



## 市美術館特別展 開校100年 きたれ、バウハウス

在宅医療と介護に関する市民公開講座

所得税の確定申告 市・県民税の申告は忘れずに

- 2
- 4
- 6

12月15日(日)、十河小学校体育館で、「みんなてドミノ2019」が行われました。子どもから大人まで約300人が体育館いっぱいに5万個のドミノを並べました。ドミノが倒れてしまってもドンマイと声を掛け合い、各パーツが完成すると、拍手が湧き上がりました。

## 第23回国分寺町冬のまつり

とき

1月19日(日)午前9時30分～午後3時

ところ

国分寺橋ノ丘総合運動公園

イベント内容

雪遊び(そり遊び、宝探しなど)、雪合戦大会、昔遊び体験、ステージイベント、陸上自衛隊装甲車展示、餅つき、バザーなど

※詳しくは、公式ウェブサイト(<http://www.komati-kokubunji.com/2020huyu/>)を確認してください。



お問い合わせ 同実行委員会

(☎080・3620・3043)

## 第78回企画展

### 墨景礼讃

～山水に遊ぶ～

とき 1月25日(土)

～3月15日(日)

午前9時～午後5時

(入館は午後4時30分まで)

ところ 歴史資料館

休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)

料金 200円

(大学生150円、高校生以下などは無料)



長町竹石筆「竹書屋図」  
歴史資料館蔵

<関連講演会>

テーマ：浦上玉堂と讃岐の文人

とき 2月2日(日)午後1時30分～3時

ところ サンクリスタル高松 視聴覚ホール

料金 無料 ※希望者は直接会場へ。

定員 先着200人

講師 守安 収さん(岡山県立美術館長)

お問い合わせ 歴史資料館(☎861・4520)

会場体験!

バウハウスの授業で  
出題された課題の例

Q.マッチ棒4本で形を  
作りなさい。制限時  
間1分。(イッテン  
の授業)



マルセル・ブ  
ロイヤー<クラ  
ブ・アームチ  
ェア B3(ヴァ  
シリー)>



▲フリッツ・シュライ  
パー<学生たち(アト  
リエのバルコニー)  
バウハウス、デッサ  
ウにて>



▲作者不詳<紙による素  
材演習 アルパースの  
授業>

ける基礎教育で教師たちが試みた授業はユニークなものでした。本展では、バウハウスの基礎教育を中心に各教師の授業内容を紹介します。さらに、そこから発展したさまざまな工房での成果や資料など約300点を展示します。そして、実際にバウハウスに入学生した日本人留学生4人の活動を一堂で紹介する初めての機会となります。



ヨースト・シュミット(1923年  
の「バウハウス展」のポスター)

1919年にドイツの古都ヴァイマルに設立された造形学校「バウハウス」は昨年、誕生から100年目を迎えました。バウハウスではその時代を代表する芸術家たちが教師として指導にあたり、優れたデザイナーや建築家が育ち画期的なデザインが生まれました。バウハウスに入学生した学生が最初に受

バウハウスの授業で出  
された課題をもとに造  
形的な遊びを楽しむ!

## 関連イベント

### ◆記念講演会◆

①バウハウスの授業と学生生活

とき 2月8日(土)

午後1時30分～3時

講師 杉田 佳穂さん(ミサワバウハウスコレクション学芸員)

②高松から始まる戦後モダニズム  
ー建築家・山口文象と旧高松市立美術館

とき 3月7日(土)

午後1時30分～3時

講師 梅宮 弘光さん  
(神戸大学大学院教授)

①②いずれも、

定員 先着100人

参加費 無料

※希望者は直接同館へ。

### ◆エンタランス・ミニコンサート◆

とき 3月15日(日)

午後1時30分～2時

料金 無料

※希望者は直接会場へ。

学芸員、ボランティアによる

ギャラリートークも開催します!

### ◆ワークショップ◆

バウハウスであそぼう!

とき

2月22日(土)午前10時～正午

講師 山端 篤史さん  
(造形作家)

対象 小学生以上

定員 申込先着15人

参加費 500円

申し込み

1月15日(水)午前8時30分から電話で同館へ。

### ◆再現授業◆

ヨハネス

・イッテンのデッサン

とき 2月29日(土)

午後2時～3時30分

講師 岡本 康明さん

(元京都造形芸術大学芸術館館長)

対象 小学生以上

定員 申込先着60人

参加費 無料

申し込み

1月15日(水)午前8時30分から電話で同館へ。

呼吸法や体操を取り入  
れたユニークなデッサ  
ンの授業を体験!

## 特別開催!

昔のものづくりに挑戦しよう

とき 2月2日(日)

午前10時～午後3時

ところ 埋蔵文化財センター 会議室

対象 小学生以上(小学4年生以下は保護者同伴)

内容 ①勾玉作り体験 ②鋳造体験 ③瓦作り体験

参加費 ①500円 ②500～1,300円 ③300円

※希望者は直接会場へ。

お問い合わせ 埋蔵文化財センター(☎823・2714)



▲鋳造体験

うどんや  
わたがしなどの  
校区バザーも  
あるよ!  
遊びに来てね!

当日、無料で  
参加できるよ!



## 新春

### 子ども フエスティバル

～さむぎにまけるなかぜのこま～

お問い合わせ 生涯学習課(☎839・2633)

◆とき

2月2日(日)午前9時20分～午後3時

※雨天時は、屋内種目のみ実施。

◆ところ

・中央公園  
・市役所(13階大会議室・正面玄関前)  
・四番丁スクエア(運動場・体育館)

### ◆競技種目

市内の校区代表  
チームが熱い戦い  
を繰り広げます!

・すもも大会  
・かるたとり大会  
・ドッジボール大会



### ◆自由参加種目

・創作コーナー  
(竹クラフトなど)  
・伝承遊びコーナー  
(コマまわし、竹馬、  
けんだまなど)  
・遊び名人コーナー  
(フリースロー、割  
りばしダーツ、ホー  
ス輪投げなど)

パブリック  
コメントなど  
を募集します

「ご意見・ご提案を  
お待ちしております」

### 高松市無電柱化推進計画(案)

平成28年に施行された「無電柱化の推進に関する法律」に基づき、本市における無電柱化に関する施策を定めた「高松市無電柱化推進計画(案)」を作成しました。

- ◆計画期間 令和元年度～3年度
- ◆基本的な方針 防災、安全かつ円滑な交通の確保、良好な景観形成等の観点により、計画的に無電柱化を推進する

募集期間 1月15日(水)～2月14日(金)  
お問い合わせ 道路整備課(市役所8階 〒760-8571 ☎839・2516 FAX839・2527 Eメール dourouseibi@city.takamatsu.lg.jp)



市ホームページはこちら

### 参考意見の募集 住民基本台帳に係る特定個人情報保護評価書(案)

住民基本台帳に係る特定個人情報ファイルを保有していることから、情報漏洩などのリスク対策等を講じるための特定個人情報保護評価を実施し、平成27年に公表しています。公表から5年経過前に社会情勢の変化などを踏まえた評価を再び実施するため、変更した特定個人情報保護評価書(案)を作成しました。

- ◆公表予定 令和2年4月
- ◆評価書の記載内容の確認・変更のポイント
  - ①リスクの識別・分析を改めて実施
  - ②組織的および人的安全管理措置の確認・見直し
  - ③改正マイナンバーガイドライン等を踏まえた対応の記載

募集期間 1月15日(水)～2月14日(金)  
お問い合わせ 市民課(市役所1階 〒760-8571 ☎839・2282 FAX839・2280 Eメール shiminka@city.takamatsu.lg.jp)

#### 資料閲覧場所

担当課、市民相談コーナー(市役所1階)、情報公開コーナー(市役所11階)、各総合センター・支所・出張所、市ホームページなど

#### 応募方法

所定の用紙を郵送、ファクス、Eメールか担当課に直接持参(用紙は資料閲覧場所にあります)。

### Takamatsu Information

お問い合わせ 都市計画課 住宅・まちづくり推進室(☎839・2136)

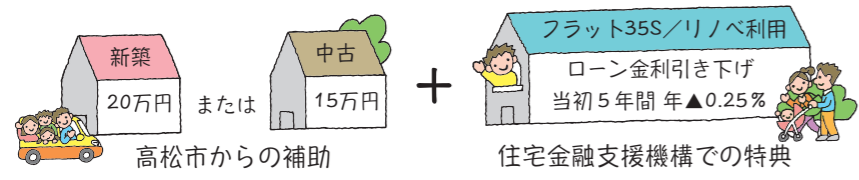
新居購入を考えている皆さん必見！  
みらいのための  
住まいかた

コンパクトで持続可能な「多核連携型コンパクト・エコシティ」を実現するため、居住誘導区域内に自ら居住する住宅を新築、購入した世帯を対象に、住宅取得支援補助を行っています。

- ◆補助額 新築20万円・中古15万円
- ◆補助対象者 フラット35Sかフラット35リノベを利用して、居住誘導区域内に自ら居住する住宅の取得者
- ◆受付期間 3月20日(金)まで

対象住宅や居住誘導区域など、詳しくは市ホームページか都市計画課 住宅・まちづくり推進室で必ず事前に確認してください。

市ホームページQRコード



お問い合わせ 保健センター(☎839・2363)

### 献血にご協力を!!

冬は全国的に献血への協力が少なくなりがちです。成分献血、400ml献血は継続的に必要とされています。新たに成人を迎える「はたち」の若者を中心として、献血に関する理解と協力を求めるために、1月から2月は「はたちの献血キャンペーン」を実施しています。新成人の人も、この機会に献血デビューしませんか？

#### 「高松市民献血の日」記念行事を開催します！

- ◆とき 2月1日(土)午後1時30分～2時15分
- ◆ところ 高松丸亀町老番街前ドーム広場
- ◆内容 書道パフォーマンス、キッズダンスなど

#### 同時開催

★キッズ白衣とナース服の体験コーナー

時間：午後1時30分～5時  
ところ：丸亀町献血ルーム  
対象：小学生以下 ※希望者は直接会場へ。

献血にご協力をお願いします  
丸亀町献血ルームでは定期的に献血を受け付けています。ぜひ、お立ち寄りください。

- ◆ところ 丸亀町献血ルーム「オリーブ」(☎0120・34・2307)
  - ◆受付時間 午前9時40分～正午、午後1時40分～5時40分
  - ◆対象者 16～69歳で、男女とも体重が50kg以上の人
- ※受付時、本人確認の書類が必要です。
- 
- 献血キャラクター けんけつちゃん

お問い合わせ 政策課(☎839・2135)

### 瀬戸・高松広域連携中枢都市圏講演会を開催します

本市が中心となり、3市5町(高松市、さぬき市、東かがわ市、土庄町、小豆島町、三木町、直島町、綾川町)で連携中枢都市圏を形成しており、役割分担と相互の連携協力の下、経済を活性化し、圏域全体の魅力を高め、住民が安心して快適に暮らすことのできる圏域づくりを進めています。

今回、圏域のさらなる発展と圏域住民の理解を深めるために講演会を開催します。

- ◆とき 2月13日(木)午後2時30分～4時30分(受け付けは午後2時～)
- ◆ところ 香川県社会福祉総合センター
- ◆演題 選ばれ続ける地域とは
- ◆講師 山田 桂一郎さん(JTIC. SWISS代表)
- ◆定員 申込先着50人
- ◆参加費 無料
- ◆申し込み 1月31日(金)までに、氏名(所属団体名)・電話番号を記入し、はがきかファクス、Eメールで政策課(〒760-8571 FAX839・2125 Eメール seisaku@city.takamatsu.lg.jp)へ。

連携中枢都市圏って何？  
人口減少、少子・超高齢社会にあっても、経済を持続可能なものとし、住民が安心して快適な暮らしを営んでいけるよう、地方圏域の中核的な役割を果たす連携中枢都市と圏域内の市町が連携協力を締結し、新たな広域連携を進めるための制度です。

### 在宅医療と介護に関する市民公開講座

大切な人の最期の願い、叶えられますか？  
～住み慣れた場所で安心して旅立つために～

皆さんは、自分や家族が医療や介護が必要になったとき、どこで、どのように暮らしたか考えたことはありませんか？  
自宅での看取りをテーマにした演劇を通して、いつか来る「その時」をどう過ごしたいかを考えてみませんか。



- ◆とき 2月29日(土)午後2時～4時45分(受け付けは午後1時30分～)
- ◆ところ サンポートホール高松
- ◆内容 第1部 お話し(紹介) 在宅療養の現場から 「在宅医療・介護のプロフェッショナル」 講師/長内 秀美さん(訪問看護師) 大川 裕子さん(ケアマネジャー)
- ◆入場料 第2部 自宅での看取りをテーマにした演劇 劇団たんぼぼ「ゆずり葉の季節」 無料
- ◆定員 申込先着300人
- ◆申し込み 2月14日(金)まで(必着)に、はがきかファクスで、住所・氏名・電話番号を記入して、高松市医師会事務局「市民公開講座」係(〒760-0068 松島町一丁目16-20 FAX 831・2215)へ。

高松市在宅ケア便利帳ホームページや、QRコードからも申し込み可。

PR動画はこちら

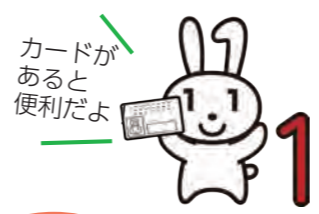
お問い合わせ 長寿福祉課(☎839・2346)

お問い合わせ 市民税課 ☎839・2233

# 所得税の確定申告 市・県民税の申告は忘れずに

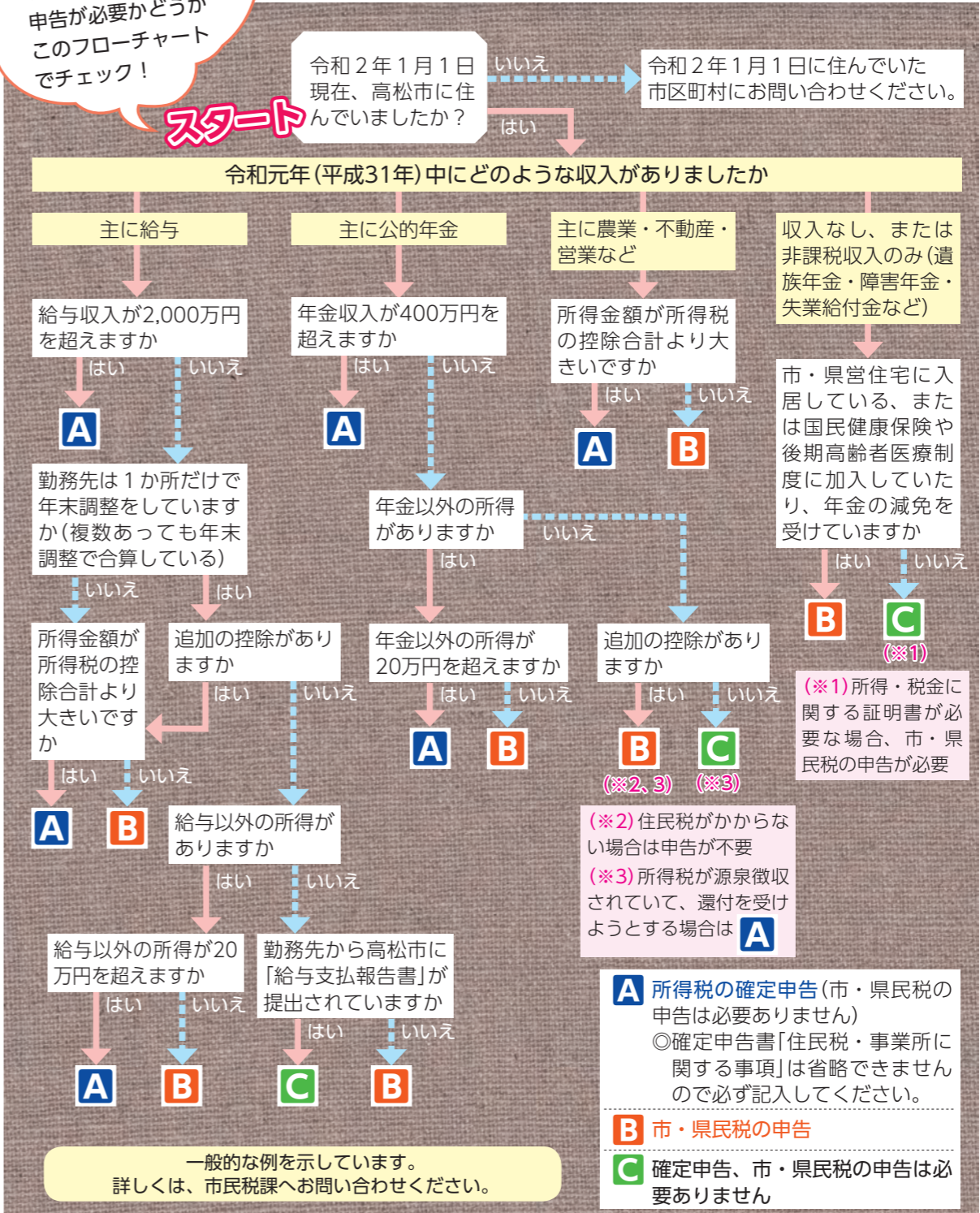
申告書にマイナンバーの記載と本人確認書類の提示または写しの添付が必要となっています。

◆マイナンバーカードを持っている人は…  
マイナンバーカードだけで、本人確認が可能です。  
◆マイナンバーカードを持っていない人は…  
通知カード、マイナンバーが記載された住民票の写しなどの番号が確認できる書類と運転免許証、公的医療保険の被保険者証、パスポート、身体障害者手帳、在留カードなどの本人確認書類が必要です。



## あなたは申告が必要？

まずは、申告が必要かどうかこのフローチャートでチェック！



- A 所得税の確定申告** (市・県民税の申告は必要ありません)  
◎確定申告書「住民税・事業所に関する事項」は省略できませんので必ず記入してください。
- B 市・県民税の申告**
- C 確定申告、市・県民税の申告は必要ありません**

一般的な例を示しています。詳しくは、市民税課へお問い合わせください。

### A の人は

## 所得税の確定申告

お問い合わせ  
高松税務署 ☎861・4121

- 受付会場  
高松シンボルタワー(ホール棟) 展示場
- 受付期間  
2月17日(月)～3月16日(月)の平日と、2月24日(月)・3月1日(日)
- 受付時間  
午前9時～午後4時  
※混雑状況により、早めに受け付けを終了する場合があります。
- ※期間中は駐車場が大変混雑します。公共交通機関を利用してください。
- ※確定申告書は、郵送や税務署の収受箱に投函して提出することもできます。
- 公的年金などを受給している人の確定申告は？  
公的年金などの収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合、確定申告をする必要がありません。ただし、所得税と復興特別所得税の還付を受ける場合は確定申告が必要です。

### B の人は

## 市・県民税の申告

お問い合わせ  
市民税課 ☎839・2233

- 令和2年度の市・県民税や国民健康保険料などの計算基礎になります。申告書は、市民税課(市役所2階15番窓口)や各総合センター・支所・出張所にあります。「申告の手引き」をよく読み、事前に自分で記入してから、受付会場へ持って行きましょう。事前準備で申告の時間が短縮できます。
- 受付会場  
市役所、コミュニティセンターなど
- 受付期間  
1月28日(火)～3月16日(月)の平日  
※左の日程表で確認してください。
- 受付時間  
午前9時～11時30分、午後1時～3時

時30分男木・女木コミュニティセンターは午前9時～正午)  
●受け付けできる申告の種類  
○市・県民税申告  
○給与や年金の源泉徴収票がある人の簡易な確定申告  
●年末調整済みの給与所得者で医療費控除などを受ける人  
●中途退職などで年末調整をしていない人  
●年金受給者で、年金の源泉徴収票に記載されていない扶養控除などの追加控除を受ける人  
300万円以上の収支計算を伴う所得(農業、不動産など)や分離所得(退職所得、土地・建物・株式の譲渡所得など)、住宅ローン控除初年度の方は、受け付けできません。税務署で確定申告をしてください。

- 申告に必要なもの  
①マイナンバー確認書類  
②本人確認書類(マイナンバーカードを持っている人は不要)  
③認め印  
④申告書  
⑤給与所得・公的年金などの源泉徴収票  
⑥⑤以外の所得の報酬等の支払調書など  
⑦保険料の控除証明書  
⑧医療費控除の明細書、セルフメディケーション税制利用の場合はその明細書と一定の取り組みを行ったことが分かる書類(医療費支払額の合計を計算しておくことが必須)  
⑨国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料などの領収書か納付証明書(通知書は不可)  
⑩障害者手帳など(障害者控除を受ける人)  
※証明書類などは令和元年中のものが必要です。

## 市・県民税申告相談の会場・日程

都心	市役所 2階21会議室(電子申告)	2月3日(月)～3月16日(月)
	男木C・女木C	2月17日(月)
	JA木太支店	2月21日(金)
中部	林C	1月31日(金)
	一宮C	2月5日(水)・6日(木)
	多肥C	2月12日(水)
	太田C	2月25日(火)
	仏生山C	3月6日(金)
	鶴尾C	3月9日(月)
東部北	三谷C	3月9日(月)
	太田南C	3月10日(火)
	屋島C	2月3日(月)
	牟礼C	2月19日(水)～26日(水)
	庵治支所	2月26日(水)～28日(金)
	古高松C	3月4日(水)・5日(木)
東部南	屋島東C	3月11日(水)
	前田C	2月10日(月)
	川島C	2月13日(木)・14日(金)
	川添C	2月27日(木)・28日(金)
	JA高松南部十河支店	3月2日(月)・3日(火)
	JA植田支店	3月12日(木)・13日(金)
西部北	鬼無C	1月30日(木)
	弦打C	2月4日(火)
	下笠居C	2月7日(金)
	勝賀総合センター	3月3日(火)～5日(木)
	国分寺会館(電子申告)	1月28日(火)～2月4日(火)
	檀紙C	2月17日(月)・18日(火)
西部南	円座C	3月2日(月)
	川岡C	3月6日(金)
	香川総合センター	2月5日(水)～14日(金)
	香南C	2月18日(火)～20日(木)
	塩江C	3月10日(火)
	塩江地域保健活動センター	3月11日(水)
南部	上西連絡事務所	3月13日(金)

※C：コミュニティセンター



12/6 昔遊びで交流したよ

弦打小学校で「ふるさと学習」が行われ、1・2年生の児童と地域の人たちが昔懐かしい遊びで交流しました。

1年生はあやとり・けん玉・輪なげ、2年生はお手玉・まりつき・こま回しを順番に挑戦。初めてする遊びもありましたが、児童らは、おじいちゃんやおばあちゃんにコツを教わりながら、一緒に楽しみました。



12/8 天空のガーデンマルシェ

屋島山上で初めて「天空のガーデンマルシェ」が行われました。会場は、屋島山上のぐるっと約1,100メートル。家族や友人などと一緒にマルシェやワークショップ、音楽イベントなどを楽しむたくさんの人で賑わいました。

“久しぶりに来た”、“初めて来た”という市内在住の人たちが、「ほんま絶景やね」と、とてもうれしそうに話をしていました。澄み切った空気と瀬戸内海、四季折々の風景が楽しめる屋島山上の新しい一面を見ることができました。



12/8 ワラをねじねじ、ぎゅー

たかまつミライエで、夢みらい図書館開館3周年記念事業としてワークショップ「しめかざりを作ってみよう！」が行われました。

しめかざりは日常で使う縄と違って“左ない”になるように作ります。参加者はワラを束ねて3つに分け、足で押さえると順番にねじりながらまとめていきました。慣れない作業で、コツがつかめず苦戦していましたが、全員時間内に完成！お正月を迎える準備ができました。



12/15 ロードバイクを楽しもう♪

高松競輪場で「ロードバイク教室」が行われました。自転車の点検やペダルの踏み方などを教わった後、参加者は普段は入ることのできないバンク（競輪選手がレースを行う競争路）を使って、タイムトライアルに挑戦しました。中学生までの参加者は、いつも使っている自転車でバンクをぐるり。競輪選手とも交流しながら、寒さにも負けず、楽しそうに風を切っていました。



税 についての作文を 紹介します

お問い合わせ 納税課(☎839・2222)

高松税務署管内の中学校から868編の応募がありました(募集期間：令和元年6月上旬～9月上旬)。この中から、高松市長賞受賞作品を紹介します。

税に支えられた私たちの暮らし

高松市立桜町中学校 一年 前田玲奈

知り、おどろきました。家に米と果物が届いたときのこと。私は父にたずねました。「誰からのお中元が届いたの?」



消費税10%へのカウントダウンが始まっています。私にとって税といえは増えないのにいやだなと思っていました。夏休みにいろいろな場面で税の仕組みや使われ方を知る機会があり、大きくその認識が変わっていききました。いくつかの例をあげて、税について感じたことを述べたいと思います。

夏休みの宿題をしていた時のこと。教科書の裏側にこのような言葉がかかれていました。「この教科書は、これからの日本を担う皆さんへの期待をこめ、税金によって無償で支給されています。大切に使いましょう。」

私はこの言葉にハッとしました。これまで当たり前のように無料で受け取っていた教科書に税金が使われていることを知ったからです。税金は子どもにはあまり関係ないと思っていたことをはずかしく思いました。

けがをして、病院に行ったときのこと。しんさつを終えると、母が会計をしてくれました。「今まで無料だったのに、なんでお金を払ってるの?」と、母にたずねると、「病院でお金を払うのは当然のことよ。今までは税金のおかげで無料だったのよ。」と、母は答えました。私は子どもだから無料だと思っていました。また身近なところで、税金で支えられていることを

「去年の西日本豪雨で被災した町から届いたものだよ。」と言いました。私は不思議に思いさらにこうたずねました。「被災した町は、復旧作業で大変なのになぜ品物を送ってくれるの?」

私は初めて知りました。自分たちの応援したい町を選んで、寄付できる「ふるさと納税」という制度を。自然災害で被災した町や、少子高齢化で人口減少に苦しむ町を応援できる税の仕組みだと思いました。

私たちは毎日、当たり前のように学校で授業を受け、安全・快適に生活しています。それは、税金によって支えられています。私は税というお金を通じて一人一人の思いやりや助けあいの気持ちがつまったものだと思います。いよいよ10月からは、私たちに身近な消費税が10%になります。この税金も、私たちの暮らしを支えてくれるものだと思います。私は夏休みに税に関わるさまざまな体験をしました。これからは税により関心を

みんなの病院だより

お題 前立腺肥大症と尿路障害 (泌尿器科 小森先生)

お問い合わせ

みんなの病院医事課(☎813・7171)

前立腺肥大症は、50歳代ごろから徐々に増加する男性特有の症状で、70歳代で12%の方がその症状を有していると言われています。

前立腺肥大症は良性の病気で、生理的な加齢現象とも言われています。前立腺が肥大し、尿道を圧迫することによって、尿の回数が多くなったり、我慢できなくなったり、尿が漏れたり、排尿に時間がかかるなどの症状が現れます。原因は諸説あります。もともと前立腺は男性ホルモンの影響で年齢とともに徐々に大きくなりますが、その他にも遺伝的要因や高血圧・高血糖などのメタボリックシンドロームなどの影響もあると言われています。



前立腺肥大症による尿路障害は、トイレの回数が増え、夜間に十分な睡眠がとれないなど、生活の質の低下やストレスの原因につながる場合があります。エコーなどの簡単な検査で診断できますし、薬物療法で多くの場合、症状は改善されます。前立腺肥大症を長期間そのままにしておくと、膀胱の機能が徐々に低下してしまい、元に戻らない可能性もあるので、尿の症状で気になることがあれば、泌尿器科にお気軽に相談してください。

※このコラムは毎月15日号に掲載します。

募集

**会計年度任用職員(学校用務)**  
 小・中学校の環境の整備。その他の用務。雇用期間/4月1日から1年間。若千名。1月15日(水)〜23日(木)に、応募書類などを直接、教育委員会総務課(市役所10階)へ。0839・2611へ。募集要項で確認してください。市ホームページからもダウンロード可(配布・掲載:1月15日(水)から)。

**会計年度任用職員(市民防災センター事務)**  
 防災事業の企画・立案・実施と窓口業務(パソコン操作含む)。雇用期間/4月1日から1年間。消防防災分野や教育分野などの知識・経験がある人。1人程度。1月27日(月)までに、応募書類などを郵送(簡易書留)か直接、消防局総務課(〒760-8571 防災合同庁舎5階)へ。0861・2503へ。※申込書は消防局総務課にあります。市ホームページからもダウンロード可。

**第7回むれ・あじ源平の里グリーン作戦清掃ボランティア**  
 2月16日(日)午前8時30分〜10時30分ごろ。※小雨実施。開会式/牟礼浄化苑北側広場。清掃場所/牟礼塩屋海岸周辺、庵治鎌野海水浴場周辺。2月7日(金)までに電話で、環境指導課 適正



環境指導課 適正

処理対策室(0839・2370)へ。※当日受け付け可。☎軍手、飲み物持参

**サンポート高松イベント2020**  
 募集件数/8件程度。※イベント1件につき、最大40万円を助成。企画から実施まで自ら行うことができる個人・団体。2月3日(月)〜28日(金)(必着)に、必要書類を高松観光コンベンションビューロー(0822・7060)へ。※募集要項などはホームページからダウンロード可。

施設行事

**市図書館**  
 ①図書館ホームページの休止期間の変更について  
 1月1日号でお知らせした図書館ホームページの休止期間が、1月13日(月)午後9時〜2月1日(土)午前9時30分に変更となりました。ご理解とご協力をお願いします。☎中央図書館(0861・4501)

②図書館ボランティア養成講座  
 2月6日(木)午後1時30分〜3時。所サンクリスタル高松第1集会室。小林立いづみさん(呉ストーリーテリング研究会代表)による「ストーリーテリングの物語へのいざない」。市図書館ボランティアの人、これからボランティアをしてみたい人。申込先着40人。無料。1月15日(水)午前9時30分から、電話かファクスで中央図書館(0861・4501)へ。FAX:0837・9114へ。

③大人ののためのおはなし会  
 2月2日(日)午前11時10分〜11時50分

④おはなしの催し  
 中央図書館(0861・4501)  
 ●ここにこおはなしひろば  
 1月15日(水)午後3時30分〜3時50分  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児〜小学校低学年

⑤わらべうたであそぼう  
 1月16日(木)午前10時30分〜11時  
 わらべうた、読み聞かせなど。資料幼児と保護者

⑥コットンツリーのへや  
 1月18日(土)午前10時30分〜11時  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児

令和2年度 高松市会計年度任用職員(非常勤職員)を募集します

お問い合わせ 人事課(0839・2144)  
 地方公務員法等の改正により、令和2年度から、今までの非常勤嘱託職員は「会計年度任用職員」として任用されます。

◆一般行政職員

募集人数▷パートタイム(午前9時〜午後4時)勤務 50人程度  
 フルタイム(午前8時30分〜午後5時15分)勤務 7人程度  
 応募資格▷市民に対する窓口業務が遂行でき、パソコン操作ができる人

◆一般行政職員・障がい者対象

募集人数▷パートタイム(午前9時〜午後4時)勤務 5人程度  
 応募資格▷身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受け、市民に対する窓口業務が遂行でき、パソコン操作ができる人

共通事項

職務内容▷パソコンによる文書作成・計算事務、相談・受付などの窓口業務  
 任用期間▷4月1日から1年間  
 ※次年度引き続き、任用される場合あり。  
 勤務日▷原則、月〜金曜日  
 給与等▷パートタイム勤務 月額139,837円  
 フルタイム勤務 月額180,624円  
 ※地域手当含む。その他、交通費・期末手当支給の場合あり。  
 応募方法▷1月14日(火)〜24日(金)に任用申込書などを郵送か直接、人事課(市役所3階 〒760-8571)へ。

詳しくは募集要項で確認してください。募集要項は人事課、案内所(市役所1階)、各総合センター・支所・出張所にあります。市ホームページからもダウンロード可(配布・掲載:1月14日(火)から)。

⑦子ども未来館(0839・2571)  
 ①かがわぬいぐるみ病院  
 1月19日(日)午前10時〜午後4時  
 小学生以下(小学3年生以下は保護者同伴)。無料。希望者は直接会場へ。  
 ②香川高専おもしろ体験教室〜ミニソーラーカーを作ってみよう!〜  
 2月29日(土)、3月1日(日)、午前10時30分〜午後1時30分、午後3時〜

⑧芸術士とあそぼう!  
 風船でつくるマイペット  
 1月25日(土)午後1時〜4時(受け付けは午後3時30分まで) 資料3歳児〜小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 無料。希望者は直接会場へ。  
 ●ON-おにお面つくり  
 1月26日(日)午後1時〜4時(受け付けは午後3時30分まで) 資料3歳児〜小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 無料。希望者は直接会場へ。  
 ●新聞紙であそぼう!!  
 2月1日(土)午後1時〜4時(受け付けは午後3時30分まで) 資料3歳児〜小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 無料。希望者は直接会場へ。  
 ●市美術館(0823・1711)  
 友の会美術鑑賞旅行「神戸アート紀行」  
 2月13日(木)午前8時〜午後7時  
 兵庫県立美術館「ゴッホ展」ほか 申込先着35人 1万1000円(会員1万円) 1月15日(水)午前9時30分から、参加費と申込用紙を直接同館へ。

⑨おはなしの催し  
 中央図書館(0861・4501)  
 ●ここにこおはなしひろば  
 1月15日(水)午後3時30分〜3時50分  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児〜小学校低学年  
 ●わらべうたであそぼう  
 1月16日(木)午前10時30分〜11時  
 わらべうた、読み聞かせなど。資料幼児と保護者  
 ●コットンツリーのへや  
 1月18日(土)午前10時30分〜11時  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児  
 ●おはなしの催し  
 中央図書館(0861・4501)  
 ●ここにこおはなしひろば  
 1月15日(水)午後3時30分〜3時50分  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児〜小学校低学年  
 ●わらべうたであそぼう  
 1月16日(木)午前10時30分〜11時  
 わらべうた、読み聞かせなど。資料幼児と保護者  
 ●コットンツリーのへや  
 1月18日(土)午前10時30分〜11時  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児  
 ●おはなしの催し  
 中央図書館(0861・4501)  
 ●ここにこおはなしひろば  
 1月15日(水)午後3時30分〜3時50分  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児〜小学校低学年  
 ●わらべうたであそぼう  
 1月16日(木)午前10時30分〜11時  
 わらべうた、読み聞かせなど。資料幼児と保護者  
 ●コットンツリーのへや  
 1月18日(土)午前10時30分〜11時  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児  
 ●おはなしの催し  
 中央図書館(0861・4501)  
 ●ここにこおはなしひろば  
 1月15日(水)午後3時30分〜3時50分  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児〜小学校低学年  
 ●わらべうたであそぼう  
 1月16日(木)午前10時30分〜11時  
 わらべうた、読み聞かせなど。資料幼児と保護者  
 ●コットンツリーのへや  
 1月18日(土)午前10時30分〜11時  
 手遊び、絵本の読み聞かせなど。資料幼児

認可外保育施設などを利用している人へ  
**高松市施設等利用費請求書などを提出してください!**  
 お問い合わせ 子ども園総務課(0839・2359)  
 幼児教育・保育の無償化に伴い、特定の子ども・子育て支援施設等を利用した場合、その利用費の給付を受けることができるようになりました。給付を受けるためには、利用者からの請求が必要です。忘れずに提出してください。  
 対象とならない場合や、支給額に上限があります。詳しくは、利用中の施設か子ども園総務課にお問い合わせください。

- 対象となる期間 令和元年10月〜12月利用分
- 対象者 施設等利用給付認定の2号および3号(非課税世帯)の子ども
- 対象となる施設 預かり保育事業、認可外保育施設、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業
- 提出期限 1月31日(金)午後5時まで
- 提出方法 必要書類に記入し、直接、利用中の施設か子ども園総務課に提出してください。※詳しくは、市ホームページで確認してください。

募集

施設行事

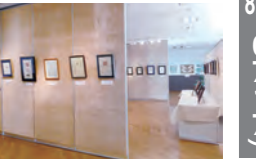
イベント

講座など

スポーツ

その他

香南歴史民俗郷土館(☎879・0717)  
**企画展「第19回家刻展」**  
 時1月17日(金)～2月5日(水)、午前9時～午後5時(入室は午後4時30分まで) ※月曜日休館  
 ￥無料



高松国分寺ホール(☎875・0162)

① **ホールDeカラオケ**  
 時1月24日(金)午前10時～午後8時  
 1曲500円  
 ② **子育て応援ひろば・コンニチ**  
 時1月29日(水)午前10時～正午  
 ￥無料

生涯学習センターまなびCAN(☎811・6222)

① **見てー作ってー使ってー楽しむアート講座**  
 時2月12日・19日・26日の各水曜日(全3回)、午後1時30分～3時 申込先着20人 ￥200円 ※65歳以上は無料(年齢を証明できるものが必要)  
 ② **はじめてのハワイアンダンス 1曲完全マスター**  
 時2月15日・29日、3月14日の各土曜日(全3回)、午前10時～11時30分 申込先着20人 ￥1500円  
 ③ **こだわりの野菜作り塾～春夏野菜編～**  
 時2月18日(火)午前10時～11時30分 申込先着30人 ￥500円  
 ④ **和菓子作り体験とお茶を楽しみましょう**  
 時2月18日(火)午後1時30分～3時 申込先着30人 ￥800円 時1月22日(水)午前9時から  
 ⑤ **セカンドライフの生活設計**

時2月22日(土)午後1時30分～3時30分 申込先着70人 ￥無料  
 ①～⑤いずれも、申事前電話か直接、同センターへ。

**男女共同参画センター(☎833・2282)**

① **シングルマザーの会**  
 時2月2日(日)午後1時30分～3時30分 貸ひとり親、これからひとり親を考える女性 ￥無料  
 ② **子育ておしゃべりサロン**  
 時2月13日(木)午前10時～正午 乳幼児の保護者の交流・相談など ￥無料  
 ③ **摂食障がい家族の会**  
 時2月15日(土)午後1時30分～3時30分 摂食障がいを持つ人の家族 ※希望者は直接会場へ。 ￥無料  
 ④ **さんかく交流サロン**  
 時2月20日(木)午前10時～午後11時30分 肉ミラクルな力・発酵を知る 申込先着15人 ￥500円  
 ⑤ **女性のための弁護士相談**  
 時2月20日(木)午後1時30分～3時30分 申込先着4人(1人30分) ￥無料 時1月1日(土)午前9時から

⑥ **あなたの「働きたい」を応援します！ 女性のおしごと相談室**  
 時毎週月・水・金曜日、午前10時～午後5時(要予約、1人50分) ￥無料  
 ①～⑥いずれも、申込電話で同センターへ(③は除く)。 電話予約あり(無料、1週間前までに要予約、④⑤を除く)

**イベント・催し**

**新年初中央卸売市場特別開放**  
 時1月25日(土)午前8時～10時 所中央

**ユネスコサロン・ナウナウ文化財**  
 時1月25日(土)午後2時～4時 所四国ガス・ピポット高松(松福町二丁目) 内容  
 今話題の文化財や歴史ニュースについて ¥100円 ※希望者は直接会場へ。 行事用駐車場はありません。 岡高松ユネスコ協会 千葉さん(☎090・5758・4936)

日(日)までに、電話で高松市国際交流協会(☎837・6003)へ。 ※同協会ホームページからも申し込み可。

**福やんごころ作って遊ぶお正月！ New Year Event**

時1月26日(日)午後1時～4時 所アイパル香川 申込先着20人(日本人10人、外国人10人) ￥無料 時1月24日(金)までに、電話で高松市国際交流協会(☎837・6003)へ。 ※同協会ホームページからも申し込み可。  
**第13回わくわくコンサート**  
 時2月2日(日)午後1時～4時 所サンポートホール高松 内容 テーマ/ハプス

ルク宮廷と音楽 ￥無料 岡香川大学同実行委員会(☎832・1472)

**穴吹学園ホール映画祭「ゆずり葉の頃」**  
 時2月2日(日)午前10時～午後2時 ¥1300円(前売り1000円) ※全席自由。 岡穴吹学園ホール(旧高松テルサ ☎844・3511)

**講座・相談会など**

**ハンセン病を正しく理解する講演会**  
 時2月10日(月)午後2時～4時 所サンポートホール高松 岡木山みどりさん(映画監督による講演など) 申込先着30人 ￥無料 ※希望者は直接会場へ。

**高松城石垣修理関連イベント**  
**二石垣修理工事の見学と石割り・石引き体験**  
 時1月18日(土)①午前10時～(30分ごと)②午前10時～午後1時 ※小雨実施。 所玉藻公園 桜の馬場 ①現在実施している石垣修理工事の現地見学会  
 ②石工による石割り・石引き体験 ￥無料(入園料が別途必要) ※希望者は直接会場へ。 岡理蔵文化財センター(☎823・2714)



**第六回八栗聖天だいこん祭り**  
 時2月2日(日)午前10時～ 所八栗寺門前 岡無病息災を願う、白味噌仕立ての大根炊きの振る舞い(先着500食) 岡同実行委員会(☎845・2218)

**第54回日本墨彩画院展**  
 時1月21日(火)～26日(日)、午前9時30分～午後5時(最終日は午後3時まで) 所市美術館 岡水墨画・墨彩画の展示など ￥無料 岡同会 中山さん(☎865・4481)

**三谷三郎池周辺の史跡と自然を巡り「七草がゆ」を食べよう**  
 時2月1日(土)午前10時～午後1時 ※雨天中止。 池周辺のハイキング(5km・90分もあり)。 所南部運動場 ￥200円(子ども100円) ※希望者は直接会場へ。 岡高松市キャンプ協会事務局 横山さん(☎090・2892・3395)

**第5回菊作り講習会**  
 時2月1日(土)午前9時30分～11時30分 所玉藻公園 披雲閣 杉の間 岡大菊・小菊の苗栽培など ￥無料(入園料が別途必要) 岡香川県菊友会事務局(☎851・1521)

**人工内耳説明・相談会**  
 時1月26日(日)午後1時30分～4時30分 所香川県立文書館 ￥無料 ※希望者は直接会場へ。 岡人工内耳友の会 香川支部 湯浅さん(☎090・6285・1954 FAX 889・0562)

参加無料

日本生命 みんなの全国キャラバン2020 in香川

お問い合わせ スポーツ振興課(☎839・2626)

東京2020オリンピック・パラリンピックを日本全国で盛りあげることを目指して実施しているイベントが、香川県にもやってきます！シンボルとなる大型ビジョン搭載のキャラバントラックを中心に行われる参加型プログラムに挑戦しよう！



◆とき  
 1月25日(土)・26日(日)  
 午前10時～午後6時  
 ◆ところ  
 イオンモール綾川  
 ◆内容

**スタンプラリー**  
 スタンプを集めて、ピンバッジをもらおう！ ※なくなり次第、景品は変更になります。

**東京2020のマスコットに会える！**

東京2020の公式法被を着て、記念撮影ができるよ！



**超・桐生祥秀体験・走**  
 桐生選手の走りに挑戦！新体験コクーン型VRマシーンで体感しよう!!



**車いすバスケットボール**  
 競技用車いすで、「ダッシュ」「スピン」「シュート」に挑戦！



**聖火リレーブース**  
 東京2020オリンピック聖火リレーのトーチと記念写真撮影ができるよ！



**みんなの2020ステージ**  
 「世界一短い「形」を覚える空手体験教室」を開催予定！お楽しみに♪

給食+食育！ 今の学校給食、知ってる？

**学校給食展に遊びに来てね♪**

「学校給食から広がる食育の輪～子どもたちの健やかな未来のために～」をテーマに、学校給食展を開催します。今のメニューはもちろん、歴史を振り返るコーナーもあります。ぜひ来てください！

◆開催期間  
 1月24日(金)～30日(木)、午前10時～午後9時(最終日は午後5時まで)

◆ところ  
 IKÔDE瓦町(瓦町FLAG 8階)

◆内容  
 学校給食の歴史、地場産物活用の取り組みなどのパネル展示等

学校給食メニューのレシピもあるよ！

お問い合わせ 保健体育課 学校給食係 (☎811・6300)

募集

施設行事

イベント

講座など

スポーツ

その他

たかまつファミリー・サポート・センター「まかせて会員養成講座」

【2月26日(水)・27日(木)・28日(金)・3月2日(月)・4日(水)・午前9時15分〜(全15講座を受講) 所 たかまつミライ工 高松市、さぬき市、三木町、綾川町に在住で、心身ともに健康で育児の援助をしたい人 無料 直接、同センター(たかまつミライ工内) ☎833・222(6)へ。 他託児あり(要予約)

初めてママになったあなたへ

赤ちゃんがきた！〜BPPプログラム〜  
【2月17日(月)・25日(火)・3月3日(火)・9日(月)(全4回)・午前9時30分〜11時30分 所 におか医院地域子育て支援センター 第1子が生後2〜5か月の母親 申込先着14人 2000円 におか医院地域子育て支援センター(☎885・8740)へ。

ぴっぴ子育てセミナー

【1月25日(土)午前10時〜11時30分 所 東八幡南部集会所 講話「子供の正しいつけ方」とグループトーク 500円 事前に家庭倫理の会香川 谷さん(☎090・7428・6826)へ。 他託児あり(無料、要予約)

日本知的財産仲裁センター四国支所「10周年記念セミナー」

【1月28日(火)午後1時30分〜4時30分 所 サンポートホール高松 基調講演「知財訴訟実務の動向とJIPACCの今後」、パネルディスカッション「こんな時こそADRの活用を！」 無料 ※希望者は直接会場へ。 同センター 四国支所(☎822・3693)

宝くじ助成事業を活用しています  
三谷地区コミュニティ協議会では、平成31年度の(一財)自治総合センターの宝くじ普及広報事業の助成を活用し、子どもたちの健全な成長を願い情操教育の一環としてサイエンスショーを開催しました。

宝くじ助成事業を活用しています  
三谷地区コミュニティ協議会では、平成31年度の(一財)自治総合センターの宝くじ普及広報事業の助成を活用し、子どもたちの健全な成長を願い情操教育の一環としてサイエンスショーを開催しました。



スポーツ

内場池畔・塩江六甲を歩いて「行基の湯につかう」  
【1月27日(月)午前9時30分道の駅のおえ集合 所 内場池、塩江六甲(4時間、約8km) 内場池、ふじかわ牧場(3時間、約8km) 内場池(2時間、約2km) 申込先着各50人 500円(入浴料を含む) 1月24日(金)までに、電話で、市総合体育館(☎822・0211)へ。

市民スケート教室

【1月22日(水)〜24日(金)、正午〜午後2時 所 トレストスタ白山アイスアリーナ 内氷上歩行、両足カーブ滑走、前進クロススケーティングなど 6200円 1月21日(火)正午〜午後1時に、参加費を持って直接、トレストスタ白山アイスアリーナ入口へ。 香川県スケートフットダンス協会 植野さん(☎882・7032)へ。

旧市境探検里山縦走ウォーク

【2月15日(土)午前8時〜11時 所 本駅前集合 ※雨天実施。 所 堂山、勝賀山(7時間、約16km) 堂山、狭箱山(4.5時間、約8km) 堂山、六ツ目山(4時間、約7km) 500円(当日集金) 2月7日(金)までに、参加コース・住所・氏名・年齢・緊急連絡先(本人以外)を、はがきかファクスで、香川県里山ボランティアガイド組合内海さん(〒761-8074 太田上町866-6)、香西さん(☎885・5304)へ。 ※当日受け付けも可。

20歳になった人の国民年金加入について

日本に住んでいる20〜60歳未満のすべての人は、国民年金の加入が法律で義務付けられています。国民年金は、老後の保障だけでなく、万が一、病気やケガで障害が残った時、一家の働き手が亡くなった時などに、あなたやあなたの家族を守ってくれます。  
20歳になったら、概ね2週間以内に年金機構から、国民年金に加入したことがお知らせと、別途、年金手帳が送付されます。年金手帳は大切に保管してください。なお、20歳になって2週間を過ぎても届かない場合は、高松西年金事務所にお問い合わせください。

高松西年金事務所(☎822・2840)

川岡校区のコミュニティセンター・出張所が移転します!



◆移転日 2月1日(土)  
◆移転先の住所 川部町486-3

《移転に伴う業務について》

川岡コミュニティセンター	1月20日(月)〜2月9日(日)は、貸館を休止します。
川岡出張所	現在地での窓口業務は、1月31日(金)まで行います。移転先での業務は、2月3日(月)から開始します。

お問い合わせ/  
川岡コミュニティセンター(☎886・4963)  
川岡出張所(☎886・0814)

コンビニでの証明書発行サービスを停止します

- 停止期間 1月31日(金)終日
- 停止する証明書 住民票、税証明などの全ての証明書 ※窓口発行は、通常通り営業します。
- お問い合わせ 市民課(☎839・2282) 納税課(☎839・2222)

2月のプロスポーツ公式戦日程

お問い合わせ スポーツ振興課(☎839・2626)

とき	対戦相手
15日(土) 午後6時〜	福島ファイヤーボンズ
16日(日) 午後1時〜	
29日(土) 午後6時〜	熊本ヴォルターズ

市ホームページ「もっと高松」  
https://www.city.takamatsu.kagawa.jp  
市長への提言 FAX839・2381  
Eメール sichou@city.takamatsu.lg.jp  
市役所代表番号 ☎087・839・2011

市制施行130周年記念 高松市役所吹奏楽団  
-第48回- 定期演奏会  
高松市役所吹奏楽団は、市内各地で演奏を行い、市民の皆さんと市役所をつなぐ「音の架け橋」となるよう、日々活動しています。今年も、市民の皆さんに気軽に音楽を楽しんでもらうため、定期演奏会を開催します。

- と き 2月15日(土)午後6時開演
- と ころ サンポートホール高松
- プログラム  
【第1部】  
♪音楽祭のプレリュード  
♪交響詩「フィンランディア」作品26の7 など  
【第2部:テーマ「ミュージック・フェスティバル」】  
♪パプリカ  
♪ムーンライトセレナーデ  
♪JABBERLOOPメドレー など

第2部では「指揮者体験コーナー」もあるよ♪  
当日ロビー受付で申し込んでね。

お問い合わせ/広聴広報課(☎839・2161)

空手道教室〜自分の身は自分で守ろう  
強い心を育てます!  
【2月1日〜29日の毎週土曜日、午後6時30分〜8時(中学生以上は午後9時まで) 所 国分寺中学校第二体育館武道場 幼児以上 無料 ※スポーツ安全保険料1850円が別途必要。 事前に電話で、高松市空手道連盟 福井さん(☎090・3789・1504)へ。

日曜ハイキング  
「城山(古代山城)に登る」  
【2月16日(日)午前8時30分JR八十場駅前集合、午後3時30分解散予定 所 城山山頂(坂出市、約15km) 申込先着120人 500円 ※初参加の人は保険料1850円が別途必要。 2月4日(火)・5日(水)の午前9時〜午後4時に電話で、市ハイキング協会(☎090・7143・4160)へ。

カマタマレスポーツクラブ  
(☎070・5512・7625)

- ① 足もみとすまいるヨガ教室  
【1月20日・27日の各月曜日、午前10時〜11時30分 所 中原ビル2階(木太町) 20歳以上の女性 申込先着各3人 各回1000円
  - ② 脳トレ・ステップ体操教室  
【1月24日・31日の各金曜日、午前11時〜午後0時30分 所 中原ビル2階(木太町) 20歳以上の女性 申込先着各3人 各回1000円
- ①②いずれも、☎電話で、同クラブ 森下さんへ。

その他

市民満足度調査にご協力ください  
本市では、市民の皆さんのご意見を今後の市政に反映させるため、毎年度、高松市総合計画の施策に対する満足度などについての調査を実施しています。皆さんのご協力をお願いします。  
調査対象/住民基本台帳から、無作為に抽出した満18歳以上の市民2500人  
調査期間/1月15日(水)〜31日(金) 調査票(☎839・2135)

2020年農林業センサスを実施します  
2月1日時点において、農林業を営む農家や林家、会社などを対象に、農林業の生産構造や就業構造の実態を明らかに

旧高松テルサ トレーニング室の回数券を持っていませんか?

旧高松テルサのトレーニング室回数券(有効期限のないもの)を持っている人は、これまで次の施設で利用できましたが、3月末で終了になります。持っている人は、お早めに利用してください。

有効期限: 令和2年3月31日(火)まで  
利用可能施設: 市総合体育館、牟礼総合体育館、香川総合体育館のトレーニング室

お問い合わせ 産業振興課(☎839・2411)



# しっかり 食べまいよ！ お品書き32

日々の生活に欠かせない食事。皆さんは何に気をつけていますか？「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、地域の食生活改善推進員(ヘルスマイト)さんたちは、健康につながる食生活の啓発活動をしています。ヘルスマイトさんたちの活動紹介と、健康につながるメニューを紹介します。

## 今月のヘルスマイトさん



高松市食生活改善推進協議会  
(中央ブロック)

中央ブロックでは、今年度、フードロスを減らすためのリメイクレシピ作りにも力を入れています。今回は、お正月に作った筑前煮が余った時のレシピを考案しました。メンバーと意見交換しながら、地域の皆さんに伝えていくため、活動しています。

## ヘルシー・ポイント

たくさん作りすぎてしまう筑前煮を使っているのでも、味付けいらず。すし飯を作れば、後は混ぜるだけで出来上がります。お好みで、好きな具を追加して、アレンジするのもいいかも!?

- ⑤④のあら熱を取ってから細切りにし、錦糸卵を作る
- ⑥ご飯に①を加えて、切るように混ぜて器に盛り、錦糸卵、大葉(または刻みのり)をちらし、紅生姜を添える

飾り付けにも、筑前煮の具材を活用しよう!



## ~今月のお品書き~ リメイクちらし寿司



### 材料(2人分)

- 筑前煮：100g
- ご飯：300g
- 酢：大さじ2
- ① 砂糖：大さじ2
- 塩：小さじ3分の1
- 卵：1個
- 塩：少々
- 大葉(または刻みのり)：適量
- 紅生姜：適量

### 作り方

- ①筑前煮は煮汁を切り、細かく刻む
- ②①を混ぜ合わせて、レンジ(600W)で30秒程度温める
- ③温かいご飯に②を加えて、よく混ぜ合わせ、冷ましておく
- ④卵は白身を切るようにしてしっかりと溶き、塩を加えて薄焼き卵を焼く



この日曜物は、環境に優しい水と太陽及び植物油  
100%を配合した70%再生紙を使用しています。

○ (お願) 一面面ですが、時や場合によってお願ごめ。

○

広報たかまつ No.1669 令和2年1月15日発行 編集発行 高松市広聴広報課  
〒760-8571 高松市番町一丁目8番15号  
TEL 087-839-2161 FAX 087-861-1559