

広報 たかまつ

高松 No.1673
2020
3.15



転居・転出届けの提出はお早めに！

中学生まで通院医療費助成が拡大します！

組織機構を見直します

済んでいますか？ 飼い犬の登録と予防注射

- 2
- 6
- 7
- 8

2月9日(日)、南部運動場周辺で「第13回またに駅伝」が開催されました。コースは三谷三郎池を2周する約9.1km。冷たい風が吹く中、市内・県内外の小学生のチーム25チーム約250人が参加し、タスキをつないで熱い戦いを繰り広げました。

春は引っ越しのシーズンです

転居・転出届けの提出はお早めに！



3月・4月は転勤や就学などで引っ越しのシーズンです。転居・転出の際に、市役所で必要な手続きを紹介します。詳しくは、担当課か、市ホームページで確認してください。
また、市外へ転出する人は、転出先での手続きも忘れずに行いましょう。

まず、住所の変更手続きを！

手続き項目	必要なもの	注意事項
転居届	マイナンバーカードか通知カード	転居の日(住み始めた日)から14日以内に手続きが必要
転出届	本人確認ができるもの(運転免許証など)	転出する日までに手続きが必要 ※転出日の属する月の前月から手続きができます。

市役所	手続き場所				
	総合センター	支所		出張所	市民サービスセンター
市民課 1階④番窓口 (☎839・2282)	○	○	○	△	△

転居・転出のときは、**緑色の住民異動届**に記入してください。印鑑登録は手続き不要で、転出の場合は廃止、転居の場合は継続して使用できます。



マイナンバーカード・通知カードを忘れずに！

住所の変更などの手続きの際にはマイナンバーカードや通知カードが必要になる場合があります。手続きの際は忘れずに持っていきましょ。マイナンバーカードを持っている人が転出する場合、新住所地に住み始めて90日以内に継続の手続きを行わないと利用できなくなります。

住民票と選挙権

選挙で投票する場所は、原則として住民票がある市区町村です。市外に転出した人で、住民票を異動

していない場合や住民票を異動して3か月経過していない場合は、新しい住所地で投票できません。



学生の住民票について

親元を離れ、寮・アパートなどで暮らす学生も、住民票の異動を行う必要があります。忘れずに手続きしてください。住民票の異動後も旧住所地の成人式への出席が可能な場合があります。高松市成人式については、生涯学習課(☎839・2633)へお問い合わせください。

転居届・転出届を提出した後に必要な主な手続きは…？

手続き項目	必要なもの	注意事項	手続き場所				
			市役所	総合センター	支所		出張所
国民健康保険の資格喪失など	被保険者証、マイナンバーが確認できるもの、本人確認ができるもの		○	○	△	△	△
後期高齢者医療被保険者証の返納など	被保険者証		○	△	△	△	△
介護保険被保険者証などの返納	被保険者証、負担割合証など	認定を受けている人は、転入先で手続きが必要	△	△	△	△	△
障害者医療証	医療証、受給資格者証、健康保険証、マイナンバーが確認できるもの、申請者の本人確認ができるもの	転出の人は、転入先での手続きが必要 ※要件については、事前に転入先に確認してください。	○	○	○	○	○
療育手帳	手帳、認め印	転出の人は、転入先での手続きが必要 ※県外への転出の場合、事前に高松市での手続きが必要。	○	○	×	×	×
身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳	手帳、認め印、マイナンバーが確認できるもの	転出の人は、転入先での手続きが必要	○	○	○	○	○
子ども・ひとり親家庭等医療証の返納	医療証		○	○	○	○	○
児童手当の転出手続き	認め印 ※他に書類が必要となる場合あり。	転居でも、受給者や児童の異動状況により手続きが必要な場合あり	○	○	○	○	○
児童扶養手当、特別児童扶養手当の転出手続き	認め印、手当証書(受給者のみ) ※他に書類が必要となる場合あり。		○	○	×	×	×

手続き項目	必要なもの	注意事項	手続き場所
小・中学校の転校	学校指定書(住民異動通知書の写し)、転校前の学校から交付された転校用書類	転居届提出後、新しい学校で手続きが必要	学校教育課 10階 (☎839・2616)
小・中学校の新入学	学校指定書(住民異動通知書の写し)	入学通知書を後日郵送	

※転出する場合は、転出先の市町村にもお問い合わせください。

居 市内で転居する人が必要な手続き

出 市外へ転出する人が必要な手続き

手続き場所の表記方法
 ○：受け付け可能 △：取り次ぎのみ ×：手続き不可

窓口が大変混雑します

日曜開庁・平日の時間延長を「利用ください」

3月下旬から4月上旬にかけては、住民異動の届け出などにより、窓口が大変混雑します。待ち時間が長くなる場合がありますので、時間に余裕を持って来ててください。市民サービスセンターでは平日以外でも取得できる証明書があります。

日曜開庁(本庁のみ)

3月29日(日)、4月5日(日)
午前8時30分～午後5時

平日の受付時間延長(本庁のみ)

3月25日(水)～4月7日(火)の平日
午後7時まで

開庁・延長する窓口

- ・市民課(1階) ☎839・22282、マイナンバーカード交付係(12階) ☎839・22287、国民年金係(1階) ☎839・23222)▼住民異動、印鑑登録、証明書の交付、マイナンバーカードの交付など、国民年金の手続き ※住基ネットを利用した届出や証明書の交付、異動に伴うマイナンバーカードの電子証明書発行、おくやみ窓口を除く。
- ・国保・高齢者医療課(1階) ☎839・23311)▼国民健康保険の加入、脱退など資格に関する業務
- ・市民税課(2階) ☎839・22233)▼原動機付自転車・小型特殊自動車の手続き
- ・納税課(2階) ☎839・22222)▼税関係証明書の交付
- ・資産税課(2階) ☎839・22244)▼台帳閲覧(平日の窓口延長時のみ)
- ・子ども家庭課(6階) ☎839・23553)▼児童手当・子ども医療関係
- ・学校教育課(10階) ☎839・2616)▼就学関係

市民サービスセンターをご利用ください

利用時間

平日/午前10時～午後8時
土・日曜日、祝日/午前10時～午後6時30分

取得できる証明書

住民票の写し、住民票記載事項証明書	即時交付
年金現況届(はがきなど)	即時交付
印鑑登録証明書	※平日の午後6時30分以降に申請した場合、後日受け取り。
※印鑑登録証が必要。	
戸籍・除籍の全部・個人事項証明書(謄・抄本)、戸籍の附票の写し、身分証明書	即時交付
所得課税証明書、固定資産証明書、納税証明書など	※平日の午後5時以降と土・日曜日、祝日に申請した場合、後日受け取り。

- ・戸籍の届け、印鑑登録の申請の受け付けはできません。
- ・住民異動届は取り次ぎのため、証明書などの即日発行はできません。
- ・その他にも、取り扱いができない業務がありますので、事前にお問い合わせください。

お問い合わせ

市民サービスセンター
1-KODEE瓦町 ☎863・2888

引っ越しのときの水道やごみはどのようにするの？

上下水道の使用開始・中止

使用を開始・中止する日の3～4日前までに、香川県広域水道企業団高松事務所お客様センター(☎839・2731)へ連絡してください。

開始するときに必要な情報

- お客様番号
- 使用開始日、名前、電話番号
- 中止するときに必要な情報
- 使用水量のお知らせ(検針票などに記載しているお客様番号)
- 使用中止日、転居先の住所、電話番号、料金の精算方法



水道使用申込書を使ってもOK!

収集日まで待てないごみや粗大ごみは？

自己搬入するとき

西部・南部クリーンセンターに直接ごみを搬入することができます。なお、施設により搬入できるごみの種類や受付時間が異なります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。
※ごみの重さに応じて手数料が必要です。

西部クリーンセンター(川部町) ☎885・2727

【搬入できるごみ】
燃やせるごみ▼受付時間/月～土曜日(祝日は除く)、午前8時30分～午後4時30分 ※土曜日は正午まで。
破砕ごみ▼受付時間/土曜日(祝日は除く)、午前8時30分～正午

南部クリーンセンター

(塩江町安原下) ☎890・2190

【搬入できるごみ】

燃やせるごみ▼受付時間/月～金曜日、午前8時30分～午後4時30分
破砕ごみ、プラスチック容器包装、缶・びん・ペットボトル、紙類
▼受付時間/月～金曜日、午前8時30分～午後4時

自己搬入できないとき

粗大ごみについては、粗大ごみ受付センターに、電話で回収の申し込みをすると市の収集車が引き取りに伺います。詳しくは、粗大ごみ受付センターへお問い合わせください。
※ごみの種類に応じて手数料が必要です。



粗大ごみ受付センター(☎834・0366)

粗大ごみ▼受付時間/月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後4時

ごみについての相談は

◆ごみ相談コーナー
(適正処理対策室) ☎839・2370)へ。
※家庭ごみの定期収集については、環境業務課(☎834・0389)へ。

総合センター・支所での休日・夜間窓口が無くなります

◆お問い合わせ 地域振興課(☎839・2278)

令和2年3月31日をもって、一部、総合センター・支所での休日・夜間窓口を廃止します。
令和2年4月1日以降は、急を要する場合には本庁守衛室(☎839・2258)に連絡してください。

【対象】牟礼・香川・国分寺総合センター、庵治・塩江・香南支所

水道に関することは、香川県広域水道企業団高松ブロック統括センター(☎839・2731)へ連絡してください。

ごみ分別アプリ配信中!

スマートフォンやタブレットをお持ちの人なら誰でも無料でダウンロードできます。ぜひ、活用してください。
※通信料は利用者負担になります。

- ### ◆主な機能
- ごみ収集カレンダー
 - 50音別ごみ分別一覧
 - ごみ出し通知機能

◆ダウンロード方法

App Storeかgoogle Playの検索画面から「さんあーる」で、または下記QRコードで検索!



iPhone用



Android用

窓口混雑予測カレンダー

■大混雑 ■混雑 □比較的の空いている ◻休み

日	月	火	水	木	金	土
3/8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	4/1	2	3	4
日曜開庁	5	6	7	8	9	10
日曜開庁	11					

時間帯	混雑予想
8:30～10:00	混雑
10:00～11:00	大混雑
11:00～12:00	大混雑
12:00～13:00	大混雑
13:00～14:00	大混雑
14:00～15:00	大混雑
15:00～16:00	混雑
16:00～17:00	比較的の空いている
17:00～19:00(時間延長時のみ)	比較的の空いている

※比較的混雑していない日曜開庁や平日午後5時～7時の時間延長を利用してください。

令和2年4月診療分から

中学生まで

通院医療費助成

が拡大します！

令和2年4月診療分から、中学生の通院医療費助成が始まります。保険が適用される通院医療費について、自己負担額が無料となる対象は、「小学生まで」から「中学生まで」に拡大となります。

利用方法は小学生までと同じです



医療機関を受診するときに、子ども医療証(小学生・中学生)を提示してください。

お問い合わせ
こども家庭課
(☎839・2353)

◆対象となる医療

保険が適用される診療にかかる入院・通院医療費の自己負担額を助成します。
※学校での事故や第三者の行為が原因となったケガや病気は対象外です。

◆対象となる子ども

- ・高松市に住民登録がある
 - ・健康保険に加入している
 - ・中学3年生までの子ども(15歳到達年度の3月31日まで)
- ※ただし、生活保護やひとり親家庭等医療費助成、障害者医療費助成を受けている子どもは、それらの助成が優先されるため、子ども医療費助成の対象となりません。

◆医療証が新しくなります

小学生・中学生

3月末時点で有効な高松市子ども医療証を持っている人には、3月下旬に新しい医療証を郵送します。それ以外の対象者(現在中学生など)は申請が必要です。3月下旬に申請書類を郵送します。



【3月末までの医療証】



【4月からの新しい医療証】

乳幼児
現在持っている子ども医療証(乳幼児)は記載内容に変更がない場合、有効期間の終わりまでそのまま使えます。

夜間診療などの救急医療は正しく利用しましょう

本当に必要とする人が安心して受診できるよう、正しい利用をお願いします。また、何でも相談できる身近な「かかりつけ医」を持ち、早めの受診を心がけましょう。

令和2年4月から担当課の名称等が変わります。

組織機構を見直します。

お問い合わせ 人事課 行政改革推進室(☎839・2160)

本市が目指すべき都市像である「活力にあふれ創造性豊かな瀬戸の都・高松」を実現していくために、組織機構の見直しを行います。

◆見直し後の組織数 11局7部101課22課内室

見直し1

保健所機能の強化へ 保健予防課に名称変更

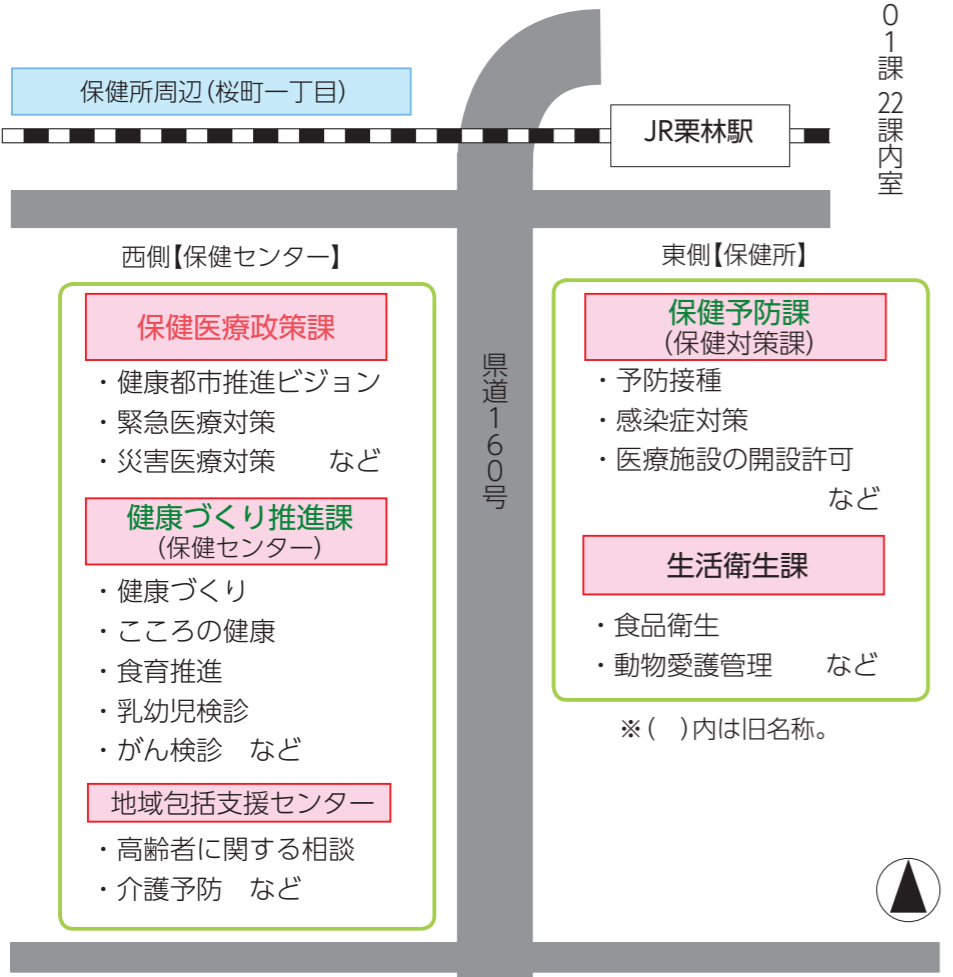
「保健対策課」を「保健予防課」に名称変更し、感染症の予防からまん延防止までの施策を迅速かつ一体的に実施します。なお、これに伴い、「感染症対策室」は廃止します。

保健医療政策課を新設

「保健医療政策課」を新設し、災害時医療救護の体制整備、健康づくりに関する政策立案機能を強化します。なお、これに伴い、「地域医療対策室」は廃止します。

健康づくり推進課に名称変更

担当業務の内容を分かりやすくするため、「保健センター」を「健康づくり推進課」に名称変更します。
※保健センターは、施設の名称として継続します。



見直し2

企業立地推進室、市場管理課に名称変更

若い世代が魅力を感じる企業の立地推進等による新たな雇用の創出や市税収入の増加に向け、施策を効果的に展開できる組織を構築するため、産業振興課内の「立地・創業・イノベーション支援室」を「企業立地推進室」に改称します。

また、市場内関係者に対する取引上の指導監督という本来の業務を表す課名とするため、「市場業務課」を「市場管理課」に改称します。

見直し3

水路対策調整室を新設

近年、増加傾向にある集中豪雨等がきっかけとなる水路の溢水について、各水路管理者の枠組みを超えて、効果的に効果的な対応を推進するため、河港課内に「水路対策調整室」を新設します。

見直し4

水環境対策室を廃止

水環境基本計画第2期実施計画において総合水循環システムの考え方等の一定の整理を終え、関連計画である環境基本計画を所管する環境局において、水環境対策について一括して事業の進行管理を行うため政策課内の「水環境対策室」を廃止します。

4～6月は 狂犬病予防注射月間です 済んでいますか？ 飼い犬の登録と 予防注射

お問い合わせ 生活衛生課(☎839・2865)

生後91日以上の子犬の飼い主には、犬の登録と狂犬病予防注射(年1回)が法律で義務付けられています。

登録と狂犬病予防注射は、本市の実施する集合注射会場や香川県獣医師会指定の動物病院で同時に行うことができます。また、注射以外の各種手続きは、保健所か各総合センター・支所(山田支所を除く)で行うことができます。

市外から転入した場合は、前住所地で交付された鑑札などを持って、各窓口で転入手続きをください。
市内転居や犬の死亡届の手続きは、オンラインサービスからでもできます。

高松市 電子申請・届出

費用 ※注射料に注射済票交付手数料含む。

- 初めて登録する犬
6,000円(登録手数料3,000円+注射料3,000円)
- すでに登録している犬
3,000円(注射料3,000円)

4月1日から注射料が変更になります

旧手数料 2,850円 ▶▶▶ 新手数料 3,000円

こんな時は手続きを

- 犬が死亡したとき
- 登録内容(飼い主、住所など)に変更があったとき
- 注射は受けていても、注射済票(骨型の金属プレート)の交付を受けていないとき(交付手数料550円)

パネル展を開催します!

動物愛護啓発パネル展

～めぞう! 無責任な飼い方・エサやり0～

とき 3月20日(金)～23日(月)
午前10時～午後5時

ところ IKODE瓦町



とき	時間	ところ
4月 11日(土)	9:30~10:00	保健センター 駐車場
	10:30~10:55	大野南部文化センター
	11:10~11:30	川東下文化センター
	11:50~12:05	東谷コミュニティセンター
	9:30~9:40	菖蒲野の植田勇さん宅前
	9:55~10:10	中筋庵
	10:25~10:40	塩江支所 塩江連絡事務所
	11:00~11:15	塩江支所 上西連絡事務所
4月 12日(日)	9:30~10:30	円座コミュニティセンター
	10:55~11:45	一宮コミュニティセンター
	9:30~10:10	林コミュニティセンター
	10:30~11:15	木太南コミュニティセンター
	11:35~12:15	太田コミュニティセンター
4月 17日(金)	9:30~10:15	香西コミュニティセンター
	10:35~11:20	鬼無コミュニティセンター
	11:35~12:00	郷東第二公園南側
4月 18日(土)	9:30~10:05	大野コミュニティセンター
	10:20~10:55	浅野コミュニティセンター
	11:10~11:30	浅野地区集落研修センター
	11:45~12:15	香川総合センター
	9:30~10:20	亀岡公園西側
	10:35~11:00	築地コミュニティセンター
4月 19日(日)	11:15~11:45	松島コミュニティセンター
	12:00~12:15	福岡会館
	9:30~10:00	香南町吉光バス停前
4月 19日(日)	10:15~10:35	香南町岡集会所
	10:45~11:25	香南支所
	11:35~12:05	池西農村環境改善センター

とき	時間	ところ
4月 19日(日)	9:30~10:00	県営住宅国分寺団地西入口
	10:15~10:35	新名柏原児童館前
	10:50~11:30	国分寺南部コミュニティセンター
	11:45~12:00	福家児童館
	4月 23日(木)	9:30~10:10
10:25~10:45		中間公民館
11:00~11:20		教信寺前
4月 24日(金)	9:30~9:45	庵治保健活動センター 駐車場
	10:00~10:10	江の浜自治会館前
	10:25~10:40	鎌野自治会館前
	11:00~11:10	高尻地区自治連合会会館
4月 25日(土)	9:30~10:10	成合神社(社務所前)
	10:30~11:10	太田南コミュニティセンター
	11:30~12:00	鶴尾コミュニティセンター
	9:30~9:45	浅野1号文化センター
	9:55~10:10	実相寺消防屯所
	10:25~10:45	川内原東部文化センター
	11:00~11:20	日生N.T文化センター
5月 6日(水)	9:30~10:20	つくし幼稚園 自転車置場
	10:40~11:10	古高松コミュニティセンター
	11:30~12:00	屋島東コミュニティセンター
	9:30~9:50	神在川窪町住吉神社前
	10:10~10:30	原公会堂
	10:45~11:00	小坂公民館(生島町)
5月 9日(土)	11:15~11:30	下笠居西部保育所横
	9:30~9:55	新北町南公園東側
	10:10~10:30	日新コミュニティセンター 駐車場

とき	時間	ところ
5月 9日(土)	10:45~11:10	市民プール
	11:30~11:55	新塩屋町コミュニティセンター
	9:30~9:50	浜東公民館
	10:00~10:15	庵治町深間庭球場 駐車場
	10:25~10:45	庵治運動場入口
	10:55~11:15	庵治コミュニティセンター
5月 10日(日)	9:30~10:00	仏生山コミュニティセンター
	10:20~10:50	浅野コミュニティセンター
	11:10~11:40	香南支所
	9:30~10:00	国分寺総合センター
	10:20~10:40	讃岐国分寺跡資料館
5月 14日(木)	10:50~11:35	国分寺北部小学校 運動場
	11:45~12:05	新居東児童館
	9:30~9:45	塩江支所
	10:05~10:15	戸石分校
5月 15日(金)	10:30~10:40	奥野集会所
	10:55~11:05	黒石の大峯照正さん宅前
	11:20~11:30	中村集会所
	11:45~11:55	西地集会場
5月 16日(土)	10:45~10:55	男木コミュニティセンター
	11:30~11:50	女木コミュニティセンター
	9:30~10:10	前田コミュニティセンター
	10:30~10:50	東植田コミュニティセンター
	11:10~11:30	西植田コミュニティセンター
	9:30~9:50	太田中央コミュニティセンター
5月 16日(土)	10:10~10:50	多肥コミュニティセンター
	11:10~11:40	三谷コミュニティセンター

とき	時間	ところ
5月 17日(日)	9:30~10:10	牟礼総合センター
	10:20~10:35	役戸公民館
	10:45~11:05	牟礼南会館
	11:25~11:40	原クリーンハイツ(公園)
	11:55~12:10	ほのぼのワークハウス東隣(消防屯所前)
	9:30~10:00	鬼無コミュニティセンター
5月 23日(土)	10:20~11:00	香西コミュニティセンター
	11:20~11:50	下笠居コミュニティセンター
	9:30~10:00	川島コミュニティセンター
	10:10~10:50	十河コミュニティセンター
	11:00~11:20	鯉宇神社前
5月 24日(日)	9:30~9:55	上之町南公園北側
	10:15~10:50	木太コミュニティセンター
	11:05~11:35	木太北部コミュニティセンター
	9:30~10:00	川添コミュニティセンター
	10:30~11:00	牟礼総合センター
5月 24日(日)	11:15~11:30	岡の山公園
	12:10~12:30	保健センター 駐車場
	9:30~10:10	屋島コミュニティセンター
	10:25~10:55	屋島西コミュニティセンター
5月 30日(土)	11:10~11:30	浦生公民館
	9:30~10:00	弦打コミュニティセンター
	10:15~10:50	檀紙コミュニティセンター
5月 30日(土)	11:05~11:45	川岡コミュニティセンター



市長と意見交換しませんか

お問い合わせ 市民相談コーナー(☎839・2111)

本市では、市内で活動する各種団体やグループのもとへ市長自らが出向き、意見交換する「市長まちかどトーク」を実施しています。

6つのまちづくりの中からテーマを選んで応募してください。



- 一 対象団体**
20人以上で構成される市民活動団体 ※当日は10人以上の参加が必要。
- 一 募集団体数**
10団体程度
- ※申込団体が多数の場合は、活動実績などを考慮して決定します。
- 一 申し込み**
4月6日(月)～28日(火)に、申込書を郵送、ファクス、Eメールか直接、市民相談コーナー(市役所1階 〒760-8571 FAX839・2464 Eメールpr.city.takamatsu.lg.jp)へ。 ※申込書・開催要項は市民相談コーナー、各総合センター・支所・コミュニティセンターなどにあります。市ホームページからもダウンロード可。

一 テーマ

- 子育て支援や健康づくり、医療体制の充実などを図る「健やかにいきいきと暮らせるまち」
- 男女共同参画の推進や教育の振興、生涯学習の推進などを図る「心豊かで未来を築く人を育むまち」
- 産業や文化芸術活動の振興、観光・MICE(マイス)やスポーツの振興などを図る「産業の活力と文化の魅力あふれる創造性豊かなまち」
- 生活環境問題への対処や災害時の危機管理体制の充実などを図る「安全で安心して暮らし続けられるまち」
- コンパクトで美しいまちづくりや公共交通ネットワークの充実などを図る「環瀬戸内海圏の中核都市としてふさわしいまち」
- コミュニティの再生や行財政改革、多様な主体との連携などを図る「市民と行政がともに力を発揮できるまち」

福祉タクシー助成事業をご利用ください

お問い合わせ 長寿福祉課(☎839・2346)、障がい福祉課(☎839・2333)

本市では、所定の要件に該当する人に対し、福祉タクシー助成券を支給しています。対象となる人で希望者は1年に1回申請できます。

※障害者福祉タクシーと高齢者福祉タクシーの助成を重複して受けることはできません。

高齢者福祉タクシー

- 対象者(全ての要件に該当する人)**
- 市内在住の65歳以上の要介護認定(要介護1～5)を受けている人
 - 在宅で生活している一人暮らし、または高齢者のみの世帯
 - 本人および配偶者の市民税が非課税の人
- 助成内容**▽640円15枚
- ※身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、被爆者健康手帳、戦傷病者手帳を持っている人は580円15枚。
- 申し込み**
3月30日(月)から、必要書類(介護保険被保険者証、印鑑など)を長寿福祉課(市役所2階)か各総合センター・支所・出張所へ。代理の人が受領する場合は、代理人の印鑑、身分証明書が必要。
- ※各支所・出張所での申請・受け取りに1～3日必要。

障害者福祉タクシー

- 対象者**
- 市内在住で次の要件に該当する人
 - ※18歳以上の人については市民税非課税の人(配偶者がいる場合は配偶者も)、18歳未満の障がい児については所得制限なし。
- 対象要件・助成内容**
- | 対象要件 | 助成内容 |
|---------------|--------------------|
| 身体障害者手帳1級 | 580円40枚 |
| 療育手帳(A) | (人工透析を受けている人は100枚) |
| 精神障害者保健福祉手帳1級 | 580円25枚 |
| 身体障害者手帳2級 | 580円25枚 |
| 療育手帳A | 580円25枚 |
| 精神障害者保健福祉手帳2級 | 580円25枚 |
| 車いす利用者 | 580円50枚 |
| 電動車いす利用者 | 1080円50枚 |
- ※車いす、電動車いす利用者は別途要件があります。詳しくは障がい福祉課へ。
- 申し込み**
3月30日(月)から、必要書類(障害者手帳(原本)、印鑑など)を障がい福祉課(市役所2階)か各総合センター・支所(山田支所は除く)へ。代理申請の場合は、身分証明書(公的機関発行・写真入)を持参してください。

お問い合わせ 都市計画課(☎839・2455)

パブリックコメントを実施します 高松市立地適正化計画の一部改定(案)

本市では、平成30年3月に高松市立地適正化計画を策定し、居住誘導区域等に生活利便施設などが集約される緩やかな誘導を図りながら、公共交通と連携したまちづくりを行うこととしています。今回、その計画の一部を改定する予定であり、市民の皆さんからご意見・ご提案を募集します。

- ◆主な改定のポイント**
- ・ことぞん新駅、駅前広場の都市計画決定に合わせて、「太田～仏生山駅間新駅の周辺地域」における都市機能誘導区域、居住誘導区域を変更
 - ・水防法改正に伴い、洪水浸水想定区域図を更新



資料閲覧場所 都市計画課(市役所9階)、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 3月16日(月)～4月17日(金)に所定の用紙を郵送、ファクス、Eメールか直接、都市計画課(〒760-8571 FAX839・2452 Eメールtoshikei@city.takamatsu.lg.jp)へ。 ※用紙は閲覧場所にあります。

お問い合わせ 生涯学習センター“まなびCAN” (☎811・6222)

小研修室などの利用が便利になります

生涯学習センターで利用できる8室のうち、小研修室、和室、実習室、音楽室、視聴覚室の5室について、1時間単位での利用ができるようになります。



- ◆**利用開始日** 9月1日から ※9月からの利用申し込みは4月1日から。
- ◆**使用料**

使用施設	1時間あたり	
	午前9時～午後6時	午後6時～10時
小研修室	800円	960円
和室	420円	510円
実習室	860円	1,040円
音楽室	860円	1,040円
視聴覚室	800円	960円

高松市市政功労者を表彰しました

高松市市政功労者表彰式が2月17日(月)に行われ、多年にわたり市政の振興や発展に尽力されてきた20人と1団体を表彰しました。



- ◆ 森谷忠造さん(中山町)
- ◆ 西岡章夫さん(国分寺町国分)
- ◆ 井上孝志さん(牟礼町牟礼)
- ◆ 十川信孝さん(太田上町)
- ◆ 神内茂樹さん(亀田南町)
- ◆ 佐藤好邦さん(塩江町安原下第2号)
- ◆ 藤原正雄さん(西植田町)
- ◆ 白石義人さん(元山町)
- ◆ 地方自治の振興発展と住民福祉の向上に貢献
- ◆ 吉田正己さん(塩上町二丁目) 公正で合理的かつ能率的な行政運営の確保に貢献
- ◆ 出石一輝さん(六条町)
- ◆ 安藤毅さん(東植田町) 消防団の発展と地域防災活動の充実に貢献
- ◆ 藤目真皓さん(宮脇町二丁目)
- ◆ 森山敏子さん(仏生山町) 社会福祉の向上に貢献
- ◆ 湖崎武敬さん(築地町)
- ◆ 佃肇さん(今里町一丁目) 保健医療の向上に貢献
- ◆ 牟禮昌忠さん(多肥上町) 商工業の発展に貢献
- ◆ 大下将弘さん(高松町) 建設業の発展及び防災対策の向上に貢献
- ◆ 山田文太郎さん(牟礼町牟礼)
- ◆ 野嶋勲さん(庵治町) 文化財の保存普及及び地域文化の振興に貢献
- ◆ 篠田豊智恵さん(屋島中町) 文化芸術の振興に貢献
- ◆ ボラえもんグループ(中新町) 社会福祉の向上に貢献

2/5 迅速かつ安全に！技術を競う



県消防学校で「第1回香川県下警防技術指導会」が開催されました。県内の9消防本部が集まり、それぞれ4人1組の計36人が消火や救助の技術を競い合いました。訓練は、住宅の2階から出火し住民が逃げ遅れたとの想定で行われ、消火活動や三連はしごを使った救出までの迅速さ、消防車両や機材を扱う時の安全確実性などが審査対象となりました。どのチームもスピード感のある動きで日頃の訓練の成果を発揮していました。

2/8 街角で楽しむピアノの調べ

JR高松駅コンコースで「街角の友だちピアノプロジェクト」がスタートしました。このプロジェクトは、ストリートピアノを設置し、誰でも気軽にピアノに触れる機会を提供するものです。オープニングでは、第4回国際ピアノコンクール審議員特別賞を受賞した鐵百合奈さんによる力強い演奏が行われ、その後、子どもから大人までが楽しそうにピアノを弾いていました。



2/15 音の架け橋

サンポートホール高松で「高松市役所吹奏楽団第48回定期演奏会」が開催され、約1,000人の人が訪れました。当日は、市制施行130周年の節目を迎える日ということもあり、音の架け橋として活躍する吹奏楽団の演奏で会場の皆さんと一緒にお祝いをすることができました。指揮者体験では、31人の中から選ばれた指揮者が「おどるポンポコリン」に挑戦し、大勢の観客の前で堂々と指揮をしました。



2/19 おひなさまに囲まれて

高齢者居場所づくりをしている「ふれあいさろん&ギャラリー」で、「太田百華幼稚園児とひなまつり交流会」が行われました。地域の人と園児と一緒に人形劇を見たり、園児から歌や肩たたきのプレゼントがあったりと会場は笑顔であふれていました。また、地域の人が持ち寄った思い出のおひなさまや、園児手作りの可愛いおひなさまがたくさん飾られていて、おひなさまに囲まれた楽しい交流会になりました。



姉妹都市 セント・ピーターズバーク市に行きませんか？

昨年の研修生の体験談を紹介します！

青く広いフロリダの空 高松高等学校1年 菅 凜太郎さん

私がフロリダ州に着いて1番最初に驚いたことは、空がとても広いことでした。長い人生の中でたった10日間でしたが、この研修を通して多くの課題を見つけました。特に、現地の人たちとの交流を通じて、日本の文化や慣習について考えさせられました。

例えば、フロリダ州では16歳から車の運転ができ、早いうちから社会人として自立し、周囲を気遣う訓練ができていると思います。その結果、自立した懐の深い人が多い社会になっていると思います。他にも、自分の考えを堂々と主張したり、疑問に思ったことはすぐ質問したりでき、積極性のある人たちが多かったと感じます。このような人たちが集まった国が、世界のリーダーシップをとっているアメリカなんだと思いました。最初に空が広く感じたのは、それが影響しているのかもしれませんが。

研修を通しての成長 高松西高等学校2年 大岡 育之助さん

私は将来英語を使って仕事をしたいと思っています。そのためには、英語力、コミュニケーション能力、また積極性が必要だと考えました。今回の海外研修では、積極性とコミュニケーション能力の向上を目標に取り組みました。

セント・ピーターズバーク市の商工会議所でのプレゼンテーションや折紙のワークショップで地元の人たちに折鶴の折り方をサポートするなど、目標としていることを十分に達成できたと思います。また、英語や海外の文化、歴史、経済、風俗、慣習にとっても関心を持ちました。

高校生親善研修生を募集します

- 派遣期間 7月22日(水)から11日間(予定)
- 応募資格 市内に在住か市内の高等学校に通学している高校生
- 募集人数 3人
- 参加費 10万円(パスポート費用などは別途必要)
- 募集期間 4月1日(水)~23日(木)
- 申し込み 高松市国際交流協会(☎837・6003)へ。

気づき 高松第一高等学校1年 白石 萌絵さん

「萌絵、あなたはなぜ何度も"Sorry.(すみません)"と言うの?」と私はホストシスターに聞かれました。その時この問いに答えられませんでした。これは日本の文化だと今は分かります。「よろしくお願ひします。」という言葉の英訳がないことも初めて知りました。10日間でのアメリカの生活で多くの違いに気づき、学びました。

まず1つ目に驚いたことは、現地の方のフレンドリーさです。滞在中20人程の友達ができ、男女国籍問わずとても親切にしてくれました。2つ目は、現地の方の強い愛国心です。アメリカの国旗、Tシャツをよく見かけたし、普段から国旗を家に掲げているのは、自国に誇りを持っているからだと思いました。この他にも文化の違いをたくさん見つけました。

このような貴重な経験をさせてくれた国際交流協会はじめ、様々な方々に感謝の気持ちでいっぱいです。

みんなの病院だより

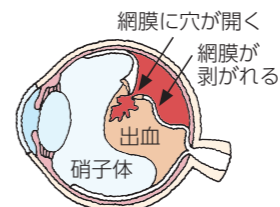
お題 飛蚊症(眼科 石丸先生)

お問い合わせ

みんなの病院医事課(☎813・7171)

飛蚊症とは、視界の中にゴミのような浮遊物が見える状態をいいます。その正体は、眼の中の大半を占める硝子体というゼリー状の物質やそれに浮遊する物体です。特に明るい方向(白い壁や空など)を見たときに目立ち、眼を動かすといつも一緒についてくるので、うっとうしく感じます。見える位置や数・大きさは人によってさまざまです。

生理的なものと病的なものがあり、自分では見分けがつかないので自己判断は禁物です。生理的なものの多くは後部硝子体剥離(加齢により硝子体が眼底から分離していく現象)で、気にならない時もありますが一般的には消失することはない、薬での治療方法や予防法もありません。病的なものは眼底出血(硝子体出血)、網膜裂孔・剥離、炎症などの重要なサインです。放置すれば手遅れになってしまうため、早急な診断・治療が必要です。しかし治療後も飛蚊症そのものは多少続きます。生理的な飛蚊症がある人に新たな病気が発症して病的な飛蚊症が加わることもあります。数や大きさが極端に変化したり、光視症(光が眼の中で走る)、視力低下、かすみ目などがある時は早急に眼科を受診してください。



募集

高松まちかど漫遊帖・市民ツアープロデューサー

岡地元の隠れた観光スポットの発掘・コース企画と「まち歩き」ガイド 市内内か周辺に在住している「まち」を元気にしたい意欲ある人 10000円(年会費) 4月30日(木)までに、住所・氏名・年齢・電話番号をはがきかEメールで、同実行委員会事務局(〒760-8571 観光交流課内 ☎839・2416 Eメール kankou@city.takamatsu.jp)へ。

予備自衛官補①一般②技能

18歳以上34歳未満の人 18歳以上で国家免許資格などを持っている人 4月10日(金)まで 岡自衛隊高松募集案内所(☎861・2560)

シルバー人材センター入会希望者

市内に在住で原則60歳以上の人 ※説明会への参加が必要。岡同センター本部事務局(☎831・9410)

Table with 2 columns: 説明会開催日時, 会場. Rows include 南部地区センター, 香川地域保健活動センター, 香川県教育会館, 宝町二丁目, 牟礼コミュニティセンター.

施設行事

市図書館

1こども司書養成講座(第4期) 4月から10月の毎月第3土曜日と8月

500円

摂食障がい家族の会

4月18日(土)午後1時30分〜3時30分 無料 ※希望者は直接会場へ。

転勤者とさめき人のはじめまして講座

4月23日(木)午後1時30分〜3時 高松のうまいもん食べて話して友だちづくり 申込先着30人 600円

1〜6いずれも、申電話で同センターへ(5は除く)。他託児あり(無料、1週間前までに要予約。①④は除く)

生涯学習センターまなびCAN

開催者を募集します

学習成果発表の場事業 習事業の趣旨に沿った講座を開催できる18歳以上の個人が市民グループ ※直近4年間で連続して開催した場合は除く。

4月1日(水)〜6月30日(火)に。申込方法など詳しくは同センターへ。 2尺八教室「尺八を吹こう〜初めて日本の伝統楽器尺八を手にする方たちのために〜」

4月〜来年3月の毎月第2日曜日(全12回)、初心者▽午前10時〜正午 経験者▽午後1時30分〜3時30分 小学生5年生以上 申込先着各15人 1300円(初期費用) 申電話か直接、同センターへ。

KODEE瓦町(瓦町FLAG8階) シニア健康教室(フォークダンス)

6月〜来年2月の第1・3木曜日(全12回)、午前10時30分〜正午 市内在住の概ね65歳以上の人 抽選60人

の第1土曜日(全8回)、午後2時〜4時 所夢みらい図書館 岡おはなし会や窓口業務などの図書館業務体験 新小学5年〜6年生 申込先着7人 無料 3月20日(金)〜30日(月)に、電話か直接、夢みらい図書館(☎833・7727)へ。 2おはなしの催しは中止します 新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、3月のおはなしの催しは中止します。

歴史資料館(☎861・4520)

友の会「讃岐村塾」講座

3月21日(土)午後1時30分〜3時 所サンクリスタル高松 視聴覚ホール 内 恰以野 陽子さん(シテ方観世流能楽師)による讃岐ゆかりの、現存する世界最古の芸能である能を知る〜謡、舞の体験に挑戦!〜 先着150人 無料 ※希望者は直接会場へ。

香南歴史民俗郷土館(☎879・0717)

企画展「記念物100年」パネル展関連行事「記念物を訪ねてみよう 天然記念物・如意輪寺のヤブツバキ(園分寺)」

3月28日(土)午前10時〜11時 ※雨天実施。 所如意輪寺公園 岡市指定天然記念物の如意輪寺のヤブツバキほかを訪ねる 無料 申込先着20人 3月27日(金)までに電話で同館へ。

石の民俗資料館(☎845・8484)

椿展 3月21日(土)・22日(日)、午前9時〜5時(22日は午後4時まで) 内旧牟礼町の町花として親しまれた椿の花や写真パネル等約100種類の展示 無料

無料 4月6日(日)必着で往復はがきに教室名・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を記入し、健康ステーション(〒760-0054 常盤町一丁目3-1 ☎812・7532)へ。 ※連名不可。

香南アグリム(☎879・8741)

アグリムマルシェ 4月5日(日)午前10時〜午後4時(雨天決行) 岡収穫体験・ワークショップお弁当や雑貨等の販売

イベント・催し

イベント中止のお知らせ 新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、次のイベントは中止します。

Table with 2 columns: 中止イベント, お問い合わせ. Rows include 中央卸売市場特別開放, ふるさと探訪.

花いっぱいのおまげづくり啓発活動

3月20日(金)午前11時〜 所こいでん瓦町駅2階ペDESTリアンデッキ 内パソジの苗の配布(先着300人) 岡公園緑地課(☎839・2494)

大島臨海学校

4月5日(日)午前8時〜午後4時 所大島青松園 小学生5年生以上 申込先着50人 1000円(中学・高校生700円、小学生500円) ※弁当希望者は1食600円が別途必要。 3

高松国分寺ホール(☎875・0162)

1伝えたい日本の伝統芸能 3月20日(金)午後2時〜 内後世に伝えたい伝統芸能の発表 無料 2子育て応援広場 3月25日(水)午前10時〜正午 無料 3ホールDeカラオケ 3月27日(金)午前10時〜午後8時 1曲500円 4高松国分寺ホールカラオケ大会 3月29日(日)午前10時〜 無料

こども未来館(☎839・2571)

遊ぶ!楽しむ!ダンボール!! 1ミニダンボール迷路 2ダンボールアニマル 3ダンボールクラフト

3月20日(金)・21日(土)、午前10時〜午後4時(最終受け付け午後3時30分) 小学生以下(小学3年生以下は保護者同伴) ②③先着各日100人 無料 ※希望者は直接会場へ。

男女共同参画センター(☎833・2282)

1春休み親子で体験ワークショップ 3月28日(土)午後1時30分〜3時30分 内活版印刷機を使って名刺をつくる 小学生と保護者 200円

2シングルマザーの会

4月5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

3子育ておしゃべりサロン

4月9日(木)午前10時〜正午 内乳幼児の保護者の交流・相談など 無料

4さんかく交流サロン

4月16日(木)午後1時30分〜3時 内楽しい絵手紙体験教室 申込先着15人

月25日(水)までに、住所・氏名・性別・年齢(学年)・弁当数・連絡先をはがきかファクスで、ハンセン病問題を考える市民の会 酒井さん(〒761-0103 新田町乙8 高松医療センター内 ☎090・9775・8473 FAX843・2259)へ。

ミューズホール春の音楽祭

3月22日(日)午後0時30分〜4時 所ミューズホール 内合奏・独唱・合奏等の演奏 岡同実行委員会 ☎833・0013

世界のスイーツ教室南フランス編

4月19日(日)午後1時〜3時 所カフエ・ドゥ・ミストラル(錦町) 18人 1000円 4月14日(火)までに高松市国際交流協会(☎837・6003)へ。

サンポート高松ふれ愛コンサート

3月29日(日)午前10時45分〜午後3時30分 所JR高松駅コンコース 内四国四県の中高校生による合唱など 岡同実行委員会(☎070・5514・3755)

親子で楽しむ舞台劇

「いまからいえていってきます」 4月19日(日)午後2時〜 所レクザムホール 3000円(会員無料) 申込み 3000円(高松)・2251(一)へ。

ユネスコサロン・ナウナウ文化財

3月21日(土)午後2時〜4時 所四国ガス・レポート高松(松福町一丁目) 内文化財などの情報 100円 ※希望者は直接会場へ。 岡高松ユネスコ協会 千葉さん(☎090・5758・4936)

女木島さくらまつり

4月4日(土)午前8時20分〜午後3時
 所 八幡宮ひろば(旧女木小学校) 内 女木
 島マルシェ、キワードラリーなど 園
 鬼ヶ島観光協会(☎840・9055) 他 小
 学生以下フリー代無料

講座・相談会など

① 第1期はじめての英会話教室
 ② 第1期超はじめての英会話教室
 ③ 4月7日〜7月21日の毎週火曜日
 (全15回) ④ 4月10日〜7月31日の毎週
 金曜日(全14回)、午後7時30分〜8時30
 分 所 香川総合体育館 園 18歳以上の入
 (高校生は除く) 入 抽選各20人 ⑤ ①7
 500円 ②7000円 ③ ①3月24日
 (火) ②3月27日(金)午後7時に参加費
 を持って、香川総合体育館(☎879・80
 00)へ。

不動産鑑定無料相談会

4月3日(金)午前10時〜午後4時 所
 県庁本館1階 ④ 無料 ※希望者は直接
 会場へ。 園 香川県不動産鑑定士協会(☎
 822・8785)

ひきこもり家族のグループミーティ
 ング「おどろろば」

3月21日(土)午後2時〜4時 所 木太
 北部会館 ④ 無料 ⑤ マインドファース
 ト(☎090・9455・9164)へ。

びっぴ子育てセミナー

3月26日(木)午前10時〜11時30分 所
 東八ヶ瀬南部集会所 園 子供の健康と親の

第1期美しいボディを作るピラティス
 教室

4月6日〜7月20日の毎週月曜日(全
 14回)、午前10時〜10時50分 園 18歳以
 上の女性 入 抽選25人 ④ 7000円
 ⑤ 3月30日(月)午前9時30分に。

第1期日常生活らくらく体操教室

4月6日〜7月20日の毎週月曜日(全
 14回)、午前11時〜11時50分 園 18歳以
 上の女性 入 抽選25人 ④ 7000円
 ⑤ 3月30日(月)午後5時30分に。

第1期親子ふれあい運動教室

4月16日〜6月25日の毎週水曜日(全
 10回)、午前10時30分〜11時30分 園 4
 月16日現在で1歳6か月〜3歳児と保護
 者 入 抽選35組 ④ 5000円 ⑤ 3月
 26日(木)午前10時に。

第1期朝ヨガでセルフケア教室

4月7日・21日、5月12日・26日、6
 月9日・23日、7月7日・21日の各火曜
 日(全8回)、午前10時30分〜11時20分
 所 香川総合体育館(☎879・8000)
 ④ 1000円 ⑤ 3月26日(木)午前10時に。

スポーツ

フォーダンス初心者講習会

4月1日(日)水 午後7時〜9時 ② 2
 日(木)午前10時〜正午 所 ①玉藻中学校
 体育館 ②市総合体育館 園 ②女性 ④
 無料 ※希望者は上靴持参で、直接会
 場へ。 園 フォークダンス協会 京谷さん
 (☎888・1030)

市総合体育館(☎822・0211)

第1期簡単ヨーガ教室

4月2日〜7月16日の毎週木曜日(全
 15回)、午後1時30分〜2時30分 園 18
 歳以上の女性 入 申込先着60人 ④ 750
 0円 ⑤ 3月19日(木)午後1時から。

第1期K-POPコンピュータダンス教室

4月2日〜6月4日の毎週水曜日(全
 10回)、午後7時30分〜8時30分 入 申
 込先着20人 ④ 5000円 ⑤ 3月26日
 (木)午後7時から。

親子で楽しくリトミック体操教室

4月6日〜7月27日の毎週月・金曜日(全
 7回)、午前10時30分〜11時30分 園 4
 月6日現在で1歳6か月〜3歳児と保護
 者 入 抽選30組 ④ 3500円 ⑤ 3月
 27日(金)午前9時30分に。

第1期引き締まった身体を目指す!美
 トレーニング教室

4月6日〜7月27日の毎週月曜日(全
 15回)、午後1時〜1時50分 園 18歳以
 上の女性 入 抽選25人 ④ 7500円
 ⑤ 3月23日(月)午後0時30分に。

第1期美しいボディを作るピラティス
 教室

4月8日・15日、5月13日・27日、6
 月3日の各水曜日(全5回)、午前10時30
 分〜11時20分 園 5か月前後の乳児と母
 親 入 抽選15組 ④ 2000円 ⑤ 3月
 25日(水)午前10時に。

第1期ぽっこりお腹サヨナラ!骨盤リ
 セットひめトレ教室

4月9日〜7月30日の毎週木曜日(全
 15回)、午後2時〜2時50分 園 18歳以
 上の女性(高校生除く) 入 抽選20人 ④
 7500円 ⑤ 3月26日(木)午後1時30
 分に。

第1期ピラティスで肩こり・腰痛改善
 教室

4月9日〜7月30日の毎週木曜日(全
 15回)、午後3時〜3時50分 園 18歳以
 上の女性(高校生除く) 入 抽選20人 ④
 7500円 ⑤ 3月26日(木)午後4時に。

第1期きかいた体操教室

4月9日〜7月2日の毎週木曜日(全
 12回)、午後6時〜7時 園 小学1〜3
 年生 入 抽選20人 ④ 4800円 ⑤ 3
 月26日(木)午後5時30分に。

第1期夜ヨガでセルフケア教室

4月15日・22日、5月13日・27日、6
 月10日・24日、7月8日・22日の各水曜
 日(全8回)、(A)午後6時30分〜7時20分
 (B)午後7時30分〜8時20分 園 18歳以
 上の女性 入 抽選各15人 ④ 4000円 ⑤
 3月25日(水)(A)午後6時(B)午後7時に。

第1期ヨガでセルフケア教室

4月7日・21日、5月12日・26日、6
 月9日・23日、7月7日・21日の各火曜
 日(全8回)、午前10時30分〜11時20分
 所 香川総合体育館(☎879・8000)
 ④ 1000円 ⑤ 3月26日(木)午前10時に。

墓参のための
 臨時駐車場を設置します

お問い合わせ 市民やすらぎ課
 (☎839・2273)

お彼岸の時期の姥ヶ池東墓地、峰山墓地
 周辺の道路は大変混雑します。墓参には、
 できるだけ公共交通機関を利用してくだ
 さい。自家用車の場合は、次の臨時駐車場を
 利用してください。



紫雲公園臨時駐車場
 旧市民病院西駐車場
 3月20日(金)〜22日(日)、
 午前7時〜午後6時

かわなべスポーツセンター
 (☎885・4611)

① 第1期脂防燃焼水中ステップ教室
 4月2日〜6月25日の毎週木曜日(全
 12回)、午前11時〜11時50分 園 18歳以
 上の女性 入 抽選40人 ④ 9600円 ⑤
 3月19日(木)午前10時30分に。

第1期水とあそぼう幼児のスイミ
 ング教室

4月2日〜6月11日の毎週木曜日(全
 10回)、午後4時〜4時55分 園 4月2
 日現在で4〜6歳児(小学生含む) 入 抽
 選30人 ④ 7000円 ⑤ 3月26日(木)
 午後3時30分に。

第1期夜のヨーガ教室

4月2日〜7月16日の毎週木曜日(全
 15回)、(A)午後6時30分〜7時30分(B)午後
 7時45分〜8時45分 園 18歳以上の女性
 入 抽選各25人 ④ 7500円 ⑤ 3月26日
 (木)(A)午後6時20分(B)午後7時35分に。

第1期やさしいダイエットステッ
 プ教室

4月8日〜6月24日の毎週水曜日(全
 10回)、午前10時30分〜11時20分 園 18
 歳以上の女性 入 抽選25人 ④ 5000円
 ⑤ 3月25日(水)午前10時に。

第1期機能的改善からだすっきりス
 ッチ教室

4月9日〜6月25日の毎週木曜日(全
 11回)、午後1時30分〜2時30分 園 18
 歳以上の女性 入 抽選20人 ④ 5500円
 ⑤ 3月19日(木)午後1時に。

第1期はつらつ若返り体操教室

4月10日〜6月26日の毎週金曜日(全
 11回)、午後2時〜3時 園 20歳以上の
 女性 入 抽選40人 ④ 5500円 ⑤ 3月
 27日(金)午後1時30分に。

第1期脂防燃焼エアロビクス教室

4月10日〜6月26日の毎週金曜日(全
 11回)、午後3時30分〜4時30分 園 18
 歳以上の女性 入 抽選25人 ④ 5500
 円 ⑤ 3月27日(金)午後3時に。

第1期ゆっくりヨガ教室

4月9日〜7月16日の毎週木曜日(全
 15回)、午前10時〜11時 園 18歳以
 上の女性 入 抽選30人 ④ 7500円 ⑤ 3月
 26日(木)午前11時30分に。

第1期気分が良くなる笑いの体操「笑
 いヨガ」教室

4月3日〜7月3日の毎週金曜日(全
 10回)、午前10時30分〜11時20分 入 申
 込先着25人 ④ 5000円 ⑤ 3月27日
 (金)午前10時から。

臨時休館のお知らせ

4月7日(火)〜10日(金)は定期清掃の
 ため、臨時休館します。ご協力をお願い
 します。

第1期浮・浮・楽・楽水中ウォー
 キング教室

4月15日〜7月8日の毎週水曜日(全
 11回)、午後1時〜1時50分 園 20歳以
 上の女性 入 抽選30人 ④ 8800円 ⑤
 4月1日(水)午後0時30分に。

第1期やさしい水中リズムウォー
 キング教室

4月24日〜7月10日の毎週金曜日(全
 11回)、午後1時〜1時50分 園 20歳以
 上の女性 入 抽選30人 ④ 8800円 ⑤
 4月10日(金)午後0時30分に。

第1期やさしい水中リズムウォー
 キング教室

4月10日(金)午後0時30分に。

西部運動センター(☎885・3344)
① ヨーガ教室
 随4月6日～6月22日の毎週月曜日(全10回)、午前10時～11時30分 入抽選80人 費5000円 申3月23日(月)午前11時30分。
② ラージボール卓球教室
 随4月17日～6月19日の毎週金曜日(全8回)、午前9時30分～11時30分 費20歳以上の入 入抽選24人 費4000円 申4月3日(金)午後1時30分。
 ①②いずれも、申参加費を持って直接、同センターへ。

福岡町プール(☎823・7227)
小学生初めてのクロール教室
 随4月24日～6月26日の毎週金曜日(全10回)、午後4時50分～5時50分 費小学生1～3年生 入抽選30人 費7000円 申4月3日(金)午後5時30分に参加費を持って直接、同プールへ。

国分寺橋ノ丘総合運動公園B&G海洋センター(☎874・4311)

① 第1期夜のピラティス教室
 随4月14日～7月21日の毎週火曜日(全12回)、午後7時30分～8時30分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費6000円 申3月20日(金)午前10時から。
② 第1期ゆつくりヨガ教室
 随4月16日～7月16日の毎週木曜日(全12回)、午後1時30分～2時30分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費6000円 申3月27日(金)午前10時から。
 ①②いずれも、申参加費を持って直接、同センターへ。

亀水運動センター(☎881・0182)
① 第1期キッズ体操教室
 随4月1日～7月8日の毎週水曜日(全10回)、午後4時15分～5時15分 費4月1日現在で3～5歳児 入抽選30人 費4000円 申3月18日(水)午前9時30分。
② 春季テニス教室
 随4月13日～5月18日の毎週月・木曜日(全10回)、午前10時～正午 費18歳以上の入(初心者・中級者) 入抽選25人 費5000円 申3月30日(月)午前10時に。
③ 第1期親子で楽しくリトミック体操教室
 随4月13日～7月6日の毎週月曜日(全12回)、午前10時30分～11時30分 費4月13日現在で1歳6か月～3歳児と保護者 入抽選15組 費6000円 申3月30日(月)午前10時に。
④ 第1期自力整体教室
 随4月13日～7月27日の毎週月曜日(全15回)、(A)午後1時30分～2時30分 (B)午後3時～4時 費20歳以上の入 入抽選各15人 費7500円 申3月30日(月)(A)午後1時 (B)午後2時30分。
⑤ 第1期メタボ予防エアロビクス教室
 随4月13日～7月27日の毎週月曜日(全15回)、午後7時～8時 費18歳以上の女性(初心者) 入抽選15人 費7500円 申3月30日(月)午前6時30分。
⑥ 第1期卓球教室
 随4月15日～7月1日の毎週水曜日(全10回)、午後7時～9時 費小学生～高校生 入抽選25人 費4000円 申4月1日(水)午後7時に。
 ①～⑥いずれも、申参加費を持って直接、同センターへ。

⑦ 第1期朝ヨガ教室
 随4月15日～7月22日の毎週水曜日(全13回)、(A)午前9時15分～10時15分 (B)午前10時15分～11時15分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費7000円 申3月20日(金)午後1時から。
⑧ 第1期アロマでリラックスヨガ教室
 随4月11日～7月25日の毎週土曜日(全11回)、午後8時～9時 費18歳以上の入 入申込先着20人 費5500円 申3月21日(土)午後7時30分から。
⑨ 第1期朝ヨガ教室
 随4月15日～7月22日の毎週水曜日(全13回)、(A)午前9時15分～10時15分 (B)午前10時15分～11時15分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費7000円 申3月20日(金)午後1時から。

牟礼総合体育館(☎845・7060)
① 第1期バランスコーディネーション教室
 随4月9日～7月16日の毎週木曜日(全14回)、午前9時30分～10時30分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費7000円 申3月19日(木)午前9時から。
② 第1期自力整体教室
 随4月9日～7月30日の毎週水曜日(全13回) (B)毎週木曜日(全14回)、午後1時30分～2時30分 費18歳以上の入 入抽選各15人 費6500円 (B)7000円 申(A)3月18日(水) (B)3月19日(木)午後1時に。
③ 第1期ヒップホップダンス教室
 随4月9日～7月16日の毎週木曜日(全14回)、午後7時～8時 費小・中学生(初心者) 入申込先着20人 費5600円 申3月19日(木)午後6時30分から。
④ 第1期たのしいフラ教室
 随4月10日～6月26日の毎週金曜日(全10回)、午前10時～11時 費20歳以上の女性 入申込先着20人 費5000円 申3月20日(金)午前9時30分から。
⑤ 第1期機能改善体操教室
 随4月10日～7月17日の毎週金曜日(全14回)、午後1時30分～2時30分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費7000円 申3月20日(金)午後1時から。
⑥ 第1期アロマでリラックスヨガ教室
 随4月11日～7月25日の毎週土曜日(全11回)、午後8時～9時 費18歳以上の入 入申込先着20人 費5500円 申3月21日(土)午後7時30分から。
⑦ 第1期朝ヨガ教室
 随4月15日～7月22日の毎週水曜日(全13回)、(A)午前9時15分～10時15分 (B)午前10時15分～11時15分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費7000円 申3月20日(金)午後1時から。

⑧ 第1期アロマでリラックスヨガ教室
 随4月11日～7月25日の毎週土曜日(全11回)、午後8時～9時 費18歳以上の入 入申込先着20人 費5500円 申3月21日(土)午後7時30分から。
⑨ 第1期朝ヨガ教室
 随4月15日～7月22日の毎週水曜日(全13回)、(A)午前9時15分～10時15分 (B)午前10時15分～11時15分 費18歳以上の入 入申込先着20人 費7000円 申3月20日(金)午後1時から。

ごみの野焼きはやめましょう!

お問い合わせ 環境指導課 適正処理対策室 (☎839・2370)

ごみの焼却は、法律で禁止されています。最近、家庭ごみ、剪定ごみ、落ち葉などの野焼きによる苦情が増えています。野焼きは、煙や強い悪臭を放ち、近隣住民の迷惑になります。ごみは燃やさず、必ず分別して出しましょう。
 ※簡易な構造の焼却炉の使用も法律で禁止されています。

カマタマーレスポーツクラブ(☎070・5512・7625)
チャレンジ体操体験教室
 随4月3日～27日の①毎週金曜日(全4回)、午後4時30分～6時 ②毎週月曜日(全4回)、午後3時45分～4時45分 所①香南体育館 ②同クラブスタジオ(木太町) 費①3～6歳児 ②3～4歳児 入申込先着各8人 費4000円 申同クラブ森下さんへ。

廃食用油収集ステーション
 随3月27日(金)午前9時～正午 所西植田コミュニティセンター 関くらし安全安心課 消費生活センター(☎839・2067) ①家庭の廃食用油に限り、容器は持って帰ってください。

香南楽湯の浴場施設を営業再開します
 香南楽湯は大規模な改修工事のため、令和元年6月1日から温浴施設を休業していましたが、営業を再開します。
 営業再開日/3月6日(金) 営業時間/午前10時～午後11時
 関香南楽湯(☎815・8585)、観光交流課 観光工リア振興室(☎839・2417)

物品・委託・役務の提供等競争入札参加資格審査申請書(新規業者)の追加受け付け
 令和2～4年に市が発注する物品・委託・役務の提供などについて入札参加資格審査申請書の受け付けを行います。
 随4月13日(月)～17日(金) 所契約監視課(市役所8階) ※申請書類などは、ホームページからダウンロード可。 関契約監視課 物品契約係(☎839・2252)

令和2年度の協会けんぽの保険料率が決定しました

健康保険料率(香川支部)	10・34%
介護保険料率(全国一律)	1・79%

適用時期/3月分保険料(4月納付分)から ※任意継続被保険者の人は4月分保険料から。 関全国健康保険協会 香川支部(☎811・0570)

障がい者の自動車税(種別割)減免制度
 随4月1日(水)～5月27日(水)、午前8時30分～午後5時 ※平日のみ。 所資産課(市役所2階19番窓口)、各総合センター(支所(山田支所を除く)、必要なもの/令和2年度の納税通知書か課税明細書、本人確認ができる運転免許証など ※代理人は委任状が必要。 関資産課(☎839・2244)

お知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、イベント等の開催を中止・延期する場合があります。今後の開催予定など、詳しくは、各お問い合わせ先にご確認ください。



玉藻公園「桜の馬場」夜間無料開放します

3月27日(金)～4月5日(日) 午後5時30分～8時 (東西両門とも午後5時30分から入園料無料)

※桜の開花状況により期間変更あり。夜桜の準備は午後5時30分から可。ペット・火気類の持ち込み禁止。

水城桜舞う頃

とき 4月4日(土)午前10時～午後3時
 ところ 玉藻公園披雲閣 大書院 ※入園料別途必要。
 内容 ハンドメイド作家による新作展示等
 お問い合わせ 同公園管理事務所(☎851・1521)

4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)

香川ファイブアローズ(市総合体育館)	
とき	対戦相手
4日(土) 午後6時～	バンビシャス奈良
5日(日) 午後1時～	
カマタマーレ讃岐(Pikaraスタジアム)	
とき	対戦相手
5日(日) 午後1時～	セレッソ大阪U-23
26日(日) 午後1時～	ブラウブリッツ秋田
香川オリーブガイナース(レクザムスタジアム)	
とき	対戦相手
未定	未定

※試合日程は、各球団ホームページで確認してください。

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

募集

施設行事

イベント

講座など

スポーツ

その他



この日曜物は、環境に優しい水と印刷及び植物性インキを配合率70%以上を使用しています。

○ (お願) 一面図ですが、時やページによってお願ごめです。

○

広報たかまつ No.1673 令和2年3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

しっかり 食べまいよ！ お品書き34

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
(一宮ブロック：檀紙地区)

檀紙地区では、地区の文化祭や町民祭りで食バザーを提供したり、防災訓練参加者へ豚汁を提供するなど、地域の人と交流しながら活動をしています。また年に1回、約100人の高齢者への配食サービスも行っています。

ヘルシー・ポイント

今回は、安価で簡単にできる旬の野菜を使ったさば缶サラダ。カリカリに焼いた厚揚げを入れているのでボリュームもあり、主菜感覚で食べられます。ポン酢しょうゆの代わりに好みのドレッシングでも。

- ⑥器に、レタス→ニンジン→シメジ→スナップエンドウ→厚揚げ→さば→大根おろしの順に盛り付ける
- ⑦ポン酢しょうゆをかけて、白すりごまをふりかける



最後に、ブロッコリーで彩りを添えてもいいよ



材料(1人分)

- さばの水煮缶：2分の1缶
- レタス：50g
- ニンジン：35g
- シメジ：50g
- スナップエンドウ：3さや
- 大根：70g
- 厚揚げ：100g
- ポン酢しょうゆ：大さじ1
- 白すりごま：大さじ2分の1

作り方

- ①さばは身を粗くほぐす
- ②レタスは一口大にちぎり、ニンジンは皮をむいて千切りにする
- ③シメジは石づきをとってほぐし、スナップエンドウは筋をとって、どちらも熱湯でさっと茹でる
- ④大根は皮をむいて、すりおろし、ざるにあげて軽く水気をきる
- ⑤厚揚げを3cm角に切

