

たかまつ労政だより

《 編集・発行 》
高松市 創造都市推進局
産業経済部 産業振興課
高松市番町一丁目8番15号
TEL 839-2411
FAX 839-2440

2023年 9月号 No.148

※「QRコード」は、株式会社デンソーウェブの登録商標です。

9月は障害者雇用支援月間です！

厚生労働省及び(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構では、障害者雇用への理解と関心を深めるとともに、障害者の職業的自立を支援するため、毎年9月を「**障害者雇用支援月間**」と定めています。障害者の方が一人でも多く働く場を得られる社会の実現のため、皆さまの御理解・御協力をお願いします。

高松よろず経営相談会（無料個別相談会）の御案内

資金繰りや補助金、その他経営に関することを相談してみませんか？専門のコーディネーターが対話を通じて本質を探り、実践的な解決策をアドバイスします！

▶開催日時

開催日：毎月第1水曜日（例外月もあり）
時間：① 9：00～ ② 10：30～
③ 13：00～ ④ 14：30～
⑤ 16：00～（各1時間程度）

※相談を希望される場合は、**事前に御予約ください。**
予約状況によっては、御希望の時間に相談を受けられない場合がございます。

▶場所

高松市役所本庁舎7階 産業振興課

▶費用

無料



よろず支援拠点とは

国が平成26年度に全国47都道府県に設置した無料の経営相談所です。



香川県よろず支援拠点HP

▶申込対象者

企業経営者・個人事業主の方 等

▶相談相手

香川県よろず支援拠点のコーディネーター

▶申込方法（2通り）

- ・申込フォーム（右記QRコード）
- ・電話（下記お問い合わせ先）



高松市相談会
申込フォーム

お問い合わせ先

高松市産業振興課 TEL：087-839-2411

外国人就労・定着支援研修

「しごとのための日本語」の御案内

定住外国人等の日本における安定的な就職及び職場定着の促進を図るため、読み書きが苦手な人向けに、働く場面で使う日本語、ルール・マナーなどを勉強する研修を開催します！

▶研修期間・時間

期間：令和5年10月23日～令和6年2月5日
日時：月、水、金曜日 18：00～21：00

▶場所

香川県社会福祉総合センター

▶受講料

無料

▶対象者

永住者、永住者・日本人の配偶者、定住者 等



委託元：厚生労働省

一般財団法人

受託先：日本国際協力センター
(JICE)

詳しくはこちら →

一般財団法人
(日本国際協力センターHP内)



▶対応言語

英語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、
ベトナム語、ロシア語

▶申込窓口

ハローワーク高松（TEL：087-806-0045）

※ 申込期限：令和5年10月13日
(申込多数の場合は、期限前に受付を終了することがあります。)

▶その他

申込後、レベルチェックテストを実施します。

お問い合わせ先

一般財団法人日本国際センター（JICE）

- ・関西支所 TEL：072-624-8686
- ・調整員 大石 TEL：080-4337-1563

毎年10月は加入促進強化月間です。

詳しくはホームページへ
中退共 検索

お問合せはお気軽に
(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234
FAX (03) 5955-8211

パートタイムさんや家族
従業員も加入できます

簡単
● 外部積立型で管理が簡単
● 退職金試算額もお知らせ

有利
● 掛金は全額非課税助成
● 掛金の一部を国が補助

安心
● 確実な退職金支払
● 安心の資産運用

中退共の
退職金制度なら
社長の決断、
応援します。

退職金

理不尽なクレームや叱責など、周囲から怒りを向けられて悩んでいませんか？ こころの元気度を測ってみましょう！

「こころの体温計」では、携帯電話やパソコンを利用して、気軽にストレスや落ち込み度をチェックできます。体調が悪いときに体温計で体温を測るように、「こころの体温計」でこころの健康状態をチェックしてみましょう。



高松市 こころの体温計 [検索](#)

利用料は無料ですが、通信料がかかります。個人情報は一切取得しません。

結果に関わらず、気になることがある時は、早めに専門機関にご相談ください。



人は怒りを上手にコントロールできると、
年収が約2倍になり平均寿命が7年長くなるという説がある

「怒り」の感情を上手にコントロールすることで、より快適な生活を営むことができます。怒りの根源には基礎感情（苦痛、さみしさ、心配、絶望、不安、ストレス、悲しみ、痛み、恐怖、弱さ）があります。その感情をわかってもらうために、わざわざ相反する「怒り」を使ってしまいます。

怒りを使ってしまったら、人間関係がどうなるか？ わかって欲しいという、距離を縮める本質とは逆に、相手との距離は広がってしまいます。

怒りを使う前に、自分の中にある「～すべき」「であるべき」の考えを改めてはかかでしょうか。自分の中の「べき」が他の人と同じであるはずは絶対無く、その同じでないことが、「裏切られた！」とか、「信じられない！」とかの怒りの発生する原因となります。人は人、自分は自分なのです。

つなげる、
つながる

2023-24
KAGAWA FIVEARROWS



高松市健康づくり推進課
×香川ファイブアローズ
「ゲートキーパー啓発動画」

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

お問い合わせ・こころの健康 についての相談は
高松市健康づくり推進課 精神保健係 Tel(087)839-3801
月～金曜日（祝日、年末年始を除く）9：00～17：00

Let's Try 野菜たっぷり生活

▶ 実施・応募期間 2023.8.31(木)～11.30(木)

あなたは毎日しっかり野菜を食べていますか？健康のために食べたい野菜の量は**1日350g以上**です。高松市は皆様の野菜たっぷり生活を応援するために、**8月31日（野菜の日）**から、スマートフォン等のモバイル端末を使って参加・応募ができる『Let's Try 野菜たっぷり生活』を実施します。

外食やテイクアウト等を利用する際も『野菜たっぷり』を意識してみてください。

『Let's Try 野菜たっぷり生活』に参加して、野菜を美味しく、もっとたっぷり食べましょう。

8月31日（野菜の日）には一部店舗でキックオフイベントを開催します！詳細は下記QRコードよりご確認ください。



参加方法

① 対象店舗で対象となる
野菜たっぷりメニューを注文する



② 対象店舗に設置されている
専用QRコードから応募



③ **抽選で素敵な賞品**が当たる



賞品

- 高松産ごじまん品野菜等詰め合わせ (40名様)
- 協賛企業提供賞品詰め合わせ (20名様)
- 香南アグリ野菜収穫体験ペアチケット (10名様)

対象店舗、キックオフイベント
情報等 詳細はこちら



問い合わせ先

高松市健康づくり推進課
高松市桜町一丁目9-12（高松市保健センター内） TEL 087-839-2363