

豊かで暮らしやすいまち

## 広報まるがめ

世界に羽ばたけ! 丸亀なでしこ



## Topics

瀬戸内国際芸術祭2019  
本島会場

平成30年度決算

保育施設など  
入所受付のご案内

まるがめみちあかりプロジェクト

## ●COVER

女子サッカーチームの丸亀  
ELFとFC Stellaの皆  
さん。詳しくは、4ページ  
に掲載。

# 国内女子サッカーのルーツのひとつ 世界に羽ばたけ! 丸亀なでしこ

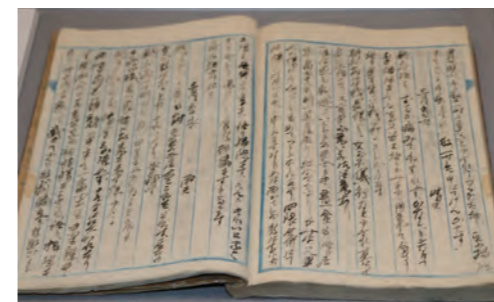
## 「丸亀なでしこ」

大正8・9年頃の丸亀高等女学校（現在の県立丸亀高等学校）の女学生たちが、丸亀城を背にフットボール（サッカー）をしている写真絵はがきが、平成23年に本市で発見されました。また、明治末期より校内でサッカーが行われていた事実も明らかとなっていて、全国的にもごく早い時期に、丸亀の女学生がサッカーをしていたことで注目を集めています。

市では、この事実を県内外に発信していくとともに、女子サッカーの活躍を応援・普及していくと取り組んでいます。今回は、その取り組みや現在の丸亀なでしことして活躍するチームを紹介いたします。



①②大正時代に丸亀高等女学校の運動会で行われたフットボール（サッカー）を写した絵はがき2枚。始業前の運動や運動会競技に取り入れていたようです。（市立資料館所蔵）  
③女子サッカーチーム「丸亀ELF」



明治時代の女生徒の日記。「三月五日火 晴天」「フットボールをす」と書かれている。（県立丸亀高等学校所蔵）



PR動画の視聴はこちらから



丸亀なでしこのPR動画を作成。丸亀高校演劇部の生徒が出演

## 聖地を盛り上げるべく

●平成23年に、サッカー女子ワールドカップで優勝した「なでしこジャパン」のゴールキーパーコーチ、前田信弘さんが母校の飯野小学校で講演会を実施。

●平成27年5月の「2015 FIFAワールドカップ」に出場する「なでしこジャパン」を招致し、丸亀で直前合宿を実施。

●平成28年2月、市主催の「丸亀なでしこスマイル☆サッカー交流大会」を開催し、全国の女子サッカーチームに呼び掛けて毎年実施。

●県立丸亀高等学校の生徒が出演



なでしこジャパンのゴールキーパーコーチを務めていた前田信弘さん（平成24年2月号の広報丸亀より）



第2回丸亀なでしこスマイル☆サッカー交流大会で優勝した FC Stella & 丸亀ELF（平成29年3月号の広報丸亀より）

した、PR動画「丸亀なでしこ夢プラン」を作成。現在市役所内などで放送中。

●令和元年7～8月「丸亀の歴史を彩った女性たち」の企画展を市立資料館で開催し、丸亀高等学校の「大正のなでしこ」に関する資料などを展示。

ほかにも、県立丸亀高等学校の演劇部による「フットボールの時間」が、昨年全国高校総合文化祭の演劇部門で文部科学大臣賞を受賞。令和2年には、香川県をオーロケ地として映画化される予定です。



丸高演劇部が「フットボールの時間」で全国大会日本一を受賞（平成30年9月号の広報丸亀で特集）



「フットボールの時間」の映画化に向け、監督を務めるフリーランスの番組ディレクター・坂本春菜さんらが市長を表敬訪問

## サッカー日本女子代表前監督 佐々木則夫 講演会

### 「なぜ 女子サッカー なのか？」



©NorihikoOkimura

- 日 時：11月9日（土）  
午前10時～11時
- 場 所：アイレックス 大ホール
- 料 金：無料（入場整理券が必要）
- その他：生涯学習センター、アイレックス、市民体育館、スポーツ推進課で入場整理券配布中
- 問い合わせ：スポーツ推進課 ☎24-1392

# 瀬戸内国際芸術祭2019 秋会期 本島会場

2010年に始まり、今回で4回目となった同芸術祭。本島では、秋会期の会場として9月28日(土)に開幕し、様々なアート作品を展示。島内外の人が協力し、同芸術祭を盛り上げようと活動する姿を中心に紹介します。  
※11月4日(振休)まで開催



春会期に沙弥島で展示した漁網に、今回丸亀5島など計9島で制作された漁網を合体し、全長120mの作品に仕上げた「そらあみ連結式」



本島中学校の生徒による太鼓演奏



開会式を前に、もち投げでおもてなし



本島を訪れる人をお出迎え



島を訪れた人に、地元の野菜・魚などを使った漁師汁を振る舞いました



とれたての魚を漁師がさばくパフォーマンス



今回新しく制作されたアート作品



古いまちなみが残る笠島地区にも多くの人が



「また来てね」と思いを込めて、丸亀港へ帰る船を見送る「送り太鼓」

## 市内の女子チームとして 唯一活動する「丸亀E.L.F」

### 発足のきっかけ

丸亀市で活動する女子サッカーチームの「丸亀E.L.F女子F.C.」。白川孝男さんを代表に、丸亀市の女子を中心としたキッズから大人までで構成されたチームです。丸亀E.L.Fスタッフの大星敬子さんは、20年前、小学校のスポーツ少年団卒業後もサッカーを続けたくて高松の女子チームまで練習に行っていた女の子を見て、その子の後に続く女子のためにも「丸亀で女子のチームを作ろう」と決断。平成15年に同じ思いを持った



練習風景

スタッフとともに選手を集めて発足しました。現在、選手は市内外の小学生から大人まで約30人が活動しています。

### 現在…そして未来へ向けて

今年の中学生年代は、合同チームとはいえ、5月のU-15大会県予選で優勝し、四国大会に出場。丸亀E.L.Fの選手たちを間近で見ている大星さんは「中学生になり、日々成長している多くの可能性を持った選手たちです」と話します。また、男子と一緒に活動している小学生は、5年ほど前から「F C ステラ & E.L.F (中讃地区女子合同チーム)」としての活動も行っており、県協会主催のU-12大会に参加。過去には、全国からチームが集まってくる「琵琶湖カップ」などサッカー大会へも参加しています。

一方で、課題もあるようです。「各年代ごとの大会出場のための人数不足が問題になっています。最近では、市サッカー協会の協力を得て、女子だけのキッズサッ

カー教室や、市内での低学年女子の校区対抗交流戦も開催予定ですので、興味のある人はぜひ参加してほしいです。そして、これからの目標は、四国大会、全国大会へと参戦できるチーム、選手になっていくこと。また、卒団してもいつでも気軽に戻って来られるチームでありたいですね」と笑顔で話してくれました。

これからも、丸亀で、香川で、日本で、そして世界で活躍してくれるよう、丸亀なでしこを応援します。



U-15県予選大会で優勝



積極的にプレーする丸亀ELF



丸亀ELF小学生チーム  
キャプテン 飯野小6年  
横井萌々香さん

「私は、E.L.F.に入って仲間  
の大切さや、サッカーの楽し  
さ、厳しさを学びました。中学  
生になっても、コーチや先輩に  
いろいろ教わり、チームを引  
張っていきけるような強い選手に  
なりたいです」と抱負を語って  
くれました。



「丸亀ELF」の先輩・山崎涼帆さん(20)は、U-17日本代表を経験し、現在はアメリカのマーティンメソジストカレッジチームで活躍しています



今年設置した新しい看板(写真右上)と、バス停で使用されていたものを再利用した古い看板(写真右下)



みんなで協力して看板を設置



飯野町内の史跡を探検



長寿クラブの人が小学生に歴史を説明

飯野コミュニティ

ふるさとに親しみを

飯野コミュニティでは、飯野町内にある遺跡などに看板を設置することで、地域の人たちが言い伝えや歴史などを知り、ふるさとに親しみを持つきっかけにしようと取り組んでいます。

古くなった看板を新しく

飯野町内には、55か所の遺跡・古跡があり、平成14年頃看板を設置しました。これには、琴参バスで使用され、廃棄予定だったバス停留所の古い看板を再利用。当時、看板を自分たちの手で一つ一つ塗り直して、設置しました。それらが15、16年を経て、見えにくくなったり破損していたりするものが多くなったため、今年の2、3月、新しいものに設置し直しました。

9月15日



丸亀うちわの魅力 PR MGCで配布

「マラソングランドチャンピオンシップ」(MGC)が東京都で開催され、丸亀市の職員らが、丸亀の特産である竹製うちわを観客に配布しました。香川県うちわ協同組合連合会や市が、東京五輪・パラリンピック観戦用グッズへの



採用を目指すため、多くの人に丸亀うちわの魅力 PRしようと実施。スタート前には、用意していた1万本のうちわがなくなり、MGCのロゴマークや、丸亀うちわと書かれたうちわを手に観客は選手を応援しました。

9月22日



音楽とグルメの融合

人気アーティストを多く迎えた音楽フェス「MARUGAME GROOVE 2019」が、ポートルースまるがめで開催されました。6回目となった今回は、5000人以上が訪れ大いに盛り上がりしました。「ご当地グルメフェス2019」も同時に開催され、参加者は讃岐のご当地グルメと音楽を融合したぜいたくな時間を、思い思いに楽しみました。

10月1日



前列の左から、優秀賞・岡田小学校3年 池下 空那さん、最優秀賞・城南小学校5年 大島 未津己さん、(教育長)、優秀賞・岡田小学校5年 木村 心美さん、優秀賞・城乾小学校3年 九郎座 蘭さん

明るい社会を目指して

「社会を明るくする運動」丸亀地区小学生作文コンテスト受賞者の表彰式が、ひまわりセンターで行われました。作文を通して、犯罪・非行のない地域社会を目指すことを考えました。

10月1日



地域の互助精神で移動困難な高齢者の生活を豊かに

コミュニティが運営主体で、ボランティアによる高齢者の移動手段事業の合同出発式が行われました。同モデル事業に参加する、岡田・川西・飯山南の各コミュニティは「運転まかせて会員」を募り、高齢者を送迎し利用者はガソリン代を負担。梶市長は「地域の助け合いの中で、うまくいくことを願います」と話しました。

10月3日



石垣復旧工事の安全を祈願

昨年崩落した丸亀城の石垣復旧工事を前に、工事の安全を願う安全祈願祭が行われました。市や議会、工事関係者ら75人が出席。梶市長は、「日本一の石垣復旧という歴史的工事が安全に、一日も早く完成するよう取り組んでいきたい」と語りました。

飯野小学校では、3年生の総合学習の一環で、55か所の遺跡・古跡の中から十数か所を探検する授業があります。毎年飯野コミュニティの長寿クラブの人たちが協力し、子どもたちにそれぞれの場所まつわる言い伝えや歴史などを現地説明。子どもたちは地元に残る遺跡や歴史などに興味を持ち、特に、戦前に飯野町で電車が走っていたことには驚くそうです。また、疑問に思ったことを質問する児童も多く、教室では学べないことを学べるよい機会になっています。

小学校の授業で探検

地域を歩き、再発見

看板を設置することで、地域の人たちの目に入るようになり、「飯野にこんなところがあったのか」と再発見につながりました。また、「歴史を知ることが大切だ」と、地域の人からも好評です。現在飯野コミュニティでは、55か所の遺跡などを巡るコースを検討中で、地域のことをもっと知ってもらったり、健康づくりのために歩いたりできるようなコースを考えています。ふるさとに対する愛情を持つ人を増やすことを目標に、飯野コミュニティの取り組みは続きます。



飯野コミュニティ 会長 吉田 順之さん

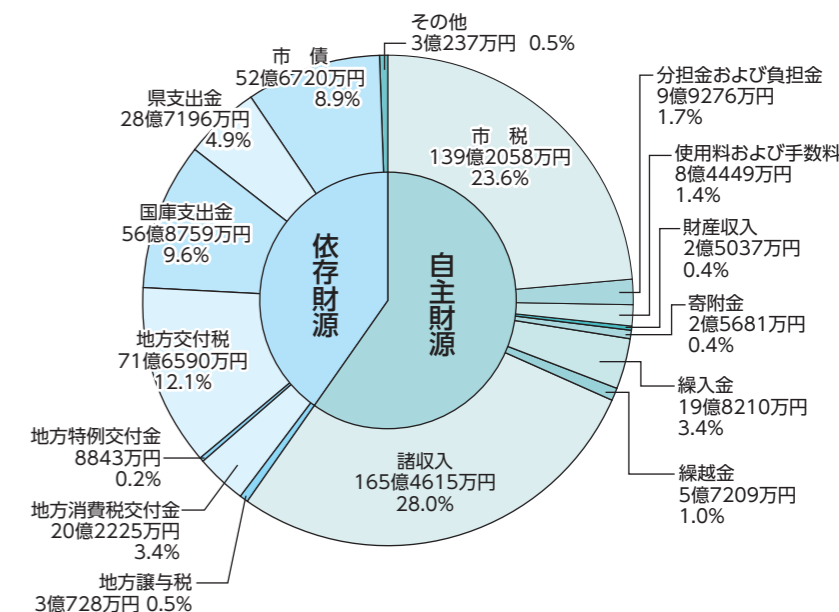
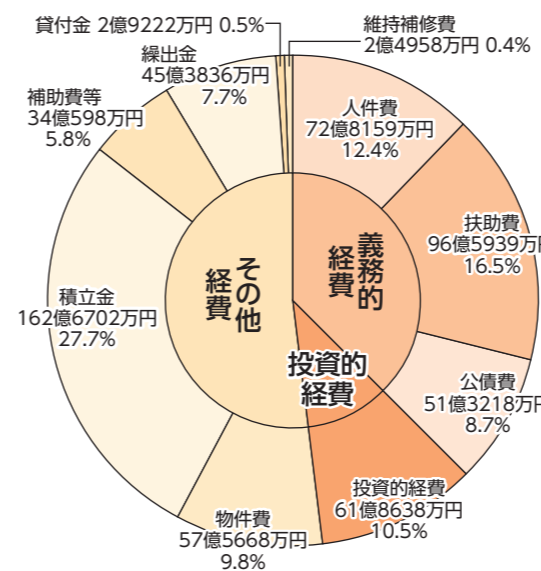
みんなの協力で感謝

平成14年頃、遺跡・古跡に看板を設置したときは、若かったこともあり、みんなで気合を入れて看板を手作りしました。同時に、55か所の遺跡・古跡をそれぞれ詳しく説明したガイドブック「ふるさと探訪記」も作成しました。みんなで手分けして文章を編集しましたが、調べたり簡潔にまとめるのに苦労しました。その甲斐あってか、地域の人たちが遺跡や歴史などに興味を持ってくれたり、小学校の授業で取り入れられたりと、成果も着実にできています。協力してくれた皆さんには本当に感謝しています。これからも、地域で歴史を伝承し、ふるさとへの愛を育んでいけるよう、活動を続けていきたいと思っています。

丸亀市の平成30年度の決算状況をお知らせします。一般会計の歳入は前年度決算に比べ46.2%増加、歳出は47.5%増加しましたが、昨年までに引き続き決算は良好です。

**歳出総額 587億6938万円**

**歳入総額 590億7833万円**



## (一般会計) 歳入歳出の決算状況

**〔歳入〕**  
歳入の総額は590億7833万円、前年度と比較して18.6億6964万円の増となりました。市税や地方交付税が減少した一方で、城辰保育所施設整備、市庁舎等複合施設整備、コミュニティセンター整備・耐震化など、投資的経費の財源として、地方債が11億4780万円増加しました。また、将来の財政需要に対応するための基金積立を目的としたモーターボート競走事業収入の受け入れを行ったことや、昨年崩落した丸亀城石垣修復に係り、全国の皆さんから多くの寄附をいただいたことなどで、諸収入が大幅に増加しました。財源不足を補うため、財政調整基金などを取り崩したことで、繰入金は19億8210万円となっています。

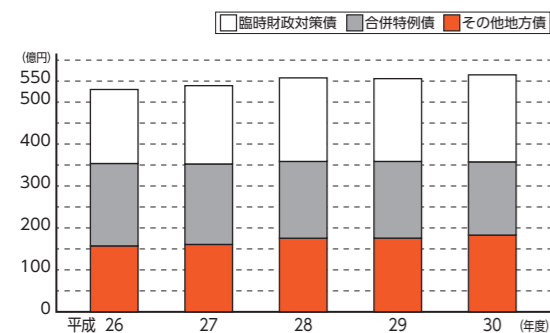
**〔歳出〕**  
歳出の総額は587億6938万円、前年度と比較して18.9億3278万円の増となりました。主な原因は、合併特例債などの償還の本格化に伴う公債費5億92万円、城辰保育所施設整備、市庁舎等複合施設整備などの大型事業の経費21億1843万円、基金への積立金15億6733万円といった支出の増加などがあげられます。歳入歳出の差引額3億895万円のうち、令和元年度にかけて継続する事業に要する財源1億1988万円を除いた1億8907万円を、令和元年度へ繰り越しています。

## 平成30年度の決算を市民1人あたりに換算

内 訳	一人当たり決算額	内 訳	一人当たり決算額
議会に要する経費(議会費)	3074円	道路、公園整備などの経費(土木費)	14万6860円
コミュニティや交通対策、行政運営に要する経費(総務費)	6万2361円	消防活動に要する経費(消防費)	1万5588円
保育や障がい者支援など各種福祉事業の経費(民生費)	16万4362円	教育や文化、スポーツ振興に要する経費(教育費)	4万8320円
環境や健康を守る経費(衛生費)	2万9631円	台風などの災害復旧費(災害復旧費)	1360円
勤労者支援に要する経費(労働費)	1185円	市債の返済経費(公債費)	4万6963円
農林水産業振興に要する経費(農林水産業費)	7233円	その他の支出(諸支出金)	2709円
商工業や観光の振興に要する経費(商工費)	8136円	<b>合 計</b>	<b>53万7782円</b>

\*一人当たりの経費は、平成31年4月1日現在の常住人口(109,281人)をもとに計算しています。

■グラフ1：市債残高(一般会計)の推移



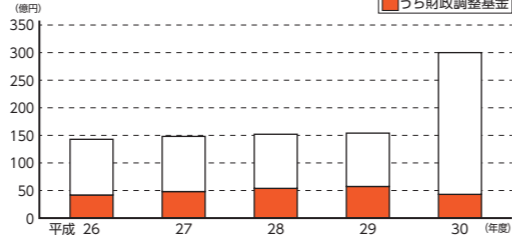
**市債(借入金)の状況**  
平成30年度末の一般会計の市債残高は558億8763万円で、前年度と比較して4億5480万円増加しました(グラフ1参照)。これら市の借入金の残高は、これまで取り組んできた教育施設の耐震化などの財源として活用した合併特例債のほか、地方交付税の代替財源である臨時財政対策債の発行によるものです。これらの地方債は、返済費用が地方交付税として国から措置され、財政負担が軽減されるものが多いことから、市ではこのような有利な地方債を活用し、まちづくりを進めています。

●市有財産などの現況(平成30年度末現在)

種 別	保有量	備 考
土地 (うち共有林)	7,902,874㎡ (1,029,877㎡)	庁舎、学校、保育所、公営住宅、公園、山林など
建 物	495,395㎡	
出資による権利	8億5480万円	香川県広域水道企業団やミモカ美術振興財団への出資金など
債 権	10億745万円	市民税特別徴収分、市民球場施設命名権料など
基 金	300億3369万円	公共施設建設や財源調整などのために設けられた市の貯金
有 価 証 券	2億6867万円	(株)香川県中部流通センターや中讃ケーブルビジョン(株)の株券など

**市有財産などの状況(平成30年度末現在)**  
市有財産のうち、市の貯金にあたる基金は、グラフ2のとおり推移しています。安全安心のまちづくりに活用した合併特例債などの償還が本格化しているとともに、社会保障関連経費も引き続き増加が予想されており、こうした状況に対応するため、財政調整基金など、将来的に必要な財源を積み立てています。平成30年度は、大手町地区再編整備事業、丸亀城石垣復旧事業などの財源のほか、特別会計も含め165億1993万円の積み立てを行ったため、積立額は大幅に増加しています。

■グラフ2：基金残高の推移



## 特別会計の状況

特定の事業を行うために、一般会計と分けて設置される特別会計には、国民健康保険特別会計など8つの特別会計があります。各会計の決算概要は右表のとおりです。

会 計 名	歳入総額	歳出総額	歳入歳出差引額
国民健康保険特別会計	124億2847万円	121億2026万円	3億821万円
国民健康保険診療所特別会計	8693万円	8693万円	0万円
公共下水道特別会計	34億1457万円	34億1237万円	220万円
農業集落排水特別会計	1億5373万円	1億5306万円	67万円
駐 車 場 特 別 会 計	1億1602万円	1億1472万円	130万円
後期高齢者医療特別会計	13億6816万円	13億6368万円	448万円
介護保険特別会計	87億2605万円	85億1693万円	2億912万円
介護保険サービス事業特別会計	9206万円	9206万円	0万円
合 計	263億8599万円	258億6001万円	5億2598万円

## 健全化判断比率の状況

健全化判断比率は、財政の早期健全化や再生の必要性を判断するために国が定めている指標です。この指標が国の定めた基準を上回った場合、「財政健全化計画」や「財政再生計画」を策定し、財政再建に取り組まなければなりません。平成30年度決算に基づく市の各指標は、いずれも国が示す基準を下回っており、財政状況は引き続き良好であるといえます。

平成30年度の将来負担比率が「-」となっているのは、大手町地区再編整備事業などの財源として、モーターボート競走事業収入を基金に積み立て、基金残高が大幅に増加したことなどによるものです。

●健全化判断比率

指標	丸亀市の状況		国が示す基準	
	平成30年度	(参考:前年度)	早期健全化	財政再生
実質赤字比率 ※1	-	-	12.08	20.0
連結実質赤字比率 ※2	-	-	17.08	30.0
実質公債費比率 ※3	5.8	4.8	25.0	35.0
将来負担比率 ※4	-	61.7	350.0	-

- ※1. 実質赤字比率：一般会計などの赤字の程度を指標化したもの。(黒字の場合は「-」)
- ※2. 連結実質赤字比率：市の全会計の収支を合算し、地方公共団体としての赤字の程度を指標化したもの。(黒字の場合は「-」)
- ※3. 実質公債費比率：一般会計などが負担する市債の元利償還金やそれに準じる負担などが標準財政規模に占める大きさを指標化したもの。
- ※4. 将来負担比率：一般会計などが将来負担すべき実質的な負債がどの程度あるのかを指標化したもの。(比率がない場合は「-」)

用語の説明

## 第3回 森のまつり

都市計画課 ☎24-8843/同実行委員会事務局 ☎86-3001

日時：11月10日(日) 午前10時～午後2時半  
場所：綾歌森林公園 多目的研修棟周辺

- 多目的研修棟**  
保育所・こども園の園児、小学校児童の作品展  
綾歌中学校美術部生徒の作品展
  - 屋外特設ステージ**  
綾歌中学校吹奏楽部の演奏、どんぐりコマ回し大会、丸太切り大会、ビンゴゲームなど
  - 体験イベント**  
竹パン焼き体験、どんぐりコマ作りなど
- ※駐車場など、詳しくはお問い合わせください。

## スポーツホームタウン丸亀

### 高校野球の招待試合開催!

香川県高校野球連盟が、石川県・星稜高校を招待し、高校野球秋季県大会の上位校と対戦します。

- 🕒 日時：11月23日(祝)・24日(日)
- 📍 場所：レクザムボールパーク丸亀(金倉町)
- 📞 問い合わせ：開始時刻や料金など詳しくは、レクザムボールパーク丸亀 ☎35-8200

### カマタマーレ讃岐【11月の試合日程】

日	キックオフ	対戦相手	会場
3日(祝)	午後1時	FC東京U-23	Pikaraスタジアム
10日(日)	午後1時	福島ユナイテッドFC	福島県
17日(日)	午後1時	SC相模原	Pikaraスタジアム
24日(日)	午後3時	ギラヴァンツ北九州	福岡県

## オール四国+岡山県 合同公売会 in 丸亀

市税などの滞納処分で差し押さえた財産を、入札により売却します。ぜひ、ご来場ください。



日時：11月24日(日) 午前8時半開場  
入札 午前9時半～10時(予定)  
競り売り 午前10時20分(予定)  
場所：飯山中学校体育館  
持参物：購入代金、身分証明書(運転免許証や保険証など)、代理人が参加する場合は委任状  
問い合わせ：税務課徴収担当 ☎24-8856

## 妙法寺で与謝蕪村複製画「蘇鉄図」を公開中

俳人画家の与謝蕪村が、1766年から1768年にかけて讃岐国を訪れた際に描いた作品「紙本墨画蘇鉄図」が、国の重要文化財として妙法寺(富屋町)に大切に保管されています。その名画の作品が、今回デジタル技術を用いて屏風から本来の襖に再現され、複製画として公開されています。画題となった「崩れ石の庭」(小堀遠州作庭)や、他の文化財作品も併せて公開中です。ぜひご覧ください。



時間：午前9時～午後4時(入場は午後3時半まで)  
拝観料：500円(中学生以下無料)  
問い合わせ：妙法寺 ☎22-7881



丸亀の豊かな自然を、家族や友人と満喫できるイベントです。 **入場無料**

日時：11月17日(日) 午前10時～午後3時

- Keep calm and Relax ～山でまったり～**  
場所：畦田キャンプ場  
●お酒や食べ物マルシェ、香川発アウトドアギア展示、電動マウンテンバイクの体験試乗会
- 3Tマウンテン**  
場所：綾歌森林公園 語らいの広場  
●手作り体験ブース(ペットボトルロケット、ホットドック作り)、電動バイクの体験試乗会など
- あやうた城山ツアー**  
●讃岐平野から瀬戸内海まで一望できる感動体験  
※駐車場は、①あやうた温泉 湯舟道、②③綾歌総合運動公園をご利用ください。  
問い合わせ：丸亀市飯綾商工会 ☎98-2236

## 〈連載〉あの美しい石垣をもう一度 ⑫

教育部総務課文化財保護室 ☎22-6278

### 販売場所が増えます!

「応援募金付がんばれ! 丸亀城カンバッジ」  
&  
「応援募金付がんばれ! 丸亀城ピンバッジ」

これまで、丸亀城内おみやげショップで販売していた「カンバッジ」と「ピンバッジ」が、11月1日(金)から、次の場所でも販売を始めます。

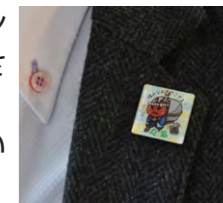
販売場所	販売時間(土・日曜、祝日除く)
市役所売店	午前8時半～午後4時半
飯山市民総合センター	午前8時半～午後5時15分
綾歌市民総合センター	

※瀬戸内国際芸術祭期間中(11月4日(振休)まで)は、丸亀港案内所や本島お土産所でも販売しています。



### 第2弾 「応援募金付がんばれ! 丸亀城ピンバッジ」

カンバッジに続き、ピンバッジも第2弾が発売されました。穴をあける必要のないマグネットタイプです。



### ご支援ありがとうございます 寄附金・募金の状況は下記のとおりです。(10月8日現在)

総額 328,895,980円

募金箱	金額	団体	金額	個人	金額
「がんばれ!丸亀城応援募金」募金箱	8,306,889円	●大手前丸亀中学・高等学校	107,000円	●住みたくなるまち土器	4,491円
「がんばれ 丸亀城支援金」513件(専用口座振込)	62,727,695円	●GIFT2019丸亀城石垣復興チャリティライブ関係者一同	17,748円	●丸亀ととの会	505,000円
●丸亀市ふるさと納税「丸亀城を守り後世に残す事業」「日本一の高さを誇る丸亀城石垣を修復する事業」	75,199,300円	●栗熊コミュニティ	2,463円	●有限会社 ヘアサロン宮武	100,000円
●企業・団体・個人などからの寄附金(9月9日～10月8日)		●大正琴向日葵	88,366円	【個人】	
●コスモ不動産	1,004,757円	●ボーイスカウト綾歌第3団	11,105円	●ふるさと納税は除く 7件	405,000円
		●お城の石垣なおそうチャリティーコンサート	19,091円	(敬称略・順不同)	
		●高松手作り音楽会コーラス「小さな木の実」	8,281円		
		●杉田たかお倶楽部	4,600円		
		●香川県立高松南高等学校	31,577円		



**BOAT RACEまるがめ協賛イベント**

# ギルフェスタ!!

**11月24日(日) 午前10時～午後2時半**

**in 丸亀城大手門広場**

イベントブース  
**タイヤPR**  
**自転車PR**  
**展示ブース&試乗体験**

イベントブース  
**よしもとい人**  
**ずが☆こさく**  
**ワークショップブース**

天守入城で**188円割引券**プレゼント!

HIGHBALL BAL-BARMAN-

会場全体  
**ご当地キャラおもてなし**

ご当地シンガーソングライターライブ、ダンスチームのステージなど他にも楽しいイベント盛りだくさん!

石井賞樹

●問い合わせ/市観光協会 ☎22-0331

11月5日(火)からスタート

# 旧姓(旧氏)が各種証明に使用可能!

## 住民票とマイナンバーカードに旧姓(旧氏)の併記ができます

市民課 ☎24-8810

### 旧姓(旧氏)とは?

結婚などで氏を変更する前の、その人の過去の戸籍上の氏のことです。

旧姓(旧氏)は、一人に1つだけつけられます。



各種の契約や銀行口座の名義に旧姓が使われる場でその証明に使えます



例えばこんなときに便利!

就職・転職時など、仕事でも旧姓で本人確認が可能



### 申請方法

戸籍謄本(旧姓が記載されている戸籍から現在の戸籍に至るまでの連続する戸籍が必要)などと、マイナンバーカード(または通知カード)、本人確認書類を持って市民課窓口で手続きをしてください。

## ～11月は児童虐待防止推進月間～ 189 ちいさな命に待ったなし



児童虐待は、子どもの生命に危険を及ぼすだけでなく、心にも深い傷を残します。人ごとと思わずに、地域全体で取り組むことで、発生予防や早期発見につながります。

保護者が子どもに、次のような行為をすることはすべて児童虐待です。  
身体的虐待……殴る、蹴る、叩く、突き飛ばすなど  
心理的虐待……言葉による脅し、無視、子どもの目の前で夫婦喧嘩をするなど

性的虐待……性的行為の強要、性器や性交を見せるなど  
ネグレクト……家に閉じ込める、食事を与えない、不潔にするなど

### 子どものサイン

- いつも子どもの叫ぶ声がある
- 不自然な傷や打撲の跡がある
- 衣類や体がいつも汚れている
- 落ち着きがなくて乱暴である
- 表情が乏しい、活気がない
- 夜遅くまで一人で遊んでいる

### 保護者のサイン

- 地域などと交流が少なく、孤立している
- 小さい子どもを家においたまま外出
- 子どもの養育に関して拒否的、無関心
- 子どものけがについて不自然な説明をする

### 相談窓口

- 子育て支援課家庭児童相談室 ☎23-2201
- 県中讃保健福祉事務所内 西部子ども相談センター ☎24-3173

※緊急の場合は110番通報を!

189 お近くの児童相談所につながります。

## 令和2年度 保育施設など入所受付のご案内

幼保運営課 ☎35-8892

令和2年4月から、新たに保育所(園)・認定こども園などへ入所(園)を希望する乳幼児(2号、3号認定児)の入所申し込みを受け付けます。

また、これから出産予定や育児休業明けなどで、5月以降に入所を希望する乳幼児も同時に受け付けます。

11月1日(金)から

入所申込書、教育・保育給付認定申請書を

- 幼保運営課
- 綾歌・飯山市民総合センター
- 各保育施設

のいずれかで事前に受け取り、必要書類を準備



### 《入所申込期間・場所》

- 11月25日(月) 綾歌市民総合センター 1階会議室
  - 11月26日(火) 飯山市民総合センター 1階ロビー
  - 11月27日(水)～12月6日(金) (土・日曜を除く) 市役所本館 2階第1会議室、綾歌・飯山市民総合センター
- いずれも午前9時～午後4時  
上記期間内であれば、受付日による優先順位はありません。

★1号認定児(幼稚園の希望者)の入園申し込みは、直接園へ申し込んでください。

注意 申し込みに必要な書類が揃っていない場合、申込書の受け付けができません。

### 申込数が定員を超える場合

- 1月下旬から2月中旬にかけて選考を行います。
- 4月入所 2月下旬以降の施設からの入所説明会の案内をもって、4月入所の内定をお知らせします。
- 年度途中(5月～翌年3月)の入所 希望月前月10日頃の選考日以降に決定します。詳しくは、幼保運営課にお問い合わせください。

### 《教育・保育給付認定の審査結果》

保育の必要な事由や状況により、次の区分で、利用できる時間(保育必要量)を認定します。

- 保育標準時間…保育が必要な範囲内で、1日最大11時間(※)まで利用可能
- 保育短時間…保育が必要な範囲内で、1日最大8時間(※)まで利用可能

※具体的な時間帯は、開所時間内で各施設にて定めます。各施設が定めた時間を超過して利用する場合は、延長保育料がかかります。審査後、教育・保育給付認定の結果を送付します。

### 《利用者負担額(保育料)》

保護者など扶養義務者の市民税所得割額の合算で決定します。

- 3歳児クラスから5歳児クラスの幼児と0歳児クラスから2歳児クラスの住民税非課税世帯の幼児の保育料は、無償です。
- 保育料の切り替え時期は、毎年9月です。令和2年4月～8月分…平成31年度市民税所得割額に基づく保育料  
令和2年9月～令和3年3月分…令和2年度市民税所得割額に基づく保育料

なお、市減免制度を適用してきた未婚のひとり親世帯の保育料は、地方税法上の寡婦(寡夫)控除が適用されるものとして算定します。

※該当する人は、幼保運営課へお問い合わせください(申請は年度ごとに必要です)。

### 《保育施設など》

対象児	保育所名
0～2歳児	虎岳、桃山(小規模)、ニチキッズ飯山(小規模)
0～3歳児	本島
0～5歳児	恵城、ふたば乳児、ふたば西、ひつじヶ丘、しおや、城辰、さくらの山、ニチキッズ六郷*1
満1～5歳児	中央*2、土居*3、金倉、城南、青ノ山、岡田、栗熊、富熊、飯山北第一、飯山南

対象児	認定こども園名
0～5歳児	はらだ、誠心、丸亀ひまわり、ドルカス、城北、彩芽*4
満1～5歳児	飯野、垂水
3～5歳児	あやうた、飯山、郡家、認定こども園ABC Play School

- \*1:ニチキッズ六郷保育園は、令和2年4月に開園予定です。
- \*2:中央保育所は、在園期間中に移転などの可能性があります。
- \*3:土居保育所は、在園期間中に移転などの可能性があります。
- \*4:彩芽保育園は、令和2年4月から認定こども園へ移行します。

# 集団特定健診を受けられるラストチャンスです

健康課 ☎24-8806

約1万円の検査が、800円の自己負担で受けられます。生活習慣病を早期発見・重症化を予防するためにも、毎年健診を受けましょう！


▶日時・場所 時間は午前8時半～11時

健診日	場所
11月10日(日)	綾歌保健福祉センター
11月24日(日)	ひまわりセンター
12月1日(日)	飯山総合保健福祉センター
12月17日(火)	ひまわりセンター

▶対象者  
丸亀市に住民票がある40～74歳の丸亀市国民健康保険加入者

- ▶持ち物  
特定健診・後期高齢者健診受診券、国民健康保険被保険者証、料金(800円)
- ▶検査内容  
身体計測・血圧測定・尿検査・診察・血液検査(肝機能・腎機能・脂質・血糖・貧血)・心電図検査・眼底検査(医師の判断で必要と認められた人のみ)

▶ご予約はこちら  
みんなで受診  
**予約専用ダイヤル ☎23-3710**  
月～金曜 午前8時半～午後5時15分(祝日を除く)

●インターネットからでも予約できます。  
丸亀市 集団特定健診   または 

# 糖尿病の発症や重症化を予防しましょう!

健康課 ☎24-8806

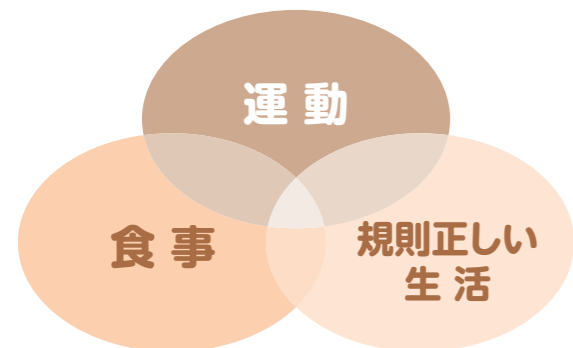
糖尿病は、血中のブドウ糖濃度(血糖値)が慢性的に高い状態が続く病気です。血糖値が高いまま放置すると、心臓病や失明、腎不全、足の切断といった、より重い病気につながる怖い病気です。初期は自覚症状がほとんどないため、予防と早期発見が大切になります。

日本の糖尿病患者の90%以上は「2型糖尿病」と呼ばれるもので、「40歳以上に多い」「遺伝的要素」「食事・運動不足など生活習慣が不規則」「肥満」などが特徴です。

丸亀市は男女(40～64歳)とも血糖値検査で基準値より高い傾向にあります。



## 糖尿病を予防・改善するためのポイント



### 特定健診・特定保健指導を受けよう

特定健診には血糖値検査があります。毎年受診し、血糖値を確認することが大切です。健診結果から、特定保健指導や糖尿病受診の案内が届く場合があります。

まずは相談を!

各コミュニティセンターや各保健福祉センターで保健師や栄養士、理学療法士による健康相談や運動教室などを実施しています。詳しくは、毎月の広報や健康だより、市ホームページなどをご覧ください。

# DVのない社会に ～パープルリボンキャンペーン～



11月中、丸亀コミュニティバスのつり革に装飾しています

11月12日(火)～25日(月)は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。

また、11月は「児童虐待防止推進月間」でもあります。児童虐待を呼び掛ける「オレンジリボンキャンペーン」も一緒に行います。

## パープルリボン・オレンジリボンツリー展示

女性に対する暴力防止のパネル展と、パープルとオレンジ2つのリボンを装飾したツリーでメッセージを発信します。

▶期間：11月15日(金)～21日(木)  
▶場所：市役所本館1階ロビー

過去に寄せられたメッセージ

頼れる味方は近くにたくさんいますから

あなた自身が一番大切

一人でガマンや悩むのは無用です

DVを許しちゃダメだよ

### ～街頭キャンペーン～

女性に対する暴力や児童虐待の実情などを多くの人に知ってもらい、早期発見と防止につなげることを目的としています。

▶日時：11月23日(祝) 午前11時 ※配布物がなくなり次第終了  
▶場所：フジグラン丸亀、ゆめタウン丸亀



パープルリボンは、女性に対する暴力をなくす運動のシンボルです

## ひとりで悩まないで ～暴力を受けたら、相談を～ 緊急の場合は110番!

●丸亀市女性相談(子育て支援課内) ☎23-2201 (月～金曜・午前8時半～午後5時)  
●香川県子ども女性相談センター ☎087-835-3211 (月～土曜・午前9時～午後9時)

●女性の人権ホットライン ☎0570-070-810 (月～金曜・午前8時半～午後5時15分)  
※11月18日(月)～24日(日)は、「女性の人権ホットライン」強化週間として、相談時間を月～金曜は午前8時半～午後7時、土・日曜は午前10時～午後5時に延長して対応します。

《ほっとコラム人権》  
人権の風土を つくりましょう!  
～家庭・地域・学校・職場で～  
今回は「人権の風土」について考えてみましょう。「風土」は、簡単に覆るような性質のものではなく、人々の考え方や行動に大きな影響を及ぼすものと言われています。今、私たちの周りには、多くの人権課題が山積してしまっています。職場や学校で、「人権を大切にしよう」とスローガンを掲げただけでは、問題は解決しません。職場や学校生活全般において、「人権が大事にされている」という雰囲気(空気のようなもの)でもありますが、構成員が明確に感じることのできるルールや方針)が大切です。単なる規則や言葉で唱えるのではなく、人権尊重を「風土」として根付かせなければなりません。地域や家庭でも「人権の風土」をつかっていきましょう。



# やまもも介護教室 ～やさしいまるがめでもちつもたれつ 安心介護～

地域包括支援センターでは、家族を介護している人や将来の介護を不安に思っている人などを対象に、介護教室を開催しています。皆さんの困っていること、不安なことを介護の専門家と一緒に考えてみませんか。

3か所とも前半は介護講座、後半は相談会・交流会です。申し込みは、直接それぞれの申込先へ。会場までの送迎や家族の預かりなどの相談に応じます。詳しくは、各申込先にご相談ください。

教室の内容	日時	会場	定員	申込締切	申込先
「冬の介護で気をつけたいポイント」 ～隠れ脱水に注意～	11月14日(木) 午後1時半～3時	栗熊 コミュニティセンター	15人	11月7日(木)	華(はな) 老人介護支援センター ☎57-1510
「聞いて、見て、知って、役立つ、おむつの話」 ～紙おむつの使い方、選び方を学んでみよう!!～	11月21日(木) 午後1時半～3時	たるみ荘 ショートステイ たるみの杜	15人 程度	11月14日(木)	たるみ荘 老人介護支援センター ☎28-1505
「らくらく介護で 腰痛知らず」 ～家でできる 持ち上げない介護～	11月22日(金) 午後1時半～3時	さめき福祉専門学校 (飯野町東二)	15人 程度	11月18日(月)	珠光園 老人介護支援センター ☎23-2000

## 認知症の人を介護する家族のための講座

「家族が認知症になり対応に困っている」など、1人で悩んだり疲れてはいませんか？<sup>だれ</sup>誰かに相談したい！介護をしても自分らしく元気でいたい！介護を楽に続けたい！そんなあなたのための講座を開催します。認知症について学ぶとともに、家族を介護している人同士が交流する時間もあり、相談や情報交換もできます。ぜひご参加ください。

- 日時：1回目 **11月14日(木)**  
2回目 **11月21日(木)**  
両日とも午後1時半～3時15分  
※2回でひとつの講座です。

**参加無料**

- 内容：1回目 **「認知症の理解」**  
～認知症をどう考えたらいいの？  
専門医から詳しく聞こう～

- ◆認知症を正しくしっかり知ろう
- ◆認知症の治療やサービスの利用について知っておこう  
講師＝認知症サポート医 吉田病院 吉田英統さん

- 2回目 **「認知症の人の理解」**  
～どう接すればいいの？  
対応について考えよう～

- ◆認知症の人を知ろう
- ◆認知症の人への接し方や対応のポイントを知っておこう
- ◆介護者の健康について

- 申し込み：11月8日(金)までに、地域包括支援センター  
☎24-8933



少しの工夫で  
あなたも家族も  
楽になります

## お薬手帳を持っていますか？

薬の飲み残しはありませんか。薬の飲み残しがある場合は、まず、薬局の薬剤師にご相談ください。

薬の種類、量、使用期限などを確認してもらったり、体調や体質などを相談したりすることで、処方調整してくれる場合もあります。

薬を飲み残した理由	薬局や病院に相談	自分で工夫できること
種類や数が多い	1回分ずつ1袋にまとめてもらう	お薬カレンダーを活用する。袋ごとに飲む日付などを書く
飲むのを忘れる	飲む回数の少ない薬に変えてもらう	食卓など、置き場所を決めて食事ごとに確認しやすくする
体調が良くなったので飲まなくなった	自己判断での中断は大変危険です。まずご相談ください。	



### ～薬剤併用禁忌薬～

複数の病院で薬を処方してもらっている場合は、**飲み合わせによる相互作用や重複投薬**による過量服用などが原因で、副作用を起こすおそれがあります。これを未然に防ぐためにも、医師や薬剤師にお薬手帳を確認してもらいましょう。

## 11月はねんきん月間です 年金保険料 納めていますか？

### この機会に年金加入状況の確認を!

#### ◆国民年金は3つのグループ

日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の人は、国民年金に加入しなければなりません。加入者の職業などにより、手続きや保険料の納付方法が異なります。

	加入者	手続き先	保険料の納め方
第1号被保険者	学生、自営業者、アルバイト、無職の人など	市民課、市民総合センター	各自で納付(納付書・口座振替・クレジットカード納付)
第2号被保険者	会社員、公務員など	勤務先	勤務先を通じて納付(給料から天引き)
第3号被保険者	第2号被保険者に扶養されている配偶者	配偶者の勤務先	個人で納付する必要なし(配偶者が加入する年金制度が負担)

### あなたの年金 簡単便利なねんきんネットで!

★自分の年金記録の確認や年金見込額が計算できます。

詳しくは [ねんきんネット](#) [検索](#)

市民課  
☎24-8945  
綾歌市民総合センター  
☎86-5510  
飯山市民総合センター  
☎98-7953

#### ◆国民年金の届け出をしましょう

次の場合は市役所で手続きが必要です。

- 会社などを退職したとき(扶養している配偶者がいる場合は夫婦で届け出を)→  
(本人)第2号被保険者から第1号被保険者へ変更(配偶者)第3号被保険者から第1号被保険者へ変更
- 離婚などで配偶者の扶養から外れた時→  
第3号被保険者から第1号被保険者への変更

### 所得税・住民税申告に必要!

納付したことを証明する

#### 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

日本年金機構から11月上旬に送られて来ます  
(10月以降初めて納付した人は2月上旬)

**全額社会保険料控除** 年末調整・確定申告まで  
大切に保管してください

家族の国民年金保険料を納付した場合も  
本人の控除に加えられます

## 医療費の節約にご協力を!

保険課 ☎24-8842

国民保険の医療費は、皆さんが納める保険料で賄われています。必要なときに誰もが<sup>だれ</sup>医療を受けられる「国民皆保険制度」を守っていくためにも、適正受診を心掛けましょう。

### 医療費節約のポイント

- ◆その1 **ジェネリック医薬品を上手に活用しよう!**  
有効成分が新薬と同等で安価な薬です。利用については、医師や薬剤師に相談しましょう。
- ◆その2 **正しい食生活・運動・休養・ストレス解消を心掛けよう!**  
生活習慣病やメタボの予防・改善にはバランスのよい食事、こまめに体を動かす、休養、心と体のバランスが大切です。
- ◆その3 **柔道整復、マッサージ、はり・きゅうの施術に保険が使える場合を正しく理解しよう!**  
柔道整復の施術では、慢性的な症状や肩こり、筋肉疲労は適用外です。マッサージ、はり・きゅうでは疲労回復や慰安、疾病予防は適用外です。
- ◆その4 **年1回は健診を受けよう!**  
生活習慣病は、自覚症状がありません。特定健診やがん検診、人間ドックを受け、病気の予防や早期発見に努めましょう。
- ◆その5 **かかりつけ医を決め、医療機関のハシゴ受診や休日・夜間のコンビニ受診は控えよう!**  
同じ病気で複数の医療機関を受診したり、軽い症状で休日や夜間に受診したりするのは医療費の無駄遣いになるだけでなく、体にも負担がかかるので控えましょう。
- ◆その6 **かかりつけ薬局を持ち、お薬手帳を活用しよう!**  
薬の重複や危険な飲み合わせによる副作用などを未然に防ぎ、薬歴や体質などを把握して適切なアドバイスをしてくれるかかりつけ薬局を持ち、お薬手帳を有効に活用しましょう。
- ◆その7 **医療費通知を確認しよう!**  
自分の受診状況や、医療費がどれくらいかかっているかを把握しましょう。

休日当番医

3日(祝)	内 外 まるがめ医療センター	☎23-5555
4日(祝)	内 宮野病院 国 もりした耳鼻咽喉科	☎22-3171 ☎23-3387
10日(日)	内 まつむら医院 脳 岸川脳神経外科医院	☎28-7312 ☎25-2828
17日(日)	内 和田内科医院 小 もりもとこどもクリニック 整 はやし整形外科リハビリクリニック	☎86-6161 ☎25-9228 ☎21-2677
23日(祝)	内 中山クリニック 外 田村クリニック	☎24-3000 ☎22-8391
24日(日)	内 三谷医院 整 石川整形外科クリニック	☎22-4719 ☎23-8100

【歯科】 診療時間 午前9時～正午

3日(祝)	吉田歯科医院(坂出市)	☎48-3355
10日(日)	綾坂歯科医院(坂出市)	☎47-4618
17日(日)	ホワイト歯科医院(坂出市)	☎45-3526
24日(日)	藤澤歯科医院(坂出市)	☎45-8415

《夜間の救急電話相談》

午後7時～翌朝8時  
発熱など急病のときの対応について、看護師が電話で相談に応じます。  
一般：☎#7899 か ☎087-812-1055  
小児：☎#8000 か ☎087-823-1588

当番医は変更することがあります。新聞や「医療ネットさめき」などで確認してください。



健康行事

(健康課 ☎24-8806)

●こころの健康相談 要予約		
19日(火)	ひまわりセンター	午前9時半～11時半
●栄養相談 要予約		
11日(月)	ひまわりセンター	午後1時半～3時半
25日(月)	飯山総合保健福祉センター	
●理学療法士による相談		
12日(火)	飯山総合保健福祉センター	午前9時半～11時半
●歩行プール夜間説明日 前日午前中までに要予約		
12日(火) 男性	飯山総合保健福祉センター	午後6時～7時
15日(金) 女性		
●すこやか体操教室(膝痛について)		
21日(木)	ひまわりセンター	午前10時～11時半

子ども健康行事

(健康課 ☎24-8806)

●離乳食講習		
28日(木)	ひまわりセンター	午前10時～11時半
●3か月児健康診査		
12日(火)	ひまわりセンター	午前10時～11時
22日(金)	飯山総合保健福祉センター	
26日(火)	ひまわりセンター	
●1歳6か月児健康診査		
6日(水)	ひまわりセンター	午後1時半～2時半
14日(木)	飯山総合保健福祉センター	
21日(木)	ひまわりセンター	
●3歳児健康診査		
7日(木)	ひまわりセンター	午後1時半～2時半
13日(水)	綾歌保健福祉センター	
28日(木)	ひまわりセンター	

※乳幼児健診の対象者には、個別案内します。

暮らしの相談

●人権相談 (法務局 丸亀支局 ☎23-0228・人権課 ☎24-8811)		
火・木曜	法務局 丸亀支局	午前9時～午後4時
13日(水)	市役所	午前10時～午後3時
●行政相談 (広聴広報課 ☎35-8891)		
11日(月)	市役所	午前10時～正午
	綾歌市民総合センター	
	飯山市民総合センター	
●行政書士相談 (県行政書士会 ☎087-866-1121) 予約可		
21日(木)	市役所	午前9時～正午
※行政相談と行政書士相談(市役所)は、本館2階相談室に変更しました。		
●不動産無料相談 (公社)香川県宅地建物取引業協会 ☎087-823-2300		
1日(金)	市役所 (本館2階相談室)	午後1時～3時半
15日(金)		
※15日(金)は弁護士が同席します。		
●定例農家相談 (農業委員会 ☎24-8826)		
5日(火)	市役所	午前9時～正午
11日(月)	綾歌市民総合センター	
27日(水)	飯山市民総合センター	
●身体障がい者相談員による相談 (福祉課 ☎24-8805) 要予約		
21日(木)	栗熊コミュニティセンター	午前10時～正午
●発達障がい者(児)個別相談(ま～る) (幼保運営課分室 ☎85-6613) 要予約		
6日(水)、14日(木)	市役所西館2階 幼保運営課分室	午前9時～正午
21日(木)、28日(木)		午後1時～4時

	相談日(祝日を除く)	相談場所	時間
市民相談 (電話相談不可)	月～木曜、第5金曜	市役所	午前9時～正午・午後1時～4時
	第1・3金曜	栗熊コミュニティセンター	
	第2・4金曜	飯山市民総合センター	
問い合わせは、広聴広報課 ☎35-8891			

●子育て支援総合相談窓口(まる育サポート～あだあじお～) (あだあじお専用ダイヤル ☎35-8282)			
月～金曜	市役所 西館3階	午前9時～正午、午後1時～4時 ※第3水曜は午後6時まで	
●障がい者(児)相談会 (福祉課 ☎24-8805) 要予約			
21日(木)	市役所	午前9時半～11時半	
●よろず丸亀サテライト(無料経営相談所) (産業観光課 ☎24-8844) 要予約			
28日(木)	ひまわりセンター	午前9時～午後5時	
●弁護士無料法律相談(広聴広報課 ☎35-8891) 要予約 午前8時半から予約受付開始 受付(先着順)			
2日(土)	ひまわりセンター	午前9時～午後0時20分	
15日(金)		午後1時20分～4時40分	
1日(金)まで 5日(火)～14日(木) ※次回12月7日(土)の相談は、11月25日(月)午前8時半から受付開始。			
●弁護士無料法律相談(社会福祉協議会 ☎22-5700) 要予約			
12日(火)	ひまわりセンター	午前9時～正午 【定員:各回6人】	
13日(水)			綾歌保健福祉センター
21日(木)			飯山総合保健福祉センター
●司法書士相談(社会福祉協議会 ☎22-5700) 要予約			
26日(火)	ひまわりセンター	午前9時～正午	
●無料税務相談(四国税理士会丸亀支部 ☎22-0041) 午前10時～午後4時、予約優先			
11日(月)	四国税理士会丸亀支部 (丸亀商工会議所会館1階)	午前10時～午後4時	
18日(月)		午後1時～4時	
25日(月)		午後1時～3時	
●空き家相談 (環境安全課 ☎24-8836) 要予約 受付(先着順)			
22日(金)	市役所	午前9時～午後5時 1日(金)～21日(木)	

■その他の相談

- 少年相談(平日) = 少年育成センター ☎0120-734970
- 家庭児童相談・女性相談(平日) = 市の家庭児童相談室 ☎23-2201
- 母子自立支援相談(平日) = 子育て支援課 ☎24-8808
- ボランティア相談(平日) = 丸亀市社会福祉協議会 ☎22-5700

資料館だより ☎22-5366

くらしの中の愛しき友

猪熊弦一郎の作品とコレクション

日時: 11月17日(日)まで 午前9時半～午後4時半

場所: 1階企画展示室 観覧料: 一般300円

※18歳以下と65歳以上は無料

11月の休館日: 5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

《ギャラリートーク》11月9日(土) 午後1時半

BOAT RACE まるがめ

まるがめポート 検索

BOATRACE まるがめホームページ www.marugameboat.jp

11月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
丸亀開催(ナイター)	金	土	祝	休	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
モニング																														
場外発売																														
ナイター																														

※1=サンスポカップ ※赤文字=女子戦 ※AL=オールレディース ※R=ルーキー ※=ボートレースチケットショップ朝倉のみで発売

まちづくりのお手伝い!! ~ボートレース事業の収益は、住民福祉の向上に役立てています~

アイレックス ☎86-6800 (水曜休館) URL http://www.marugame-ilex.org/

竹原ピストル 全国弾き語りツアー It's My Life 11月29日(金) 午後7時開演 全席指定席 好評発売中 ●入場料: 4400円

大野雄二&ルパンティックシックス LUPIN JAZZ LIVE '20 令和2年2月15日(土) 午後2時開演 全席指定席 好評発売中 ●入場料: S席3000円 A席2000円

2019まるがめ第九演奏会 12月8日(日) 午後2時開演 全席自由席 好評発売中 演奏: 丸亀シティフィルハーモニックオーケストラ 指揮: 加藤完二 独唱: 坂井里衣(ソプラノ)、大賀真理子(アルト) 木下紀章(テノール)、田中雅純(バリトン) ●入場料: 一般2000円、学生1000円

丘みどり コンサート2020 令和2年2月24日(振休) 午後2時開演 全席指定席 好評発売中 ●入場料: S席5500円、A席4000円

MIMOCA 丸亀市猪熊弦一郎現代美術館 ☎24-7755 URL http://mimoca.org

いのくまさんのスケッチブック アートはバイタミン

猪熊弦一郎がスケッチブックに描いた作品の複製画を、市内の商店や飲食店など30軒に展示しています。ぜひ、お近くのなじみの場所でお楽しみください。

日時: 令和2(2020)年3月31日(火)まで 各店舗の営業時間内にご覧いただけます。

場所: 市内の店舗30軒 展示店舗はこちら

●長寿命化工事による休館/2020年3月31日(火)まで(予定)

★休館中も様々なプログラムを用意して皆さんをお待ちしています。

### 飯山市民総合センター庁舎の改修工事

飯山市民総合センターは、11月下旬～令和2年3月末の予定で、庁舎の外壁改修工事を行います。工事期間中は、ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。窓口業務などは通常通り行います。

☎総務担当 ☎98-7950

### マイナンバーカード 日曜受け取り

▶日時：11月10日(日)、12月8日(日)午前8時半～午後4時

▶場所：市民課

▶その他：詳しくは交付通知書(はがき)で確認してください。マイナンバーカードの申請がまだの人には、申請に必要な顔写真の無料撮影と、申請のお手伝いをしています。詳しくは、同課専用ダイヤルまで。

☎市民課マイナンバー専用ダイヤル ☎35-7211

### プレミアム付商品券 市内430以上の店舗で使用できます

対象者には購入引換券を送付しています。商品券の購入を希望する人は、引換券に記載の場所で令和2年2月29日(日)までに購入してください。※非課税対象者には、申請書を送付しています。申請がまだの人は、12月27日(金)までに申請が必要です。使用可能店舗は、市ホームページに掲載しています。

また、市では商品券を使用できる店舗を募集しています。詳しくは、丸亀商工会議所☎22-2371、市飯饅商工会☎98-2236まで。

☎コールセンター ☎0120-994-349(月～金曜の午前8時半～午後5時15分)、福祉課・子育て支援課(プレミアム付商品券窓口) ☎35-8896

### 青少年健全育成講演会

「すこやかな育ちのために～奇跡の花の物語～」と題した講演会です。

▶日時：11月30日(土)午後1時半

▶場所：オークラホテル丸亀2階

▶料金：無料(要申込)

▶講師：アイリンブループプロジェクト

代表 芸術家・防災士 菅原淳一さん

▶申し込み：詳しくは、少年育成センター ☎22-6886、またはホームページをご覧ください。



### 体を動かす講演会

「朝起きてから 夜寝るまでの いつものまにか運動～これならできるとこれならつづく これならたのしい～」と題し、日常生活の中で、簡単にできる運動を実技を交えて紹介します。

▶日時：11月14日(日)午後1時半～3時

▶場所：レクザムボールパーク丸亀(市民球場)屋内練習場

▶講師：四国学院大学社会学部健康運動指導士・片山昭彦さん

▶その他：運動のできる服装・靴で飲み物、タオル持参。申込不要。

☎健康課 ☎24-8806

### お知らせ

#### 11月はSマーク標準営業約款普及登録促進月間

Sマーク登録店は、「安全」、「安心」、「清潔」を約束する信頼できるお店です。

☎県生活衛生営業指導センター ☎087-862-3334



### バードウォッチング

▶日時：11月30日(土)午前9時～11時半

▶場所：土器川生物公園

▶定員：30人(申込順)

※小学生以下は保護者同伴

▶料金：無料

▶申し込み：11月27日(木)までに、環境安全課 ☎24-8836まで

### 催し

#### 第23回いいお産の日イベント

マタニティヨガ、ベビーマッサージ、沐浴体験や専門家による相談コーナー、防災コーナーを開設します。

▶日時：11月10日(日)午前10時～午後1時

▶場所：岡田コミュニティセンター

▶対象：出産予定、子育て中、お産や育児に興味のある人とその家族

☎すこやか助産師センター ☎087-844-4131

#### 令和元年度丸亀市戦没者追悼式

▶日時：11月17日(日)午前10時

▶場所：アイレックス

▶対象：戦没者の遺族

☎福祉課 ☎24-8873

#### 香川県移住フェアin大阪

知人など、関西在住で丸亀市への移住を考えている人に、ぜひお伝えください。市も出展します(申込不要)。

▶日時：11月24日(日)午前11時～午後4時

▶場所：難波御堂筋ホール・ホール10(大阪市中央区難波4-2-1)

▶内容：移住・就職・就農・住まいの相談、先輩移住者の体験談など

☎秘書政策課 ☎24-8839

### しおや保育所正規保育士採用試験

▶日時：11月17日(日)

▶場所：しおや保育所

▶対象：保育士資格と幼稚園教諭免許を持つ人(令和2年3月末までに取得見込みの人を含む)

▶定員：4人

▶申込期限：11月7日(木)必着

▶その他：詳しくは、試験案内(市内保健福祉センターで配布、ホームページに掲載)でご確認ください。

☎社会福祉協議会総務企画課 ☎22-4616

### 起業ビギナー応援セミナー～起業の「キ」～

▶日時：11月22日(金)午後6時半～8時半

▶場所：FACE21(通町18番地1)

▶定員：15人程度

▶講師：香川県よろず支援拠点中小企業診断士・柴田直美さん、市中央商店街振興組合連合会理事長・杉尾英美さん

▶料金：無料

▶申込期限：11月17日(日)

☎申込方法など詳しくは、産業観光課 ☎24-8844、またはホームページをご覧ください。

#### ふるさと健康ウォークin丸亀

▶日時：11月23日(祝)(開会式午前9時)

▶場所：丸亀城内資料館前芝生広場(スタート・ゴール)

Aコース：飯野山登山コース

①飯野町側(約15km)

②飯山町側(約16km)

Bコース：中津万象園方面コース

(約10km)

▶料金：無料(弁当、雨具などは持参)

▶申し込み：11月15日(金)までに、スポーツ推進課 ☎24-1392まで(当日申込可)

### 募集

#### ファミリー・サポート・センター スキルアップ研修会

「子育てに役立つアンガーマネジメント～叱り方のコツをマスターしよう～」がテーマの研修会です。

▶日時：11月28日(日)午前10時～午後0時半

▶場所：飯山総合保健福祉センター

▶対象：ファミサポ会員、子育てに関心のある人

▶定員：80人(要予約・先着順・託児あり)

▶講師：高松太田社労士事務所・代表 谷川由紀さん

▶料金：無料

▶申込期限：11月21日(日)

☎社会福祉協議会 丸亀市ファミリー・サポート・センター ☎22-6974

#### 青い鳥教室支援員

青い鳥教室は、留守家庭の児童のために小学校の余裕教室などを利用して、放課後に遊びや生活の場を提供しています。

青い鳥教室では、スタッフとして働いてくれる支援員を募集しています。

▶申し込み：(公財)福祉事業団放課後留守家庭児童会事務局 ☎23-1178

#### 外国人と行く 北消防署見学バスツアー

地域在住の外国人と一緒にAEDの使い方などを学んでみませんか。

▶日時：11月10日(日)午前9時半～午後4時

▶場所：生涯学習センター玄関前に集合(解散)

▶定員：20人(先着順・要予約)

▶料金：協会会員・外国人500円、一般1000円(昼食は持参)

▶申し込み：国際交流協会 ☎56-1771

# 行政情報便

☎お問い合わせ

☎=綾歌市民総合センター

☎=飯山市民総合センター

☎=コミュニティセンター

#### 市の動き 10月1日現在(前月比)

人口 109,338人(+15)  
男 52,988人(+7)  
女 56,350人(+8)  
世帯数 45,284世帯(+33)

※平成27年国勢調査結果から集計しています。

#### 交通事故(9月)

事故 44件  
死者 2人  
負傷者 52人

#### 救急・火災件数(9月)

救急出動 422件  
火災の発生 4件

#### 11月の市税など

納付は便利な口座振替で

- 国民健康保険税/5期分
- 介護保険料/4期分
- 後期高齢者医療保険料/5期分(納期限は12月2日)

防災行政無線の放送内容は、  
テレホンサービス  
(☎22-1607、☎22-1608)で  
確認できます。

瀬戸内国際芸術祭2019後援事業  
「聴象発景-evala(See by Your Ears)feat.鈴木昭男」  
【見どころ】  
煎茶室「観瀾楼」サウンドインスタレーション「点音(おとだて)」～日本庭園の中で「音」を呼び覚ます～  
先鋭的サウンドアート×日本庭園の融合  
アートエリア・瀬戸内周遊 瀬戸内芸術祭、岡山芸術交流をめぐってなど  
会期 9月27日(金)～11月24日(日) 水曜休館  
開館時間/9:30～17:00(最終受付16:30)  
中津万象園・丸亀美術館 万象園 検索  
〒763-0054 丸亀市中津町25-1 [定休日/水曜日] tel.0877(23)6326

■内科・胃腸内科・内視鏡内科・腎臓内科・人工透析内科  
宮野病院  
丸亀市中府町4-13-28 TEL22-3171  
http://www.miyano-hp.com  
●特別養護老人ホーム 青の山荘  
●特別養護老人ホーム 宝樹リノ  
●介護老人保健施設 あおのやま  
●養護老人ホーム 綾歌荘  
●グループホーム あやうた  
●サービス くりくま  
関連施設

院長 三浦卓二 三浦美智子  
副院長 伊坂聡子(整形外科学会専門医)  
非常勤医師 伊坂陽(認定スポーツ医・整形外科学会専門医)  
三浦内科  
みちこ小児科  
●内科・消化器内科・循環器科 ●整形外科・リハビリテーション科  
●小児科・アレルギー科  
◆整形外科医監修◆  
女性理学療法士による「ピラティス教室」好評開催中!!  
詳しくは下記までお問い合わせください。  
丸亀市土器町東七丁目886 ☎0877-22-7311  
https://miuraclinic-marugame.jp/

行政書士にご相談を!  
丸亀市役所にて毎月第3木曜日、無料相談会を実施中  
日常の暮らしのアドバイス  
事業と経営のコンサルティング  
各種法律書類の作成・手続など  
いつでも頼りになる  
あなたの街のアドバイザーです。  
香川県行政書士会 中讃支部  
TEL(087)866-1121  
(香川県行政書士会事務局)

# みんなの 掲示板

日時 場所 対応資格・対象  
 定員 内容 料金 金 他その他  
 申し込み 問い合わせ

## テレビの映像に乱れは ありませんか？

携帯電話の新しい電波の利用開始により、テレビ映像に影響が出る可能性があります。11月中旬に、影響の可能性がある地域の家庭や企業にはチラシを配布します。11月21日(休)以降に、テレビ映像が乱れるなどの影響が出た場合は、次のコールセンターまでご連絡ください。  
 回復作業は、700MHz利用推進協会が実施します。費用を請求することは一切ありません。  
 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター ☎0120-7000-012 または ☎050-3786-07

## 飯山総合学習センターから

● 独身男女に向けた本格イタリアン料理教室DEアモレ(プロから学ぼう！)  
 時 11月17日(日)午後2時  
 対 20〜30代独身男女・各10人  
 料 無料  
 他 エプロン・バンダナ・タオル・筆記用具持参  
 問 申込方法など詳しくは、同センター ☎988-33319

## 第17回丸亀高校VS丸亀城西高校 野球部OB戦

時 11月3日(祝)午後1時  
 所 レクザムボールパーク丸亀  
 料 無料  
 内 45歳以上の部とフリーの部に分けて行う伝統の一戦  
 問 田川さん ☎090-9773-4521

## メンバー出張相談

時 11月1日(金)午後1時〜4時  
 所 生涯学習センター  
 内 民事介入暴力事案に関する相談会  
 料 無料  
 問 丸亀警察署刑事第二課 ☎22-0110

## 無料税金相談

時 11月11日(月)午前10時〜午後

00(有料)  
 ※受付時間：午前9時〜午後10時(年中無休)

## 踏切事故防止キャンペーン

踏切事故の原因のほとんどが、直前横断と停滞・落輪です。踏切を横断するときは、マナーを守りましょう。

時 11月1日(金)〜10日(日)  
 スローガン「きげんです」

むりなおうだん いのちとり  
 問 四国運輸局鉄道部 ☎087-802-6762

## 香川労働局から

11月は「過重労働解消キャンペーン」期間です。長時間の労働は、健康障害のリスクも高まり、賃金不払残業、ひいては過労死にもつながる危険があります。この機会に職場環境を見直してみませんか。  
 問 香川労働局労働基準部監督課 ☎087-811-8918

## 試験

## 陸上自衛隊 高等工科学校生徒

① 一般採用試験 ② 推薦採用試験  
 時 ① 令和2年1月18日(土) ② 令和2年1月5日(日)または6日(月)  
 所 ① 普通寺駐屯地 ② 高等工科学校(神奈川県)

15歳以上17歳未満の男子(令和2年4月1日現在)  
 申込期間 ① 11月1日(金)〜令和2年1月6日(月) ② 11月1日(金)〜11月29日(金)  
 問 自衛隊丸亀地域事務所 ☎3-6420

## 催し

## 第58回四国学院大学祭

時 11月17日(日)午前10時〜午後5時半  
 内 学生による屋台、展示、お菓子投げなど  
 問 同大学(メール: 4gakufes@gmail.com)

## 無料市民公開講座

0歳から100歳までのスキネクア「ボーン」をきいてみよう

時 11月9日(土)午後1時45分開場  
 所 サンポートホール高松  
 内 徳島大学医学部名誉教授・荒瀬誠治さんの講演  
 問 香川大学医学部附属病院薬剤部 ☎087-891-2310

## 丸亀市民吹奏楽団 第46回定期演奏会

時 12月1日(日)午後1時半開演  
 所 ユープラザうたづ  
 内 クラシックアレンジ曲、映画テーマ曲などを演奏

申込期限 11月18日(月)  
 問 申込方法など詳しくは、事務局 ☎79-1700

## 第13回木の実アート展

時 11月8日(金)〜17日(日)午前10時〜午後3時  
 所 坂出市番の州公園管理事務所  
 内 木の実アートの展示や作り方教室、クイズラリー、ブルーベリー苗の販売など  
 他 催しにより、開催日時が異なります

問 坂出緩衝緑地管理事務所 ☎45-6820

## 四国医療専門学校「健康教室」

時 11月21日(木)午後2時〜3時半  
 所 同校附属鍼灸治療院・接骨院(宇多津町)  
 内 「お家でできる運動習慣」講座、お灸体験や健康相談など  
 料 無料  
 問 同院 ☎41-2345

## 2019まるがめ 第9プレコンサート

時 12月1日(日)午後2時開演  
 所 本願寺塩屋別院(塩屋町)  
 内 講演、演奏、「第九」第4楽章の合唱、丸亀ドイツ兵俘虜関係のパネル写真展など  
 料 無料  
 問 アイレックス ☎86-6800

料 大人1000円、中学・高校生500円、小学生以下無料  
 問 同楽団事務局 ☎090-5278-5038

## おもちゃ楽器演奏と 絵本リーディング

時 11月2日(土)午後2時〜3時  
 所 綾歌図書館

料 無料  
 内 Keiyanと桐子さんの「ちびくろさんぼ」

問 同図書館 ☎86-5915

## 東小川児童センターから

① くらまる人形劇団公演  
 時 11月10日(日)午後2時〜3時  
 対 幼児と保護者、小学生  
 定 50人(要申込)  
 内 演目は「あやこはつこ」,  
 「キツネがどんどん」  
 ② 3B体操

時 12月1日(日)午前10時半〜11時半  
 対 幼児と保護者、小学校低学年  
 内 ボールなどを使った体操  
 料 ①②ともに無料  
 問 同センター ☎56-8778

## 「丸亀少女の家」施設見学会

時 12月7日(土)午前10時〜11時半  
 対 18歳以上  
 申 はがきに住所、氏名、年齢、連絡先を明記し、11月22日(金)までに同施設(中津町28)に郵送。  
 問 同施設 ☎22-9226

## 高松矯正展

時 11月9日(土)・10日(日)午前9時〜午後4時 10日は3時まで  
 所 高松刑務所  
 内 施設見学、作業製品展示即売、吹奏楽演奏、ダンスなど  
 問 同刑務所作業部門 ☎087-821-6119

## 第2回紅葉ライトアップ

時 11月22日(金)〜12月1日(日)  
 日没後〜午後9時  
 所 満濃池森林公園ふれあいの森  
 料 入園料・駐車場無料  
 問 同公園管理事務所 ☎57-6520

## 第2回ふれあいまつり

時 11月24日(日)午前10時〜午後2時  
 所 まるがめ医療センター  
 内 模擬店、フリーマーケット、相談・体験コーナーなど  
 問 同病院 ☎23-5555

## 第31回MOA美術館 中讃児童作品展(丸亀地域展)

時 ① 表彰式：11月23日(祝)午後1時  
 ② 展示：11月23日(祝)午前10時〜午後3時  
 所 生涯学習センター  
 料 無料  
 問 久保さん ☎090-2821-3513

**香川県立多度津高等学校**



2021年に創立100周年を迎えます  
 創立100周年記念事業募金・広告募集活動を行っています

◎ 広告掲載のご相談・募金の詳細については、◎ 趣意書・募金要綱は、こちら  
 多度津高校(TEL0877-33-2131)までご連絡ください。

大きなお風呂 天然温泉でリラックス

癒し効果たっぷり  
**「ミスト岩盤浴」**

あったかな霧で  
 心もほぐれる

営業時間  
 10:00〜23:30  
 (木曜日は13:00〜23:30)  
 ミスト岩盤浴とドライサウナは男女1日交代制

休館日 第3木曜日

健康長寿温泉 **あま** TEL 0877-28-2525  
 天然温泉 丸亀市郡家町1555-5

令和元年度  
**丸亀高校同窓会総会のお知らせ**

日時 令和元年11月17日(日) 会場 オークラホテル丸亀 2階  
 10:30〜15:00(10:00受付開始) (TEL 0877-23-2222)

【記念講演会】10:30〜11:20 第2部【総会】11:30〜12:10  
 「人工衛星搭載レーダーを用いた世界の森林監視」 第3部【懇親会】12:50〜15:00  
 講師：島田 政信氏 幹事/昭和48・49・58・59年卒  
 ●本校昭和48年卒 ●東京電機大学教授 戸山 俊樹氏による独唱(伴奏:内田玲子氏)

第1部・第2部は無料 第3部のみ【一般】7,000円【学生】2,000円

お問い合わせ 丸亀高校同窓会事務局 TEL0877-23-5248

じいちゃん、「フウジャ」って何?

★小6生「中学への準備」

●①算・国→②英・社→③算・国(上級編)  
 マスターできた子は先へ進みます。

●個別指導90分を週1回  
 月額 15,000円

●11月〜来春2月まで

「風邪」?  
**カゼ**

**ただ塾** 丸亀市田村町1365-2(丸亀第2団地内)  
 TEL(0877)25-2815

・催し

生涯学習センターから

- シニアのスマホレベルアップ編  
時 11月16日(土)午前10時半～午後3時半(途中1時間休憩)  
対 おおむね50歳以上  
定 16人  
料 1000円
- ドンブリと種の大研究  
時 11月30日(土)午前10時～正午  
対 どなたでも  
定 30人  
料 3000円
- 河野景子氏講演会  
「日本人の心とコミュニケーションのあり方」  
時 11月24日(日)午後2時～3時半  
料 5000円  
問 同センター(☎23・1091)
- さめきつぎゅうムシシアターから  
●親子の絆づくりプログラム  
時 11月20日(水)、27日(水)、12月4日(水)、11日(水)、午前10時～正午  
所 生涯学習センター  
対 第1子で生後2～5か月の赤ちゃんとそのお母さん  
定 10組  
料 10000円(テキスト代)  
●ラストライダーカンパニー「サーカスの灯」  
時 11月30日(土)午後1時45分開場  
所 飯山総合保健福祉センター

対 子どもから大人(要申込)  
内 言葉を使わない道化師の、想像力あふれる、温かさが灯る舞台  
申 さめきつぎゅうムシシアター(☎25・0691)

県司法書士総合相談センター

時 11月16日(土)午後1時～4時  
所 生涯学習センター4階講座室4  
内 一般相談(相続登記相談など)、法テラス相談・成年後見相談  
料 30分無料(法テラス相談の受付優先) ※要予約  
申 前日までに県司法書士会(☎087・821・5701)  
●県立保健医療大学公開講座「健やかに生きよう」  
時 11月11日(月)午後1時半～4時  
所 県社会福祉総合センター(高松市)

対 健康に興味がある人  
定 80人(申込順)

演題Ⅱ「健康寿命を伸ばしましょう」  
Ⅲ、「食中毒を防ぐために」  
料 無料

申 11月5日(水)までに同校(☎087・870・1212)

時 11月11日(月)午後2時半～4時  
所 県立丸亀病院大ホール  
定 1200人  
内 長楽院乃祐院長による公開講座

2・8063)

やさしいヨーガ療法

時 毎週木曜午後7時45分～9時  
所 川西コミュニティセンター  
対 年齢制限なし  
内 体調不良改善ヨーガ  
料 月額大人2000円、体験500円  
申 山原さん(☎090・5714・4319)

ノルディックウォーク体験会

時 ①11月24日(日)②令和2年1月26日(日)午前9時～11時  
所 丸亀城内  
定 40人  
料 400円  
申 ①11月20日(水)②1月22日(水)までに、県ノルディックウォーク連盟(☎98・0338)

香川短期大学カルチャー講座

①英会話で楽しいティータム  
②プログラミングに挑戦  
時 ①11月18日(月)・25日(月)・12月2日(月)午前9時半～11時(全3回)  
②11月16日(土)午前10時～正午  
対 ①どなたでも②小学5年生以上  
定 ①②各15人  
料 ①1500円②2000円  
他 筆記用具持参  
申 11月15日(金)までに同大学地域交流センター(☎49・5500)

料 無料  
申 11月1日(金)までに同病院総務企画課(☎22・2131)  
●丸亀友の会・家事計講習会  
お金と暮らしていく  
時 ①11月9日(土)午前10時～正午  
②11月9日(土)午後6時～8時  
③11月14日(木)午前10時～正午  
④11月19日(水)午前10時～正午  
所 ①②④丸亀友の家(金倉町)③飯山総合学習センター  
料 3000円(資料代)  
他 筆記用具・電卓持参。託児あり(要予約、別途3000円)  
問 白神さん(☎080・1083・0324)

プリントピア丸亀から

●第37回リサイクルフェア  
時 11月10日(日)午前9時～午後1時半  
内 リユース品のオークション・小物販売・大規模な屋外フリーマーケット、リサイクル工作の体験など  
※準備のため11月8日(金)、9日(土)は臨時休館  
●リサイクル工作・ポスター展  
時 11月10日(日)まで(月曜・祝日休館、臨時休館あり)  
内 小・中学生入賞者の作品展  
●折り紙教室「クリスマス」  
時 11月17日(日)午前10時～正午  
対 親子

募集

●丸亀硬式テニスクラブ会員  
膝、腰に優しいクレーコートと一緒にテニスを楽しんで。  
時 毎週火曜、木曜、土曜、日曜、祝日の午前9時～正午  
所 郡家テニスコート(1面)  
対 社会人(学生を除く)  
料 年会費5000円(1家族)  
申 活動時間中に直接コートに行くか、事務局へ(☎090・2827・4177)

健康じゅく！

丸亀市歯科医師会

食いしばりと体の健康

「食いしばり」とはかみ締め癖のことで、食事以外にもいつも歯と歯が接触している状態を指します。食いしばりをしていると、歯やあごが悪くなります。そして周囲にも様々な症状があらわれることがあります。例えば頭痛や首・肩の凝りなどのあごに近い筋肉の異常です。

では、食いしばりほどのように顔の周囲の筋肉に影響するのでしょいか。食いしばりをしていると、あごの筋肉は常に休むことなく働き続けます。筋肉は運動すると筋繊維が破壊され、それが修復されるためには運動後に休息をとる必要があります。そうしないと、破壊された筋肉は修復されないまま肥大化し、柔軟性のない筋肉になってしまいます。食いしばりによって

硬くなった筋肉はあごの動きを悪くし、それを助けるために周囲の筋肉が頑張っている状態です。

では、どうすれば食いしばりに気づき、そしてやめることができるのでしょうか。まずは日常生活のふとした時に歯と歯があたっていないかを注意してください。もしも、力の強弱にかかわらず接触しているならば、上下の歯の間に1～2mmの隙間をあけることを意識しましょう。上の前歯の裏に舌先をそっとあてると自然と隙間が開くようになります。姿勢も重要で、パソコンやスマートフォン使用中などにみられる前かがみの姿勢は、食いしばりの原因になります。背筋を伸ばし、あご先をやや上に上げましょう。睡眠中の食いしばりにはマウスピースも有効です。食いしばりを防ぐことは、口だけではなく体の健康にも良い効果が得られるかもしれません。

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました!

宝くじ公式サイトはコチラから

お得な特典、便利なサービスいろいろ! 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1 「宝くじ公式サイト」を探索! メールアドレスの登録(仮登録)

STEP2 会員情報の入力(会員登録)

STEP3 決済情報の入力

宝くじコールセンター TEL: 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL: 011-330-0777 (有料) 受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

医療法人社団 秀聡会  
KOHASHI  
こはし内科・耳鼻咽喉科  
丸亀市郡家町234番地  
TEL:(0877)28-6110

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30～12:00	●	●	●	/	●	●*
午後2:30～6:00	●	●	●	/	●	/

※土曜は午後1:30までの診察です  
木曜、日、祝祭日は休診です

丸亀駅  
せんとう法律事務所  
女性弁護士がご相談に対応致します。

要予約 TEL0877-85-6070  
相談料/1時間あたり1万円+税

香川県弁護士会所属  
弁護士 仙頭 真希子

●おはなし会  
綾歌：11月23日(祝)  
午前10時半  
飯山：11月9日(土)  
午後2時

●ブックバンク(本の交換会)  
綾歌：11月17日(日)  
午前9時半～午後2時  
飯山：11月10日(日)、24日(日)  
午前9時半～午後2時

●郷土にまつわる歴史講座  
(協力:明治文庫の会)  
『丸亀の仇討ち伝説』  
日時：11月17日(日)  
午後1時半～3時  
場所：生涯学習センター  
4階講座室1  
講師：河西保則さん(讃岐  
龍馬会塩飽社中)  
定員：50人  
※当日自由参加


●ブックスタート  
(3か月児健康診査時)  
ひまわりセンター：  
11月12日(火)・26日(火)  
飯山総合保健福祉センター：  
11月22日(金)

●「おねえさんといっしょ」  
日時：11月5日(火)・12日(火)  
19日(火)・26日(火)  
午後3時半  
場所：秋実の館(通町)  
対象：幼児・小学生  
内容：おはなし、折り紙  
料金：無料 ※当日自由参加


★市内小中学校  
読書感想文等入選作品展  
市役所ロビー：  
11月22日(金)～30日(土)  
綾歌：11月8日(金)～20日(火)  
飯山：11月6日(火)まで

今月の新刊 おすすめ本を紹介します

『きょうりゅう あっちむいて ホイ!』  
山口まさよし(著)/講談社  
ちよっぴりこわい きょうりゅうたちが“あっちむいてホイ”でしんけんしょうぶ! めくって楽しいしかけ絵本です。



『きもの番長 ことはじめ』  
松田 恵美(著)/祥伝社  
気軽に着れる着物を日常に取り入れませんか? 着物にあわせるバッグや帽子やマフラーなども紹介されています。素敵なイラストにうっとりします。



	書名	著者(編集・監修)	出版社
児童・ティーンズ	ぜんぶ5分 中学からの最高にゆるい勉強法	全教研	学研プラス
	ピンチ!! でもそれはチャンスだ!	大野 正人	高橋書店
	じゃない!	チョーヒカル	フレーベル館
一般	「コケ旅」へ行こう!	産業編集センター	産業編集センター

丸亀駅前広場  
「はくちょう号」と閲覧スペースをご利用ください  
■午前10時～午後7時(土・日曜は午後5時まで)  
■11月のお休み：4・11・25日

11月の休館日 ●中央図書館(☎22-3746) 長寿命化工事のため休館中 ●綾歌図書館(☎86-5915) 4・11・25日 ●飯山図書館(☎98-2666) 4・18日

カセットボンベやスプレー類は、資源ごみの日に出してください

これからの季節、卓上こんろを使用する機会が増えてきます。ガスライターや、カセットボンベ・スプレー缶など(中身を切り切った)は、資源ごみの日に出してください。まちがって可燃・不燃ごみに出すとごみ収集車の火災を引き起こします。



これらは、クリーンセンター丸亀(川西町)でも回収しています。  
●月～金曜・特別持込日 午前9時～正午、午後1時～4時

会員募集中です。  
仲間と共に知識と経験を活かしませんか!  
収入以外でも新しい仲間や健康維持を目的として入会される方も多くいます。

公益社団法人 丸亀市シルバー人材センター  
丸亀市塩屋町5丁目6番1号 ☎23-6215

消火スプレー製品の回収  
消火スプレー(エアゾール式簡易消火具)の一部に、消火薬剤が漏出する不具合が発生しています。  
▶対象製品：直撃消火、ファイヤーカット、ファイヤーロックNEXT、ブロックショットα、ローヤルガードⅢ、スーパールームガードⅣ  
詳しくは、エア・ウォーター・ゾル(株)お客様相談室 ☎0120-033-277

●市のPR動画を月2ペースでアップしていきます。丸亀市 YouTubeで検索!(直) ●与謝蕪村の石碑が高松市にあるそうなので行ってみます(いのち) ●今年のみちあかりプロジェクトはひと味違います(てん) ●特集は女子サッカー。わが子にもサッカーの体験をさせてみようかな(凜)

11月9日(土)～15日(金)は 秋季火災予防運動  
全国统一防火標語  
ひとつずつ いいね!で確認 火の用心

予防課 ☎25-4004

～消防からのお願い～  
①火災警報器の設置  
大切な家族を火災から守る住宅用火災警報器を早急に設置しましょう。設置している人も10年を目安に交換しましょう。  
◎全国：設置率 82.0%  
◎香川県：設置率 77.1%【全国38位】  
◎丸亀市：設置率 70.4%【県内ワースト2位】

②屋外での火の取り扱い  
5月初旬から8月末にかけて、火入れ・たき火・焼却火による火災が9件発生しています。屋外での火の取り扱いに十分注意してください。  
火災と紛らわしい煙を発するおそれがある行為などは、事前に最寄りの消防署へ届け出または電話連絡が必要です。(丸亀市火災予防条例45条)

③ガソリンの購入  
京都アニメーション放火事件を受けて、ガソリンスタンドでガソリンを携行缶で購入する際、身分証明書の提示と使用目的の問い掛けを行う場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

小学4年生 防火ポスター展

●11月8日(金)～14日(木)  
8日は正午から、14日は午後3時まで  
●市役所本館1階ロビー

大切なものを 守るために 火の用心  
県知事賞 城辰小 三井 陽莉さん

県消防協会会長賞 飯山北小 馬越 裕大さん  
県少年婦人防火委員会会長賞 城東小 加藤いずみさん

ラグビーワールドカップに魅せられて  
にわかラグビーファンになり、これまでの人生で観たラグビーの全試合を上回る試合を観ました。日本チームの活躍にはワクワクしましたし、強豪チームのスーパースタールに感動したり、地元開催ならではの緊張を感ずりました。  
プレーの内容やルールについては、独特のスタイルがあって感心することがしきりでした。例えば、試合前のハカなど特定のチームだけしかやらないことでも認められています。また、反則をしたときに必ずその都度、両チームのキャ

66 市長 梶 正治  
プレーに審判が注意します。さすがに紳士のスポーツと呼ばれるだけあります。観客の応援スタイルもサッカーや野球のようにチームごとに固まらず、入り混じって応援するのも面白いです。そうなる観客のウェーブや拍手も自分のチームだけでなく、敵方のプレーにも送るようになります。スクラムとかノーズアイドといった言葉やしぐさにも、敵味方なく協力していくという雰囲気はとてもいいものでした。  
丸亀市のまちづくりも、議会、市民、企業、市役所など、すべての皆さんのスクラムで力強く前進させたいものです。

いつも笑顔で!

176 菅原 文隆君 (川西町・79歳)

高校を卒業後、琴平参宮電鉄に入社。退職までの40年で、車掌やバスの運転手に携わる。「観光バスに乗務した27年間で日本を旅行しました」。退職後も嘱託で運行管理を任され、72歳でようやく引退。休む間もなく、今も県や市のボランティア活動で汗を流す。頼まれたら嫌とは言えない性格の菅原さん。「大勢の人と交流していると認知症の予防になる」と思っています。皆が喜んでくれることは、どんどんやっていきます。



# まるがめみちあかりプロジェクト

都市計画課 ☎24-8812

広報まるがめ No.176 令和元年(2019) 11月号 11月1日発行

歴史あるこんぴら街道を手づくりのあかりで灯し、まち歩きを楽しんでもらう「まるがめみちあかりプロジェクト」。市では、平成26年から毎年JR丸亀駅周辺で開催しています。今年はあかりを見て楽しむだけでなく、来場者の皆さんが光るものを身に着け、あかりの一部になっていただきます！

おいしいものを食べたり、お気に入りを見つけたりしながら、普段とはひと味違うあかりの灯る商店街を、ゆっくり歩いてみませんか？



- 日時 **11月2日(土)、3日(祝)** 17:00～21:00
- 場所 **丸亀港～富屋町商店街周辺** 雨天決行 (豪雨の場合は中止)

詳しくは    
<https://www.facebook.com/marugamemichiakari/>

※「おしろのまちの市 夜市」を、今年も丸亀駅周辺で同日の15:00～21:00に開催!

<https://www.facebook.com/oshironomachi/>

編集と発行 丸亀市役所市長公室広報広聴課 ☎763-8501 丸亀市大手町二丁目3番1号

**BOAT RACE まるがめ**

**まるがめサタ**  
～まるがめサタ～

毎週土曜日は  
まるがめボートに  
行ってみよう!

**11月の  
イベント**

イベント情報  
はこちら

---

**11/2** 「おもしろ荘」出演芸人が登場!!  
**夢屋まさる・サツキ・ペコばによる  
お笑いライブステージ**  
①11:30～②14:30～/屋外ステージ  
※雨天:イベントホール

**11/2**・**3** 10:00～16:00  
インフォメーション付近  
よしもと芸人オスメのご当地商品や、すち子キャラ・  
よしもと芸人三中がやってくる!  
**吉本興業プロデュース  
よしもと47シュブラン**  
①11:30～②14:30～/屋外ステージ  
※雨天:イベントホール

**11/2**～**4** みんなで力を合わせて、  
バルーン丸亀城を作ろう!  
**丸亀城バルーンワークショップ**  
講師:ソラシド・バルーン ヨーコ  
①11:00～②15:00～/3階特設会場

バルーンで作った兜・甲冑を  
身にまとい武将に変身!  
**バルーン闘将なりきり  
フォトスポット**  
10:00～17:00/3階特設会場

**11/4** 愛媛県出身の演歌歌手  
**結城ともこ歌謡ショー**  
①14:30～  
②16:00～  
イベントホール

**11/3** **ウルトラマンタイガショー**  
①11:00～  
②15:00～  
屋外ステージ  
※雨天:イベントホール  
**観覧無料**

**11/9** けん玉全国大会優勝  
V10獲得!  
ケン玉師 しげきやすし  
**ケン玉パフォーマンス**  
①13:30～②16:00～  
インフォメーション付近

**11/23** **讃岐和スイーツフェア**  
●夢工房から いちご大福等の  
和スイーツ販売  
●和菓子  
ワークショップ  
10:00～16:00  
3階特設会場

**11/30** ご本人 仮公認  
ものまね芸人  
**小福山雅治ものまね  
パフォーマンス** ①13:30～②16:00～  
インフォメーション付近

**ハンドメイド ワークショップ  
「オリジナルトートバック&缶バッジ」**  
ステンシル技法を使って自分だけのトートバックを作ろう!  
①11:00～②14:00～/3階特設会場  
参加費:500円(受付:各回30分前から 先着15人)

※イベント内容は変更になる場合があります。※写真はイメージです。 ※未成年者の入場は保護者の同伴が必要です。 ※まるがめレース開催日の午後2時以降は入場料100円が必要が必要です。

TEL23-2111(代表) ホームページ: <https://www.city.marugame.lg.jp>

丸亀のいいところを、セカイへ発信 #marucamera

## マルカメラ

産業観光課 ☎24-8816

投稿された写真を紹介します♪

photo by hironocchan

うら た あ み  
**浦田 采美ちゃん**  
(H30.1.15生)  
土器町

表情豊かな面白女子😊  
楽しいことたくさんしようね♪♥

ば ば しゅん と  
**馬場 俊透くん**  
(H28.2.9生)  
柞原町

車が好きな俊透が大好きだよ♥  
元気に育ってね。

## わが家の アイドル

募集

★1歳から3歳までのお子さんを紹介します!  
★申し込みは、広聴広報課 ☎24-8801へ



(株)プロバトンに委託し、市内の全世帯に配布しています。配布のお問い合わせは、本社(専用ダイヤル☎070-3791-1492)までご連絡ください。