

広報直島

2024 Jan. No.84b

1

すな おな えが おの しま

contents

- 02 町長・教育長の年頭あいさつ
- 04 総務課・建設経済課からのお知らせ
- 05 住民福祉課からのお知らせ
- 08 カメラリポート
- 09 住民福祉課からのお知らせ
- 10 税務課からのお知らせ
- 12 高松税務署からのお知らせ
- 13 まちづくり観光課からのお知らせ
- 14 ふれあい診療所からのお知らせ



直島コメづくりプロジェクト「おもちつき」(カメラリポート 8ページ)

町の人口 | 1月1日現在(先月比) 世帯数/1,574(+2) 人口/2,947(-2) 男/1,524(±0) 女/1,423(-2)
住民基本台帳法の一部を改正する法律により、人口は、外国人の方を含めた人数となっています。

町の面積 | 14.21km²

直島町HP / <https://www.town.naoshima.lg.jp> E-mail / somu1@town.naoshima.lg.jp

新年のごあいさつ



直島町長 小林 眞一

あけましておめでとうございます。

令和6年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

町民の皆様におかれましては、日頃より町政の運営に対し、多大なるご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

毎年、新年最初の広報誌で「その年の干支について」を少しお話しておりますが今年の干支は「辰（たつ）年」であり、竜（龍）の年とも呼ばれ、中国の伝説や文化において、龍は神聖で力強い存在とされ、幸運をもたらすとされております。

また、辰年は、成功に向けて積極的に取り組む年とされ、特に仕事や事業の大きな成功に縁があるとされており、町民や町内事業者の皆様にとりまして、新たな歴史が刻まれる年となるよう、心から祈念するとともに、町としましても地域の発展に向けて全力で取り組んでいかなければならない、と改めて身が引き締まる思いであります。

さて、ここからは町の今年の展望について、いくつかお話させていただきたいと思っております。

町では、今年度、積浦地区の宅地造成事業を進めてまいりましたが、既に工事は昨年11月末に完了し、いよいよ今月22日（月）から分譲の申込受付が開始されます。詳しくは、本誌に掲載されていますので、直島でマイホームの建設を検討されている方は、ぜひ、ご活用ください。

また、今年度整備を進めている「横防家族用住宅」につきましても、来年度に申込受付ができるよう準備を進めておりますので、もう少しお待ちください。

次に、直島町は、本年（令和6年度）、町政施行70周年という記念すべき年であります。町では、この大きな節目を迎えるにあたり、記念式典の開催のほか、町内で開催されている様々なイベントなどに彩りを加え、大いに盛り上げていきたいと考えておりますので、町民の皆様方におかれましては、イベントに対し、これまで以上のご参加・ご協力をよろしくお願いいたします。

以上、今年の展望について、簡単にご紹介させていただきましたが、新たな年が始まるにあたり、町長として町民の皆様にお示ししてきた「安心できる」「活力ある」「共生できる」まちづくりを目指す、という原点に立ちかえり、自らが先頭に立ち、職員と一体となって地域課題の解決並びに新たなまちの創造の実現に取り組んでまいりますので、皆様方のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、本年が町民の皆様にとりまして、健康で実り多い年となりますよう心から御祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。

辰の如く活力溢れる年に

教育長 津山 勝義

新年明けましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、2024年元旦を新たな希望や期待をもって迎えられ、今年も健康で豊かな幸せな日々になることをお祈りされたことと拝察いたします。辰年の今年は、直島町の子どもたちを始め皆様が、空と海の間の美しい島で、龍のように生き活きと活力旺盛に過ごされることを心より祈念申し上げます。

さて、昨年の教育委員会の取組を振り返りますと、まず、1月に成人が18歳となったため、初めて「直島町二十歳のつどい」と名称を変えて二十歳の若者をお祝いしました。4月には放課後児童クラブ「なおしまふれんどルーム」を廃止し、新たに発足した「NAOSHIIMA SAILORS CLUB」で、より充実した小学生の放課後活動を実現していただいております。8月には4年振りに中高校生のイギリスへの海外研修を復活させ、英語教育充実に努めました。また、通園バスに所在確認ブザーを設置し、置き去り防止対策を講じました。11月には中学校の制服を防寒対策やジェンダーレス対応を意図して、3年間の移行期間を設けつつ、4月からブレザー型に移行することを決めました。また、全国人権・同和教育研究大会で直島町の取組を発表しました。12月には本年4月から英語科で従来の教科書に加えてデジタル教科書が使われることから、直島中学校が先行研究実践を香川県内に発表しました。その他、3か年の地域総合調査研究事業の最終年度発掘等調査を実施しました。

このように、町民の皆様のご理解、ご協力を得ながら、より積極的な教育行政に取り組むことができました。改めて厚く御礼申し上げます。

本年は、これまでの12年間を見通した第4次直島町総合計画期間が令和6年度末で終了することから、教育委員会としても令和7年度からの教育行政を見通して、新たな計画の策定に取り組めます。変化の激しい現代では、グローバル化、多様化、気候変動、ICT化等により、教育においてもそれらの影響が大きくなってきております。変化をチャンスと捉えて改革を推進する視点と、ピンチと捉えて対策を講じる視点を同時に持ちながら対応すべきと考えております。特に、社会全体のICT化に対応できる教育の実現には、常にハード、ソフトの両面で設備や実践を改善し続けることが求められております。そうした社会全体の変化を見据えつつ、一人一人の健やかな成長を保障できるよう、現状をしっかりと把握し、より明るく充実した未来を思い描きながら、教育行政を進めてまいります。また、様々な課題に、誠実かつ知恵を絞って対応しながら、子どもたちも大人も共に明るく、元気に、笑顔で過ごせる教育の実現に努めてまいります。

直島町民の皆様ために龍の如く澁刺と動きますので、皆様方のご理解と積極的なご協力をお願いし、年頭のご挨拶といたします。



総務課からのお知らせ

直島町選挙管理委員会委員長に藤本伸幸氏

選挙管理委員会委員の任期満了に伴い、令和5年第6回直島町議会定例会において、指名推薦により4名の方々が委員に選ばれました。

- 藤本 伸幸 (再任)
 - 花岡 鶴美 (再任)
 - 堀口 佳章 (再任)
 - 松浦 友子 (再任)
- (敬称略・順不同)

改選後、12月25日の選挙管理委員会で、委員の中から藤本伸幸氏が委員長に再選されました。

お問い合わせ 総務課 ☎087-892-2222

建設経済課からのお知らせ

姫宮団地（積浦）の宅地分譲について

町では、姫宮団地（積浦）の宅地分譲を次のとおり行います。

場 所

直島町字姫宮、坪ノ奥（積浦）

分譲数等

8区画 [1区画あたり] 約230㎡ (約70坪)

分譲単価

[1区画あたり] 300万円程度

契約方法等

分譲条件を特約とする買戻特約付売買契約および特約の付記登記

申込資格

- ①住宅(自らが所有し、かつ、専用に居住する専用住宅)を建築するために分譲地を必要とする方であって、分譲地の所在地に住民票を移し、生活の本拠地として居住することを確約できる方
- ②申込書の提出日において、現に同居し、または同居しようとする親族がいる方(申込日より6カ月以内に婚姻予定の方も含む)
- ③市町村税等を滞納していない方

※その他の要件もありますので、詳細は下記までお問い合わせください。

分譲の条件

- ①分譲地を別荘、セカンドハウスなどの目的に使用しないこと。
 - ②営利目的であるか否かにかかわらず、売買、賃貸、貸借、飲食店、宿泊施設(簡易宿所や民泊などに類するものも含む。)など、分譲地を専用住宅以外の用途に使用しないこと。
 - ③分譲地の売買契約の締結の日から起算して3年以内に住宅の建築を完了し、かつ、分譲地の所在地に住民票を移した上で生活の本拠地として居住すること。
- ※その他の条件もありますので、詳細は下記までお問い合わせください。

募集期間

1月22日(月)から2月29日(木)まで

※8:15~17:00(土・日曜日・祝日は受付できません。)

申込方法

「宅地分譲申込書」等を提出してください。
※申込みは区画ごととし、1世帯につき1区画とします。

説明会

申込書受付後に随時開催

お問い合わせ 建設経済課 ☎087-892-2224

●●●●●●●● 住民福祉課からのお知らせ ●●●●●●●●

出張年金相談を開催します

●開催日

1月18日(木) **事前予約制**

●場所・時間

- ・役 場 (1階小会議室) 9:30~12:30
- ・西部公民館 (1階研修室) 13:00~16:00

年金相談をご希望の方は

『街角の年金相談センター高松(オフィス)』に
事前予約をお願いします。

(年金手帳などに記載されている基礎年金番号が必要です。)

☎087-811-6020 (予約用)
平日8:30~17:15
[土・日・祝日を除く]



●相談内容

年金見込額、繰り上げ・繰り下げ、在職老齢年金、雇用保険との調整等

●年金請求・各種手続き

老齢年金、遺族年金、障害年金、離婚分割、住所・口座変更等

●持参する物

免許証・年金手帳・年金証書・振込通知書など相談者本人であることが確認できるもの

※代理の人がご相談に来られる際には委任状および依頼を受けたご本人であることが確認できる書類(免許証等)が必要です。

年金事務所と同等のサービスが受けられます。

～国民健康保険に加入されている皆さんへ～

ご存じですか。第三者行為(交通事故など)による届け出

●第三者行為とは

交通事故や、他人から暴力行為を受けた場合など、第三者(自分以外の人)が原因として治療を受けることになった場合、第三者行為に該当します。

●医療費は第三者が負担

第三者行為により病院にかかった場合も、国民健康保険の保険証を使って治療を受けることができますが、その治療費については、本来第三者が負担すべきものです。このような場合の治療費は、国民健康保険が一時的に立て替えをして、後から加害者に立て替え分を請求することになります。第三者行為である旨を、必ず役場まで届け出てください。

ご存じですか。ジェネリック医薬品！！

●ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、最初に作られた薬(先発医薬品)の特許が切れてから作られた薬のことです。

新薬と同等の効能・効果を持ち、新薬より安価な医薬品です。ジェネリック医薬品を利用すると、医療費の自己負担を軽くすることができます。

お問い合わせ 住民福祉課 ☎087-892-2223



●●●●●●●● 住民福祉課からのお知らせ ●●●●●●●●

20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

国民年金は、20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

国民年金のポイント

✔将来の大きな支えになります！

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

✔老後のためだけのものではありません！

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。

また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

国民年金保険料のお支払い

✔国民年金の保険料

国民年金第1号被保険者および任意加入被保険者の1カ月当たりの保険料は16,520円です。(令和5年度)

✔「付加年金制度」があります！

定額保険料（16,520円）に月額400円の付加保険料を上乗せして納めると、将来の老齢基礎年金に付加年金が加算され、年金額を多く受け取れます。

✔「前納割引制度」があります！

保険料をまとめて前払い（前納）すると、割引が適用されるのでお得です。

✔口座振替・クレジットカードでのお支払い

口座振替を利用すると、金融機関等に行く手間と時間が省け、納め忘れも防ぐことができます。さらに、「早割（当月末納付）」や「前納」で納めると、保険料が割引されます。

※付加年金および前納は申し出月からの開始となりますので、20歳到達月（20歳の誕生日の前日が含まれる月）からの納付を希望される場合は、20歳到達月中にお申し出ください。

「学生納付特例制度」

学生の方は、ご本人の所得が一定額以下の場合、世帯主の所得にかかわらず保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校（修業年限1年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

「納付猶予制度」

学生でない50歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

国民年金のご相談・手続き等については住民福祉課または高松西年金事務所までお問い合わせください。

お問い合わせ 住民福祉課 ☎087-892-2223 / 高松西年金事務所 ☎087-822-2840

健康推進室からのお知らせ

★令和5年度香川県アルコール等健康障害対策出前講座★
健康づくり講演会



講演 『こころの健康』 ～お酒の上手な飲み方とアルコール依存症について～

個別相談 講演会の後、個別に相談することができます。
事前に申し込みが必要です。
(1名あたり40分で2名程度)



講師 医療法人社団光風会 三光病院
院長 **海野 順** 先生



日時 **2月20日(火)**
14:00～15:00 講演
15:10～16:30 個別相談
(①15:10～15:50 ②15:50～16:30)

場所 西部公民館
卓球室兼講義室



「お酒がやめられない・・・」
など悩んでいませんか？

講師紹介

2009年金沢医科大学卒。精神科医として阪本病院（大阪府東大阪市）、阪和いずみ病院（大阪府和泉市）などの勤務を経て、2016年より三光病院（香川県高松市）に勤務。2019年3月より同病院の院長に就任。専門領域は依存症全般（アルコール、ギャンブル等、ネット・ゲームなど）。



精神保健指定医、臨床心理士、日本精神神経学会専門医・指導医、子どものこころ専門医・指導医、香川県精神保健福祉センター依存症専門相談 囑託医。

個別相談申込締切 2月14日(水)

主催：香川県精神保健福祉センター お申し込み先：健康推進室

お問い合わせ 健康推進室 ☎087-892-3400



儲け話に関するトラブルにご注意

SNS やマッチングアプリで知り合った相手から副業や投資を勧誘され、指示されるままに数百万円送金した途端相手と連絡が取れなくなり、出金できないという相談が寄せられています。

「確実に儲かる」「楽に稼げる」などのうまい話はありません！本当に稼げる方法は、他人に教えません。取引内容やリスクが十分に理解できなければ契約しないでください。

困ったとき、不安なときは、ひとりで悩まずにお電話ください。

「香川県消費生活センター ☎087-833-0999」「消費者ホットライン188（局番なし）」

12月10日(日)

きらめき音楽会

福祉センター劇場ホールにて、きらめき音楽会が開催されました。町内外から多くの方が出演されたほか、ゲストとして口笛世界チャンピオンの田所敦さんや親子ユニットの福島節さんと渚ちゃんたちにイベントを大いに盛り上げていただきました。



12月13日(水)

人権・同和教育講演会

福祉センター劇場ホールにて、人権・同和教育講演会が開催されました。

ダイバーシティ研究所の田村太郎さんをお迎えし「人のちがいに配慮ある社会をめざして～ユニバーサルデザインと人の暮らしについて考える～」をテーマに講演していただきました。



12月17日(日)

直島コメづくりプロジェクト「おもちつき」

人材育成センターで、直島コメづくりプロジェクトのおもちつきが行われました。

子どもから大人まで多くの参加者があり、臼と杵を使った昔ながらのおもちつきをみんなで楽しみました。つきたてのおもちはおしるこにしておいしくいただきました。





健康推進室からのお知らせ

ホットアドバイス ～作業療法士からリハビリテーションについて～

腹筋運動について

明けましておめでとうございます。作業療法士の末澤です。本年も宜しくお願いいたします。

今回は、腹筋運動についてお話しします。腹筋運動とは、腹部の筋肉を鍛えるエクササイズの総称です。腹部の筋肉を鍛えることで、お腹周りの脂肪の燃焼、姿勢の改善や腰痛の予防等にも効果があります。お正月に食べ過ぎてしまった方や、運動不足になっている方にも効果的な運動です。しかし、腹筋運動は腹筋が弱い状態や間違ったフォームで無理して行くと、肩こりや腰痛を招いてしまうこともあります。

今回紹介する運動は、腹筋が弱い方や、慢性的な腰痛のある方でも無理なく実施できます。

カールアップ・上体起こし運動 ※脊椎のリハビリテーション 参考



手順

- 両肘をマットにつけて両手を少しだけ背中の下に入れる
 - 片側の足を曲げ反対の脚は真っすぐに伸ばす
 - お腹の周り全体に力を入れる
 - 肩甲骨の下から体を持ち上げ10秒止め（手より下の背骨は曲がらないように注意）元の位置に戻す
 - 1日に1セット6～10回程度、脚の姿勢は交互に変える
- 背中に負担がかからずに腹筋に力が入れれば上手に行えています

間違ったやり方

- 首や腰を丸めてしまう
- 顎を突き出して頭が後ろや左右に傾く

リハビリテーションについて詳しく知りたい方は、健康推進室へお問い合わせください。

お問い合わせ 健康推進室 ☎087-892-3400



税務課からのお知らせ

確定申告相談会のお知らせ

日時 2月1日(木)、2日(金)、5日(月) 受付：9：30～16：00
2月6日(火) 受付：9：30～15：00

場所 役場2階大会議室

令和5年中に次の所得があった方

家賃や土地の賃貸などの不動産所得があった人

土地や建物を売って譲渡所得のあった人

営業、農業、その他の事業および家内労働（内職など）を営んでいた人

雑所得（年金等）、一時所得（生命保険の満期返戻金等）のあった人

令和5年中に退職し、その後働いていない人や2カ所以上から給与の支払いを受けた人で年末調整をしていない人（例：アルバイト収入がある人）

※確定申告の必要がない場合でも、住民税の申告は必要です。

- ・ 公的年金等の収入金額の合計金額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下のとき。（この場合でも、所得税の還付を受けるための確定申告書は提出できます。）
 - ・ 給与以外の所得が20万円以下のときでも、国民健康保険税や介護保険料などの軽減措置を受ける場合や各種証明書（所得証明など）の交付が必要な方
- ※申告内容によっては、相談のみになる場合もありますので、ご了承ください。

【申告に必要なもの】

所得金額の分かるもの

- 給与所得・年金を受給されている方：
令和5年分源泉徴収票
- 農業・営業・事業・不動産所得のある方：
収入と経費が分かる帳簿か収支内訳書・領収書など

保険料の領収書など

- ・ 生命保険料、個人年金保険料、介護医療保険料、地震保険料等の支払証明書
- ・ 社会保険料の控除証明書

税務署から送付された確定申告書

写真付き身分証明書：

マイナンバーカードまたは通知カードと運転免許証等

還付金を受ける方：受取口座（本人名義）の分かるもの

医療費控除を受ける方

- ・ 医療費控除の明細書、医療保険者等が発行した医療費通知、保険金などで補てんされた場合は、その金額の分かるもの

※医療費の領収書を集計して医療費控除の明細書に記入する必要がありますので、事前にご準備ください。

お問い合わせ 高松税務署 ☎087-861-4121 / 役場税務課 ☎087-892-2296

税務課からのお知らせ

産前産後期間相当分(4カ月分)の国民健康保険税が免除されます！

対象となる方・受付期間

- 令和5年11月1日以降に出産予定の国民健康保険被保険者の方が対象です。
妊娠85日(4カ月)以上の出産が対象です(死産、流産、早産および人工妊娠中絶の場合も含まれます)。
- 出産予定日の6カ月前から届け出ができます。出産後の届け出も可能です。

国民健康保険税の免除方法

- その年度に納める保険税の所得割額と均等割額から、**出産予定月(または出産月)の前月から出産予定月(または出産月)の翌々月(以下「産前産後期間」といいます)相当分が減額されます。**

	3カ月前	2カ月前	1カ月前	出産予定月	1カ月後	2カ月後	3カ月後
単胎の方							
多胎の方							

※産前産後期間相当分の所得割保険税と均等割保険税が年額から減額されます。産前産後期間の保険税が0になるとは限りません。

※多胎妊娠の場合は出産予定月(または出産月)の3カ月前から6カ月相当分が減額されます。

- 令和5年度においては、**産前産後期間のうち令和6年1月以降の期間の分だけ、保険税が減額されます。**

令和5年8月	9月	10月	11月	12月	令和6年1月	2月

※令和5年11月に出産した場合、令和6年1月相当分の保険税が減額されます。令和6年1月より前の期間については減額の対象とはなりません。

 … 対象期間

- 保険税が減額された場合、払いすぎになった保険税は還付されます。

届け出に必要な書類

- ① 納税義務者や出産被保険者の氏名、住所、生年月日、個人番号など明らかにすることができる書類
- ② 母子健康手帳など出産(予定)日を明らかにすることができる書類

※出産後に届け出を行う場合、出生証明書など親子関係を明らかにする書類が必要です。

届け出先 税務課

お問い合わせ 税務課 ☎087-892-2296



高松税務署からのお知らせ

高松税務署からのお知らせ

確定申告書の作成はスマートフォンが便利です！

▶ スマホやパソコンで確定申告書等作成コーナーにアクセスし、画面の案内に沿って入力するだけで、所得税や個人事業者の消費税の申告書のほか、青色申告決算書や収支内訳書の作成・e-Tax 送信ができます。

確定申告書等作成コーナーはこちら！



▶ マイナポータル連携による申告書の自動入力対象が拡大

マイナポータル連携の詳細はこちら！



e-Tax・作成コーナーヘルプデスク（全国一律市内通話料金）

☎0570-01-5901

e-Tax ソフト・確定申告書等作成コーナーの事前準備、送信方法、エラー解消などの使い方に関する問い合わせの専用窓口としてヘルプデスクを設置しています。

確定申告電話相談センター

開設期間 1月17日(水)～3月15日(金)

【☎0570-00-5901 自動音声に従って「0」を選択】

その疑問チャットボットに相談しませんか？

チャットボットとは、質問したいことをメニューから選択するか、自由に文字で入力いただくとAIが自動回答するウェブサービスです。

スマートフォンやタブレットから24時間（メンテナンス時間を除く）所得税の確定申告に関するご相談やインボイス制度に関するご相談を受け付けています。

税務職員 ふたば



チャットボット



国税庁ホームページにおいて、令和5年分所得税の確定申告および消費税の確定申告に関する税務相談チャットボットを次の日程で開始します。

- 所得税の確定申告・・・1月4日(木)から
- 消費税の確定申告・・・2月1日(木)から

インボイス制度についての一般的なご質問は、インボイスコールセンター（インボイス制度電話相談センター）でもお答えしています。

フリーダイヤル 0120-205-553（無料） 9：00～17：00（土日祝除く）

お問い合わせ 高松税務署 ☎087-861-4121

まちづくり観光課からのお知らせ

元気いっぱいビタミンカラーの 新しいすなおくん号がやって来ました！！ (町営バスの更新について)

新しいすなおくんバスがやって来ました。

ビタミンカラーの新しいバスは、高齢者の方にもご利用しやすい低床バスを採用しているほか、デジタルサイネージも導入しており、ディスプレイによる画像や音声案内を行っています。皆さんぜひご利用ください。

なお、旧すなおくんバスは、町営バスの運行開始と同時の平成14年7月から走り始め21年間で約76万キロ走行し、昨年の12月をもって引退しました。地球1周が約4万キロなので、19周できるくらいの走行距離でした。



お問い合わせ まちづくり観光課 ☎087-892-2020



地域おこし協力隊ぐらむ



担当：野口

すっかり冬の寒さになってきましたね。最近健康のために朝ウォーキングを始めました、野口です🌨️

12月2日・3日に第33回直島出合い隊縁結びイベント「島コン」が開催されました！

今回、地域おこし協力隊が企画したので、少しだけ内容をご紹介します！

前半は、女性参加者のみで、香川大学直島地域活性化プロジェクトご協力のもと本村・家プロジェクトツアー& cafe ぐうでお茶会をし、後半は、男性参加者と合流しベネッセハウスパークホール・つつじ荘大広間でカップリングパーティーをしました。

パーティーでは、一言自己紹介や共通点探しなどのグループレクリエーションや、ベネッセハウスパークホールで特別にクリスマスメニューを用意していただいたのブッフェ、そして直島やクリスマスについてのグループ対抗クイズ大会など、盛りだくさんの内容でした！

アンケートでは「楽しかった」という声をたくさん頂き、とても嬉しかったです😊

ご参加・ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました！



#直島 #島コン #地域おこし協力隊 #縁結びイベント

2023.12



No.198

ふれあい健康コラム

ふれあい診療所



喫煙について

(医師 森田 峻史)

<有害物質とタバコ関連疾患>

新型タバコ、紙巻タバコともに化学物質は5300種類以上といわれ、うち約70種類は発がん物質です。そのほかにも、呼吸器系および循環器系や心血管系、胎児の発育や脳の発達への障害を引き起こす有害な物質も多く含まれています。

その結果、肺がん、咽頭がん、喉頭がん、食道がん、その他のがん、虚血性心疾患、脳卒中、糖尿病、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、関節リウマチ、勃起不全、失明、白内障、バグジャー病などの病気にかかる危険性が増すと懸念されます。

一例として、加熱式タバコによって身体に取り込むニコチンの量は紙巻タバコと同等かそれ以上、タールは70%程度であり、健康への悪影響やリスクの低減は期待できません。

新型タバコに関する先行研究では、1日1本の喫煙でも健康被害に対するリスクが高まることが指摘されています。喫煙本数を10分の1にしても、病気にかかる危険性は半分程度にしか減らず、十分にリスクが上がると考えられます。

また、肺がん罹患リスクに関する先行研究では、喫煙本数が多いことよりも喫煙期間が長いことの方が危険性が大きいことが明らかになりました。喫煙本数を減らしたとしても、喫煙期間が長ければ病気にかかる恐れがあります。

<受動喫煙について>

受動喫煙とは、タバコから出てくる煙や吐き出された煙を吸わされることを受動喫煙といいます。

受動喫煙によりリスクが高まるとされている疾患として、肺がん、肺気腫、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群（SIDS）が挙げられます。

肺がんに関して、日本人の受動喫煙による肺がんになるリスクは普通の人の約1.3倍という研究結果が出ています。

また、受動喫煙で発症する肺がんの中でも肺腺がんが全体の8割を占めていることもわかっています。肺腺は肺の奥にあり、気管支にできる扁平上皮がんと小細胞がん比べると喫煙者の場合のがん発生率との関連性はこれまでよく解明されていませんでした。

研究が進み、喫煙者はフィルターを通して主流煙を吸い込むので一定以下の大きさの煙の粒子は肺に入らないが、副流煙を受動喫煙した場合フィルターを通さない小さい粒子が肺の奥まで届くのが原因なのではないかとわかってきました。

虚血性心疾患は心臓に十分に血液が行き渡らない病気です。動脈硬化や血栓などで血管が細くなったり詰まることで発症します。虚血性心疾患になると狭心症や心筋梗塞などの病気のリスクが上がります。

非喫煙者にとっては受動喫煙によって虚血性心疾患のリスクが上がるため、周囲の喫煙者から副流煙の被害をどう防ぐかが重要です。

脳卒中は脳への血流が滞ることで脳の神経細胞に障害が発生する病気で、脳梗塞やくも膜下出血なども脳卒中の一種です。喫煙者は非喫煙者に比べての発症のリスクは高くなるといわれています。

子どもの受動喫煙による健康被害はさまざま報告されています。副流煙を普段から吸う環境の子どもは血中のニコチンの濃度が高く虫歯になりやすくなることがわかっています。副流煙が多い環境から隔離すると、1/4の子どもにも虫歯の発生がなくなりました。

他にも中耳炎の発生率が最大4倍近くになったり、身長伸びが悪くなったりします。肺炎や気管支炎、咳やぜい鳴なども発生しやすくなり、健康被害や成長阻害などリスクが大きいです。

喫煙は百害あって一利なし、禁煙しましょう。

お問い合わせ ふれあい診療所 ☎087-892-2266



寄附のお礼

▼中髪初美様より亡母坂井時子様の香典返しとして、直島町立診療所、直島町社会福祉協議会、本村自治会に対して金一封のご寄附がありました。

地区氏名 年齢
 積浦森 孝光 93
 積浦森 ヒデ子 88
 宮ノ浦 森 吉江 97

おくやみ (敬称略)

つつしんでご冥福をお祈りします

チャレンジ! 広報クイズ

Q.最初に作られた薬(先発医薬品)の特許が切れてから作られた薬で、新薬と同等の効能・効果を持ち、新薬より安価な医薬品を「〇〇〇医薬品」と呼ぶ

- ①ジェネリック ②パブリック ③ジェネラル

(ヒントは、広報紙の中にあります)

12月号の答え ① 応募総数7通

[応募締め切り] 1月31日(水)

クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号・広報紙の感想を書いて、下記まで応募してください。正解者の中から抽選で記念品を差し上げます。応募は、1世帯1通に限ります。

[送り先]

〒761-3110 直島町1122-1
 直島町役場総務課「広報クイズ1月号」係
 E-mailでの応募は、somu1@town.naoshima.lg.jp

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
 ※ご応募いただいた皆さんの個人情報は賞品発送のみに使用し、第三者に開示・提供することはありません。

★★ 募集しています ★★

皆さんの応募をお待ちしています。

わが家のスター

広報では、赤ちゃんや就学前のお子さん、ペットの写真をお待ちしています。掲載をご希望の方は、氏名(保護者・お子さん)・年齢・住所(地区)・電話番号・メッセージを添えて下記の宛先までご応募ください。
 ※写真でもデータでもOKです。

「俳句・川柳」、「ミニギャラリー」のコーナー

テーマはそれぞれ自由ですので、住所(地区)・氏名・年齢・電話番号を記入し、お気軽にご応募ください。

送り先

〒761-3110 直島町1122-1
 直島町役場総務課「広報なおしま 〇〇〇コーナー」
 E-mailでの応募は、somu1@town.naoshima.lg.jp

締め切り:1月22日(月)

※紙面の都合で、掲載できない場合はご容赦ください。

玉野市休日当番医 市外局番(0863)

日	内科	外科	歯科
1月14	玉野中央病院 (築港)31-1011	中谷外科病院 (田井)31-2323	白髪歯科医院 (築港)32-2880
21	しんみなクリニック (用吉)71-4800	玉野市民病院 (宇野)31-2101	そのだ歯科医院 (和田)81-6771
28	岡山赤十字玉野病院 (築港)31-5117	大西病院 (田井)33-9333	竹北歯科・矯正歯科クリニック (田井)31-0310
2月4	満木内科小児科 (用吉)71-0747	山田クリニック (和田)81-7197	谷歯科医院 (宇野)31-3500

※診療時間は、内科・外科は9:00~17:00、歯科は9:00~12:00。
 ※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 外来診療担当医予定表(1月8日~2月9日)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1/8	9	10	11	12
休診日	藤原	午前 藤原・森田 午後 藤原	藤原	午前 森田 午後 横山
15	16	17	18	19
午前 藤原・森田 午後 森田	森田	午前 藤原・森田 午後 藤原	藤原	森田
22	23	24	25	26
午前 藤原・森田 午後 藤原	午前 松木 午後 藤原	午前 藤原・森田 午後 森田	午前 藤原 午後 藤原・井上	森田
29	30	31	2/1	2
午前 藤原・森田 午後 森田	森田	午前 藤原・森田 午後 藤原	藤原	森田
5	6	7	8	9
午前 藤原・森田 午後 藤原	藤原	午前 藤原・森田 午後 森田	藤原	午前 森田 午後 横山

※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 8:30~11:30・14:00~16:00
 ※診療時間 9:00~12:00・14:30~16:30
 ※救急患者の場合は、診療時間外でも診療いたしますので、下記に電話してください。
 (注意)訪問診療のため月曜日と水曜日の午後は医師1名体制としています。
 (お知らせ)第4火曜日の午前中のみ泌尿器科外来が開設され、専門医の診察を受けられます。
 1/25(木)の午後のみ小児科外来が開設され、専門医の診察を受けられます。
 ふれあい診療所 ☎087-892-2266



横防 岡崎 貢さんの作品
「賑わう宮浦港」

特別国民体育大会出場

10月7日(土)～17日(火)に特別国民体育大会が鹿児島県で開催されました。当町より3名の方が選手として出場されました。

氏名	競技名	種目
福島 花菜さん	セーリング	420級
石田 穂乃香さん	セーリング	レーザーラジアル級
小野 和也さん	軟式野球	

市長杯争奪軟式野球大会 優勝

7月から11月にかけて玉野市で市長杯争奪軟式野球大会が開催され、直島町から出場した野球チーム「アトムズ」が優勝しました。

おめでとうございます。



大谷翔平選手からのグローブの寄贈について

メジャーリーグで活躍されている大谷翔平選手より、小学校にグローブを寄贈いただきました。到着した箱の中にはグローブと一緒に、「野球しようぜ。」などと書かれたメッセージも同封されていました。

グローブは小学生にお披露目されたのち、1月22日～2月2日まで役場に展示されます。

