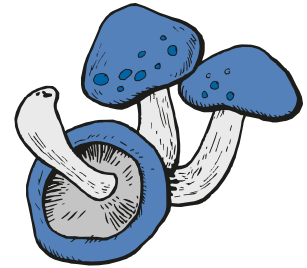


どうしたら続けられるかな？

食べる量がどうしても制限されるので、「もっと食べたい！」と物足りなさを感じる人が多いのではないのでしょうか。量をたくさんとらなくても、物足りなさをなくし、満足感を得るための工夫はどんなものがあるのでしょうか？

●低カロリーの食品を上手に利用しましょう！

こんにやく・わかめなどの海藻類、きのこなどの低カロリーの食品や野菜を取り入れると、食品の種類も増え、見た目のボリューム感もでます。



●量をたくさん食べられる食品を取り入れましょう！

脂や糖質を多く含んでいない食品の方が、たくさん食べることが出来ます。肉なら赤身のところ、魚なら白身魚などです。

●水分の多い物を食べましょう！

雑炊などのように汁気の多い物は、少ない量でお腹がいっぱいになりやすいです。水分の多い料理を取り入れてみてはどうでしょうか。



●料理の種類を多めにしてみましょう！

1つの料理を1食として食べるよりも、多くの種類の料理を少しずつ食べた方が、色々な味が楽しめて、満足度も得られると思います。



●ゆっくりと噛んで食べましょう！

食物が胃の中に入ってから脳に満腹感は伝わるので、早食いで満腹感を感じる前にどんどん食べてしまい、食べ終わっても物足りなく感じます。ゆっくりよく噛んで食べることで、満腹感が得られますので、食べすぎを防ぐことができます。

最後の「ゆっくりと噛む」ということは、肥満予防にも共通しています。「噛む」ということは、歯がしっかりしていないと出来ないことです。虫歯がある・歯周病で歯がグラグラする・歯が抜けて噛めない、などと歯に不安がある方は、早めに歯科受診して治しましょう。



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

国民健康保険は安心して医療を受けるための制度です

日本では、すべての人が何らかの医療保険に加入することになっています。(国民皆保険制度)
国民健康保険(国保)は、その保険のうちのひとつで、みなさんが住む市区町村ごとに運営しています。
病気やけがをしたときに安心してお医者さんにかかることができるように、加入者が保険税を出し合い、医療費などに充てる助け合いの制度です。

○国保に加入する人

国保には、職場の健康保険、後期高齢者医療制度に加入している人や生活保護を受けている方を除く、すべての方が加入します。

- お店などを経営している自営業の人
- 退職などにより職場の健康保険をやめた人
- 漁業や農業を営んでいる人
- パートやアルバイトで職場の健康保険に加入していない人
- 外国人登録を行い、1年以上日本に滞在するものと認められた外国籍の人

○国保に加入するとき、またはやめるときは、届け出が必要です

○届け出に必要なもの

<国保に加入するとき>

- 職場の健康保険を脱退したことを証明するもの
- 印鑑
- 年金証書(60歳以上65歳未満の方)

<国保をやめるとき>

- 職場の健康保険証(脱退するひと全員分)
- 国保の保険証
- 印鑑

○届け出が遅れると

加入の届け出が遅れると、前の健康保険が終了した時点までさかのぼって国保に加入し、その分の保険税を納めていただきます。脱退の届け出が遅れると、保険税を二重に払ってしまうことがあります。また、他の健康保険に加入した後に国保保険証を使用すると、その時に国保が負担した医療費を返していただく場合があります。

健康保険に変更があったら、14日以内の届け出をお願いします。

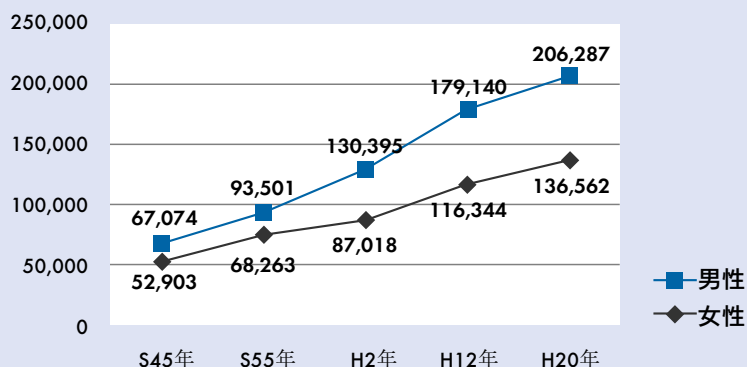
■「健康ウォーキング ウォーキング de ダイエット」開催日

実施日	時間	場所
9月11日(金)	午後6時30分～8時 (受付午後5時30分～)	西部公民館
10月16日(金)		

9月はがん征圧月間です！

～忘れない 年に一度のがん検診～

がんによる死亡者数の推移



厚生労働省人口動態統計(H20年は概数)より

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。

「がん」により亡くなる方は、年々増えています。早く見つけて早く適切な治療をすれば多くのがんは治ります。カギは「早期発見」です。「私のがんと関係ない」ではなく「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

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	誕生日	お父さん	お母さん
才ノ神	7.23	寿海 宏	愛 宏
宮ノ浦	7.24	堀口 蕾	舞 慶
宮ノ浦	8.7	大林 広樹	里美 春樹
本村	8.11	前田 尚慶	浩作 百世

結婚おめでとう (敬称略)

すえ永く お幸せに

地区	氏名	月	日
宮ノ浦	飯田 章子	8	6
宮ノ浦	未 順秋	8	6

おくやみ (敬称略)

つつしんでご冥福をお祈りします

地区	氏名	年齢
文教区	田尾 光行	61
本村	上田 正	87

寄付のお礼

▼本村の上田富子様より亡父上田正様の香典返しとして本村自治会、直島町立診療所に対して金一封のご寄付がありました。

▼文教区の田尾都様より亡子田尾光行様の香典返しとして文教自治会、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。

▼宮ノ浦の久米田良一様より亡妻久米田順子様の香典返しとして宮ノ浦自治会、直島町立診療所、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。

うつ病予防講演会

- 【日時】** 平成21年10月16日(金) 13:30~15:00
- 【場所】** ベッセルおおち 第1・2会議室(東かがわ市馬篠1200)
- 【内容】** 講演「うつ病にならないために～ヨーガでこころのリフレッシュ～」(予定)
講師 倉本 英雄先生(香川銀行能力開発研究所所長、香川ヨーガ道友会会長)
- 【定員】** 70名 ※参加を希望される方は、東讃保健福祉事務所へ10月14日(水)までに申し込みください。(定員になり次第、締め切ります。)
- 【申込・問合せ】** 香川県東讃保健福祉事務所 保健対策課 山白・溝瀨 TEL:(0879)29-8263

平成21年 ファミリーチャレンジ釣り大会成績

8月1日から8月31日までの間実施いたしました、「平成21年ファミリーチャレンジ釣り大会」の参加者は延790名でした。多数の方々にご参加いただき、心より感謝申し上げます。なお、入賞された方々は次のとおりです。おめでとうござります。

- 大会期間中の総釣揚量の部**
 - 1位(直島町) 和島 輝男 様 23.40kg
 - 2位(直島町) 小野田 芳年 様 18.50kg
 - 3位(直島町) 田中 啓三 様 12.40kg
 - 4位(岡山市) 光畑 二郎 様 10.00kg
 - 5位(岡山市) 原田 具則 様 8.95kg
- 1日の釣揚量の部**
 - 1位(岡山市) 河本 孝 様 11.00kg
 - 2位(玉野市) 永山 昌志 様 8.60kg
 - 3位(倉敷市) 多田 仁郎 様 6.30kg
 - 4位(岡山市) 武本 光弘 様 6.10kg
 - 5位(倉敷市) 吉田賢一郎 様 5.20kg
- 1匹の最長寸の部**
 - 1位(玉野市) 千田 貢暉 様 83.0cm(ヒラメ)
 - 2位(倉敷市) 山崎 仁之 様 74.0cm(タイ)
 - 3位(岡山市) 岡 貴弘 様 71.0cm(タイ)
 - 4位(岡山市) 山田 哲也 様 70.0cm(ハネ)
 - 5位(倉敷市) 山本 正義 様 69.5cm(タイ)

※また、例年どおり10/1～31の期間中は、チヌ釣り大会を開催いたします。

不動産鑑定無料相談会

- (1)日時** 平成21年10月2日(金) 午前10時～午後4時
- (2)場所** 高松会場:県庁東館 1階 ロビー
- (3)相談会の内容等** 香川県不動産鑑定士協会所属の不動産鑑定士(各会場3名程度)が、土地・建物等の不動産の価格や土地取引に関する県民からの相談に無料で応じるもの。
- (4)留意事項** 直接会場にお越しください。
相談者が多数の場合は、会場でしばらくお待ちいただくこともありますので、あらかじめご了承ください。
- (5)主催** 香川県不動産鑑定士協会
- (6)相談会に関するお問い合わせ先** 香川県 香川県不動産鑑定士協会事務局 高松市西内町3-7 森ビル2F TEL822-8785

終戦当時の引揚者の方々へ

税関では、お預かりしている通貨(紙幣)・証券などをお返ししています。
 ●終戦後、外地から引き揚げてこられた方が、上陸港の税関、海運局に預けられた通貨(紙幣)、証券など。
 ●外地の集結地において総領事館などに預けられた証券などのうち日本に送還されたもの。
 返還の申し出は、ご本人ばかりでなく、ご家族の方でも結構です。お心当たりの方は、下記税関へお問い合わせください。

お問い合わせ

宇野税関支署 ☎0863-31-5375
〒706-0011 玉野市宇野1丁目8番1号

今年の秋はツイているかも。

月がたてで、ジャンボなツキが!!

9/28の発売

1等・前後賞合わせ

2億円

2009年 新市町村振興宝くじ

オータムジャンボ宝くじ

1枚 300円 売り切れしだい発売終了

1等 1億5,000万円 / 前後賞各 2,500万円
2等 1,000万円 3等 100万円

発売期間 9月28日(月)～10月16日(金)
抽せん日 10月23日(金)

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

宝くじ 宝くじのご購入は香川県内の売場です!
(財)香川県市町村振興協会



横防 岡崎 貢さんの作品「民生会館」



本村 山口愛子さんの作品「海の幸」

玉野市休日当番医 市外局番(0863)

日	内科	外科	歯科
9月13	池上内科医院 (玉)31-1288	中谷外科病院 (田井)31-2323	石田歯科医院 (宇野)32-2882
20	水田小児科医院 (宇野)31-1350	大西病院 (田井)33-9333	井上(泰)歯科医院 (八浜町八浜)51-3360
21	のうの小児科医院 (田井)33-9888	山田外科医院 (和田)81-7197	井上(浩)歯科医院 (追間)71-4818
22	井上内科医院 (玉)21-2074	松田病院 (和田)81-7821	岡本歯科医院 (用吉)71-3535
23	大萩内科医院 (胸上)41-1087	たきや内科ハジテ-クリニック (玉)31-6803	垣内歯科医院 (宇野)21-3414
27	万袋医院 (八浜)51-2064	松尾医院 (宇野)32-4662	木下歯科医院 (田井)31-5545
10月4	東条小児科医院 (追間)71-5110	みやもと整形外科医院 (東紅陽台)71-3030	近藤(信)歯科医院 (西田井地)41-1566
11	原田内科クリニック (宇野)31-1717	山田外科病院 (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

※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。

ふれあい診療所(9/10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
9/7	8	9	10	11
廣瀬・山本	山本	山本	山本	山本
14	15	16	17	18
廣瀬・山本	山本	廣瀬・山本	廣瀬	廣瀬
21	22	23	24	25
休診日	休診日	休診日	廣瀬・山本	廣瀬・山本
28	29	30	10/1	2
廣瀬・山本	山本	廣瀬・山本	廣瀬	山本
5	6	7	8	9
廣瀬・山本	山本	廣瀬・山本	廣瀬	廣瀬
12	13	14	15	16
休診日	廣瀬・山本	廣瀬・山本	廣瀬	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9月24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 「広報おしま〇〇〇コーナー」

町の人口
 9月1日現在(先月比)
 世帯数 1,514 (-1)
 人口 3,344 (-1)
 男 1,659 (-1)
 女 1,685 (0)
 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防災講演会の開催日はいつ?
A. 9月15日 B. 9月20日 C. 9月30日
- ②直島の火まつりは今年で第何回目ですか?
A. 6回目 B. 7回目 C. 8回目
- ③オータムジャンボ宝くじ抽せん日は何日ですか?
A. 10月23日 B. 10月24日 C. 10月25日

【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/9月24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

※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様の個人情報は、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。
8月号の答え①B・②C・③A 応募総数12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。



この広報紙は自然保護のため再生紙を使用しています。

発行/平成21年9月10日
 印刷/山陽印刷(株)

編集/直島町役場総務課
 〒761-3110香川県直島町1122-1