

広報

たよあしま

すなおなえがのしま

Communication & Public relations



contents

- 02 建設経済課・税務課からのお知らせ
- 03 教育委員会からのお知らせ
- 04 住民福祉課からのお知らせ
- 06 カメラリポート
- 07 健康推進室からのお知らせ
- 10 ふれあい診療所からのお知らせ



町の人口 | 10月1日現在(先月比) 世帯数/1,578(+3) 人口/3,053(+4) 男/1,573(±0) 女/1,480(+4) 町の面積 | 14.22km²
住民基本台帳法の一部を改正する法律により、人口は、外国人の方を含めた人数となっています。

直島HP / <http://www.town.naoshima.lg.jp> E-mail / somu1@town.naoshima.lg.jp



建設経済課からのお知らせ

「住宅の耐震化」に関する県民向け講座について

テーマ

県民向け「住まいの耐震化」講座を開催します！

内容

今後30年以内に、南海トラフ地震が70～80%の確率で発生すると予想され、甚大な被害を受ける可能性がある中、近年では令和2年7月豪雨等をはじめ大規模災害が頻発し、被災後の生活がメディアでよく取り上げられています。

昭和56年5月以前に建築された住宅は旧耐震基準で建てられているため、耐震性能が十分とはいえ、南海トラフ地震などの大地震時には生命や財産への重大な影響だけでなく、被災後も続く生活にも大きな影響を及ぼす可能性があります。災害時に避難所が十分に機能することは危機管理上必要なことですが、そもそも避難所に行かなくてすむように準備しておくことも重要で、「住宅の耐震化」はその対策の柱の一つです。

そこで、住宅の倒壊被害だけでなく、小規模や中規模程度の地震被害についても焦点をあて、災害発生以降の短期、中期、長期における生活実態や課題を知ること、「住宅の耐震化」のメリットを考える講座を開催します。

日時

- 10月30日(金)
- ・専門の講師による講演等 13:30～14:50
- ・その後、建築士による無料相談会を実施予定。

タイムスケジュール案

時間	内容
12:30～13:30	開場
13:30～13:35	あいさつ・趣旨説明
13:35～13:55	松村防災指導監 講話
13:55～14:30	井戸田教授 講話
14:30～14:50	住まいの耐震化に関するよくある疑問への回答
14:50～14:55	お知らせ・閉会
	〈休憩〉
15:10～16:45	個別相談会

◎会場について

香川県庁舎 県庁ホール 定員150名程度

お問い合わせ 建設経済課 ☎087-892-2224

税務課からのお知らせ

税務署からのお知らせ

【令和2年分年末調整説明会開催中止のお知らせ】

税務行政につきましては、日頃からご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

今般の新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、例年実施しておりました年末調整説明会につきましては、開催を中止することとしました。

ご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

なお、年末調整に関する各種情報については、国税庁ホームページの[年末調整特集ページ](#)をご覧ください。

【国税に関する一般的なご相談は電話相談センターへ】

税務署の代表電話は、自動音声案内でお受けしています。

国税に関する一般的なご相談を希望される場合は、自動音声案内に従い「1」番を選択してください。国税局「電話相談センター」の税務相談官がご相談をお受けします。

【税務署での面接相談は、事前予約が必要です。】

税務署では、面接相談の事前予約制を実施しております。

面接により相談を希望される場合は、税務署に電話で相談日時を予約してください。

予約の際、名前・住所・相談内容をお伺いし、相談日にお持ちいただく書類等をお伝えします。

お問い合わせ 〒760-0018 高松市天神前2-10 高松税務署 ☎087-861-4121

お問い合わせ 税務課 ☎087-892-2296



●●●●●●●● 住民福祉課からのお知らせ ●●●●●●●●

～国民健康保険に加入されている皆さんへ～ 「特定健康診査」実施のお知らせ

秋の「特定健康診査(特定健診)」の時期がやってきました。今年度最後の特定健診となります。特定健診は、気づかないうちに進行している高血圧や糖尿病などの生活習慣病を早い段階で発見して予防・改善するための健診です。



下記のとおり実施しますので、必ずご予約のうえ、6月初めに送付した受診券、質問票と被保険者証、健診料をご持参し、受診してください。

種 別	実 施 日	健診場所	受付時間
集団健診	11月7日(土)	西部公民館	特定健診 10:00～12:00
			胸部レントゲン 9:30～12:00

※新型コロナウイルス感染症対策のため、特定健診の心電図を受診される方は、1人1枚バスタオルのご持参をよろしくお願ひします。

また、マスクの着用にもご協力お願ひします。

「特定健診」を毎年受診すれば、異常が出る前の段階で変化に気づくことができるほか、異常が見つかった場合でも特定保健指導で病気になる前に改善することができます。

皆さんが、この先ずっと健康でいられるよう、年1回の健診を必ず受けましょう。

「おくすり手帳」を活用しましょう!!

「おくすり手帳」とは、過去に病院等で処方された薬の記録をまとめるための手帳です。

◆「おくすり手帳」のメリット

- ・「おくすり手帳」を活用することで、薬の飲み合わせや重複をチェックできるため、副作用や飲み合わせのリスクを減らすことになり、医療費の節約にもつながります。
- ・副作用歴、アレルギーの有無、病歴などの情報を記入することで、適正な薬の処方に役立ちます。
- ・旅行の際や急に具合が悪くなったときに病院へかかれる場合、「おくすり手帳」があると、自分の薬の情報を正確に伝えることができます。

◆「おくすり手帳」の使い方

- ・おくすり手帳は一冊にまとめて記載する。
→医療機関ごとに分けずに一冊にすることで過去にもらったお薬が分かり、的確な治療の助けになります。
- ・医療機関には必ず持参する。
→薬の重複や過去にあった副作用について把握することで安全に使用できます。
また、どこの医療機関を受診しても今飲んでる薬が何なのかが分かります。
- ・使用している一般用医薬品(OTC薬)や健康食品、サプリメントも記載する。
→処方してもらった薬との飲み合わせなどが分かります。
- ・常に持参する。 →外出先で意識を失ったときや災害に遭ったときなどに役立ちます。

※医師や薬剤師との相談に利用し、健康管理に役立てましょう

障がい者社会見学の開催延期について

10月20日(火)に開催を予定しておりました「障がい者社会見学」は、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、参加者および関係者の安全と感染拡大予防を最優先に考え、開催を来年度へ延期することとなりました。

楽しみにしていた皆さんには申し訳ありませんが、何とぞご理解を賜りますようお願いいたします。

お問い合わせ 住民福祉課 ☎087-892-2223

9月5日(土)

演劇って楽しい！1DAY 直島ワークショップ

瀬戸内国際芸術祭2019の「僕らが生まれる7日間のバルカロール」を行った越智良江さんを講師に迎え、「演劇って楽しい！1DAY 直島ワークショップ」が実施されました。

当日は、直島と男木島の小学生17名が参加し、いろいろなゲームを織り交ぜながら身体表現や演劇を直島ホールで学び、1日の成果を横防の海岸で発表しました。子どもたちは演劇だけでなく交流や表現の楽しさを体験し、大変有意義な時間を過ごすことができました。

主催：瀬戸内国際芸術祭実行委員会 運営：NPO 法人瀬戸内こえびネットワーク





●●●●●●●● **健康推進室からのお知らせ** ●●●●●●●●

薬は正しく使いましょう！

10月17日(土)～23日(金)の1週間は『**薬と健康の週間**』です。

病気やけがを治すのに役立つ「薬」ですが、正しく使用しないと思わぬ副作用を引き起こすこともあります。医師・薬剤師の指示のもと、用法・用量を守り、医療機関を受診するときには、必ずお薬手帳を持っていきましょう。

注 意！

例えば…

Q：病院等で処方された薬がのこったら、他の人にあげてもいい？

A：これは絶対にしないでください！

医師が処方した薬はあなただけの薬です。あなたの病気・症状・体質等を考慮して処方されていますので、症状が似ているからといって自己判断で他の人に勧めたり渡したりしてはいけません。

例えば…

Q：子どもが誤って大人の薬を飲んでしまった。

A：万が一、誤って飲んでしまった場合には、子どもの状態・薬の名前・飲んだ量を確認して専門の相談機関に連絡し、必要に応じて医療機関を受診しましょう。

【小児救急電話相談】

電話番号：#8000（全国同一短縮ダイヤル）

毎日19：00～翌朝8：00

住んでいる都道府県の相談窓口へ自動転送されます。

【中毒110番】

大阪中毒110番（365日24時間対応） ☎072-727-2499

つくば中毒110番（365日9時～21時対応） ☎029-852-9999

薬は子どもの手の届かないところに保管し、直射日光・高温・湿気を避けましょう。

身近で相談しやすい「**かかりつけ薬剤師・薬局**」を持つことが自分自身の健康を保つことにもつながります。

お問い合わせ 健康推進室 ☎087-892-3400



健康推進室からのお知らせ

ホットアドバイス ～理学療法士からリハビリテーションについて～

理学療法士の岩下です。

これまで、身体の部位別に分けて運動方法や体操を紹介してきました。

これらの運動など何かしら取り組まれたり、実践されてきたと思います。ではなぜ、こんなに運動や体操をしないといけないのでしょうか。それは日常生活活動動作を負担なく行うためです。そして、身体的、精神的に健康に過ごせるように補助してくれるのが運動や体操だからです。

不活動になると身体面では筋力、体力、心肺機能の低下が起きやすく、血圧調整の障害が出現しやすくなります。

精神面では情緒不安定になったり、うつ傾向になり

やすいと言われております。これらの問題が大きくなると、人と接することや社会とのつながりが希薄になり、家に閉じこもりがちになりやすくなります。これらを改善し、閉じこもりにならないようにするためには、いろいろな地域の活動に参加して、多くの人と関わるのが重要となります。多くの方の「いきがい」はコミュニケーションと人とのつながりの中にあるのではないのでしょうか。

皆さまが少しでも活動的に過ごされることで、自分らしい生活が、可能な限り思い描く場所で過ごせるように今後もサポートしていきたいと思っております。

リハビリテーションについて詳しく知りたい方は、**健康推進室**へお問い合わせください。

目の愛護デー 目のおはなし

10月10日は何の日かご存知ですか？

「1010」を90度右に倒すと、ちょうど眉と目の形になることから、「目の愛護デー」と定められました。

現在、コンタクトレンズや眼鏡を使用している方が、裸眼の方を上回っているといわれています。先に書いたように、パソコンやスマホの普及により、目の疲れや視力低下を感じている人が、増えてきていると考えられます。

●正しい目薬のさし方

- ①まず手を石鹸でよく洗います。指が目薬の容器の先に触れないよう注意しましょう。
- ②目薬の容器から取り外したキャップは、汚れないように清潔なところに置きましょう。
- ③下まぶたを軽く引いて、目薬を目の中に確実に入れてください。
- ④目薬が流れないように、しばらくまぶたを閉じるか、目頭を軽く押さえましょう。目薬が流れ出ていってしまうと薬の効果が十分に得られません。
- ⑤2種類以上の目薬をさす場合はしばらく間隔をあけてください。先にさした目薬が、後にさす目薬によって流されてしまうのを防ぐため、5分程度あけることが望ましいといわれています。(医師の指示に従ってください。)
- ⑥使った目薬はキャップをしっかり閉め、清潔なところに保管しましょう。

普段、当たり前のようにモノを見ていますが、目はとっても大切なものです。特に、最近は、20歳代、30歳代の若い人たちのあいだで「手元が見にくい」「夕方になると物が見づらい」などといった老眼のような症状に悩む人が増えています。これは、スマートフォンなどの長時間使用による「スマホ老眼」と呼ばれる症状です。

パソコンやスマートフォンなどの見すぎで目を酷使している方々が多くなっている昨今、大切な目について、ちょっと考えてみませんか？



お問い合わせ 健康推進室 ☎087-892-3400

健康推進室からのお知らせ

手間なし 楽しく 脳トレ教室
～あなたの生活に合った、認知症の予防法を体験しよう～

この教室では、健康運動指導士が、生活に沿った、簡単・楽しい認知症の予防法をお伝えします。

あなたに合う「脳トレ」方法を、一緒に発見・体験してみませんか？



内容

1. トイレや入浴タイムなど、生活のいろいろな場面で行える「脳トレ」方法を紹介します。
2. 主に椅子に座り、ゆっくり手・足などを動したり、音楽を楽しみながら学べます。

- 日時 10月28日(水) 9:45～11:00
- 場所 西部公民館 体育室兼講義室
- 講師 健康運動指導士 阿部 純也
- 持ち物 お茶など水分補給ができるもの
- 料金 無料
- 感染症予防のため、マスク着用でお越しください。



参加を希望される方は、役場健康推進室に10月21日(水)までにお申し込みください。

秋のがん検診のお知らせ

まだ受診されていない方は必ず受診し、健康管理に役立てましょう！

実施月日(曜日)	乳がん	料金	対象	場所	受付時間
11月6日(金)	乳がん 超音波のみ	300円	30歳以上の女性	西部公民館	9:50～11:50 13:15～15:50
11月7日(土)	乳がん マンモグラフィ 超音波 ※視触診	500円 300円 200円	30歳以上の女性	西部公民館	9:15～11:50 13:15～15:50 ※視触診は9:15～11:00まで
	子宮頸がん	500円	20歳以上の女性		9:15～10:50 12:15～13:20
	胃がん バリウム検査 便中ピロリ菌検査	500円 500円	40歳以上で職場健診等で受診する機会のない方		9:30～11:30
	大腸がん ※検体受け取りのみ	500円	10月に提出できなかった方		9:30～15:00

※検診ごとに受付終了時間が異なりますのでご注意ください。

乳がん検診・子宮頸がん検診の場所と時間が9月のお知らせから変更になっておりますのでご注意ください。
胃がん検診を受ける方は、事前に予約を取らせていただきますので、役場健康推進室に10月23日(金)までにご連絡ください。

コロナウイルス感染対策のため検診車内などの消毒や脱衣かご・検診着の撤去など、住民の皆さんが安心して受診できるように努めます。そのため、1時間あたりに検診できる人数が制限されることとなります。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

また、下記の対策を取りますので、ご協力をお願いします。

- マスクを着用のうえお越しください。
- 検診車内の消毒等行うため、通常より一人当たりの検診時間が長くなります。
- 検診車内の脱衣かごは撤去しますので、荷物や着替えを入れる袋をお持ちください。
- 検診着を貸し出すことは原則中止します。

- ・胃がん：無地のTシャツや金具のついていないズボンなどをお持ちください。
- ・子宮頸がん：必ずスカートをはいてきて(持ってきて)ください。
- ・乳がん：マンモグラフィを受ける方は、可能であれば前開きの服をご用意ください。
超音波を受ける方は、バスタオルを2枚お持ちください。
※超音波検査については、検診車内ではなく別のお部屋で行います。(車内の密集を防ぐため)
視触診検診を受ける方もバスタオルを1枚お持ちください。



お問い合わせ 健康推進室 ☎087-892-3400



ふれあい診療所からのお知らせ

10月 泌尿器科外来診療日

10月27日(火) 午前中のみ

受付 8:30~11:30
診察 9:15~12:00

No.159

ふれあい健康コラム



意外と身近な心不全。あなたの息切れ大丈夫？

心不全は心臓のポンプ機能が低下し、全身に十分な血液を送り出すことができていない状態を指します。たとえば、心筋梗塞で一命をとりとめても、その後の経過によっては心不全が問題となってきます。また、高血圧のようなありふれた病気もきちんと治療しないと最終的には心不全になってしまいます。

★意外と多い心不全

近年、食の欧米化や高齢化などにより心不全の患者さんが急増しています。罹患者数は全国で約120万人と推計されています。がんの罹患者数が約100万人であり、心不全の患者さんがいかに多いかが分かります。また、心不全の罹患者率は高齢になればなるほど高くなることが知られており、特に80歳以上では10%に及ぶことが報告されています。直島の80歳以上に限っても40人の心不全患者さんがいる計算になり、全体ではもっと多くの患者さんがいると推測されます。

★心不全の症状は？

心不全の自覚症状としては、息切れ・むくみ・体重増加などがあります。以前まで楽に行えた動作が息切れのため行えなくなったり、夜息苦しくて起きてしまったりするのが典型的な症状です。むくみは下腿前面（いわゆる弁慶の泣き所）を指でぐっと押していただき、凹んだ跡が残ればむくみありと判断します。このような症状があれば、怖がらずに病院で診察を受けてください。

★心不全と診断するには？

まずは外来診療でその症状が心不全かどうか調べます。ここで行う主な検査は、採血と心電図、胸部レントゲン写真、そして心臓エコー検査です。これらの検査は体にほとんど負担をかけず行うことができます。

★心不全と診断されたら・・・

多くは内服薬で治療を行うこととなりますが、食事も大切です。塩分を摂りすぎると体に水分が溜まりやすくなり、その結果として心臓に負担がかかってしまいます。心不全患者さんは、塩分の過剰摂取だけでなく水分の過剰摂取も控える必要があります。入院すると速やかに軽快することが多いですが、入院のたびに心不全の状態は進行してしまいますので、いかに入院せず外来通院で長く過ごせるかが重要です。なるべく早期に適切な治療を行うことで、元気に長く生活をおくることができます。気になる症状などがあれば、お気軽にご相談ください。

(医師 須藤 雄也)

お問い合わせ ふれあい診療所 ☎087-892-2266

赤ちゃん誕生 (敬称略)

すこやかな成長をお祈りします

地区 誕生日
お父さん
お母さん
なまえ
鷺ノ松 山谷 泉喜くん 允喜
9.8
真梨乃
宮ノ浦 杉峰 志菜ちゃん 利明
9.11
歩

結婚おめでとう (敬称略)

すえ永く お幸せに

地区 氏名 月日
本村 櫻木 康平 9・20
西岡 加奈

おくやみ (敬称略)

つつしんでご冥福をお祈りします

地区 氏名 年齢
文教区 森中 信子 79
本村 石井 靖輔 45
宮ノ浦 山口 重喜 71
文教区 岡村 君枝 91

寄附のお礼

山口みさ子様より亡夫山口重喜様の香典返しとして、宮浦自治会、直島町社会福祉協議会に対して金一封のご寄附がありました。

石井紀子様より亡夫石井靖輔様の香典返しとして、直島町、直島幼児学園、直島小学校、直島中学校、直島町社会福祉協議会、直島町立診療所、本村自治会、本村太鼓同好会、直島町身体障害者福祉協会、本村長寿会、日の丸子ども会、直島剣道スポーツ少年団、直島ジュニアサッカークラブに対して金一封のご寄附がありました。

株式会社真田トラスト様より ご寄附をいただきました。

株式会社真田トラスト様より、非接触にて顔の表面温度の測定とマスクの着用を判定できるサーマルカメラのご寄附をいただきました。マスク着用の啓発等に活用させていただきます。ありがとうございました。



困ったら 一人で悩まず 行政相談

10月19日(月)～25日(日)は、行政相談週間

総務省では、令和2年度における行政相談週間を10月19日(月)～25日(日)と定め、10月中に行政相談所の開設や普及啓発活動を行うこととしています。

当町では、以下のとおり、総務大臣の委嘱を受けた行政相談委員が行政相談所を開設し、皆様からのご相談に応じます。

国の仕事やサービスなどについて、「困っていることがある」、「こうしてほしい」、「苦情を申し出たが、説明や対応に納得できない」などの苦情や意見・要望をお持ちの方は、お気軽にご相談ください。

日 時	10月22日(木) 10:00～12:00
場 所	直島ホール集会所
行政相談委員	中川 智司

お問い合わせは、総務省四国行政評価支局行政相談課 (☎087-826-0674) まで

☆☆☆ Mini Gallery

☆☆☆ ミニギャラリー



横防 岡崎 貢さんの作品
「直島ホール横」



本村 瀧田 利子さんの作品
「柿」

☆☆ 募集しています ☆☆

皆さんの応募をお待ちしています。

わが家のスター

広報では、赤ちゃんや就学前のお子さんの写真をお待ちしています。掲載をご希望の方は、氏名(保護者・お子さん)・年齢・住所(地区)・電話番号・メッセージを添えて下記の宛先までご応募ください。

※写真でもデータでもOKです。

「俳句・川柳」、「ミニギャラリー」のコーナー

テーマはそれぞれ自由ですので、住所(地区)・氏名・年齢・電話番号を記入し、お気軽にご応募ください。

送り先

〒761-3110 直島町1122-1
直島町役場総務課「広報なoshima ○○○コーナー」
E-mailでの応募は、somu1@town.naoshima.lg.jp

締め切り：10月20日(火)

※紙面の都合で、掲載できない場合はご容赦ください。

チャレンジ! 広報クイズ

Q. 11月7日(土)の特定健康診査の会場はどこでしょうか。

- ①西部公民館 ②人材育成センター ③直島ホール

(ヒントは、広報紙の中にあります)

9月号の答え ② 応募総数8通

【応募締め切り】10月30日(金)

クイズの答え・住所(地区)・氏名・年齢・電話番号・広報紙の感想を書いて、下記まで応募してください。正解者の中から抽選で記念品を差し上げます。応募は、1世帯1通に限ります。

【送り先】

〒761-3110 直島町1122-1
直島町役場総務課「広報クイズ10月号」係
E-mailでの応募は、somu1@town.naoshima.lg.jp

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※ご応募いただいた皆さんの個人情報は賞品発送のみに使用し、第三者に開示・提供することはありません。

玉野市休日当番医 市外局番 (0863)

日	内科	外科	歯科
10月4	水田小児科医院 (宇野)31-1350	玉野市民病院 (宇野)31-2101	ふじわら(利)歯科医院 (八浜町大崎)51-2488
11	海岸通りクリニック (宇野)31-3400	たけはら(利)ハート・クリニック (玉)31-6803	みしま歯科クリニック (玉原)31-5851
18	東条小児科医院 (迫間)71-5110	みやもと整形外科 (東紅陽台)71-3030	三宅(元)歯科医院 (玉)21-3210
25	井上内科医院 (玉)21-2074	宇野八丁目クリニック (宇野)33-8080	三宅(康)歯科医院 (田井)32-2418
11月1	玉野三井病院 (玉)31-4187	近藤医院 (東田井地)41-1061	赤木歯科医院 (築港)31-1771
3	石井医院 (築港)21-2743	玉野三井病院 (玉)31-4187	赤司歯科医院 (宇野)32-1289
8	玉野市民病院 (宇野)31-2101	三宅内科外科医院 (植ヶ原)71-2277	あさの歯科医院 (玉原)31-7722

※診療時間は、内科・外科は9:00~17:00、歯科は9:00~12:00。
※休日当番医は都合により変更することがあります。

ふれあい診療所 外来診療担当医予定表 (10月12日~11月13日)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10/12	13	14	15	16
午前 須藤 井上 午後 須藤	須藤	午前 須藤 井上 午後 井上	井上	井上
19	20	21	22	23
午前 須藤 井上 午後 井上	須藤	午前 須藤 井上 午後 須藤	須藤	井上
26	27	28	29	30
午前 須藤 井上 午後 須藤	午前 須藤 午前中のみ(松木(泌尿器科))	午前 須藤 井上 午後 井上	井上	井上
11/2	3	4	5	6
午前 須藤 井上 午後 須藤	休診日	午前 須藤 井上 午後 須藤	須藤	井上
9	10	11	12	13
午前 須藤 井上 午後 須藤	須藤	午前 須藤 井上 午後 井上	井上	井上

※診療担当医は、都合により変更することがあります。
※受付時間 8:30~11:30・14:00~16:00
※診療時間 9:00~12:00・14:30~16:30
※救急患者の場合は、診療時間外でも診療いたしますので下記に電話してください。
※(注意) 訪問診療のため月曜日と水曜日の午後は医師1名体制としています。
※(お知らせ) 第4火曜日の午前中のみ泌尿器科専門外来を開設します。
ふれあい診療所 (☎087-892-2266)