

まちをもっと好きになる

広報

# 高松

# 8

August 2020

特集  
美味しい学校給食のひみつ



目次 / contents

04 【特集1】  
**新型コロナウイルス感染症関連情報**

06 【特集2】  
**美味しい学校給食のひみつ**  
 ・おうちごはんレシピ(給食編)

12 お知らせ/check it  
 17 健康/for health  
 20 子育て/with children  
 21 夏休みイベント特集  
 22 イベント/Let's go

Regular

15 高松市長 大西ひでの たかまつ散歩  
 16 8月の休日当番医  
 17 教えて!みんなの病院  
 25 @図書館/meet books  
 26 フォト日記/photo diary  
 28 Bright Eyes/たかまつでかがやくひと vol.4  
 井上 紬さん(菊池寛ジュニア賞最優秀賞 小学校の部)  
 紅野 莓さん(菊池寛ジュニア賞最優秀賞 中学校の部)

令和2年7月豪雨災害 義援金を受け付けています

義援金は、本市から日本赤十字社を通じ、被災地へ送金する予定です。

- ◆受付場所 案内所(市役所1階)、市民サービスセンター(IKÔDE瓦町)、各総合センター・支所
- ◆お問い合わせ 健康福祉総務課(☎839・2372)



**!** **新型コロナウイルス感染症について**

新型コロナウイルス感染症等の影響で広報に掲載している行事等が中止・延期・変更する可能性があります。

最新情報については市ホームページをご確認ください。

**高松市公式SNS**

市からのお知らせや役立つ情報、緊急情報などを発信しています。

▲フェイスブック ▲ツイッター

ご近所さんと子育てやオススメのお店などの情報交換ができる、ご近所限定コミュニティです。

**高松市公式ホームページ**

▲もっと高松

▶市役所代表番号 (☎087・839・2011)

※本紙記事の電話番号の表記については、市外局番「087」を省略しています。

数字でみる 高松市

人口	41万7,831人 (-71)
世帯数	19万120世帯 (+84)
面積	375.57km <sup>2</sup>
※( )内は前月比 (7月1日現在)	

**300艇**

▲高松市には、300艇程収容できる艇庫とクラブハウスを兼ね備えた「高松市ヨット競技場」が、平成30年に再整備されました。高松駅から北西に徒歩8分程の瀬戸内海に面した場所です。

**▲ヨット**

レジャーとしてイメージの強いヨットですが、風や潮流を読み、順位を競う競技でもあり、県内から多くの強豪選手を輩出してきました。写真のヨットは、体が不自由な人や高齢者、子どもなど、誰でも安心して自分で操縦できるハンザクラスと呼ばれるヨットです。ヨットの上で受ける瀬戸内の風も、とても気持ち良さそうですね。

#ヨット #高松市ヨット競技場  
 #海と日本プロジェクトinたかまつ #B&G高松

# 一人一人にできることを考えてみませんか

私たちは、誰でも生まれる場所を選ぶことはできません。本人に責任のないことで差別されることはおかしいと思いませんか。この機会に同和問題や人権について、一緒に考えてみましょう。

## 新型コロナウイルス感染症に関連した、不当な差別や偏見などをなくしましょう

感染者や濃厚接触者、医療従事者などに対する誤解や嫌がらせ、SNSなどでの誹謗や中傷、偏見に基づく差別は、絶対にあってはなりません。正しい情報に基づき、冷静な行動をとりましょう。

## ～8月は同和問題啓発強調月間～ 同和問題に正しい理解と認識を

現在でも、同和地区に生まれたというだけで、結婚や就職の際に不当な扱いを受けたりすることが起きています。また、インターネット上に差別的な情報を流したり、身元調査などを目的に戸籍謄本などを不正取得するなど誤った認識による差別事件も発生しています。偏見や不確かな情報に惑わされることなく、この問題を正しく理解して認識を深めることが大切です。



### ◆戸籍等の悪用を防ぐために、「登録型本人通知制度」を利用してください

戸籍謄抄本や住民票の写し等の証明書を、第三者などに交付したときに、その事実を本人に通知する制度です。利用するためには事前の登録が必要です。

申し込み／市民課(市役所 1階 2番窓口 ☎839・2282)、総合センター・支所・出張所へ。

### ◆同和をかたる悪質商法に注意してください

不当な要求があった場合は明確に断りましょう。相談窓口／消費生活センター(☎839・2066)

## 全国一斉「子どもの人権110番」(☎0120・007・110)強化週間です

いじめや体罰、児童虐待などの子どもの人権問題の相談に応じます。

と き／8月28日(金)～9月3日(木)  
【月～金曜日】午前8時30分～午後7時  
【土・日曜日】午前10時～午後5時

◆お問い合わせ  
人権啓発課(☎839・2292)



## 不安を抱える妊婦さんへのPCR検査

不安を抱える妊婦さんでPCR検査を希望する人は、かかりつけの産婦人科医師と相談の上出産前に1回無料で検査を受けることができます。

**対象**／香川県内で出産予定の妊婦さんで、新型コロナウイルス感染症を疑う症状はないが不安解消のためにPCR検査を希望される人

※里帰りなど県外から帰省し、香川県で出産を希望される妊婦さんも対象。

**検査時期**／分娩予定日の概ね2週間前

**相談場所**／出産予定の医療機関

### お問い合わせ

保健予防課(☎839・2860)

## 遅らせないで、子どもの予防接種!!

### 《新型コロナウイルス対策が気になる保護者の皆さんへ》

予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫ができるのが遅れ、重い感染症になるリスクが高まります。

**子どもの予防接種は、「不要不急」ではありません。接種期間内に、早めに済ませましょう。**

### お問い合わせ

保健予防課(☎839・2860)



## 市税の徴収猶予の特例制度

新型コロナウイルス感染症の影響により事業等に係る収入に相当な減少があった方は、最大1年間、延滞金なしで地方税の徴収の猶予が受けられる場合があります。詳しくは、ホームページ等でご確認ください。

### お問い合わせ

納税課(☎839・2222)



## 新型コロナウイルス接触確認アプリ

新型コロナウイルス拡大防止を目的として、厚生労働省では、「新型コロナウイルス接触確認アプリ」を開発しました。このアプリにより、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について通知を受けることができます。



App Store (ios用)



Google play (Android用)

## 受付 8/24 (月) まで 特別定額給付金の申請お忘れではありませんか?

全国一律に1人につき10万円を給付する「特別定額給付金」の申請期限は、8月24日(月)まで(当日消印有効)となっています。期限までに忘れないように申請してください。

※申請後に書類不備などで通知があった場合も必ず指定日までに返送してください。

●返信用封筒の宛先が「広島中央郵便局私書箱第5号」となっておりますが、本市の事務処理センター宛ですのでご安心ください。

**対象**／令和2年4月27日において、本市の住民基本台帳に記録されている人

**申請方法**／郵送申請のみ

※必要事項を記入した申請書、本人確認書類の写し、受取口座の確認書類(通帳など)の写しを返信用封筒に同封し、郵送してください。

### ●ご注意ください●

申請期限を過ぎた場合や書類不備などにより指定日までに返送がない時は、給付対象外となりますのでご注意ください。

### お問い合わせ

高松市特別定額給付金コールセンター  
(☎0570・050223/8:30~17:15)  
新型コロナウイルス対策本部  
特別定額給付金担当(☎839・2355)



## SNSを活用した 高松魅力発信キャンペーン

コロナの時代の「新しい生活様式」に対応した本市独自の観光振興策として、8月から来年2月までの期間に、高松の魅力を発信するSNS投稿記事のコンテストを行います!

この時期だからこそ、自分の住むまち、地域の魅力をまちあるきを通じて見直してみませんか。食・景色・習慣・文化・ディープな情報などなど、皆さんにとっての「とっておきの」高松の魅力についての発信をお待ちしております。

コンテスト優秀作品には、高松市の特産品などをプレゼント!

●最新の情報は、ホームページをご確認いただくか観光交流課までお問い合わせください。



### お問い合わせ

観光交流課(☎839・2416)



# 新型コロナウイルス感染症

## 関連情報 (7月9日現在の情報です)

香川県新型コロナウイルス健康相談コールセンター  
☎0570・087・550(ナビダイヤル)  
受付時間：24時間対応

感染拡大を防止するために、生活様式をchange!

## 「ふるさと高松応援寄附金」

新型コロナウイルス対策事業にも活用します。

ふるさと納税でいただいた寄附を新型コロナウイルス対策事業にも活用させていただきます。

市内・市外在住にかかわらず、寄附金のうち2,000円を超える部分については、所得に応じて、所得税の還付、住民税の控除を受けることができます。(※ただし、市内在住の方は、返礼品を受け取ることができません。予めご了承ください。)

新型コロナウイルス感染症収束に向け、広く皆さまのご協力をお願いいたします。

●ふるさと納税では、応援いただく皆さまに「高松のこんなまちづくりを応援したい」という思いをお選びいただけます。今年度のふるさと納税活用事業もぜひご覧ください。

### お問い合わせ

納税課(☎839・2222)



----- 林小学校6年5組に聞いた -----

みんなの  
好きな給食なあに？



1位 きなこあげパン

パンが柔らかくて、  
きなこがとろけて  
絶妙な味！



吉田 大志さん

同率 2位 キムチごはん

ちょっぴり辛くて  
口の中でうまみが  
広がる！



細井 里緒さん

同率 2位 カレーライス

次のページで  
紹介するヨ



みんなが好きな  
給食はどうやっ  
て作ってるの？



その他にも  
海藻サラダや  
スタミナ丼などが  
ありました



特集

# 美味しい 学校給食 のひみつ

今も昔も、小・中学生の健康を支える「学校給食」。クラスのみんと食べる給食は格別のおいしさです。そんな学校給食の歴史や携わる人たちの想いを紹介します！

この春、新しく完成した六条町学校給食センターと高松市立林小学校に密着し、高松市のおいしい給食の秘密を探ります。

私たちが  
学校給食を  
紹介します

よろしくネ



## 学校給食の歴史

学校給食の始まりは、明治22(1889)年に山形県鶴岡町(現鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたことが起源とされています。学校給食は、今も昔も小・中学生の成長を支えてきました。給食の歴史を本市のあゆみと共に見てみましょう。

給食が始まった頃のメニューはとてもシンプル



▼人気のあげパンは昭和40年代に登場



昭和41年 (1966)

アルマイトの食器からポリプロ食器に改善。47年には、脱脂粉乳から牛乳へ。

箸の持参を開始。献立に応じてスプーンと箸を併用して使用。

昭和59年 (1984)



▲昭和50年代から主食にご飯が加わる

▼平成になり郷土料理や行事食、多国籍料理など献立が多様になる



平成17年 (2005)

週3回の米飯給食を実施。翌年、本市をはじめ県内で栄養教諭の配置を開始。



平成



ドライカレー



朝日新町学校給食センター開設。

令和2年 (2020)



六条町学校給食センター開設。

令和

平成20年 (2008)

# 探検！発見！ 学校給食

給食センターでは、安心・安全な給食を届けるため徹底した衛生管理が行われています。今回は、六条町学校給食センターで作られる給食が林小学校まで届く様子を追いかけてみます。

六条町学校給食センターでは毎日約4,500人分の給食が作られているヨ



下ごしらえ



8:30



食材の種類ごとに、調理室までの運ぶルートに分けて衛生管理を徹底しています。

搬入

7:00



衛生管理を徹底！  
野菜の汚れは細かく  
チェックしているわ



調理開始

この大きな釜4つを使ってお肉を炒めていきます。かなりの重労働！



ゆでた野菜は真空冷却機で冷やしてから、調味料と和えていきます。

調理段階をしゃもじの柄の色で区別しているヨ

10:30



食缶に盛り付けてラストスパート！



学校へ向けて出発！

11:00



サラダや和え物は保冷剤を食缶にセットして冷たいまま届けているのね



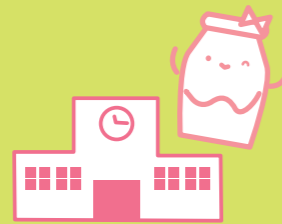
間違いのないよう学校ごとのコンテナに入れていきます。

アレルギー食はアレルギーの原因となる食品の混入を防ぐため、材料を切るところから別々に作っています。



お米を洗う、炊く、ほぐすまでの工程を自動化したシステムでおいしいご飯が炊けます。この日は385kgのお米を炊き上げました。

配膳



学校では、配膳員さんが食缶を運んだり校長先生が検食をしたりして、安心して給食を食べるための準備をしているヨ



12:35



いただきます！

おかわり！



## 新型コロナウイルス感染症対策

### 新しい給食の時間

学校が再開され、新型コロナウイルス感染症対策で給食の時間も変化しました。

手洗いは日頃から徹底しているよ！  
アルコール液は教室の入り口に設置



以前はグループになって食べていたけど、今はみんな前を向いて放送の音楽を聴きながら食べているよ



### 毎日たくさんの おいしい給食をありがとう

給食は、毎日違う献立で、色とりどりの野菜や旬の食材が取り入れられているので、季節を感じることができます。また、白いご飯と一緒にあさりの佃煮やひじきのりが出たり、1年生には辛い味付けになっていたり、おいしく食べられる工夫がされていて、とても食べやすいです。

いつも給食を作ってくれている人には、「毎日たくさんのおいしい給食をありがとう」と伝えたいです。



給食委員会 委員長  
守山 瀬々流さん

### 給食には、たくさんの人が関わっている ことを子どもたちに知ってほしい

給食では、子どもたちの苦手な食べ物が出るがありますが、ふとしたことがきっかけで克服できることもあるので、積極的に声をかけるようにしています。

給食は、野菜を育てる人、料理を作る人、献立を作る人など、たくさんの人が関わってできています。

子どもたちには、給食はたくさんの人が心を込めて作ってくれたものであることを理解し、「いただきます」「ごちそうさまでした」に感謝の気持ちを込めて欲しいと伝えています。



面本 公平先生

### インタビュー

### 林小学校の皆さんに 聞きました





なすは苦手だったけど、ミートソースとチーズがなすにいい感じにからみあってすごくおいしかった！

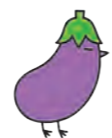


林小学校  
山下 寧々さん

おうちごはん  
レシピ  
給食編  
TAKAMATSU

### 栄養教諭おすすめ給食レシピ

#### レシピ4 なすのミートソース焼き



ごじまん品  
キャラクター  
ナスP

#### 作り方

- ①にんにく、しょうがをすりおろす。
- ②玉ねぎはスライス、なすはいちょう切り、しめじは石づきを除いて小房に分け、パセリは刻んでおく。
- ③フライパンにサラダ油を熱し①を入れ香りが出たら、豚ひき肉を炒める。
- ④③に玉ねぎ、なす、しめじの順番で加える。
- ⑤調味料を加える。
- ⑥紙カップに⑤の具を入れ、チーズ、パセリ、パン粉をのせ、トースターまたはオーブンで焼く。



#### Point!

焼く目安は250度のオーブンで約8分。焦げ目がついたらOK!

#### 材料 (4人分)

- |           |          |
|-----------|----------|
| 豚ひき肉      | 80g      |
| 玉ねぎ       | 1/2個     |
| なす        | 2本       |
| しめじ       | 1/5パック   |
| にんにく、しょうが | 1かけずつ    |
| サラダ油      | 小さじ1     |
| ★調味料      |          |
| トマトケチャップ  | 大さじ1と1/3 |
| トマトピューレ   | 小さじ2     |
| 赤ワイン      | 小さじ1/3   |
| ウスターソース   | 小さじ1/3   |
| 塩         | 少々       |
| ★盛り付け     |          |
| ピザ用チーズ    | 40g      |
| パン粉       | 大さじ2     |
| パセリ       | 少々       |
| 紙カップ      | 4枚       |

#### 給食をおいしく食べてもらうために

今の子どもたちは濃い味に慣れている子が多いので、出汁をしっかりとるなど薄味でもおいしく食べてもらえるように工夫しています。また、カレーのルーやドレッシングは手作りを心がけているほか、なすやゴーヤなどの子どもが苦手な食材は、茹でたり塩もみしたりするなど、食べやすくなるような工夫をしています。オープンで調理する「なすのミートソース焼き」は、子どもたちにも大好評で、ご家庭でも試してもらいたい給食レシピのひとつです。



#### 子どもたちの成長が仕事の励み

給食の食缶が空っぽになって返ってきた時が一番嬉しいですね。また、1年生の時には食べられなかったものが卒業する時には食べられるようになっていたり、子どもたちの成長も仕事の励みになってい



ます。子どもたちには食の正しい知識を身に付け、人生を豊かにして欲しいと思います。

### インタビュー 栄養教諭の皆さんに 聞きました



#### 食缶が空っぽになって返ってきた時が一番嬉しいです。



左から  
金田先生(川添小学校)  
浅田先生(多肥小学校)  
村尾先生(林小学校)

#### 栄養教諭ってどんなお仕事?

食に関する指導や献立の作成など学校給食の管理をして子どもたちの食をサポートするお仕事です。子どもたちが毎日おいしく食べられるように給食の味をチェックしています。

## 学校給食の取り組み

#### 高松市の学校給食

**小児生活習慣病の予防の取り組み**  
小児生活習慣病予防検診を行っているほか、学校給食では、味付けは薄味とし、食物繊維の摂取を増やすため、麦ご飯や食物繊維の豊富な海藻類、豆類を多く献立に取り入れています。小児生活習慣病予防検診の二次検診受診者の改善率が40%程度と一定の成果が現れており、肥満傾向の解消や症状の進行の抑制等の効果がみられています。

#### 地産地消の推進

子どもたちが地域の文化や産業への理解を深められるよう、食材はできるだけ香川県産を使用することを基本として献立作成や食材選定を行い、地産地消の推進に取り組んでいます。令和元年度の高松市の学校給食における地産地消使用率は、32・5%でした。

#### 給食で使用している地産産物の例

- ・もやし
- ・エリンギ
- ・アスパラガス
- ・チンゲン菜
- ・食べて菜
- ・ミニトマト
- ・ロメインレタス
- ・キウイ
- ・みかん
- など



▲郷土料理しっぽうどん

#### 伝統的食文化の普及

毎月の「ふるさとの食再発見週間」には、郷土料理や地産産物を多く取り入れた献立を実施しています。また、入学・卒業のお祝い献立、七夕、ひなまつりなどの行事にあわせた行事食も実施しています。

#### 学校給食を通して「食」の大切さを学ぶ

本市では、子どもたちの成長に応じた給食の提供のため独自の基準策定について検討し、令和元年度「高松市学校給食摂取基準」を策定しました。子どもが安全に安心して食べられるよう、おいしい給食を提供し、適切な栄養摂取による健康増進を目指します。また、学校給食を通して、子どもたちが食べることの大切さ、楽しさを知り、「よい生活習慣」を身に付けることができる指導を目指します。

#### 教育長に聞きました!

給食は思いやりの結晶。

「感謝」の気持ちをもって



給食といえば、私の子どもの頃は、家庭で肉を食べるといことが今の子どもたちほどなかった時代なので、「くじら肉の竜田揚げ」を非常に楽しみにしていました。

また、小学6年生の時、担任の先生が給食の時間に黒板にカーテンをかけ、机にテーブルクロスを引き、花を飾って「食事をする場所」として教室の雰囲気ガラッと変えてくれていたことも心に残っています。

給食はたくさんの方の思いやりの結晶なので、子どもたちには「感謝」の気持ちをもって食べて欲しいと思います。



教育長 藤本 泰雄

その他 農業相談会を開催します

利用権設定の農地の貸し借りの申出書の受け付けをします。会場ではマスク着用をお願いします。

●開催日程

Table with 2 columns: とき (Date) and ところ (Location). Rows include dates from 8月17日 to 8月31日 at various JA branches and community centers.

時間/①午前10時～11時30分 ②午後1時～2時30分 ③午後1時30分～3時 ④午後1時30分～3時30分

農業委員会 農政課(☎839・2662) 農林水産課(☎839・2422)

相談 住宅耐震補助に関する無料相談・申請窓口を設置します

●開催日程

Table with 2 columns: とき (Date) and ところ (Location). Rows include dates from 8月24日 to 8月28日 at various community centers.

※時間/午前10時～午後4時

●定員 各15人(事前に要予約)

◎建築士による無料相談(26日を除く)も受けられます。希望者は事前に電話で建築指導課へ。

問 建築指導課(☎839・2488)

お知らせ もしもに備えて 避難行動要支援者名簿に登録を!

本市では、災害時に自力で避難することが困難な人への手助けが、地域で素早く安全に行われる支援体制づくりのため、「避難行動要支援者名簿」の整備を進めています。本年、新たに要件に該当する人には、申請書を送付します。ぜひ、登録をお願いします。



問 健康福祉総務課(☎839・2372)

募集 地域で支えあう見守り活動に関する協定締結事業者を募集します

本市では、各種事業者との間で「高松市地域で支えあう見守り活動に関する協定」を締結し、高齢者の異変に気づいた場合、早急に対応ができる体制づくりをしています。



●対象 市内に本店、支店、営業所などを置く事業者(高齢者支援を業務とする事業者は除く)

●申請期間 8月3日(月)～9月30日(水)

問 長寿福祉課(☎839・2346)

その他 市有地一般競争入札のお知らせ

●入札物件

- ①錦町一丁目12番11(宅地)
②伏石町2067番5(宅地)
③牟礼町大町字役戸407番6、407番12(雑種地)

●とき 8月31日(月)

●ところ 市役所3階33会議室



問 財産経営課 財産管理係(☎839・2270)

助成 文化芸術活動を応援します

市内における文化芸術活動を広く市民に公表する事業への助成を行います。

●事業期間 10月1日～来年3月31日

●対象団体 市内に事務所か活動拠点がある団体

●補助金額 補助対象経費の2分の1以内に補助率を乗じた額か、事業費のうち入場料などの収入を除いた自己負担額の2分の1のいずれか少ない額(上限25万円) ※1万円未満の場合は除く。

●申し込み 8月3日(月)～17日(月)に、申込用紙を郵送か直接、文化芸術振興課(市役所7階 760-8571)へ。

※募集要項などは文化芸術振興課にあります。

問 文化芸術振興課(☎839・2636)

助成 国際交流活動を応援します

●国際交流事業費を助成します

市内の団体などが10月～来年3月に実施する国際交流事業に対し、事業費を助成します。

助成限度額/事業費の3分の1以内(上限5万円)

申請期間/8月1日(土)～9月30日(水)

●国際交流活動の会場を無料提供します

10月～来年3月に国際交流活動をする団体や個人を対象に、アイパル香川を無料で提供します。利用数/2件

申請期間/8月4日(火)～9月11日(金)

申し込み/必要書類を郵送か直接、高松市国際交流協会(〒760-0017番町一丁目11-63)へ。

※申請書は協会ホームページからダウンロード可。



問 高松市国際交流協会(☎837・6003)

募集 成人式記念パンフレット表紙をデザインしてみませんか?

●応募規定

縦166mm×横97mmの平面で、テーマを盛り込んだもの(1人1点)

●対象 市内に在住か通勤・通学している人

●申し込み 8月3日(月)～31日(月)に、生涯学習課へ。

※募集要項などは生涯学習課、生涯学習センターにあります。



▲昨年の表紙



問 生涯学習課(☎839・2633)

募集 高松市職員採用試験を実施します

●試験区分 ①経験者対象(第1次試験については全国に会場を設けて実施)

②事務職(短大・高校卒)、保育教育士、障がい者対象など

●募集期間 ①8月7日(金)～21日(金)

②8月24日(月)～9月7日(月)

※募集要項は、①8月3日(月) ②8月19日(水)から、案内所(市役所1階)、総合センターなどで配布予定です。詳しくは募集要項を確認してください。



問 人事課(☎839・2144)

募集 みんなの想いを人権メッセージに

●内容 35字以内のメッセージ(標語)

●対象 市内に在住か通勤・通学する18歳以上の人

●募集期間 10月8日(木)まで(必着)



問 人権啓発課(☎839・2292)

日常生活のいろいろな悩み...

気になるときはまずは相談!

障がい福祉課 (市役所2階 ☎839・2333)

障がい者相談などはこちらから▶



高松市社会福祉協議会 本所(☎811・5666)

●一般相談 毎週月・金曜日 10:00～15:00

●介護福祉相談 毎週水曜日 10:00～12:00

●暮らしの行政相談 毎週木曜日 10:00～15:00

●弁護士法律相談(要予約)

8月3日(月)・21日(金) 13:00～16:00 ※21日は香川支所。

身体障害者福祉センターコスモス園(☎880・3574)

●身体障がい者機能回復相談など

8月20日(木) 13:00～13:30

知的障害児者ネットワーク(☎880・3041)

●知的障がい者・児療育相談

毎週月～水曜日、毎月第2日曜日 10:00～13:00

高松市社会福祉協議会の相談日程はこちらから▶



市民相談コーナー(市役所1階 ☎839・2111)

●人権相談 毎週月曜日 10:00～15:00

●行政相談 毎週水曜日 10:00～15:00

●市税相談 8月14日(金) 9:00～16:00

●戸籍相談 8月18日(火) 9:00～16:00

●緑化相談 8月11日(火)・25日(火) 9:00～16:00

●健康相談 月～金曜日 8:30～17:00

消費生活センター(市役所1階 ☎839・2066)

●消費生活相談 月～金曜日 8:30～17:00

香川県司法書士会館(☎821・5701)

●司法書士総合相談センター 定例相談会 8月8日(土) 13:00～16:00

●「司法書士の日」記念無料相談会 8月29日(土) 13:00～16:00

●弁護士法律相談(要予約)

毎週火曜日、8月6日(木)・20日(木) 13:00～16:00

※8月15日(土)・29日(土)は市民サービスセンターで実施。

●司法書士法律相談(要予約)

8月13日(木)・27日(木) 13:00～16:00

●社会保険労務士相談 毎週火曜日 9:00～12:00

●行政書士相談 8月7日(金)・21日(金) 9:00～12:00

●土地家屋調査士相談 8月7日(金)・21日(金) 13:00～16:00

総合センター・支所の相談日程など、詳しくはこちらから▶



高松市長  
大西ひでの

# さんぽ たかまつ 散歩



## 第15歩 「適疎」で「利他」の心をもつ地域

**全** 世界に甚大な影響を及ぼしている新型コロナウイルス感染症ですが、同時にそれぞれの国や地域における社会経済の課題も浮き彫りにしています。我が国でも、コロナ禍により「過度なグローバル化の進行」や「一向に是正されない東京一極集中」の問題などが浮かび上がっています。

そんな中、「適疎」という言葉を久しぶりに聞きました。コロナ禍終息後の社会の在り方を象徴するキーワードとして、コミュニティ・デザイナーの山崎亮氏が掲げていました。「適疎」という言葉を私が初めて聞いたのは、十数年前、北海道で地域振興室長を務めていた時です。道議会ではしばしば過疎対策が取り上げられ、その中で、「過疎」と言うからマイナスイメージがあるのであって、「快適な疎」、つまり「適疎」な空間として地方都市をとらえ直すべきだ」という議論があり、「なるほど」と合点したことを覚えています。

アフターコロナの社会におけるもう一つのキーワードとして、気になってくるのは、「利他」という考え方です。3年前に感染症の大流行を予測していたジャック・アタリ氏というフランスの哲学者が「利他主義」の理想への転換こそが人類のサバイバル(生き残り)

の鍵である」と発言しています。「利他」といえば、私はアンパンマンを思い出します。原作者で高知出身の故やなせたかしさんは、「人生の楽しみの中で最高のものは、やはり人を喜ばせることでしょう」と言っています。アンパンマンはお腹が減って泣いている子を見つけると顔の一部を与えます。自らが傷ついても目の前の人を見捨てることはしません。四国遍路のお接待の心にも通じる、そんな「利他」の心がアフターコロナの社会の維持の鍵になるというのです。

今年、アンパンマン列車の運行20周年。赤色と黄色の真新しい車輦が目見えし、7月から四国内を元気に走っています。この地、四国の地方都市はまさに「適疎」で「利他」の心をもつ地域。これからの出番であると期待したいと思います。



「土讃線あかい・きいろいアンパンマン列車」  
(運転区間：岡山～高知)

### 【その他】かがわーくフェア(夏の就職面接会)を開催します

県内企業約80社が参加。来春卒業予定者、中途採用希望者対象です。新型コロナウイルス感染症対策として、希望者は事前登録制となります。

- と き** 8月26日(水)  
【午前の部】午前10時30分～午後0時50分  
【午後の部】午後2時～4時20分
- と ころ** サンメッセ香川(林町)



問 高松商工会議所(☎825・3518)

### 【その他】お盆時期の墓参は臨時駐車場を利用してください

お盆時期は、姥ヶ池東墓地・峰山墓地周辺道路は大変混雑します。臨時駐車場を設置し、交通規制を行います。ご協力をお願いします。

- 実施期間** 8月10日(月)～13日(木)、午前6時～午後6時
- 【臨時駐車場】①紫雲公園臨時駐車場  
②旧市民病院西駐車場
- 【交通規制】姥ヶ池東墓地周辺一方通行規制



問 市民やすらぎ課(☎839・2273)

### 【その他】平和公園 墓参バスを運行します

- と き** 9月22日(火)
- 運行方法**  
仏生山駅西口(第1便/午前8時30分発～第6便/午後2時30分発)、サンメッセ香川(第1便/午前8時40分発～第6便/午後2時40分発)、平和公園を1時間間隔で運行
- 定 員** 各便抽選27人(1世帯2人まで)
- 申し込み** 8月21日(金)まで(必着)に、住所、氏名、電話番号、希望便・乗車場所、乗車人数、返信先を往復はがきで市民やすらぎ課(〒760-8571)へ。

問 市民やすらぎ課(☎839・2273)

### 【保険】医療費が高額になりそうときは、認定証を利用してください

医療機関の窓口で支払った医療費が一定金額を超えた場合、申請により、その超えた金額が後日払い戻しされる高額療養費の制度があります。

入院などにより、医療費が高額になりそうときは、事前に申請して「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受け、医療機関の窓口で保険証と一緒に提示すれば、自己負担限度額までの金額で支払いを済ませることができます。また、入院時の食事代も減額になる場合があります。自己負担限度額は、年齢、世帯の所得状況などにより異なります。

- 国民健康保険の場合**  
認定証は自動更新されません。8月1日以降も認定証が必要な人は、申請が必要です。なお、保険料の滞納がある世帯には交付できません。
- 後期高齢者医療制度の場合**  
8月1日以降も要件を満たす人は申請の必要はありません。新たな認定証は7月下旬に郵送しています。

申請に必要なもの/  
被保険者証、マイナンバーが確認できるもの、来庁者の本人確認ができるもの(後期高齢者医療制度は認め印が必要)  
申請先/国保・高齢者医療課(市役所1階⑦⑨窓口)、各総合センター・支所・出張所、市民サービスセンター

- 特定疾病療養受療証の更新**  
8月1日に更新されます。該当者には7月下旬に新しい受療証を郵送しています。

問 国保・高齢者医療課  
国保給付係(☎839・2311)  
長寿医療係(☎839・2315)  
香川県後期高齢者医療広域連合(☎811・1866)

### 【募集】下水道排水設備工事責任技術者 資格認定共通試験を実施します

下水道排水設備工事の設計・施工に当たる責任技術者認定のための試験を実施します。

- と き** 10月20日(火)午後2時～4時
- と ころ** サンメッセ香川(林町)
- 申し込み** 8月3日(月)～31日(月)に、下水道経営課(防災合同庁舎2階)へ。

問 下水道経営課(☎839・2765)



無料 地域包括支援センターの行事

問 地域包括支援センター(☎839・2811)

もの忘れ・認知症相談

8月26日(水) 午後2時～4時

ところ/市保健所 内容/専門の医師による個別相談 対象/もの忘れが気になる人、認知症の疑いのある人や家族など 定員/3人

認知症の人を支える家族のつどい ひだまり

8月21日(金) 午前10時～正午

ところ/市保健所 内容/講話「認知症になっても安心して暮らし続けるために～利用できるサービスのいろいろ～」、グループワーク 対象/認知症の人の家族

無料 保健所の検査

問 保健予防課(☎839・2860)

B型肝炎・C型肝炎検査

8月6日(木) 午前10時～11時

内容/血液検査(スクリーニング検査のみ) 対象/今までに受けたことがない人

エイズ検査

毎月2回(匿名での予約を受け付けています)

内容/医師による個別相談、血液検査 対象/HIV感染の不安のある人

無料 保健センターのこころの健康づくり

問 健康づくり推進課(☎839・3801)

当事者のための生活スキルアップセミナー

8月25日(火) 午前10時～11時30分

内容/「防災対策を見直してみよう」 対象/心療内科や精神科で通院治療を受けている人 定員/20人

アルコール問題を考える家族のつどい(講演)

8月19日(水) 午後1時30分～3時30分

内容/「アルコール依存症治療における家族の役割」 対象/アルコール問題を抱えている人の家族 定員/50人

こころの健康セミナー

8月26日(水) 午後2時～4時

ところ/IKÔDE瓦町 内容/「ひきこもり～各年代の今できること～」 定員/50人

こころの健康相談

月～金曜日(祝日は休み)、午前9時～午後5時

内容/こころの病気、アルコール・薬物による問題、ひきこもりなどの個別相談(面接は要予約)

8月の休日当番医

●各診療時間 午前9時～午後6時(休憩時間は医療機関で異なります) 診療時間は一部異なりますので、医療機関へお問い合わせください。当番医は都合により変更や追加になる場合があります。受診の際は、念のため、当日の新聞紙面などで確認してください。



医療Netさめき

2日

- 整内 りつりん病院(栗林町三丁目 ☎862・3171)
- 内 大西内科クリニック(屋島西町 ☎818・0765)
- 内消 山田医院(国分寺町新居 ☎874・0040)
- 小 住谷小児科医院(郷東町 ☎832・8808)
- 耳 宮本耳鼻咽喉科医院(花ノ宮町一丁目 ☎834・0666)
- 薬 日本調剤リツリン薬局(栗林町三丁目 ☎831・3260)
- 薬 トモエ薬局「栗林」(栗林町二丁目 ☎831・5805)
- 薬 アイン薬局屋島西店(屋島西町 ☎844・9172)
- 薬 ジャスミン調剤薬局(花ノ宮町一丁目 ☎812・6105)

23日

- 整小 西岡医院(寺井町 ☎885・2021)
- 外 三好外科胃腸科医院(亀田町 ☎847・8888)
- 内 ミタニ病院(三谷町 ☎864・8778)
- 内 いとうクリニック(木太町 ☎835・5011)
- 耳 石井耳鼻咽喉科医院(木太町 ☎866・7220)
- 眼 藤沢眼科(檀紙町 ☎885・1010)
- 薬 虹調剤薬局寺井店(寺井町 ☎815・6061)
- 薬 ハート調剤薬局三谷店(三谷町 ☎889・4133)
- 薬 クオール薬局ライフ店(木太町 ☎862・7070)
- 薬 にこ調剤薬局檀紙(檀紙町 ☎814・6101)

9日

- 整 かつが整形外科クリニック(香西本町 ☎832・8877)
- 内 みんなの病院(仏生山町 ☎813・7171)
- 内 多田羅内科クリニック(番町三丁目 ☎861・3730)
- 内 野口内科医院(前田東町 ☎847・6555)
- 小 しぶやこどもクリニック(牟礼町牟礼 ☎845・6111)
- 耳 竹田耳鼻咽喉科クリニック(郷東町 ☎873・2033)
- 眼 北島眼科(兵庫町 ☎816・6614)
- 薬 本町通り調剤薬局(香西本町 ☎832・8201)
- 薬 アイン薬局仏生山店(仏生山町 ☎899・6602)
- 薬 きむら調剤薬局牟礼店(牟礼町牟礼 ☎818・7520)
- 薬 IMCごとう薬局(郷東町 ☎813・2651)

30日

- 整 整形外科吉峰病院(番町一丁目 ☎851・8775)
- 整 タカオ整形外科医院(国分寺町新居 ☎870・6700)
- 内 高松ハートクリニック(春日町 ☎814・5111)
- 内 仏生山駅前こだまクリニック(仏生山町 ☎814・4262)
- 小産 屋島総合病院(屋島西町 ☎841・9141)
- 耳 真鍋医院(番町二丁目 ☎851・2678)
- 眼 かわにし眼科医院(上之町一丁目 ☎815・0588)
- 薬 日本薬局番町店(番町一丁目 ☎823・3355)
- 薬 みらいの薬局(仏生山町 ☎814・5004)
- 薬 コスモ調剤薬局やしま店(屋島西町 ☎813・7273)
- 薬 フロントア薬局番町店(番町二丁目 ☎811・3655)
- 薬 薬局ナチュラル・メディクス(春日町 ☎814・5521)

日曜・祝日

歯 高松市歯科救急医療センター(福岡町三丁目 ☎851・1167) 午前9時～午後4時(正午～午後1時は休憩)

夜間の急病に困ったら

- 高松市夜間急病診療所(松島町一丁目 ☎839・2299) 内小 毎日 耳 木曜日 眼 土曜日 午後7時30分～11時30分 ※眼科は8月15日(土)は休診。
- 会営薬局松島(松島町一丁目 ☎863・6003) 【月～金曜日】午前10時～午後11時30分 【土・日曜日、祝日】午後7時30分～11時30分
- 高松市歯科救急医療センター(福岡町三丁目 ☎851・1167) 月～土曜日 午後7時30分～10時 ※日曜・祝日の夜間は休診。

救急電話相談を利用しましょう

- 小児救急電話相談(☎#8000または823・1588)
- 一般向け救急電話相談(☎#7899または812・1055) いずれも、毎日 午後7時～翌午前8時

10日

- 整 瀧川整形外科医院(林町 ☎867・2288)
- 内 高松協同病院(木太町 ☎833・2330)
- 内 森下内科医院(瓦町二丁目 ☎831・5557)
- 小 藤沢こどもクリニック(中間町 ☎885・3338)
- 耳 田坂耳鼻咽喉科医院(松島町一丁目 ☎861・8204)
- 眼 内田眼科クリニック(扇町二丁目 ☎823・3443)
- 薬 アインス林町薬局(林町 ☎868・6030)
- 薬 中嶋B調剤薬局(瓦町二丁目 ☎834・5818)
- 薬 そうごう薬局高松円座店(中間町 ☎885・2068)

16日

- 整 高松南整形外科スポーツクリニック(三名町 ☎889・4970)
- 外 そごうクリニック(川島本町 ☎848・1155)
- 内 済生会病院(多肥上町 ☎868・1551)
- 内 きゅうか内科クリニック(木太町 ☎869・2200)
- 内小 白井内科医院(国分寺町新名 ☎874・3711)
- 小 あきた小児科クリニック(六条町 ☎868・6000)
- 耳 高田耳鼻咽喉科医院(松縄町 ☎865・8733)
- 薬 コスモ調剤薬局レインボーロード店(多肥上町 ☎866・0400)
- 薬 スター薬局木太店(木太町 ☎868・1981)
- 薬 ゆら調剤薬局(六条町 ☎868・8822)
- 薬 NPきれと調剤薬局(川島本町 ☎848・9160)

(診療科) 整 整形外科 外 外科 内 内科 消 消化器科 小 小児科 産 産婦人科 耳 耳鼻咽喉科 眼 眼科 薬 薬局 歯 歯科

教えて! みんなの病院

テーマ アレルギー性鼻炎

●お問い合わせ● みんなの病院医事課 (☎813・7171)



秋の花粉症に気をつけよう



耳鼻咽喉科 近藤昭男先生に聞きました

アレルギー性鼻炎とは、鼻汁、くしゃみ、鼻づまりを三大症状とする疾患です。その原因は多種あり、春先のスギ、ヒノキが一般的によく知られていますが、夏から秋にかけてブタクサ・ヨモギ(キク科)、カモガヤ(イネ科)などがあります。また、一年中症状を引き起こすのが、ハウスダスト(ほこり)、ダニ、動物の毛、ふけなどです。これらの物質が体に入ってくるたびに免疫が異物と認識し、徐々に排除しようとする力が蓄えられます。突然発症することが多いのは、蓄えられた力が一気に症状として出るためです。

寒暖差アレルギーは字のごとく気温差によって生じる鼻炎です。例として熱いどんを食べる時や暖かい場所から寒い場所に移ると、動いた時などに症状が出る場合があります。医学的には血管運動性鼻炎と言われており、原因物質が分からないアレルギー性鼻炎の総称です。

治療は、内服治療、ステロイド点鼻薬が第一に選択され、鼻づまりがひどい場合は、日帰りでできる鼻腔粘膜焼灼術があります。原因物質が分かっている場合は、例えば花粉などは外出時にマスク、メガネを着用し、帰宅時は上着をしっかりと払いおとしたり、ハウスダスト、ダニの場合はこまめに掃除機をかけることも有効です。それでもアレルギー性鼻炎で困る場合は、スギとダニに関しては舌下免疫療法という治療があり、一言で言えば体質改善です。非常に有効な手段です。

お知らせ

在宅寝たきり高齢者等介護見舞金

～寝たきりや認知症の人を介護している方へ～  
65歳以上の寝たきり高齢者や認知症の人を常時在宅で介護している人に介護見舞金を支給します。

●対象高齢者

市内に1年以上住所を有する65歳以上の在宅の人で、要介護4・5の認定の期間内の人

●申請者(介護者)

市内に1年以上住所を有する人で、対象高齢者と原則同居し、在宅で常時介護している人  
支給金額/月額6,000円

申請方法/申請書に必要事項を記入し、長寿福祉課へ。

問 長寿福祉課(☎839・2346)

お知らせ

10月の休日は！  
かがわマンモグラフィサンデーへ

乳がん月間である10月の休日等に協力医療機関や検診車等で子宮頸がん、乳がん検診が受けられます。

対象/子宮頸がんは20歳以上・乳がん検診は40歳以上の女性で、受診券(対象者に送付)か無料クーポン券を持っている人

申込受付/8月3日(月)より定員になり次第受付終了

★ぜひ下記QRコードから日程等を調べて予約しましょう。



問 健康づくり推進課(☎839・2363)

お知らせ

成人用肺炎球菌の定期予防接種

成人用肺炎球菌予防接種の対象者に対して、お知らせを郵送しています。接種希望者は、医療機関に予約しましょう。

接種期限/来年3月31日(水)まで  
自己負担金/2,400円(自己負担減免制度有)



問 保健予防課(☎839・2860)

お知らせ

「高松市民健康の日」パネル展

毎日、健康にええこと+  
～はじめよう！毎日+1,000歩～

9月第1日曜日は、高松市民健康の日です。  
とき/9月2日(水)～8日(火)、午前10時～午後8時(最終日は午後5時まで)

ところ/IKODE瓦町 展示コーナー

問 健康づくり推進課(☎839・2363)

イベント

たかまつ認知症フェア ～気づくつながる ともに支える認知症～

とき/8月28日(金)～9月1日(火)  
ところ/IKODE瓦町

展示

とき/期間中の午前10時～午後9時  
(最終日は午後5時まで)

相談

◆お薬相談(薬剤師による個別相談)

とき/8月29日(土)  
午後1時～2時30分

◆出張！認知症カフェ

～ザグザグひだまりカフェ～  
とき/8月29日(土)  
午後1時30分～3時30分

※認知症に関心のある方ならどなたでも参加できます。



問 地域包括支援センター(☎839・2811)

講座

①65歳からの健康づくり(お話と体操)

～知っていますか？フレイル～  
とき/8月28日(金)午後1時30分～2時30分、8月31日(月)午前10時30分～11時30分(市内在住で両日参加できる人)

②認知症サポーター養成講座

とき/8月29日(土)午前10時30分～正午

③知ってるほど！成年後見制度のお話

とき/8月29日(土)午後1時～2時  
※講座終了後、先着5人個別相談有り。

④認知症予防講座(お話と体操)

とき/9月1日(火)午後1時30分～2時50分  
(市内在住で65歳以上の人)

①～④いずれも、定員/申込先着30人  
申し込み/8月3日(月)から地域包括支援センター(☎839・2811)へ。

講座

健康長寿講座「認知症」

とき/10月3日・17日・31日、11月14日・28日の各土曜日(全5回)、  
午後1時30分～

ところ/健康ステーション(IKODE瓦町)

対象者/市内に在住のおおむね65歳以上の  
人 定員/抽選36人

参加費/無料

申し込み/9月14日(月)まで(消印有効)に  
往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・  
電話番号を記入し、健康ステーション(〒  
760-0054常磐町一丁目3-1)へ。

※2人まで連名可。

問 健康ステーション(☎812・7532)

講座

塩江地区元気いきいき教室

とき/9月～12月の第1・3火曜日(全8  
回)、午前10時30分～11時45分

ところ/塩江地域保健活動センター

対象者/市内に在住の65歳以上の①・②の要  
件を満たす人(①要介護・要支援認定を受け  
ていない人②介護予防生活支援サービス(サ  
ービスBを除く)を利用していない人)

定員/抽選20人 参加費/無料

申し込み/8月14日(金)まで(消印有効)に  
往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記  
入し、地域包括支援センター(〒760-0074  
桜町一丁目9-12)へ。

問 地域包括支援センター(☎839・2811)

健康、介護、こころの悩み…

気になるときはまずは相談！

瓦町健康ステーション(IKODE瓦町 ☎812・7532)

●健康相談(要予約)

8月12日(水)・26日(水) 13:15～14:15

●機能回復訓練診断(要予約)

8月6日(木) 13:15～14:15

ふれあい福祉センター勝賀(☎882・6950)

●健康相談(60歳以上の対象)

8月4日(火)・18日(火) 13:00～14:00

●機能回復相談(60歳以上の対象)

8月13日(木)・27日(木) 13:00～14:00

在宅医療支援センター

(市役所2階 長寿福祉課内 ☎839・2344)

●在宅医療に関する相談 月～金曜日 9:00～16:00

電話相談はこちら

●たかまつ介護相談専用ダイヤル  
(☎0120・087・294) 年中無休 24時間

●香川いのちの電話  
(☎833・7830) 年中無休 24時間

●自殺予防いのちの電話  
(☎0120・783・556)  
毎月10日 8:00～翌日8:00

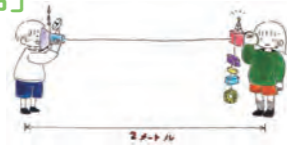
もっと!!

# 夏休みイベント特集!

## ワークショップ 上野あづさ子どものアトリエ 「なんかすごい糸電話」

と き▶ 8月16日(日)  
午後1時30分  
～3時30分

対 象▶ 5歳～小学3年生  
定 員▶ 申込先着8人 参加費▶ 500円  
申し込み▶ 8月2日(日)午前8時30分から電  
話で市美術館(☎823・1711)へ。



実用性はないけど  
なんかすごい機能つき!



お菓子の空き箱や卵パック  
など、糸電話に付けたいも  
のがあれば持ってきてね!

## 夏の風鈴づくり教室

と き▶ 8月22日(土)・23日(日)  
午前10時～、午後1時30分～  
ところ▶ 塩江美術館 対 象▶ 小学生以上  
定 員▶ 申込先着各10人 参加費▶ 1,300円  
申し込み▶ 8月1日(土)午前9時から電話で  
塩江美術館(☎893・1800)へ。



## 募集! 「第29回菊池寛ジュニア賞」作品

対 象▶ 市内の小・中学校に通学する児童・生徒  
応募規定▶ 読書感想文、生活作文、創作文のい  
ずれかで1人1篇(未発表のもの)  
応募方法▶ 学校を通じて提出  
申し込み▶ 10月31日(土)まで(消印有効)に、  
菊池寛記念館(☎861・4502)へ。



昨年の菊池寛ジュニア賞  
最優秀賞受賞者を28ページで紹介!

## こども未来館 プラネタリウム

### 新番組「ワンピース プラネタリウム」

と き▶ 土・日曜日、祝日、午後2時～、4時～  
(夏休み期間中は毎日投影)

定 員▶ 先着40人  
料 金▶ 500円(高校生300円、  
4歳～中学生100円)

お問い合わせ▶ 同館(☎839・2571)

★投影スケジュール、定員は変更になる  
場合があります。



## 夏休み親子手話教室

と き▶ 8月2日(日)・5日(水)  
午後1時30分～3時30分  
(2日は午前10時～正午もあり)  
ところ▶ 県聴覚障害者福祉センター(太田上町)  
対 象▶ 小・中学生と保護者  
※子どもだけの参加も可。  
定 員▶ 申込先着20組 参加費▶ 500円  
申し込み▶ 電話で県聴覚障害者福祉センター  
(☎868・9200)へ。

## 夏休み『科学と発明』おもしろ体験学習

と き▶ 8月2日(日)  
午前10時～、午後1時30分～  
ところ▶ リストかがわ(林町)  
対 象▶ 小学生と保護者  
定 員▶ 申込先着22組  
参加費▶ 無料  
申し込み▶ 電話でかがわ産業支援財団  
(☎869・3440)へ。



★イベントの詳細内容はかがわ産業支援財団  
ホームページ(<http://www.kagawa-isf.jp/>)へ。

with children

子育て

お知らせ

## 児童扶養手当・特別児童扶養手当 の現況届を忘れずに!

児童扶養手当・特別児童扶養手当の認定  
を受けている対象者へ現況届を7月末に、  
所得状況届は8月上旬に案内書類を郵送し  
ます。前年度分の手当が支給停止の人も毎  
年、必ず提出が必要です。詳しくは市ホーム  
ページで確認してください。

必要書類は対象者によって  
異なるので必ず案内書類を  
確認してください。



問 こども家庭課(☎839・2353)

お知らせ

## 産婦健康診査を受けましょう

産婦健康診査は、産後2週間ごろに1回、  
1か月ごろに1回を目安に産科医療機関な  
どで受診でき、母子保健ガイドブックに綴  
られている受診票を医療機関に提出するこ  
とで受診料の一部が助成されます。

★確認してね。からだところ。

出産後は赤ちゃん中心の生活になり、か  
らだも生活環境も変化する時期で、「産後  
うつ病」を発症することがあります。産婦  
健康診査で、お母さんのからだところ  
ろの状態を確認しましょう。

問 健康づくり推進課(☎839・2363)



たかまつホットLINEに登録してね  
子育てのイベント情報などを発信!  
登録はこちらから▶

子育て  
with children

講座

## 赤ちゃんがきた! ～BPプログラム～

離乳食スタート講座を  
無料で受講できる  
特典付き!

と き▶ 8月18日～9月8日、毎週火曜日  
午前10時～正午  
ところ▶ 介護老人保健施設 渡の里(香川町浅野)  
対 象▶ 生後2～5か月の乳児(第1子)の母親  
定 員▶ 申込先着14人 参加費▶ 2,000円  
申し込み▶ 電話でしおか医院地域子育て支  
援センター(☎885・8740)へ。

お知らせ

## 家庭教育番組「イライラ子育てか ら笑顔の子育てへ」放送!

8月の市政情報番組「いき・いき高松(ケ  
ーブルテレビ)」のホットラインたかまつで  
は、家庭教育番組を放送します。

私たちが怒りを感じる原因や、怒りの感  
情と上手に付き合うための心理トレーニ  
ング「アンガーマネジメント」の手法につ  
いてお伝えします。

問 生涯学習課(☎839・2633)

イベント

## 0才からのコンサート

赤ちゃん  
と一緒に楽しみませんか?  
(妊婦も可)

と き▶ 9月6日(日)午後2時～2時40分  
ところ▶ 国分寺ホール  
定 員▶ 申込先着100人 参加費▶ 無料  
申し込み▶ 8月3日(月)午前10時から電話  
で文化芸術振興課(☎839・  
2636)へ。

その他国分寺ホールでのイベントはこちらから▶



子育てなどのいろいろな悩み...

気になるときはまずは相談!

こども女性相談課(市役所6階 ☎839・2384)

●児童家庭相談・女性相談・子育て相談  
月～金曜日 8:30～17:00

こども家庭課(市役所6階 ☎839・2353)

●ひとり親家庭自立相談(要予約)  
月～金曜日 8:30～17:00  
※8月9日(日)は市民サービスセンターで実施予定。

男女共同参画センター(☎833・2285)

●こころの相談・就労相談(女性専用、要予約)  
10:00～17:00(火曜日休館)

電話相談はこちら

●こども専用相談電話  
○こどもスマイルテレホン(☎839・2525)  
月～金曜日 8:30～19:00  
○いじめ110番(☎821・0099)  
月～金曜日 8:30～19:00

体育館施設  
スポーツ情報!

高松市スポーツ協会

(☎822・0211)

・高松市スポーツ協会の教室・イベント募集について、詳しくはこちらから



・市スポーツ協会加盟団体の教室・イベント募集について、詳しくはこちらから



高松市国際交流協会  
設立30周年  
記念スタンプラリー

来年3月26日(金)まで

☎高松市国際交流協会設立30周年を記念して、スタンプラリーを開催します。期間中に開催されるイベントのスタンプを3個以上集めると記念品をプレゼント。ぜひご参加ください ☎同協会(☎837・6003)

※詳しくはこちらから



高松市立市民プール営業時間等変更のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を講じて営業します。団体客の取り扱いが中止し、午前・午後それぞれ200人までの入場制限を行います。

営業時間：午前9時～午後4時(午前・午後の入替制)

プロスポーツを応援!

●カマタマーレ讃岐(Pikaraスタジアム)

【アスクラロ沼津】8月2日(日)18:00~

【ブラウブリッツ秋田】8月15日(土)18:00~

【Y.S.C.C横浜】8月30日(日)18:00~

●香川オーリーブガイナーズ(レクザムスタジアム)

※リーグ公式戦日程は、チームのホームページを確認してください。

高松競輪(☎851・5036)

●開催日

8月4日(火)・5日(水)・6日(木)・30日(日)・31日(月)

9月1日(火)・22日(火)・23日(水)・24日(木)



香川大学 防災士養成講座

10月3日・10日・17日、11月28日、12月5日、各土曜日、午前10時～午後4時20分

☎香川大学工学部(林町) ☎申込先着130人 ☎¥21,500円(受講料・防災士資格試験受験料など) ☎9月1日(火)～4日(金)午後5時に同大学四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構(☎864・2544)へ。

防災啓発展

8月28日(金)～9月3日(木)、午前8時30分～午後5時

☎たかまつ防災プラザ ☎大地震に備え、家具の転倒防止対策などの紹介 ☎同協会(☎839・2184)

ぼうさいまちカフェ

8月21日(金)午前10時30分～11時30分

☎たかまつ防災プラザ ☎防災の専門家と気軽に話してみませんか?

穴吹学園ホール映画祭  
「愛を積むひと」

9月5日(土)①午前10時30分～②午後2時～

☎穴吹学園ホール(屋島西町) ☎「日本で最も美しい村」美瑛を舞台にした映画 ☎¥1,300円(前売有) ☎同ホール(旧高松テルサ)(☎844・3511)

玉藻公園夏祭り  
～高松城映画上映会～

8月22日(土)午後7時～9時30分

☎玉藻公園桜の馬場 ☎「劇場版TRICK 霊能力者バトルロワイヤル」 ☎¥入園料込で1,200円(前売有) ☎玉藻公園管理事務所(☎851・1521)

《休館、中止・延期情報》

サンポートホール高松臨時休館 ☎高松市文化芸術財団 (☎825・5000)	8月14日(金)保守点検などのため全館休館します。
ひょうげ祭り ☎浅野コミュニティセンター (☎888・2537)	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

身近な防災について考えよう!

☎休館日 ☎場所 ☎内容 ☎対象 ☎定員 ☎料金 ☎申し込み ☎お問い合わせ ☎その他



近藤亜樹《HOUSE》2017年  
©Aki Kondo/courtesy of ShugoArts

常設展「New Collection」

9月22日(火)まで、午前9時30分～午後5時(特別展会期中の金・土曜日は午後7時まで)

☎昨年度新たに収蔵した作品「現代アート」11点、「讃岐漆芸」42点を展示。 ☎一般200円、大学生150円、高校生以下・65歳以上無料



照沼敦朗《ミエテルカー》2016年

●特別展・常設展いずれも、☎市美術館 ☎月曜日 ☎同館(☎823・1711)

登山を始めたい! 山仲間に出会いたい! 皆さんへ

第42期生 募集!! 市民登山学校

募集期間: 8月3日(月)～31日(月)

☎地形図や天気図の見方や登山計画書の作り方などの講座と中四国での山岳実技(毎月各1回) ☎入校希望者は、申込書を事務局(スポーツ振興課内 ☎839・2626) ☎へ。 ※詳しくは、こちらから。



特別展「高松市美術館コレクション+身体ムービング」

7月23日(木)～9月6日(日)、午前9時30分～午後5時(金・土曜日は、午後7時まで)

☎目で描くアクション・ペインティングという独創的な制作スタイルで国際的な注目を浴びた白髪一雄や《電気服》で高い評価を得た田中敦子ら作品を尼崎市と当館の“具体”コレクションによって紹介。また、「旅や移動とともにある制作行為」に着目し、ゲスト作家に、近藤亜樹と中園孔二の二人の画家と、体育×美術×ダンスといった異分野を繋ぐコンテンポラリーダンスカンパニー「んまつーポス」を迎えます。 ☎一般800円、大学生500円、高校生以下無料



「飯川 雄大  
デコレータクラブー知覚を拒む」

7月23日(木)～10月18日(日)

☎普段意識しないような知覚に問いかける現代アーティスト。2017年高松アーティストインレジデンス以来3年ぶりの展示。 ☎無料

時時刻刻の高松

～Takamatsu Remains File刊行記念展～

8月3日(月)～来年4月9日(金)、午前9時～午後5時

☎埋蔵文化財センター ☎ Takamatsu Remains File刊行を記念し旧石器～江戸時代まで全13遺跡の出土資料等を展示・紹介します ☎土・日曜日、祝日 ☎無料 ☎同センター(☎823・2714)



[ 今月のBOOK ]



今月の  
オススメは  
コレ!

中学3年生の女の子、琴葉の家は金属加工をする町工場。経営状況が悪いのに、父親はなぜかある注文を受けようとせず…。進路や家族の問題、父親から見えてきた平和への思い、事情があり、琴葉たちと暮らす男の子との関係…。「今」という断片がたくさんつまった、10代にオススメの小説!

てのひらに未来

工藤 純子/著 くもん出版刊  
請求記号 913/クト



@図書館  
meet books



鎌倉幕府3代将軍・源実朝は、摂関家より嫁いできた信子と心を通わず中で、和歌の魅力に触れ、武の力ではなく、言の葉の力で世を治めたいと願うようになる。香川県出身の著者が紡ぐ、言の葉を愛した2人の物語。

言の葉は、残りて

佐藤 隼/著 集英社刊  
請求記号 9136/サト



オランダのハーグ国立文書館に所蔵する歴代長崎オランダ商館長の日記をもとに、江戸時代の災害記録を紹介しています。当時の西洋人から見た災害や文化など、日本側の史料では見られない描写がとても興味深い一冊です。

オランダ商館長が見た江戸の災害

フレデリック・クレインス/著 磯田 道史/解説 講談社刊  
請求記号 N2105/クレ

[ 今月の図書館夏イベント ]

- 図書館に行こう!
- 中央図書館【月曜日休館】 (☎861・4501)
  - 夢みらい図書館【火曜日休館】 (☎833・7727)
  - 牟礼図書館【月曜日休館】 (☎845・4113)
  - 香川図書館【火曜日休館】 (☎879・8970)
  - 国分寺図書館【月曜日休館】 (☎874・6309)
  - 瓦町サテライト (☎812・7535)

- 中央図書館
- 夏休み特別講座  
「図書館を使った調べる学習相談会」  
時 8月2日(日)・12日(水)、午前10時～11時30分、午後1時30分～3時  
内容 調べる学習に関するアドバイスなど  
対象 小学生 ¥無料 ※希望者は直接会場へ。  
●夏のおたのしみ会  
時 8月9日(日)午後2時～3時 内容 紙芝居や大型絵本、手あそびなど 対象 幼児～小学生 ¥無料 申込先着50人※希望者は直接会場へ。  
問 中央図書館(☎861・4501)

- 牟礼図書館
- 夏休み調べ学習応援講座  
「図書館大けんきゅう！」  
時 8月10日(月)午後2時～3時 対象 小学生 申込先着15人 ¥無料 申 8月1日(土)午前9時30分から電話が直接同図書館へ。  
●体験学習講座  
「親子で遊ぼう!～読み聞かせ、わらべ歌、おもちゃ作り～」  
時 8月23日(日)午前10時～正午 対象 乳幼児～小学生と保護者 申込先着20組 ¥無料 申 8月1日(土)午前9時30分から電話が直接同図書館へ。  
問 牟礼図書館(☎845・4113)



(過去の様子)

★イベント内容は一部変更になる場合があります。イベントの詳細やおはなし会、移動図書館などの情報はこちらから



ミュージアム情報

- 市美術館 (紺屋町 ☎823・1711)
- 塩江美術館 (塩江町 ☎893・1800)
- 埋蔵文化財センター (番町一丁目 ☎823・2714)
- 歴史資料館 (昭和町一丁目 ☎861・4520)
- 香南歴史民俗郷土館 (香南町由佐 ☎879・0717)
- 石の民俗資料館 (牟礼町 ☎845・8484)
- 讃岐国分寺跡資料館 (国分寺町国分 ☎874・8840)
- 菊池寛記念館 (昭和町一丁目 ☎861・4502)

高松市歴史番組  
高松歴史探訪「高松城へ向かう道 讃岐五街道～仏生山街道(一)～」  
8月2日(日)13:30～13:45  
BSテレビせとうちで放送!

- ①にこにこ・わくわく見て楽しい鉄道模型展  
8月1日(土)・2日(日) 午前10時～午後4時(2日は3時まで)  
三密を避けるため、当日人数制限有 ¥無料
- ②オンラインde こんにちは!  
9月10日(木)・11日(金) 午後2時～3時30分  
[Zoom]体験 ※スマホかタブレット持参。 ¥無料 託児有(1週間前までに要予約)
- ①②いずれも、男女共同参画センター 同センター(☎833・2282)へ。
- ボラえもんのマジック入門  
8月23日(日)午前10時30分～午後0時30分  
市民活動センター 5種の手品&マジック 申込先着20人 ¥200円 申 来館、電話、ファクスで同センター(☎812・7534 FAX812・7537)へ。

- 「令和元年度高松市遺跡発掘調査報告展・屋島石切丁場展」  
7月28日(火)～9月22日(火)、午前9時～午後4時30分  
讃岐国分寺跡資料館 奥ノ池遺跡、川島郷遺跡の調査速報と「石材産地としての屋島」の調査報告展  
休月曜日 ¥一般100円、高校生以下・65歳以上無料 問同館(☎874・8840)
- 企画展 「このころの奥にある風景展—原風景を訪ねて」  
8月1日(土)～9月22日(火)、午前9時～午後5時  
塩江美術館 同館コレクションの中から、だれもが持つ「このころの故郷」へ立ち返り、懐かしみの感情に誘います。休月曜日 ¥一般300円、大学生150円、高校生以下・65歳以上無料 問同館(☎893・1800)
- 高松戦災・原爆写真展  
8月8日(土)～14日(金) 午前10時～午後9時(14日は、午後5時まで)
- 企画展「往還今昔 香南町の道とにぎわい」  
9月6日(日)まで 午前9時～午後5時  
香南歴史民俗郷土館 昭和時代以降の写真史料を中心に、香南町の道の変遷と道沿いのにぎわいを振り返る 休月曜日 ¥無料 問同館(☎879・0717)
- IKÔDE瓦町 展示コーナー 高松空襲や広島、長崎に投下された原爆の関連資料を展示し、平和について考えます。 ¥無料 問平和記念館(☎833・2211)



池田利夫「西瓜」(版画集「野の贈りものより」)1997



池田利夫「西瓜」(版画集「野の贈りものより」)1997

## たくさんの寄贈 ありがとうございます

“新型コロナウイルス感染症対策に役立ててほしい”と、マスクをはじめたくさんの寄贈等をいただきました。ご支援いただいたものは、医療機関、放課後児童クラブ、保育所・こども園・幼稚園、学校給食施設などで、本市の感染症対策に活用させていただいています。

- 下笠居無名会
- 濱協商事合同会社
- 株式会社夢グループ
- 株式会社中央
- 非営利株式会社ビッグ・エス インターナショナルおよび株式会社ギフトグッズ
- WeBase 高松
- 株式会社宗家くつわ堂
- 株式会社ルーヴ
- 株式会社カマタマーレ讃岐
- ツジセイ製菓株式会社
- 株式会社成承
- 株式会社アロバー
- 株式会社ヨネザワ
- 牟礼町婦人会・日赤奉仕団牟礼分団
- 株式会社松本光春商店
- 香川県遊技業協同組合
- 一般社団法人四国華僑華人連合会
- こがね製麺所 鬼無店
- ジェリーズポップコーン SP
- ドン・キホーテ パウ高松店
- ナック代理店高松環境衛生事業部
- 第一生命保険株式会社東四国支社
- 東 喜久雄

(敬称略・順不同)

その他匿名の方も含め、多くの皆さまからのご厚意に感謝いたします。  
この場をお借りし、お礼申し上げます。

## フォト日記 photo diary



### 5/28 できることから、進めよう！ オンライン授業に向けて

総合教育センターで「オンライン授業実施に向けた教育委員との意見交換会」が開催されました。  
本市では、新型コロナウイルス感染症拡大防止による、小・中学校等の臨時休業など、さまざまな状況においても、子どもたちの学びを止めないように、オンライン授業に向けた環境整備や運用方法などの課題解決に向けて準備を進め、今できることは何か、などについて話し合いを行いました。

5/ 28 29 30 31 6/1 2 3



### 6/4 青空の下で元気に収穫体験！ たくさんとれたよ！

仏生山公園内にある畑で「野菜の収穫体験実習」が行われました。青空幼稚園の園児45人が参加して、ジャガイモの収穫体験をしました。園児らは土の中からジャガイモを見つけると、「大きい！」と歓声をあげ、友達と競いながらたくさん掘っていきました。この日は、みんなで約350Kgのジャガイモを収穫し、「持って帰ってカレーを作ってもらおう」とうれしそうに話していました。

玉藻公園「桜の馬場」で、早朝6時30分から「お城ヨガ」が開催されました。4月から9月の毎週金曜日早朝に開催される「お城ヨガ」は、平成26年夏の開始以来、延べ約1,200人が参加しています。

サツキツツジが見頃の玉藻公園で、参加者はインストラクターの指導のもと、ソーシャルディスタンスを保ちつつ、ゆっくりカラダをほぐしながら、気持ちのいい太陽の光を感じました。



### 5/29 1日の始まりはゆったりした気持ちで お城ヨガで始まる新しい週末

4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21



### 6/13 地元事業者をみんなで応援！ 競輪場でドライブスルー〜♪

高松競輪場の駐車場で「『タカマツおうちメシ』プロジェクト ドライブスルーでちょっとおでかけ」が開催されました。このイベントは、身近な場所で地域の魅力を再発見できるところを紹介するとともに、県内飲食店の人気メニューをドライブスルー方式でテイクアウトできるもので、たくさんの車が列をつくっていました。



### 6/19 色とりどりの花を咲かせて 伝統的ものづくりを体験

国分寺北部コミュニティセンターで「讃岐かがり手まり教室」が行われました。香川の手まりは、草木染めの綿の糸でかがり、幾何学模様を描くのが特徴です。この日は、古典模様の菊かがりを応用した五弁の花をかがりました。最初は難しそうでしたが、讃岐かがり手まり保存会の皆さんに教えてもらいながら色とりどりの花を咲かせていました。



# Bright Eyes

～たかまつでかがやくひと～

vol.4

第28回菊池寛ジュニア賞最優秀賞の作品は、菊池寛記念館のホームページで公開しています。ぜひご覧ください。

菊池寛記念館  検索



第28回 (令和元年度)

## 菊池寛ジュニア賞 最優秀賞受賞

【中学校の部】  
『ブラボー』  
桜町中学校 2年 (受賞時は1年)  
**紅野 苺 さん**  
Kono Ichigo

【小学校の部】  
『先生からの贈りもの』  
大手前丸亀中学校 1年 (受賞時は国分寺北部小学校 6年)  
**井上 紬 さん**  
Inoue Tsumugi

遠く離れた異国の地で、偶然居合わせた人たちが私にかけてくれた言葉「ブラボー」。初めて外国のピアノコンクールに参加し、不安でいっぱいだった私の気持ちを、みんなからのこの一言が払拭してくれました。私の演奏を認めてくれたことだけでなく、それを声にして伝えてくれたことが本当に嬉しく、その時の光景は、今でも鮮明に記憶に残っています。この出来事以来、私は、自分が満足するためではなく、聴いてくれる人の心に届くような演奏を心がけるようになり、ピアノが持つ奥深さについて知るきっかけにもなりました。

受賞作『ブラボー』は、たった一言の言葉でも、人の心の支えとなり、勇気を与えてくれる力を持っている、このことを私自身が忘れないように書き留めておきたいという想いから生まれた作品です。できるだけ遠回しな表現は避けて、自分の気持ちをありのままに、ストレートな言葉で綴っていきました。

私は、これからも、言葉が持つ力を大切にして周囲の人と接し、将来は世界のいろいろな国の人たちと交流できるような仕事に就きたいと思っています。

大好きだった先生の存在が、小学校6年間、私の心のよりどころでした。先生は、集団生活が苦手だった私に、少しずつ友達との関わりが持てるよう気遣ってくれて、また、いつも私を心配する家族の気持ちにも寄り添ってくれました。いつしか、先生のおかげで友達も増えて、学校が楽しい場所だと思えるようになったのです。だから、先生の異動が決まり、会えなくなると知ったときは、私も家族も本当に寂しかったです。

卒業を目前に控え、私は数年ぶりに先生へ手紙を書くことにしました。小学校最後の夏休みに先生への感謝の気持ちを作文にしたこと、そして、その作品が最優秀賞に選ばれたことを伝えました。すぐに返事をいただき、先生は心から喜んでくれている様子で、中学生になる私へのエールも添えてくれていました。

将来は、先生のように一人一人の児童と向き合い、困った時や不安な時の心の支えになってあげられるような学校の先生になるために勉強を頑張っています。

『先生からの贈りもの』。それは、今、私が未来へ向かって歩む後押しをしてくれている「夢」だったので。

### 編集後記

今月号は、「美味しい学校給食のひみつ」と題し、今も昔も子どもたちの健康を支える「学校給食」について、特集をしました。記事を読んで、ご自身の給食の時間を懐かしく思い出された人もいるのではないのでしょうか。

時代とともに学校給食の役割は変化し、現在では、小児生活習慣病予防の取り組みや給食を生きた教材とした様々な食育指導が行われています。

今回の特集では、給食センターへの食材の搬入から、給食が子どもたちへ届けられるまでの様子のほか、本市の学校給食に関する取り組みも紹介しています。

今回の取材を通して、たくさんの方に支えられて給食が子どもたちへ届けられていること、また、給食にはたくさんの方の思いが込められていることを改めて感じました。

今日も「いただきます」「ごちそうさまでした」に感謝の気持ちを込めたいと思います。

◆「広報 高松」の配布に関するお問い合わせは  
.....  
広報誌配布センター  
☎0120・030・702  
FAX883・6539

- 以下の地域の皆さんは、各地区コミュニティセンターまで。
- ・新塩屋町(☎822・1066)
  - ・国分寺北部(☎874・5805)
  - ・女木(☎873・0105)
  - ・男木(☎873・0002)