



～元気創造！これからも 自立する 宇多津～

うたご

No.644 2017

1



「宇多津幼稚園もちつき大会」(12/15)

特集

「新年のごあいさつ」

..... 2

行政あらかると

「高額医療・高額介護合算療養費制度」
「民生委員・児童委員改選」

..... 3

年頭のご挨拶を申し上げます



皆様には輝かしい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。また、平素は町政の推進と発展に多大なるご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、昨年を振り返りますと、4月に震度7を記録した熊本地震、10月には鳥取で震度6弱を記録する大地震が相次いで発生し、多くの人命や家屋などに被害が生じ、改めて防災・減災対策の充実と強化の必要性を認識させられました。本町におきましては、今後30年以内に70%の確率で発生が予想されている南海トラフ巨大地震に備えて、備蓄物資の充実や防災ラジオの普及に努めるとともに、自主防災組織など地域住民への支援を通じて、災害に強いまちづくりを推進してまいります。

また、約30年にわたり中讃都市圏の商業活性化の拠点としての役割を担ってまいりました本町の新都市地域は、社会情勢や周辺環境の変化に対応しながらも厳しい状況下であり、その再生が喫緊の課題であります。本町では企業誘致などを通じて、地域の活性化を図ってまいりました。そのような中、昨年民間による四国最大の水族館建設の基本計画策定が発表されました。水族館の誘致実現は、地域経済活性化への大きな貢献が見込まれています。町は、今後も周辺地域の整備や関係事業者と協力し、平成31年度中の開業実現に向け全面的に協力をを行い、宇多津臨海公園を中心とした総合観光地域へと発展させ、地域企業との連携を図りながら水族館を生かしたまちづくりを展開し、面的活性化に取り組んでまいります。

本町は、全国的に人口減少が進む中、人口が増加している自治体であります。決して気を緩めず、「町民目線 町民ファースト」の初心を忘れることなく「健康・福祉」「安全・安心」「教育・文化」「活気・活力・賑わい」などのまちづくりを推進してまいります。

それにより、町民の皆様笑顔で健康で元気に暮らしていただき「日本で一番住みやすい町」となることを目指して町政の進展に邁進する所存でございます。

年頭にあたり、皆様のご多幸を祈念いたしますとともに、本年も格段のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。新年のご挨拶といたします。

平成29年 元旦



宇多津町長 谷川 俊博

謹賀新年

新春を迎え、皆様に謹んで新年のご挨拶を申し上げます。旧年中は何かとお世話になり、誠に有難うございます。新年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

議員	議員	議員	議員	議員	議員	議員	議員	議員	副議長	議長
港 一紫	大黒 一也	井上 弘治	濱中 保夫	柴村 賢三	宮本 隆	青木 義勝	藍川佳津樹	西本 祐子	大松喜次郎	

高額医療・高額介護合算療養費制度

国民健康保険・後期高齢者医療制度における同一世帯内で1年間、『医療保険』と『介護保険』の両方で自己負担があり、その合算額が介護合算算定基準額（表参照）に500円を加えた額を超えた場合は、申請によって基準額を超えた額が支給されます。

対象と思われる方には、宇多津町または香川県後期高齢者医療広域連合より申請勧奨のお知らせが送付されますので、手続きを行ってください。

申請時には、申請者の被保険者証、印鑑、振込み口座のわかるものを持参してください。

*申請者とは・・・国保は世帯主、後期・介護は被保険者本人

（やむを得ず申請者名義の口座以外への振込みは委任状が必要です）

※平成26年度分（計算期間が平成26年8月1日から平成27年7月31日まで）の申請は随時受け付けていますが、平成29年7月31日を過ぎると申請できなくなります。

● 70歳未満の人の限度額（国民健康保険+介護保険）

所得区分		平成26年8月 ） 平成27年7月	平成27年8月 ）	○ 上位所得者 基礎控除後の総所得金額等が600万円を超える世帯の人 未申告者も上位所得者とみなされます。
旧 上位所得者	新 (平成27年1月から) 基準総所得額 901万円超	176万円	212万円	
	基準総所得額 600万円超～ 901万円以下	135万円	141万円	
一般	基準総所得額 210万円超～ 600万円以下	67万円	67万円	○ 住民税非課税世帯 同一世帯の世帯主および国保被保険者が住民税非課税の人
	基準総所得額 210万円以下	63万円	60万円	
住民税非課税世帯		34万円	34万円	■ 基準総所得額 前年の総所得金額等－基礎控除33万円

● 70歳以上75歳未満の人の限度額（国民健康保険+介護保険）

所得区分		*年金所得は控除額80万円として計算
現役並み所得者	67万円	高齢受給者証の一部負担金割合が3割の人
一般	56万円	現役並み所得者、低所得者Ⅱ・Ⅰ以外の人
低所得者Ⅱ	31万円	70歳以上75歳未満で、同一世帯の世帯主及び国保加入者が住民税非課税で低所得者Ⅰに該当しない人
低所得者Ⅰ	19万円	70歳以上75歳未満で、同一世帯の世帯主及び国保加入者が住民税非課税で、その世帯全員の所得が0円になる人

● 後期高齢者医療の限度額（後期高齢者医療+介護保険）

所得区分		*年金所得は控除額80万円として計算
現役並み所得者	67万円	後期高齢者医療被保険者証の一部負担金割合が3割の人
一般	56万円	現役並み所得者、区分Ⅱ・Ⅰ以外の人
区分Ⅱ	31万円	世帯全員が住民税非課税で、区分Ⅰに該当しない人
区分Ⅰ	19万円	世帯全員が住民税非課税で、世帯全員の所得が0円になる人。 または老齢福祉年金受給者

※今年度の申請勧奨は、平成27年8月1日から平成28年7月31日までが対象期間です。

☎ 健康増進課 (49-8001)

20歳になれば国民年金加入を

国民年金は、最後の所得保障や病気・ケガで重い障害が残ったときなどに支給する公的年金制度です。

●加入の手続き 学生や自営業者などで、20歳の誕生日を迎えた人は、住民票のある市役所・町役場で国民年金の加入手続きを行ってください。

●年金手帳 初めて国民年金や厚生年金に加入すると、「年金手帳」が交付されます。大切に保管してください。

●保険料の納付が困難な方

20歳になり、所得が少なく保険料を納めることが困難な方は、若年者納付猶予制度や学生納付特例などを利用できます。若年者納付猶予・学生納付特例を受けた期間は、将来の年金受給資格期間に算入されませんが、年金額には反映されません。これらの期間の保険料は、10年以内であれば古い期間から順に納付できるようになっています。

問 高松西年金事務所

(0807-8222-2841)



国民年金基金相談会

2月10日(金)

午前10時～午後4時(予定)

町役場西館2階

相談コーナー

内 自営業やフリーで働く方が国民年金の上乗せ年金として加入できる国民年金基金の特徴とメリットを説明

問 国民年金基金 (0120-654192)



障害者控除対象者認定書の交付

身体障害者手帳等を持っていなくても、介護保険の要介護認定を受け、手帳の交付基準に準ずると認められる場合は、確定申告などの障害者控除の対象になります。

対象者には、「障害者控除対象者認定書」を交付します。申告時に認定書を提示してください。

対 介護保険被保険者で要介護認定を受け、「身体障害者ま

たは知的障害者に準ずる人として認められる人

▼認定基準

障害者 要介護度1以上で、かつ「障害高齢者の日常生活自立度」がB1以上か「認知症高齢者の日常生活自立度」がIIa以上

特別障害者 要介護度4以上

申請 保健福祉課にある申請書(町ホームページからダウンロードできます)に必要事項を記入して提出

問 保健福祉課 (49-8003)

大東川沿い散歩道 犬のフン・排尿放置禁止



最近、津ノ郷地区の国道11号高架下から津ノ郷橋までの大東川沿いの町道で、散歩時の犬のフンや排尿の放置が数多く目撃されています。

除草して美しくした散歩道

も犬のフンや排尿で台無しになります。飼い主の心がけひとつで町はきれいになります。

宇多津をどこよりもマナーの良い町にしましょう。

フンの始末袋やスコップ、ペットボトルに入れた水を日頃から準備して愛犬と一緒に散歩に出かけましょう。ご協力をお願いします。

問 住民生活課 (49-8000)



坂出税務署からのお知らせ

●確定申告会場の設置
坂出市京町2丁目6番27号 坂出合同庁舎1階坂出税務署

2月16日(木)～3月15日(水) 土日及び祝日を除く
受付 午前8時30分～午後4時 (相談開始 午前9時～)

他 確定申告の期間前は会場を設置していません。ご注意ください(ただし、作成済みの申告書等の提出は受け付けています)。

開設初日の2月16日及び申告期限が近づきますと、大変混雑が予想されます。あらかじめご了承ください。

●マイナンバーの記載

平成28年分以降の申告書から、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示またはコピーの提出が必要になります。

必要書類

○マイナンバーカードをお持ちの方：マイナンバーカード
○マイナンバーカードをお持ちでない方：通知カードと運転免許証などの身元確認書類
※郵送等による提出の際には必要書類のコピーを提出(マイナンバーカードは表面と裏面のコピー)
マイナンバーカードでe-taxが利用できます。

e-taxは本人確認書類の提出が不要です。

※e-taxの利用に際しては、開始届出書の提出やマイナンバーカードが住民基本台帳カード、ICカードリーダーイタの購入など事前準備が必要です。詳しくはe-taxホームページ(www.e-tax.nta.go.jp)をご覧ください。

新しい民生委員・児童委員が決まりました

平成28年12月1日付で改選があり、次の方々が町の民生委員・児童委員に決まりました。

宇多津町民生委員児童委員名簿

(平成28年12月1日現在)

氏名	性別	住所	電話番号	担当地区
水尾伸一	男	宇多津町1893-2	49-0890	伊勢町、栄町、幸町
山田勝利	男	// 2084	49-0980	山下、かじや町
二見忠	男	// 2792	49-0927	坂下西、坂下東、向山北、岩屋の一部
中川幸二	男	// 1876	49-0154	浜町、塩浜
金泥千代	女	// 浜三番丁25-11	49-2390	浜一、二、三番丁
金岡房子	女	// 538-1	49-0560	県営沼の池(27-40棟除く)
小林善朋	男	// 2695-2	49-3811	北浦、大橋北
村尾美由紀	女	// 浜六番丁79-21	49-0491	浜六番丁
堀瀬直美	女	// 浜七番丁103-8	49-3946	浜七番丁
平野啓一	男	// 2173-4	49-0803	大門、本町、浦町、中村
柏原和夫	男	// 2734-2	49-1674	平山、新開東
高橋敬子	女	// 1510	49-4041	西町中、西町東、西横町
津谷陽一	男	// 1781-22	49-9695	宇夫階、浜八番丁
香川絹子	女	// 1013-1	49-2085	田町北、田町南、長縄手
佐々原賢	男	// 1778-12	49-2541	十楽寺、京都東山
住吉久美	女	// 2555-14	49-1132	新開西
喜田美佳子	女	// 152-1	49-1468	津の郷北、沼の池、県営沼の池27-40棟
吉井保	男	// 301-4	49-4095	鍋谷
十河珠美	女	// 3310-1	49-3249	岩屋、向山南
山田一恵	女	// 大字東分1878-1	49-0595	津の郷
末包正行	男	// 2628-827	49-2043	大橋、大橋東、大橋南
西紋正	男	// 2014-1	49-0608	水主町、今市、倉の前
谷川徹三	男	// 2367-4	59-9628	新町
大福律子	女	// 浜六番丁70-1	49-5285	浜五番丁
田中昌子	女	// 浜九番丁152-7	49-6868	浜四番丁、浜九番丁

宇多津町主任児童委員名簿

(平成28年12月1日現在)

氏名	性別	住所	電話番号	担当地区
山西久仁子	女	宇多津町2774-1	49-0769	町全域
粟井宏子	女	// 2157	49-4739	町全域

自治会 だより 39

秋の連合会総会で、大橋北自治会が加入するなど、自治会の必要性が理解されつつあり、より魅力ある自治会にするために何をすればよいのか、課題と真剣に取り組んでいます。

連合会主催の行事として、南海トラフ巨大地震に備えての防災訓練を町内3ブロックに分けて実施しています。

東日本大震災、熊本地震では、甚大な被害に見舞われました。被害を少なくするには、隣近所との絆、ひいては、コミュニティ組織の必要性が再認識されたところです。

そのため、防災・減災に真剣に取り組むと同時に、組織づくりにも力を入れています。

併せて、地域内のパトロールを含めて、防犯活動にも積極的に取り組み『安全で安心な町つたづ』『任んでよかった町つたづ』を目指して頑張っています。

『生活支援コーディネーター』と創る、住民主体の助け合いのある地域』と題する住民勉強会が11月21日、保健センター4階で行われ、住民主体の助け合いが最重要課題であることについて説明がありました。

高齢化が進む中で、地域の住民が助け合うことは必要不可欠です。

今後とも、地域で、自治会内で、十分に勉強し、意思疎通を図りながら、より良い『つたづ』を目指していきましょう。

教育委員に水尾さん

教育委員の水尾裕美子さんが議会の同意を得て再任されました。任期は平成28年12月25日から平成30年12月24日まで2年間で完了です。

新体操 植松さん

全日本団体3位入賞

国立代々木競技場第一体育館（東京都）で11月25日から27日まで開催された「第69回全日本新体操選手権大会」で、町在住の植松桃加さん（坂出高校2年）が高校生で編成した「エンジェルRGカガワ日中丸亀」のメンバーとして女子団体総合と女子団体種目別（リボン）で3位入賞を果たしました。

高校生のチームが団体で3位入賞したのは9年ぶりの快挙です。植松さんは「苦しくてつらい練習でしたが、最高の仲間たちと最高の笑顔で終われたことを誇りに思います」と感想を述べていました。



町文化財保護協会見学研修

町文化財保護協会主催の見学研修が11月29日、19人の参加で行われ、岡山県の備中松山城、木野山神社、鬼ノ城を訪れました。

高梁市5万石の備中松山城へ向かう道はとても細く、途中からは杖をつきながら、時には息が上がるほどの険しい山道を歩いて天守にたどり着きました。大手門跡はNHK大河ドラマで使われたところで、岩盤の上に石垣が築かれている様は見事でした。現存する山城では全国一高いところにあり、「天空の城」といわれています。今回は見られませんが、次回は雲海に浮かぶお城を見たいと感じました。

木野山神社は宇多津町内各所にある木野山神社の本家です。25代目となる小野宮司さんから、明治10年前後に疫病、コレラ病の救済のため、靈験ある神社として各地から住民が祈願に来たことのお話に加え、年詣台帳を見せていただきました。木札は町内の平山、新町若宮神社、倉ノ前荒神社などの小祠にまじりかれています。

クリーン作戦参加のお礼

ごみのない美しいまちづくりを目指す年2回のクリーン作戦が12月4日、町内一斉に行われました。自治会連合会や婦人会をはじめ、町内事業所、各団体など大勢の皆さんの参加をいただき、誠にありがとうございました。これからもごみのない美しいまちを目指します。ご協力をお願いします。



小野宮司さんからお話 木野山神社にて

参加事業所・団体は次のとおり。（順不同）
 △宇多津郵便局△四国化成工業(株)R&Dセンター△(株)旭食品△(株)久保田麺業△中西産業(株)△(有)久保食品△香川短期大学△デリカサラダボーイ△A-I-ZEN 宇多津店△ホテルサニールト瀬戸大橋△(株)ロジステイクス・ネットワーク△四国旅客鉄道(株)高松保線区△町自治会連合会△町婦人会△宇多津中学校△宇多津北小学校

している市町などに本を贈っています。

町では、「日本の歴史（全20巻）」や「島の暮らし図鑑」などの児童書計157冊をライブラリーうたづの蔵書にしました。

宇多津駅周辺にパンジーの花

「みんなで咲かせよう花の会」は11月12日・19日の2日間、J R 宇多津駅周辺にパンジーを植えました。

同会では、一緒に花を植えるメンバーを募集しています。性別・年齢等は問いません。興味がある方は、気軽にお問い合わせください。

町会 前川さん
 (090-8974-2553)



児童図書寄贈

高松市の「株」たまや」より、児童図書の寄贈がありました。同社は、子どもたちに多くの本に触れてもらおうと、出店



鬼ノ城西門にて

今回の研修は、岡山の縁のあるところで、先祖の足跡や歴史探訪ができました。

町文化財保護協会は歴史文化を学ぶ事業を行っています。興味のある方はお問い合わせください。

町教育委員会 (49-80007)



女性セミナー活動報告

「うどん作り教室」

女性セミナー（教育委員会主催）の「うどん作り教室」が12月5日、23人が参加して開かれました。

講師に「おか泉」の岡田社長を招き、店で実際に使っているうどん粉と出汁を使い、季節の郷土料理・しっぽくうどんを作りました。

岡田社長は、うどん作りにかける思い、地域に貢献する思いを参加者に伝え、うどん作りの職人技を披露すると、参加者からは歓声が上がりました。



難しいところや力が必要ところもあり、参加者は悪戦苦闘しながら一生懸命に取り組んでいました。

子ども会 秋のスポーツ大会

子ども会主催の秋のスポーツ大会が11月20日、宇多津中学校体育館と総合型スポーツ施設で行われました。



苦勞してできあがった手打ちのおいしいうどんに舌鼓を打ちました。



教育委員会では、女性セミナーのほか、様々な講座を実施しています。講座の内容は毎年変わります。広報うたづ4月号にて1年間の講座内容をお知らせします。確認の上、お申し込みください。



選手宣誓
植條颯太くん

高学年はドッジボール、低学年はドッチビーで競いました。植條颯太くんが選手宣誓し、計102人が熱戦を繰り広げました。

優勝の栄冠に輝いたチームは、高学年の部が津の郷子ども会「津の郷レインボーB」、低学年の部は田町子ども会「たまっちーず」でした。



高学年の部 優勝
津の郷レインボーB



低学年の部 優勝
たまっちーず

今しかできない思い出を、子ども会で作りませんか。入会は教育委員会までお気軽に連絡してください。

問 教育委員会（49-8007）



町長旗争奪少年野球大会

第20回宇多津町長旗争奪少年野球大会が11月20日・23日、宇多津小学校や宇多津中学校などで開かれ、徳島、高知両県の県外チームを含め16チームが熱戦を繰り広げました。

地元の宇多津スポーツ少年団野球部は惜しくも3位という結果でしたが、選手たちは、チームワークあふれる宇多津

魂で力一杯がんばりました。

野球部は、6年生が12月で卒団し、現在は5年生以下を中心に新しいチーム作りに取り組んでいます。野球を通じて、子どもたちが礼儀正しく健全に成長していくことを第一に考え、日々練習に励んでいます。次の町長旗杯や県大会を見据え、ともに戦う新メンバーの募集を随時受け付けています。週末、宇多津北小学校へ一度練習を見に来てください。

問 宇多津スポーツ少年団

野球部代表 宮本将年
（090-3183-4522）



宇多津スポーツ少年団 野球部

「つたづつ子 心の音楽会」



仲間意識を高めるとともに、これまでに取り組んできた音楽活動の集大成の場として、「つたづつ子 心の音楽会」を開催しました。日頃からお世話になっている地域の方々に招き、感謝の気持ちを表そうと、子どもたちは心を込めて歌ったり、演奏したりしました。きっと、地域や保護者の方々の心に響いたことでしょう。

「マラソン大会」



恒例の校内マラソン大会を開催しました。友だちやたくさんの方々の熱い声援を受けて、どの子も力を出し切って走りました。体育の時間にマラソンコースを何回も走って練習して、マラソン大会では、練習の成果を存分に発揮していました。



楽しかったペコちゃんタイム



なんと、「不二家キャラバン隊」の訪問に当選し、わかぐさ保育園にペコちゃん登場！おはなしのお姉さんの素晴らしい語り口に、子どもたちは楽しみながら、いろいろなクイズに挑戦!! 私たち大人も童心に帰って歌に、ダンスに、たっぷり楽しんだ一時間となりました。ペコちゃん、お姉さん、遠い所から来てくれて本当にありがとう！

大盛会！もちつき大会



坂出白峰ライオンズクラブの協力のもと、40人余りの保護者の皆さんとわかぐさの子たちのもちつき大会が開催されました。もち米と臼と杵、そして大人と子どもが作り出す、もちつきの絶妙の音に誘われて、気分はすっかりお正月！ペッタンの音色とともにきあがった白、赤、草もちの三色のおもちが母さんたちの手で、まん丸に仕上がって、とてもおいしいおもちとなりました。

楽しく、ムリなく、安全にやさしいテニススクール **宇多津インドアテニススクラブ** 広告

レンタルコート有り！

冷暖房完備の屋内コートで雨風・日焼けを気にしない!!

広報持参で「体験無料」!!

レンタルラケットレンタルシューズ有手ぶらでOK!!

グランドオープンキャンペーン

○初心者の方はレベルアップするまでレッスン受け放題

○スクール入会金が無料!!

お忙しい方のための1時間クラス

●マミーズクラス 毎週水・金 10:00~6,480円/月

●1時間クラス 毎週火・木 18:35~8,858円/月

TEL 0877-35-7980

宇多津町浜五番丁 49-1

あなたの未来を応援します。 広告

香川短期大学

■生活文化学科 ■子ども学科第I部 ■子ども学科第III部

■経営情報科 ■専攻科(福祉専攻)

宇多津町浜一番丁10番地 TEL49-5500 FAX49-5252

<http://www.kjc.ac.jp/>

宇多津中学校

人権旬間

宇多津中学校では12月1日から9日までの間、人権旬間の取り組みを行いました。

12月9日には、介護福祉士の川西嘉津子先生をお迎えして「いのちのせいせい」講演会を開きました。



講演を聴いた生徒は「本当に介護福祉士になってみたいと思いました。大変そうだけど、それ以上に、自分の個性や特技を生かして人を楽しませること、『ありがとう』と笑顔で接することができることなど、自分もやってみてみたいと思いました」と感想を語りました。

入学説明会

12月7日、来春入学予定の小学校6年生を迎えて、入学説明会を実施しました。



入学説明会と体験入学のあと、今年は県PTA連絡協議会安心安全ネット指導員で丸亀市PTA連絡協議会会長の十河靖典さんの講話がありました。

新人大大会活躍

綾坂地区新人大体育大会
12月10日・11日
優勝 バレーボール部女子

決勝 宇多津 2-0 綾南

25	25
16	20

- | | | |
|-------|-------|----|
| 世佐木文夏 | 豊嶋 | 彩花 |
| 北添 里美 | 林 生麗 | |
| 中村 桃茄 | 野田 美咲 | |
| 前田 彩花 | 森次 結 | |
| 三好 優芽 | 山崎 桃渚 | |
| 大空 優月 | 桑名 佑芽 | |
| 平田 愛幸 | | |



「23が60読書レビュー大賞」
中学生の部

- | | |
|-----|-------|
| 奨励賞 | 岡崎 七菜 |
| 奨励賞 | 木内 風 |

ヘイトスピーチ解消法①
外国人も暮らしやすい街づくりを



2千万人超の外国人観光客

日本の登録外国人は223万人（2015年現在）。最多は中国出身者で3分の1を占め、多くは技能実習生です。在日韓国朝鮮人（特別永住者）は帰化などで減少して34万人。自動車産業など製造業で働くブラジルやペルーなどの日系人、フィリピンやベトナムなどから働きに来る「ニューカマー」と呼ばれる人たちも増加しており、外国人観光客も2016年は2千万人を超えています。

外国人が増加するなか、残念ながら外国人への差別や人権侵害が起きている。

ヘイトスピーチをなくそう

政府は、国連などの要請を受けて2016年6月、「ヘイトスピーチ解消法」（本邦外出身者に対する不当な差別的言動の解消に向けた取組の推進に関する法律）を施行しました。「特定の民族や国籍の人々を排斥する差別的言動、いわゆるヘイトスピーチと呼ばれる言動は、人々に不安感や嫌悪感を与えるだけでなく、人としての尊厳を傷つけたり、差別意識を生じさせたりすることになりかねません」（法務省HP）として、同法では、ヘイトスピーチを解消するために国及び自治体に有効な対策を義務づけています。

ヘイトスピーチによる被害など、人権に関する問題でお悩みの方はご相談ください。
法務省人権統括部・全国人権擁護委員連合会

保健センターからのご案内（定例保健事業 1月）



◆料金無料（いきいき栄養教室は1人につき400円、元氣もりもり運動教室は年会費100円が必要です）

㊦：個別案内 ㊧：自由参加 ㊨：要予約

	事業名	対象者	開催日	時間	場所 保健センター	備考
母子	ゆったりつどいコース (妊婦さん同士の交流)	妊婦及びその家族	16日(月)	10:30	1階	㊦
	すこやか栄養コース (栄養指導・調理実習・試食)		5日(木)	9:30	2階	
	すすく赤ちゃんのつどい	平成28年10月・11月生	11日(水)	14:00		㊧
	3か月児健診	平成28年9月生	6日(金)	13:15	1階	㊦
	離乳食講習会	平成28年8月生	26日(木)		2階	㊧
	1歳おめでとう相談	平成28年1月生	17日(火)		1階	㊦
	1歳6か月児健診	平成27年5月8日～6月14日生	13日(金)			㊦
	3歳6か月児健診	平成25年6月13日～7月9日生	20日(金)	㊦		
	育児相談	乳幼児ならどなたでも	30日(月)	9:30～ 11:00		㊧
	こども相談	子どものことばや発達などに 心配や相談のある方	10日(火)	9:00	1階	㊦
ことばの相談	19日(木)					
成人	健康相談	町にお住まいの方ならどなたでも	4・11日(水)	9:00～		㊧
	骨密度測定		18・25日(水)			
	病態栄養相談		4・18日(水)	㊦		
	いきいき栄養教室	<持参物>	12日(木)	9:30	2階	㊧
	元氣もりもり運動教室	栄養教室：エプロン、三角巾、 手拭きタオル	10・31日(火)			
	メタボ予防運動教室	運動教室：汗拭きタオル、お茶	8・22日(日)			
	こころの相談		26日(木)	9:00	1階	㊦

申問 保健センター (49-8008)

健康教育講演会 2017 「わたしたちの健康 人生をすこやかに」

元気で明るい生活を目指す転ばぬ先の杖
～糖尿病の恐るしさを知らう～

1月21日(土) 午後1時50分から約2時間(開場 午後1時30分)

坂出市民ホール

講師 NPO法人香川糖尿病支援まんでがん理事長 香川大学名誉教授 石田 俊彦 先生

入場無料
申し込み不要



糖尿病は生命を脅かす様々な合併症を引き起こします。患者数は年々増加しており、特に香川県は糖尿病による死亡が常にワースト上位です。講演会では、ユニークな企画を予定していますので、楽しんで学べる機会になると思います。ぜひお越しください。

保健センターだより

(49-8008)

町食生活改善推進協議会 いきいき栄養教室

1月12日(木)

午前9時30分～午後1時
(午前9時15分から受け付け)

保健センター2階
調理実習室

内講話と調理実習

『高血圧予防料理～減塩を意識して高血圧を予防しよう』

対町にお住まいの方

料1人400円(当日集金)

持エプロン・三角巾・手拭き
タオル

申不要



町食生活改善推進協議会 男性料理教室

料理に興味がある方、料理初心者の方も大歓迎です。

2月7日(火)

午前9時30分～午後1時
(午前9時15分から受け付け)

保健センター2階
調理実習室

調理実習室

内講話と調理実習
『手軽にできる！ バランスのとれた定番料理』

定20人(夫婦での参加も可)

料1人400円(当日集金)

持エプロン・三角巾・手拭き
タオル・筆記用具

締2月3日(金)



インフルエンザが流行しています

【かからないために】

- ① こまめに手洗いをする。
 - ② 人混みや繁華街への外出を避ける。
 - ③ 十分な休養とバランスのとれた食事をとる。
 - ④ 室内の湿度を50～60%に保ち、乾燥に気をつける。
- 具合が悪い時は早めに受診しましょう。受診する際には、必ずマスクを着用してください。



1月の休日当番医

日	内科及び小児科	外科	
1日(日)	林内科呼吸器科医院 (白金町) ☎46-5302	松山医院 (宇多津町) ☎49-0706	みのりクリニック (駒止町) ☎59-0082
2日(月)	峯小児科医院 (寿町) ☎46-4315	つちだ内科クリニック (川津町) ☎46-8451	まえた整形外科外科医院 (室町) ☎46-5056
3日(火)	小林内科胃腸科医院 (富士見町) ☎45-9595	上里医院 (江尻町) ☎45-8111	番の州ハビネスクリニック (八幡町) ☎44-5566
8日(日)	回生病院 (室町) ☎46-1011		
9日(月)	伊藤内科消化器科 クリニック(川津町) ☎44-1930	うちだ小児科医院 (駒止町) ☎46-2622	井上胃腸科肛門科 クリニック(宇多津町) ☎49-1700
15日(日)	坂出市立病院 (寿町) ☎46-5131		
22日(日)	聖マルチン病院 (谷町) ☎46-5195		
29日(日)	香川成人医学研究所附属診療所 フェルクリニック (横津町) ☎45-2312	西山脳神経外科病院 (加茂町) ☎48-3366	

※変更される場合がありますので、必ず新聞紙上などでご確認ください。
※医療機関によって受け付け・診療時間等が異なります。くわしくは医療機関に直接お問い合わせください。

はぐはぐランドうたづ (1月の予定表)

日	曜日	時間	行事名
5	木	14:00	チャイルドカウンセラーこうじ先生と話そう
10	火	13:30	ベビーたいそう
12	木	11:00	ほっこりタイム(体操と風揚げ)
		13:00	えいごであそぼう
16	月	10:30	おながく遊び
		11:00	ベビーマッサージ(要予約)
17	火	11:00	オカリナといっしょに歌いましょう
		13:20	あそぼう会
19	木	14:00	チャイルドカウンセラーこうじ先生と話そう
23	月	11:00	おたんじょうかい
		14:00	おはなし会
24	火	10:45	保健師さんQ&A
		14:00	はぐはぐクラフト
26	木	11:00	おはなし会
30	月	11:00	ママとペアたいそう
31	火	11:00	消防車がやってくる!

※変更の場合があります。

サポートセンター 対 0歳～就園前の子どもと保護者
保健福祉課(49-8003) サポートセンター(41-0516)

ド・レ・ミを親しむなら...今から!

たくらんぼひらば

子育て奮闘中のママたちへ...

募集中! 1/13(金)11:00~

子どもと一緒に音の出る楽しさ、身体を動かす体験してみませんか?

■対象: 1歳~2歳児 ■会費: 750円(税込) 月1回レッスン
■期間: 2016年9月~2017年3月まで。 ◆わくわくミュージック(おながく) 毎月各1回
《ヤマハ音楽教室 体験レッスン参加者募集中!》

■対象: 3歳児 ■おながくなかよしコース
■月曜日14:40~、土曜日10:10~

■対象: 4~5歳児 ■幼児科
■火曜日15:30~、土曜日11:00~・14:00~

《お問い合わせ》
ヤマハ音楽教室宇多津センター
TEL0877-49-9377

規定制服販売店 kanko

ことばきや化粧品店

宇多津町伊勢町 ☎49-0103

ネーム入れは無料です!

ネームがすぐ入ります!

- 長袖シャツ ●半袖シャツ
- ブルマー ●ハーフパンツ
- ホッピングパンツ
- エプロンセットには

宇多津小学校・宇多津北小学校・宇多津中学校 指定店



土・日もあそべる児童館

キッズプラザうたづ

だより

あけましておめでとうござります
キッズプラザうたづは1月4日(水)
より開館します。みなさん元気に遊び
に来てくださいね。



キッズの楽しい行事・教室

今年もいろいろな行事や教室
を開催します。みなさんの
参加をお待ちしております。

●新春もちつき大会

と き 1月14日(土)

午前10時～正午

と き キッズプラザうたづ

対 4歳～小学6年生

定 50人

料 1人につき100円

(当日集金)

協力うたづ遊友健康づくりの会
※定員になり次第、募集を締
め切ります。



●乳幼児ひろば

「げ・ん・き」



と き 毎週水・金・日曜日

午前9時から正午

※1月4日(水)はお休みし
ます。



と き 毎週水・金・日曜日

(49-4005)

(月曜日は休館日)

うたづ俳壇

初旅に発つ糠漬に手を加え
冬の兩風の日々にも山仕事
絵風揚ぐ子らで賑はふ広野かな
穏やかに家の庭木の冬支度
散策や小春日和の青の山
空壇のめぐりめぐりて年暮るる
祖谷は雪見下ろす嶺の露天風呂
みぞおちに粉れこんだる花吹雪
元且の大きく広き芝生かな
風に散る黄落の径踏みしめて
霜柱割りて背のびの青大根
新巻を提げて帰郷も遠き日に
足ちぢめ寝付けぬままの霜夜かな
餅焼くや古街の家の姉妹
はんなりと乙女のやうな姫椿

宇多津川柳会

師走

天 走り来る師走に用意ポチ袋

地 今年こそ無事に師走を乗り切ろう

人 師走くる広い社会に助けられ

年末は財布の中も走り出す

大掃除 心もみがき晴れやかに

はや師走 時よとまれと気はあせる

足並みがみだれています師走どき

自由句

天 この顔が恋の先行き邪魔をする

地 若返り笑い一番 特效薬

補聴器にしみじみ聞くや秋の声

紙コップ一回きりの愛配る

孫が来るすべて計画 後回し

握手して帰る孫の手 暖かい

宝くじ買うのは良いが程ほどに

- | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|------|-------|
| 藤本 康子 | 松浦 加津子 | 青木 恵子 | 木村 麗子 | 稲田 壽子 | 井上 芳水 | 香川 樹子 | 黒田 乃理子 | 湖崎 清治 | 多田 さよ | 小島 京子 | 次屋 健 | 次屋 カナ子 | 林 和恵 | 古本 玲子 |
|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|------|-------|

- | | | | | | | |
|--------|-------|--------|--------|------|-------|--------|
| 池田 与志実 | 山本 磯吉 | 榎原 えり子 | 中野 さよ子 | 柴田 康 | 橋川 哲一 | 藤田 みよ子 |
|--------|-------|--------|--------|------|-------|--------|

- | | | | | | | |
|------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|
| 中野 康 | 柴田 さよ子 | 藤田 みよ子 | 池田 与志実 | 榎原 えり子 | 山本 磯吉 | 橋川 哲一 |
|------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|

<p>広告</p> <p>診療時間 9:30~13:00 夜8時まで 15:30~20:00</p> <p>休診日 日曜・祝日・土曜の午後 ※祝日のある週は土曜午後も診療</p> <p>ごうだ歯科医院 ☎41-1711 宇多津町浜八番丁 120-7</p> <p>丸亀ごうだ歯科医院 ☎85-8787 丸亀市土器町 850</p>	<p>歯科</p> <p>診療時間 月・火・木・金 9:30~13:00 15:30~20:00 土・日 9:30~13:00 14:00~17:00</p> <p>休診日 水曜・祝日</p> <p>ごうだらいおん歯科 ☎56-7766 宇多津町浜二番丁 16</p>	<p>口腔外科</p> <p>診療時間 月・火・木・金 9:30~13:00 15:30~20:00 土・日 9:30~13:00 14:00~17:00</p> <p>休診日 水曜・祝日</p> <p>ごうだらいおん歯科 ☎56-7766 宇多津町浜二番丁 16</p>	<p>小児歯科</p> <p>診療時間 月・火・木・金 9:30~13:00 15:30~20:00 土・日 9:30~13:00 14:00~17:00</p> <p>休診日 水曜・祝日</p> <p>ごうだらいおん歯科 ☎56-7766 宇多津町浜二番丁 16</p>	<p>ホワイトニング・インプラント</p> <p>※保険適用外</p> <p>診療時間 月・火・木・金 9:30~13:00 15:30~20:00 土・日 9:30~13:00 14:00~17:00</p> <p>休診日 水曜・祝日</p> <p>ごうだらいおん歯科 ☎56-7766 宇多津町浜二番丁 16</p>
---	--	--	--	--

<p>広告</p> <p>癒しの空間で施術を体験してみませんか</p> <p>場所 浜五番丁62-1 四国医療専門学校 本館1階 ※駐車場完備 受付時間 月～金曜日 9:00～18:30 電話番号 (0877)41-2345 お気軽にお問い合わせ下さい。※土・日・祝日は休み</p> <p>四国医療専門学校附属 鍼灸治療院・接骨院</p>	<p>健康相談室設置</p> <p>整形外科医が対応いたします。 相談ご希望の方はご連絡下さい。</p>
---	--

1月のボランティアカレンダー

活動日	活動内容・時間	活動場所	活動グループ
第1・第3金曜日	絵手紙 10:00～	福祉センター	うたづ苺一絵
第1木・第3月曜日	視覚障害者に対して声の便り 13:30～	福祉センター2階 ボランティア連絡協議会室	朗読の会
第3日曜日	JR宇多津駅前清掃 8:00～	JR宇多津駅前集合	ボランティア推進委員会
第1～第4水曜日	老人給食の配食 10:00～	福祉センター (社会福祉協議会) 集合	老人給食ボランティア
第2・第4木曜日	手話 19:00～	福祉センター	手話サークルにこここ

● ボランティア活動の問い合わせ先 社会福祉協議会 ☎49-0287

ユープラザうたづニュース

ハーモニーホール 1月

8日(日)	宇多津町成人式
9日(月祝)	ピアノ発表会
14日(土)	第40回全日本アンサンブルコンテスト香川県大会 中学生の部
15日(日)	第40回全日本アンサンブルコンテスト香川県大会 小学生・高校生・大学生・一般の部
22日(日)	認知症を考える会
28日(土)	わかくさ保育園合同お楽しみ会
29日(日)	ピアノ発表会

上記については、予告なく変更することがあります。 ☎ ユープラザうたづ ☎49-8020

ライブラリーうたづニュース

開館時間 午前9時30分～午後9時

◎英語のおはなし会

- 📅 1月6日(金) 午前11時～
- 📍 ライブラリーうたづ おはなしコーナー
- 📌 英会話教室の先生が英語でかみしばいや絵本を読んでもくれます。

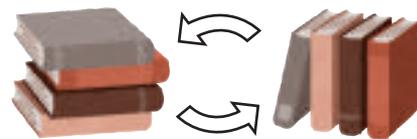
◎かるたあそび

- 📅 1月14日(土) 午後2時～3時
- 📍 ユープラザうたづ 1階 視聴覚室
- 📌 かるたあそび かみしばいなど
- 📍 50人 (要申し込み)
- 📍 ライブラリーうたづ ☎49-8025

◎本の交換会

家庭でいらなくなった本をお互いに持ち寄り、交換する「本の交換会」を実施します。

- 📅 1月28日(土)・29日(日)
- 📍 午前10時～午後4時
- 📍 ユープラザうたづ ロビー
- 📌 当日、一人10冊までの持ち寄りとさせていただきます。参考書・教科書・専門書・雑誌などはご遠慮ください。



☎ ライブラリーうたづ ☎49-8025

★ユープラザうたづ、ライブラリーうたづの年末年始の休館は12月28日(水)から1月3日(火)までです。年始は1月4日(水)から開館します。
※ユープラザうたづ正面玄関横の図書返却ポストをご利用下さい。

1月の
休館日

ライブラリーうたづ 1日(日)・2日(月)・3日(火)・10日(火)・16日(月)・23日(月)・27日(金)・30日(月)

ユープラザうたづ 1日(日)・2日(月)・3日(火)・10日(火)・16日(月)・23日(月)・30日(月)



おおゆきくまちゃん
📍 シャーリー・パレント



魔法の箱
📍 ポール・グリフィン



サバンナのいちにち
📍 斉藤洋

児童書



梅もどき
📍 諸田玲子



使用人たちが見た
ホワイトハウス
📍 ケイト・アンダーセン・ブラザー



LIFE SHIFT
📍 リンダ・グラットン

一般書

新着
ライブラリーうたづ
図書案内

地域包括支援センターのお知らせ (高齢者の総合相談窓口)

●認知症の 家族会



認知症の介護経験がある方の交流会です。

認知症は、誰でも起こりうるごく身近な病気です。介護で悩んでいる方、不安な気持ちを話してみませんか？

と き 1月11日(水)

午前10時～11時30分

古街交流ふら座

内 夕映えの会代表 福川嘉代
子さんを迎えての座談会

料 無料

他 申し込み不要、秘密厳守
相談は随時、受け付け

●どんぶりカフェ

認知症の方や家族の方、地域の方、介護・医療の専門職の方が集まる場所です。

お茶を飲みながら、おしゃべりや情報交換しませんか？

と き 1月27日(金)

午後1時30分～3時

古街交流ふら座

料 200円(菓子代含む)

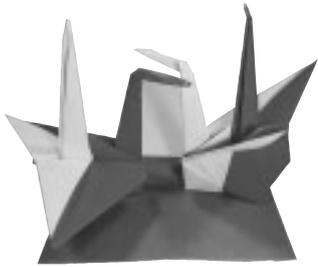
●集いの場 「こすもす」 参加者募集!



高齢者の集いの場です。介護予防サポーターも参加しています。一度来てみませんか？
新しい方、大歓迎です。

1月の予定

日	曜日	内 容
6日	(金)	鏡開き・こがらす太鼓
13日	(金)	折り紙 「紅白の鶴」
20日	(金)	9:30～映画「古 都」
27日	(金)	中央保育所年長さんとの交流



折り紙
「紅白の鶴」

と き 午前10時～11時30分

保健センター

対 町内の概ね65歳以上の方

料 無料

「宇多津 まんでがん体操」 ニュース④

「体力をつけて、いくつになっても元気でいきいきとした生活をおくる」ことを目標に皆さん体操しています。が、体操後のおしゃべりも楽しみの一つになっています。

最近、外で近所の人と出会う機会が少なくなってきたという声を聞きます。仲間と「まんでがん体操」に取り組み始めたことで近所の人と出会い、話すことが増え、体操に行くのが楽しくなっているようです。



足の後ろ上げ運動
(大臀筋を鍛える)

体操を始めてみたい、何処でしているのか知りたいなど、気軽にお聞きください。

申 問 地域包括支援センター

(49-8740)

文化協会紹介シリーズ⑨ 華道一正流

私たちは、日本の伝統文化である「いけばな」をもっと皆さんに知ってもらうため、活動を続けています。個人や会員数人での稽古を重ね、宇多津町文化祭を始め、各地で開催される花展への参加のほか、宇多津町成人式でもいけばなを展示しています。

また、丸亀市内の幼稚園で、園児が紙粘土で作った器を使っていけばな体験を指導しています。

私たちと一緒に活動しませんか。詳しくは問い合せください。お待ちしております。

(23-0792)

問 代表 森山汲甫(邦子)



広告

くらし元気に。まちも元気に。

樋口工業有限会社

http://hkhyperworks.com

宇多津町古街西町中1565番地
☎0877-49-0893

HIGUCHI



葬儀法要会館

なごみ

一日一組限定会館

出張相談・見積無料

皆様の不安や疑問に
丁寧にお答えします。

0120-42-5342

通話無料 ～24時間受付～

家族葬



25.9万円～



お知らせ

GO!GO!公園遊具交換

GO!GO!公園の愛称で親しまれている五号公園（浜八番丁）の遊具を新しい遊具に取り替えます。

1月中旬から3月中旬までの間、工事のため使用できません。ご理解とご協力をお願いします。3月に新しい遊具になります。ご期待ください。

問 地域整備課 (49-8012)



大東川クリーン作戦

散乱ごみや不法投棄のない美しい大東川を目指し、河川清掃を行います。自治会や職場の方々、個人の参加と協力をお願いします。

1月22日(日)

午前8時30分～10時(小雨実施)

※新大東川橋横に集合

新町橋から富士見橋

実施主体 大東川流域水環境保全推進協議会

全推進協議会

協力 町建設業協会・宇多津商工会・町自治会連合会・町

婦人会

問 住民生活課 (49-8000)



新春就職面接会

学生や中途採用希望者等への就職支援及び中・西讃地域事業所の労働力確保のため、八ローワーク坂出・丸亀・観音寺の合同就職面接会を開催します。約40社が参加予定です。

1月13日(金)

午後1時30分～3時30分

オークラホテル丸亀

対 平成29年3月に大学等を卒業予定者(3年以内の既卒者含む)と中途採用希望者

者含む)と中途採用希望者

者含む)と中途採用希望者

問 八ローワーク坂出 (46-5545)



坂出無料調停相談会

2月16日(木)

午前10時～午後3時

坂出市勤労福祉センター

内 交通事故、損害賠償、土地建物、家庭問題、子どもの相談、遺産分割など

※当日の受け付けは先着順

丸亀調停協会 (23-5270)

坂出法人会40周年記念講演

1月28日(土)

午後1時30分～3時

坂出グランドホテル

内 エリタク流経済ニュースのウラ読み術 経済アナリスト 森永卓郎氏

定 300人

料 無料

問 問 (公社) 坂出法人会 (45-5810)

エアロビクス教室

あおの山クラブ

1月7日(土)、2月4日(土)

午前11時～正午

(午前10時45分から受け付け)

サポートセンター(宇多津駅南側)

料 無料

持 飲み物、タオル

対 町在住の方(年齢・障がい

の有無は問いません)

服装 動きやすい服装

問 問 NPO法人メロディー (43-3630)

メール v_s_melody@yahoo.co.jp

授業見学会

1月5日(木)、6日(金)

午前の部 9時30分受け付け

午後の部 正午受け付け

問 問 同校

対 受験希望者・保護者

問 問 同校学務課 (24-6255)

1月10日は(110番の日)

★事件・事故緊急ダイヤル110番 110番通報は警察への緊急電話です。

★警察の相談ダイヤル#91

問 問 同会 中野さん (090-9555-3640)

新春川柳会 宇多津・川柳会

1月18日(水) 午後1時～

保健センター2階

料 500円(親睦会あり)

他 毎月第3水曜日午後1時から活動・会員募集中

問 問 同会 中野さん (090-9555-3640)

10 緊急の対応を必要としない各種相談などは、警察相談専用電話【#9110】へ。問 坂出警察署 (46-0110)



登記事項証明書の請求はオンラインで

登記事項証明書の請求は「かんたん証明書請求」をご利用ください。パソコンのWebブラウザから請求でき、窓口請求より手数料が安く、郵送のほか登記所、法務局証明サービスセンターで受け取れます。かんたん証明書 検索

問 高松法務局

民事行政調査官室

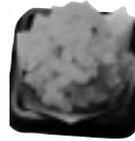
(087-821-6342)

募 集

「つたつの町家とおひなさん」
ワークショップ

和菓子「ひちぎり」作り

「ひちぎり」とは餅の端を引つ張った形に作る宮中のひな祭りには欠かせない京の伝統菓子です。小さなおひな様のような和菓子を一緒に作りませんか。



と き 1月31日(火)
午後1時30分～3時

と 保健センター 調理室

料 1000円

講師 葉匠 芝山店主

(高松市香西町)

定 20人

締 1月24日(火)

申 問 つたつの町家とおひなさん
実行委員会事務局
(まちづくり課)

(49-80009)

まちづくりファンド募集

まちづくりファンドは、住民が自ら行うまちづくりについて、活動を始めた時、ステップアップしたりする時に必要な資金を助成する事業です。

助成概要

コース	助成額(上限)	助成率	審査方法
①始めの一步	4万円	5分の4	書類
②まちづくり一歩前へ	40万円	5分の4	公開
③まちづくり大きな一歩	1000万円	5分の4	公開
④古街街並み修景	200万円	3分の2	公開

※遍路道沿いの建築物に限る

まちづくり活動への利用を目的にした空き家の改修や遍路道に面した建築物等の外観の改修、公益性のある行事を開催するための機材購入などハードからソフトまで幅広く利用できます。

制度の詳しい内容、申請書は町のホームページをご覧ください。

事業期間 平成29年4月1日～平成30年3月31日

応募期間 平成29年1月16日(月)～1月26日(木)

※1月13日(金)までに連絡の上、事前相談してください。

公開審査 2月(予定)

問 まちづくり課(49-80009)

法隆寺研修

近年の調査で、宇多津と法隆寺は昔から縁があることが明らかになりました。このことについて理解を深めるため、現地研修を行います。参加を希望される方はお申し込みください。

と き 1月24日(火)

午前7時40分集合、8時出発
午後7時30分帰着予定

集合場所 町役場駐車場

訪問先 奈良県法隆寺

料 一人5000円(昼食代、拝観料ほか諸費用を含む)

定 18人(先着順)

期 1月6日(金)～13日(金)
午前8時30分～午後5時

(土・日・祝日を除く)
申 問 教育委員会(49-80007)

おへんろ接待



宇多津古街の街道沿いにある「つたんぐらギャラリー」でおへんろ接待をしてみませんか? 春より活動を始める仲間を募集します。ぜひ見学にお越しください。

と き 火・水曜日(3月スタート)
午前11時～午後2時

内 おへんろさんの接待、交流
問 善根宿つたんぐら(入江)
(85-5172)

こころの病気をもつ人の家族学習会

と き 2月9日(木)午後2時～4時

と 県中讃保健福祉事務所
内 「こころの病気を理解し治療や生活をサポートするために家族が知っておきたいこと」西紋病院院長 西紋孝一氏

締 1月26日(木)

申 電話またはFAX(24-18341)

問 同事務所保健対策第二課
(24-09663)

小学生～高校生のための春休み海外研修交流事業

と き 3月25日(土)～4月5日(水)のうち9～11日間

内 ホームステイ・文化交流・学校体験・地域見学など

派遣先 英国、豪州、カナダ、ニュージーランド、フィジー、カンボジア、ネパール

対 小学3年生～高校3年生

締 2月3日(金)

問 (公財)国際青少年研修協会
(03-6417-9721)

「足の変形と痛み」健康教室 四国医療専門学校

と き 1月19日(木)

午後2時～3時30分

と 同校附属施設所

内 健康講座やお灸の体験

料 無料
問 同校附属施設所
(41-2345)

健康サロン「浜5番丁カフェ」 四国医療専門学校

作業療法士による「物忘れ相談」「介護相談」「健康体操を実施します。今回のテーマは「脳を活性化! ゲームで大笑い」です。

と き 1月21日(土)

午前10時～11時30分

と 同校学生ホール

料 300円(飲み物とお茶菓子付き)

問 同校作業療法学科
(41-2330)



パワの冬剪定



【と】1月22日(日)

①午前9時30分～11時45分
②午後1時30分～3時45分

【と】番の州公園

料500円

定各20人(先着順)

【と】住所、氏名、年齢、性別、電話番号、質問事項、①②いずれかの希望を明記の上、郵便またはFAX(43-521

3)、Eメール(kansyouryoku

uti@hytm.ocn.ne.jp)に。

※1月5日(木)受け付け開始

【と】問坂出緩衝緑地管理事務所

(45-6820)

剪定(松) 教室と庭の管理



【と】1月15日(日)

①午前8時30分～正午

②午後1時30分～5時

【と】満濃池森林公園 森林学習

【と】展示館

料無料

定各35人(先着順)

期1月5日(木)～8日(日)

【と】申問 同公園管理事務所

(57-6520)

イベント

初釜神事

かつて日本一の生産規模を誇った塩のまち・宇多津の歴史と伝統を未来に伝えるべく、新たな年の塩作りをスタートします。ぜひ見学にお越しください。

【と】1月6日(金)

午前10時～

(雨天の場合は11日)

【と】臨海公園内の塩田釜屋

【と】問うたづ海ホテル

(49-0860)



祝 成人

町は1月8日、20歳の新たな門出を祝う成人式を開き、式典や記念撮影、茶話会などを行います。町外、県外にいる同級生、お世話になった恩

師の方々を楽しいひとときを過ごしませんか。

案内状が届いていない方で、町での成人式に出席を希望する方は早めにご連絡ください。



【と】1月8日(日)

受付 午後1時

式典 午後1時30分

【と】ユープラザうたづ

【と】対平成8年4月2日～

平成9年4月1日生まれ

【と】問教育委員会 (49-8007)

第10回平成相聞歌

授賞式・記念講演会

第10回平成相聞歌の記念イベントとして、作家の落合恵子さんを迎えて、授賞式・記念講演会を開催します。落合さんは最近、執筆活動だけでなく、子どもの本の専門店を主宰するなど多方面で活躍しています。たくさんの方の来場をお待ちしています。



【と】2月11日(土祝)

午後1時30分開場

午後2時開演

【と】ユープラザうたづ

【と】ハーマニーホール

【と】内演題「ラブレターズ・20

17」

料無料

定200人(先着順)

※駐車スペースが限られていますので、車で来られる方はできるだけ乗り合わせてお越しください。

【と】申教育委員会事務局窓口かE

メールで必要事項(参加者

氏名・参加人数・住所・連

絡先)を記入

【と】問若者が集う文化のまち

うたづ実行委員会

(教育委員会生涯学習課)

(49-8007)

Eメール(kyouiku@town.

utazu.kagawa.jp)

介護付有料老人ホーム

そんぽの家香川宇多津

★保証金は無料! ★全室個室でプライバシー保護

★要支援から要介護5までの方のご入居募集中

(町内浜九番丁142-4) ☎49-9221 担当 小松・河島

高齢者向け優良賃貸住宅

県認定 **ワイ・フラット**

★空203・204・303・305・405 ★家賃補助 ★60歳以上その家族 ★毎日安否確認

★救急通報システム ★月57,200円～ ★入居手数料なし

宇多津町浜九番丁145-1 問合せ 管理室 ☎41-0466 担当 山城 町役場 ☎49-8012

広告

家族葬会館

うたづ葬祭

まごころ会員募集中

会員の方は葬儀・法要

電話のみでOK

○140名収容可 ○24時間受付

(有)うたづ葬祭

☎49-2028

年始のごみ収集日

○可燃ごみ

月・木の収集地域

1月5日(木)

午前8時30分〜

火・金の収集地域

1月6日(金)

午前8時30分〜

※年始は、ごみの量が多いと予想され、通常より回収時間が遅れることがあります。

○不燃ごみ

第1・第3水曜の収集地域

1月4日(水)

午前8時30分〜

◎町役場での資源ごみ収集

1月7日(土)から収集

町役場駐車場での資源ごみ収集時間は毎週金曜日の午後5時からです。収集時間の遵守にご協力お願いします。

祝日のごみ収集日

・1月9日(月祝)

通常通り燃えるごみの収集を行います。8時30分までに可燃ごみを出してください。

角山環境センター

可燃ごみ受け入れ

年始は、1月4日(水)から受け入れられます。祝日の可燃ごみの受け入れも行っていきます。(受入時間 午後2時〜4時、有料)

※お願い 最近、スプレー缶の破裂事故が多発しています。中身を出し切り、穴を開けて出してください。

閩住民生活課 (49-8000)

角山環境センター

(49-4511)



今月の納期限

1月31日(火)

- 国民健康保険税 (第7期 [1月分])
- 介護保険料 (第7期 [1月分])
- 後期高齢者医療保険料 (第7期 [1月分])

相談あれこれ

子育て

育児相談

身体計測、保健師・管理栄養士・臨床心理士相談
☎ 1月30日(月) 午前9時30分〜11時
☎ 保健センター健康相談室
☎ 保健センター ☎49-8008

児童心理司によるこども相談(要予約)

子育てや子どもの発達に関する相談など
☎ 1月10日(火) 午前9時〜正午
☎ 保健センター診察室
☎ 保健センター ☎49-8008

臨床心理士によることばの相談(要予約)

子どものことばの発達に関する相談
☎ 1月19日(木) 午前9時〜正午
☎ 保健センター診察室
☎ 保健センター ☎49-8008

子育て相談

子育てに関すること、いじめ、虐待など
☎ 月〜金 午前9時〜午後5時
☎ 相談支援センター ☎49-8028

子ども教育相談

☎ 月〜金 午前8時30分〜午後5時
☎ 少年育成センター
☎ 少年育成センター ☎49-4001

福祉

障がい者相談(身体・知的・精神)

(要予約)
☎ 月〜金 午前9時〜午後5時
☎ 相談支援センター ☎49-8028

身体障がい者相談(要予約)

☎ 第3金曜日 午後1時30分〜3時
☎ 福祉センター相談室
☎ 社会福祉協議会 ☎49-0287

介護相談・ボランティア相談

☎ 月〜金 午前9時〜午後5時
☎ 福祉センター相談室
☎ 社会福祉協議会 ☎49-0287

電話相談

福祉を中心としたあらゆる相談
☎ 月〜金 午前9時〜午後5時
☎ 社会福祉協議会 ☎49-0287

高齢者相談

☎ 月〜金 午前8時30分〜午後5時
☎ 地域包括支援センター(保健センター1階)
☎ 地域包括支援センター ☎49-8740



健康

管理栄養士による病態栄養相談(要予約)

糖尿病・高血圧症などの栄養相談
☎ 1月4日(水)・18日(水)
午前9時〜11時30分
☎ 保健センター健康相談室
☎ 保健センター ☎49-8008

臨床心理士によるこころの相談

(要予約)
ストレスや対人関係の悩みなど
☎ 1月26日(木) 午前9時〜正午
☎ 保健センター診察室
☎ 保健センター ☎49-8008

健康相談

☎ 毎週水曜日
午前9時〜11時30分
☎ 保健センター健康相談室
☎ 保健センター ☎49-8008

※都合により1月のやすらぎプラザ・サポートセンターの健康相談はお休みします。



その他

行政相談

☎ 第3金曜日 午後1時〜3時
☎ 保健センター 2階研修室
☎ 総務課 ☎49-8013

人権相談(隔月)

☎ 2月10日(金) 午前10時〜午後3時
☎ 保健センター 2階研修室
☎ 住民生活課 ☎49-8002

納税相談

☎ 月〜金 午前8時30分〜午後5時
☎ 税務課
☎ 税務課 ☎49-8004

一般相談(要予約)

家庭不和、離婚、財産問題、老人福祉、母子・父子福祉問題、その他日常生活のあらゆる問題
☎ 毎週水曜日 午前9時〜正午
☎ 福祉センター相談室
☎ 社会福祉協議会 ☎49-0287

法律相談(隔月)(要予約)

☎ 1月16日(月) 午前9時〜正午
☎ 福祉センター相談室
☎ 社会福祉協議会 ☎49-0287

交通相談

☎ 第4金曜日
午前9時〜午後3時
☎ うたづ安全安心ステーション
☎ 住民生活課 ☎49-8000



資源ごみ収集日

①浜一、二、三、四番丁(イベント広場:浜三番丁24番地1) 1/18・31
②浜五番丁(一号児童公園) 1/17・27
③浜六番丁(二号児童公園) 1/13・26
④浜七、八、九番丁(中央公園東側入口) 1/12・25 ※各場所に午前8時30分までに出してください。
⑤町内全域(町役場駐車場) 毎週土曜日 ※正午までに出してください。

健康ひろば

40歳からのロコモ予防！

7つのチェック！

こんな場面、思い当たりませんか？

- ① 片足立ちで靴下が履けない
- ② 家の中でつまずいたり、すべったりする
- ③ 階段を上がるのに手すりが必要
- ④ 15分くらい続けて歩くことができない
- ⑤ 横断歩道を青信号で渡りきれない
- ⑥ 掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど、重いものを扱う家事が困難
- ⑦ 2kg程度（1ℓ牛乳パック2本程度）の買い物荷物を持ち帰るのが困難



一つでも当てはまれば、ロコモかもしれません！

“ロコモティブシンドローム”（ロコモ）って何？

自覚症状のない予備群も合わせると国民の3人に1人はロコモといわれています！

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）とは、「立つ」「歩く」など人の動きをコントロールするための体の器官や組織 = 『運動器』が加齢や運動不足、骨や関節の病気などのために衰えている、または衰え始めている状態です。

「まだ若いから関係ない」？

適度な運動や栄養をとらないと、骨や筋肉は弱っていきます。弱ると40・50代で身体の衰えを感じやすくなり、60代以降、思うように動けない身体になってしまう可能性が高まります。

2つの運動でロコモ予防！

ハーフスクワット

深呼吸するペースで5～6回。1日3回。



肩幅に足を開き、つま先は30度外にむけておきます。息を吐きながらゆっくり腰を落としていきます。膝はつま先の方向に向けて90度以上曲げないように。中腰ぐらいまで腰を落としたら、息を吸いながらゆっくり元に戻しましょう。

※ 支えが必要な人は、机などに手をつけて行いましょう。椅子に座った状態からでも行えます。

片足立ち

左右1分間ずつ。1日3回。

背筋を伸ばし、姿勢をまっすぐにして、床に着かない程度に片足を上げます。その状態で1分間静止します。転倒しないよう、机・椅子・壁など、必ずつかまるものがある場所で行いましょう。

※ 支えが必要な人は、机などに手をつけて行いましょう。

人口の動き（12/1現在推計値）●人口 19,069人（前月比+24人）（男）9,303人（女）9,766人 ●世帯数 8,631世帯（前月比+11世帯）

各課連絡先電話番号・メールアドレス

- 〈住民生活課〉
ごみ・し尿 ☎49-8000
戸籍・住民票・年金 ☎49-8002
jyumin@town.utazu.kagawa.jp
- 〈保健福祉課〉
福祉・保育所・介護保険 ☎49-8003
hoken@town.utazu.kagawa.jp
- 〈健康増進課〉
国民健康保険・福祉医療 ☎49-8001
kenko@town.utazu.kagawa.jp
- 〈保健センター〉
☎49-8008
hoken-c@town.utazu.kagawa.jp
- 〈税務課〉
☎49-8004
zeimu@town.utazu.kagawa.jp
- 〈出納室〉
☎49-8005
- 〈教育委員会〉
☎49-8007
kyouiku@town.utazu.kagawa.jp

- 〈水道課〉
上水道 ☎49-8010
下水道 ☎49-8011
suidou@town.utazu.kagawa.jp
- 〈地域整備課〉
☎49-8012
chiiki@town.utazu.kagawa.jp
- 〈まちづくり課〉
☎49-8009
machi@town.utazu.kagawa.jp
- 〈総務課〉
☎49-8013
soumu@town.utazu.kagawa.jp
- 〈危機管理課〉
☎49-8027
kikikanri@town.utazu.kagawa.jp
- 〈議会事務局〉
☎49-8014
gikai@town.utazu.kagawa.jp
- 〈地域包括支援センター〉
☎49-8740
- 〈相談支援センター〉
☎49-8028

宇多津町ホームページアドレス
http://www.town.utazu.kagawa.jp



パソコン、携帯、スマートフォンのどこからでもみることができます

学校情報配信登録コーナー

町立幼稚園・小学校・中学校からのお知らせ

子育て・生活情報配信「くらしナビ」登録コーナー

- utazu376001@om.df-solas.jp
- utazu589001@once.88island.jp
- ・子育て支援情報
- ・町からのお知らせ
- ・防災情報など



広報うたづは、資源保護のため再生紙を使用しています