

広報直島

2024 Jun. No.851



すな おな えが おのしま

contents

- 02 住民福祉課からのお知らせ
- 07 教育委員会からのお知らせ
- 08 カメラリポート
- 11 税務課からのお知らせ
- 12 香川県警察からのお知らせ
- 13 ふれあい診療所からのお知らせ



町の人口 | 6月1日現在(先月比) 世帯数/1,586(+3) 人口/2,915(+3) 男/1,508(+1) 女/1,407(+2)
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。

町の面積 | 14.21km²

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



住民福祉課からのお知らせ

児童手当現況届の提出が原則不要となりました

児童手当受給者の方へ

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当を引き続き受ける要件（児童の監督や保護、生計同一関係など）を満たしているかどうかを確認するためのものです。

児童の養育状況が変わっていなければ、下記に該当する方を除き、現況届の提出は不要です。

(現況届の提出が必要な方)

- 配偶者からの暴力等により、住民票の住所が直島町以外の方
- 支給要件児童の戸籍がない方
- 離婚協議中で配偶者と別居されている方
- その他、市区町村から提出の案内があった方

※現況届の提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

以下に該当する時は、役場に届け出が必要です

- 児童を養育しなくなったことなどにより、支給対象となる児童がいなくなったとき
- 受給者や配偶者、児童の住所が変わったとき（他の市区町村や海外への転出を含む）
- 受給者や配偶者、児童の氏名が変わったとき
- 一緒に児童を養育する配偶者を有するに至ったとき、または児童を養育していた配偶者がいなくなったとき
- 受給者の加入する年金が変わったとき（受給者が公務員になったときを含む）
- 国内で児童を養育している者として、海外に住んでいる父母から「父母指定者」の指定を受けるとき



所得制限限度額・所得上限限度額について

所得制限限度額

扶養親族等の数 (カッコ内は例)	①所得制限限度額		②所得上限限度額	
	所得額 (万円)	収入額の 目安 (万円)	所得額 (万円)	収入額の 目安 (万円)
0人(前年末に児童が生まれていない場合等)	622	833.3	858	1071
1人(児童1人の場合等)	660	875.6	896	1124
2人(児童1人+年収103万円以下の配偶者の場合等)	698	917.8	934	1162
3人(児童2人+年収103万円以下の配偶者の場合等)	736	960	972	1200
4人(児童3人+年収103万円以下の配偶者の場合等)	774	1002	1010	1238
5人(児童4人+年収103万円以下の配偶者の場合等)	812	1040	1048	1276

児童を養育している方の所得が、表の①（所得制限限度額）未満の場合、児童1人当たり月額15,000円または月額10,000円を、所得が①以上②（所得上限限度額）未満の場合、法律の附則に基づく特例給付（児童1人当たり月額一律5,000円）を支給します。

なお、令和4年10月支給分から、児童を養育している方の所得が②以上の場合、児童手当等は支給されません。

※児童手当等が支給されなくなったあとに所得が②を下回った場合、改めて認定請求書の提出等が必要となりますので、ご注意ください。

※扶養親族等の数は、所得税法上の同一生計配偶者および扶養親族（里親などに委託されている児童や施設に入所している児童を除きます。以下、「扶養親族等」といいます。）ならびに扶養親族等でない児童で前年の12月31日において生計を維持したものの数をいいます。

扶養親族等の数に応じて、限度額（所得額ベース）は、1人につき38万円（扶養親族等が同一生計配偶者（70歳以上の者に限ります。）または老人扶養親族であるときは44万円）を加算した額となります。

※「収入額の目安」は、給与収入のみで計算しています。あくまで目安であり、実際は給与所得控除や医療費控除、雑損控除等を控除した後の所得額で所得制限を確認します。

お問い合わせ 住民福祉課 ☎087-892-2223

●●●●●●●● 住民福祉課からのお知らせ ●●●●●●●●

～ 知ってください 国民健康保険のこと!! ～
【医療費適正化のために】

国民健康保険の被保険者の皆さんが、病院等の窓口で支払っているのは医療費の一部であり、残りは保険者（町）が負担しています。医療費はここ数年高い状態が続いており、国保の財政にも大きな影響を及ぼしています。医療費が増え続けると、皆さんの保険税を引き上げなければならない可能性が大きくなります。少しでも医療費を適正化していけるように、ご協力をお願いします。

医療費の増加の主な原因

医療機関へのかかり方	生活習慣病の増加	医療技術の進歩
かぜなどの軽い症状で最初から大きな病院にかかったり、同じ病気で複数の医療機関にかかったりすると、医療費が増えてしまいます。	日々の生活習慣が要因で起こる生活習慣病が増えています。生活習慣病などの慢性疾患は、治療に長い期間がかかるため、医療費が増えてしまいます。	新しい医療機器や医療技術、新薬等が開発されたことで、治療が難しかった病気も治療が可能になりましたが、治療にかかる費用も増えています。

医療費節約のコツ	<p>● かかりつけ医を持ちましょう</p> <p>“かかりつけ医”とは、日頃から診察や健康管理をしてくれる身近なお医者さんのことです。病歴などを把握したうえで、細やかな対応をしてもらえます。町内にもふれあい診療所がありますので、“かかりつけ医”として積極的に利用してください。</p>
	<p>● 重複受診をやめましょう</p> <p>同じ病気で複数の医療機関にかかることはやめましょう。医療費が増えるだけでなく、重複する検査や投薬により、体への負担や副作用も心配されます。</p>
	<p>● 診療時間内に受診しましょう</p> <p>緊急の場合以外は、休日や診療時間外の受診はやめましょう。緊急を要する重症の患者さんへの対応が遅れ、治療が間に合わなくなるなどの恐れがあります。また、本来の医療費のほかに時間外料金等も加算され、医療費が増えてしまいます。</p>
	<p>● 健康診断を受けて、病気を早期発見しましょう</p> <p>自覚症状が現れにくい生活習慣病などの早期発見には、健康診断によるチェックが重要です。病気の早期発見・治療は医療費の節減にもつながります。定期的に健康診断を受けて、病気の早期発見に努めましょう。</p>
	<p>● 薬を正しく使いましょう</p> <p>処方薬は市販薬より薬効が強いので、重複して飲むと危険です。薬の飲み合わせや適量以上の服薬により、副作用や症状の悪化が心配されます。指示された用法・用量を守り、正しく使いましょう。</p>

～国民健康保険の届け出・申請にはマイナンバーの記載が必要です～

国民健康保険の届け出・申請にはマイナンバー（個人番号）の記載が必要となっています。届け出・申請の際は届け出・申請者、世帯主、手続対象者全員分のマイナンバー（個人番号）がわかるものを持参してください。お手数をおかけしますが、よろしくをお願いします。

お問い合わせ 住民福祉課 ☎087-892-2223



住民福祉課からのお知らせ

出張年金相談を開催します

●開催日

6月20日(木) **事前予約制**

●場所・時間

- ・役 場 (1階小会議室) 9:30~12:30
- ・西部公民館 (1階研修室) 13:00~16:00

年金相談をご希望の方は
『街角の年金相談センター高松 (オフィス)』に
事前予約をお願いします。
(年金手帳などに記載されている基礎年金番号が必要です。)

☎087-811-6020 (予約用)
平日8:30~17:15 [土・日・祝日を除く]



●相談内容

年金見込額、繰り上げ・繰り下げ、在職老齢年金、雇用保険との調整等

●年金請求・各種手続き

老齢年金、遺族年金、障害年金、離婚分割、住所・口座変更等

●持参する物

免許証・年金手帳・年金証書・振込通知書など
相談者本人であることが確認できるもの

※代理の人がご相談に来られる際には委任状および依頼を受けたご本人であることが確認できる書類 (免許証等) が必要です。

年金事務所と同等のサービスが受けられます。

日赤奉仕団からのお知らせ

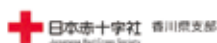
日頃より赤十字活動へのご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

皆さんからお寄せいただいた資金は、災害救護や被災者の支援、輸血用血液を各地へお届けする血液事業、海外での戦争や災害の被災者を助け支援する国際活動、看護師やボランティアの育成活動、お年寄りや障がいをもつ人々を支える福祉事業などに使われます。

今後とも、赤十字事業へのご協力を賜りますようよろしくお願いいたします。



わたしたちは災害救護など
人道支援に取り組む
日本赤十字社を応援しています。



**いつ起こるか分からない災害の対策をしましょう!!
家具を固定しましょう!!**

日赤奉仕団について、詳しくは住民福祉課までお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ 住民福祉課 ☎087-892-2223

“みんなで守ろう! 豊かな海・きれいな島”

直島町“ごみ0”^{ゼロ}クリーンデー・子ども会清掃奉仕活動 町内一斉清掃の実施について

町内の海岸およびその周辺の清掃活動を行うことにより、観光客へのアピールとごみポイ捨ての抑止、町内の方々へ環境美化に対する意識や協力・奉仕の精神を養うとともに地域社会への貢献や、きれいな景観づくりを推進することを目的として、右記内容で実施します。

日時 7月6日(土) 7:00~ (小雨決行)

※悪天候の場合は中止 (ふれあい通信なおしまで周知)

場所 町内各所 (各自治会および子ども会で清掃場所決定)

お問い合わせ 環境水道課 ☎087-892-2225
教育委員会 ☎087-892-2882



健康推進室からのお知らせ

済生丸健診のご案内

8月の済生丸健診の健診日程は下記の通りです。受診希望の方は、受診できるかを確認の上、電話または健康推進室窓口にてお申し込みください。

日程	場所	受付時間	定員	診療内容
8月5日 (月)	宮浦港	9:30~ 10:30	20名	【健診項目】 ・問診 ・身体計測 ・血圧測定 ・血液検査 ・尿検査 ・心電図検査 ・貧血検査 ※希望により、 肝炎ウイルス検査 前立腺がん検査 (40歳以上の男性) も受診可能ですので、予約時にお申し込みください。 ※別途検診料が必要
8月6日 (火)	直島港 (本村港)			【肺がん検診】 40歳以上の方が対象 ・胸部レントゲン ・喀痰検査 (※問診により対象となった方) ※別途検診料が必要

受診を希望される方は、6月28日(金)までに健康推進室へ電話または窓口で申し込みください。定員に達した場合は受診をお断りさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

【受診できる方】

- 直島町国民健康保険加入者 20歳~74歳の方
 - 香川県後期高齢者医療加入者 75歳以上の方
 - 社会保険加入者の被扶養者
 - ・20歳~39歳の方
 - ・40歳~74歳の方で保険者(職場)と香川県済生会病院が健診の契約をしている場合(詳しくは健康推進室までお問い合わせください)
- ※社会保険加入者本人は済生丸健診の受診はできないため、職場の健診を受けてください。

【健診料】

基本健診	500円	(社会保険加入被扶養者については保険者ごとに異なります。)
前立腺がん検査	400円	
肝炎ウイルス検査	400円	(令和5年4月1日時点で40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳に該当する方のうち今まで検査を受けたことが無い方は無料で受診可能。)
肺がん検診(胸部レントゲン)	100円	
肺がん検診(喀痰検査)	400円	

【健診当日のお願い】

医療機関はマスクの着用が推奨されていることから、船内ではマスクの着用にご協力ください。発熱、咳、体のだるさ等の症状がある場合は、受診をお控えください。

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

地域包括支援センターだより

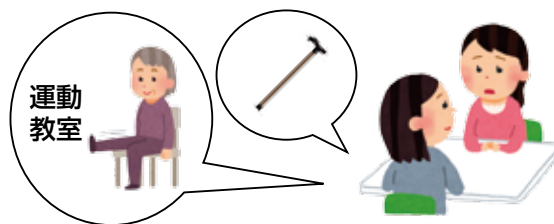
こんな時にご利用ください！ 地域包括支援センター **相談無料**



気になることや、心配事はありませんか？
「地域包括支援センター」は、主に高齢の方とその家族が、住みなれた地域で長く生活できるよう、お手伝いしています。

介護や健康のこと

- 入院中から退院後の生活(介護)を考えたい。
- 介護や地域のサービスを知りたい。
- 介護保険サービスを利用して生活したい。
- 健康を維持して暮らしたい。 など



高齢者の権利を守ること

- 訪問販売の被害にあった。
- 財産管理に自信がなくなってきた。
- 虐待を受けている可能性のある人がいて心配。 など



さまざまな相談ごと

- 近所に住む独り暮らしの高齢者が心配。
- 父親(母親)が独りで暮らしているが、頼れる親族が近くにいないと心配。 など



※虐待に関する相談・通報・届け出は24時間受付けています。(「直島町虐待防止センター」を住民福祉課内に設置しています。)

≪直島町地域包括支援センター ☎087-892-3400 (24時間)≫
≪虐待の相談・通報・届け出 同上 (24時間)≫

認知症予防 お役立ち教室 ～いつまでも自分らしく暮らすために～

「認知症」は誰でもなりうる身近な病気です。
この教室では、その「予防方法」や、
認知症になった場合でも
「安心して暮らすためのポイント」を
楽しく知ることができます。

- 日時 6月24日(月) 9:45~11:00
 - 場所 西部公民館 体育室兼講義室
 - 講師 山本真紀
赤十字健康生活支援講習講師
- ※眼鏡が必要な方はご持参ください。
- 申込方法 6月19日(水)までに役場住民福祉課健康推進室までご連絡ください。

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

管理栄養士のお手軽レシピ

毎月1回行っている「明日につながる☆みんなの健康教室」で試食したレシピをご紹介します♪

切り干し大根のポン酢和え

材 料	切り干し大根（乾）	10g	白すりごま	大さじ1
(1人分)	きゅうり	15g	ぽん酢	大さじ1
	塩	少々	ごま油	小さじ1/2
	ひじき（乾）	1g		

- 作り方**
- ① 切り干し大根とひじきを水に浸けて戻し、水気を切る
 - ② きゅうりは千切りにし、塩もみして水気を絞っておく
 - ③ ①の切り干し大根を食べやすい長さに切る
 - ④ 切り干し大根、きゅうり、ひじきと調味料を和えて完成



栄養価

エネルギー	133kcal
たんぱく質	3.2g
脂質	5.3g
炭水化物	8.4g
食物繊維	3.4g
食塩相当量	1.6g

切り干し大根やひじきは食物繊維が豊富な食材。煮物のイメージがありますが、和え物やサラダとして食べてもおいしいです。食事の最初に食べることで、その後に食べたものが吸収されにくくなり、血糖値が上がりにくくなるので、糖尿病の予防・改善にもおすすめです。

(健康推進室 管理栄養士：赤松)

お問い合わせ 健康推進室 ☎087-892-3400

教育委員会からのお知らせ

育児サークルスマイリーズ会員募集

こんにちは！育児サークルスマイリーズです。

私たちは、直島町の0～3歳児を対象とした育児サークルです。

平成14年に、「直島で子育てをする人には笑顔でいてほしい」という3名の母親たちの思いから設立されました。

第2・4火曜日10：00～11：30は、西部公民館1階研修室で活動しており（※令和6年度は不定期開催）、第1・3火曜日10：00～11：30は、なおしまキッズポート内にて、スマイリーズデーを開催しています。

室内でのおもちゃ遊びや、西部公民館体育館でのボール遊びが主な活動ですが、ボランティアチーム“スマイルサポート”による、季節に合わせたイベントやお誕生日会などもあります。

子育てをする親同士、いろいろなことを共有して、直島での育児を一緒にたのしみませんか？

妊娠中の方も、お気軽にお越しください。



お問い合わせ 教育委員会 ☎087-892-2882

5月25日(土)

幼小中合同運動会・第29回直島町民体育祭

【Story ～一人一人の熱い心でつくりあげよう夢のドラマ～】

町民グラウンドで幼小中合同運動会・第29回直島町民体育祭が開催されました。子どもたちも町民の方も全力で演技や競技に挑み、暑さに負けないパフォーマンスを見せてくれました。町民体育祭の開催に際して、三菱マテリアル株式会社直島製錬所様よりご寄附をいただきました。御礼申し上げます。





4月17日(水)

直島駐在所開所式

直島駐在所の開所式が開催されました。

これまで「西」と「東」の2つあった駐在所が1つに統合され、新しく生まれ変わりました。

また、小学生に対して安全教室も開催され、交通安全について機器を使って楽しく学んだほか、白バイの試乗体験が行われました。



5月18日(土)・19日(日)

掃海艇「なおしま」

令和7年3月で23年間にわたる国防の任務を終了し、引退となります海上自衛隊掃海艇なおしまの寄港イベントが海の駅なおしま等で開催されました。

船内の一般公開には多くのお客さんが訪れ、普段見ることのできない船の内部に興味深そうに見学していました。

掃海艇なおしまのプレートは役場ホールで展示していますので、皆さんぜひご覧ください。





税務課からのお知らせ

個人住民税の定額減税について

対象となる方

●前年の合計所得金額が1,805万円以下の個人住民税所得割の納税義務者

減 税 額

●本人、配偶者を含む扶養親族1人につき、1万円

- ※1 定額減税の対象となる方は、国内に住所を有する方に限ります。
- ※2 同一生計配偶者および扶養親族の判定は、原則、前年12月31日の現況によります。
- ※3 控除対象配偶者以外の同一生計配偶者の方がいる場合は、令和7年度分の個人住民税において1万円の定額減税が行われます。

徴収方法（令和6年度分）

（定額減税の対象となる方）

①給与所得に係る特別徴収
（給与所得者の方）

▶令和6年6月分は徴収されず、定額減税「後」の税額が令和6年7月分～令和7年5月分の11カ月で均されます。



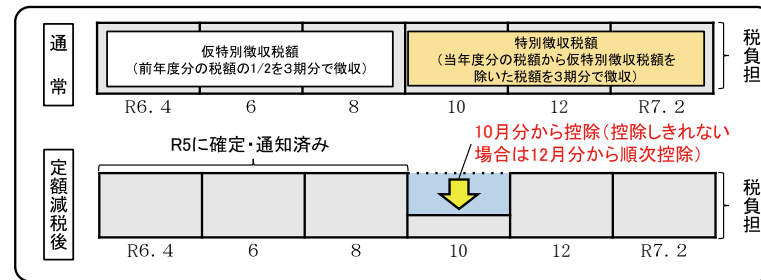
②普通徴収（事業所得者等の方）

▶定額減税「前」の税額をもとに算出された第1期分（令和6年6月分）の税額から控除され、控除しきれない場合は、第2期分（令和6年8月分）以降の税額から、順次控除されます。



③公的年金等に係る所得に係る特別徴収
（年金所得者の方）

▶定額減税「前」の税額をもとに算出された令和6年10月分の特別徴収税額から控除され、控除しきれない場合は、令和6年12月分以降の特別徴収税額から、順次控除されます。



そ の 他

- 減税額については、納税通知書の裏面または特別徴収税額通知書の摘要欄に記載があります。
- 定額減税は、住宅ローン控除や寄附金税額控除など、すべての控除が行われた後の所得割額から減税されます。
- 減税しきれない場合は、別途給付金（調整給付）が支給されます。給付金の詳細は内閣官房ホームページ「新たな経済に向けた給付金・定額減税一体措置」をご参照ください。
(<https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/benefit2023/index.html>)
- 所得税（国税）の定額減税の詳細は、国税庁ホームページ「定額減税特設サイト」をご参照ください。
(<https://www.nta.go.jp/users/gensen/teigakugenzei/index.htm>)

お問い合わせ 税務課 ☎087-892-2296



..... 香川県警察からのお知らせ

SNS型投資詐欺等に注意

県内でSNSを使った投資詐欺、ロマンス詐欺（投資名目）被害が急増！！
【令和6年3月末】認知件数：83件（前年同期比 約17倍）
（暫定値）被害総額：約7億3,200万円（前年同期比 約8倍）

手口の特徴

出会い

- SNSやマッチングアプリを通じて知り合う
（著名人を騙った投資広告からグループチャットに誘導される事例も）
- チャット等でやり取りを重ねていくうちに、投資を勧められる

投資

- 海外投資サイトやアプリ等で投資を行う
- 個人名義の口座に送金する（または暗号資産で送金）
- アプリ等で利益が出ているようなチャートを見せられたり、はじめは出金できたので、安心して追加投資を行う

結果

- 出金できなくなる
- 出金するための手数料を請求される（支払えば被害拡大）
- 相手と連絡が取れなくなる

投資詐欺に遭わないために

SNS等で知り合った人からのもうけ話は詐欺を疑う！

個人名義への送金（暗号資産の送金）は詐欺を疑う！

SNSの広告やアイコンが著名人や実在の企業等でも安易に信用しない！

SNSのグループメンバーは全部サクラかも？！

- すべて犯人が書き込んでいる偽メッセージかもしれません。

相手は金融庁に登録をしている業者ですか？

- 金融商品を取扱うには金融庁への登録が必要！登録がなければ違法です！
- 登録されている業者は金融庁のホームページに公開されていますので確認を！

著名人をかたる相手は本物ですか？

- 面識のない著名人から突然連絡がくるでしょうか。

少しでも疑問があれば、家族等の身近な人や警察に相談！

お問い合わせ 香川県警察 ☎087-833-0110

ふれあい診療所からののお知らせ

診療報酬の改正

療養計画書に患者様の署名が必要となります

令和6年6月から診療報酬の改定が行われ、「高血圧症」・「脂質異常症」・「糖尿病」で通院されている患者様については、これまで当診療所で算定していた「特定疾患療養管理料」に代わり「生活習慣病管理料」として算定することになりました。

生活習慣病管理料とは、高血圧症・脂質異常症・糖尿病が主病の患者様を対象とし、疾病の重症化予防のため【生活習慣病療養計画書】を作成し個々に応じた目標設定・具体的な指導内容・検査結果等を記載し管理を行います。その際、身長・体重・血圧測定が必要となります。また、計画書には患者様に 고객님의 署名をいただく必要があるため、診療時間も少し長くなりますので、皆様のご理解とご協力のほどよろしくお願ひします。

マイナンバーカード保険証利用登録

令和6年12月2日から現行の健康保険証は発行されなくなります。

(※12月2日時点で有効な保険証は最大1年間有効です)

医療機関に受診する際はマイナンバーカードをご利用いただくため、マイナンバーカードの保険証利用登録がお済みでない方は早めに登録手続きをお願いします。保険証利用登録については診療所受付窓口でできますので、お声かけください。

お問い合わせ ふれあい診療所 ☎087-892-2266

自動音声で料金を請求する詐欺に注意



実在する事業者や公的機関を名乗る電話があり「今から2時間後に電気（通信）が止まる。未納料金を支払うように」と言われたなどの相談が寄せられています。

非通知設定や知らない番号からの電話には出ないようにし、未納料金の話題が出たら電話を切りましょう。不明な点がある場合は事業者の本来の連絡先を自分で調べて問い合わせましょう。

困ったとき、不安なときは、ひとりで悩まずにお電話ください。【香川県消費生活センター ☎087-833-0999】「消費者ホットライン188(局番なし)」



地域おこし協力隊ぐらむ

担当：恵島

小豆島土庄町の地域おこし協力隊に、「大坂城残石記念公園」を案内していただきました。日本遺産認定の観光地で、約400年前に夏・冬の陣で落城した大坂城を修築する際に切り出され、使われることなく放置された石（通称、残念石）を見ることができます。

石を近くで見ると、大坂城に運ばれたときにどこの藩からの石なのかが分かるように残された刻印や、石を加工するときに付いた矢穴などが分かります。

他にも、資料館や実際石を引っ張る「修羅引き体験」もできました。大阪に帰省した時は、双眼鏡を持って大阪城に行き石垣を観察してきます。



#直島 #地域おこし協力隊 #残念石

2024. 5



No.203

ふれあい健康コラム

ふれあい診療所



適切な塩分・水分摂取で脱水を予防しよう

(医師 藤原 正貴)

現代の食生活では塩分の過剰摂取が問題となっており、高血圧を中心とする生活習慣病のリスクが高まっています。しかし、塩の成分であるナトリウムは人間の体に不可欠なミネラルの一つです。そのため塩分が極端に不足すると疲労感や食欲低下といった症状や脱水症を起こしてしまいます。最近の夏は猛暑日が続くことも多いので、脱水を背景とした熱中症も問題になっています。日頃から適切に減塩されている方は、大量に汗をかいたり下痢をした場合にはむしろ塩分が不足して体調不良となるリスクがあります。こうした背景から、最近では「減塩」ではなく「適塩」という言葉が多く使われるようになってきています。

塩分摂取量の目標値

塩分摂取量の目標値は1日6グラムですが、成人にとって必要最低限の塩分量は1日平均1.5グラムと推定されています。かなり少ないですね。実は人間の体は塩分摂取が少なくても大丈夫のように作られています。しかし、高温環境下や運動で大量に汗をかくと水分と共に塩分も失われるので、その場合は補充が必要です。汗に含まれる塩分は個人によっても状況によっても異なりますが、およそ0.2%程度とされています。だいたい1リットルの汗をかくと2グラムの塩分が失われる計算になります。塩分が十分に摂れていない状況では水と同時に塩分も摂取した方がよいでしょう。熱中症のガイドラインでは、予防として1リットルあたり塩分1～2グラムを含む水分を摂ることを推奨しています。これは汗と同じくらいの塩分濃度です。

適切な水分摂取を

脱水の状態を示す徴候の一つに「喉の渇き」があります。「喉の渇き」は体が水分を必要としているサインなので、当たり前ですが喉が渴いたら水分を補給しましょう。しかし、ご高齢の方は「喉の渇き」を感じにくくなっているので注意が必要です。また夏場はびしょり汗をかかなくても、体の表面から蒸発する水分が多くなっているのでこまめに水分を補充しましょう。運動するときなど水分が失われることが予想される場合にも、喉が渴く前に脱水予防として水分を十分に摂っておくことも重要です。



脱水の徴候としては他にも尿の量や回数が少なくなることも覚えておきましょう。尿は、余分な水分や体の老廃物を取り除くために腎臓で作られますが、体の水分が少なくなると腎臓で調節されて尿量は少なくなります。「トイレに行かなくて済むので楽」とは決して考えずに、しっかりと水分を摂ることが大切です。脱水が進行すると体のさまざまな臓器に障害をきたしますので、くれぐれも注意して下さい。

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
 オノ神 4:23 きみちゃん 真 ひとみ
 宮ノ浦 4:26 誠せい也やくん 真也 奈央子
 宮ノ浦 5:15 庵い渥わくん
 本橋 庵渥くん
 英里 マーミック・アンドリュース・デビン

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
 宮ノ浦 野田 民子 80
 宮ノ浦 下津美智代 85
 本村 大谷美也子 91

寄附のお礼

野田旭様より亡母野田民子様
 の香典返しとして、直島町立
 診療所に対して金一封のご寄
 附がありました。

下津善久様より亡母下津美智
 代様のお礼として、直島町立
 診療所、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。

チャレンジ! 広報クイズ

Q.約1ℓの汗をかくと○グラムの塩分が水分と一緒に失われます。大量に汗をかいたり、脱水の兆候が表れた際には水分と一緒に塩分も補給しましょう。

①0.2 ②2 ③10 (ヒントは、広報紙の中にあります)

5月号の答え ① 応募総数 10 通

【応募締め切り】6月28日(金)

クイズの答え・住所・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6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。

★★ 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、ペット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「広報なおしま ○○○コーナー」
 E-mailでの応募は、somu1@town.naoshima.lg.jp
 締め切り:6月20日(木)

※紙面の都合で、掲載できない場合はご容赦ください。

玉野市休日当番医 市外局番 (0863)

日	内科	外科	歯科
6月16	由良病院 (深井町)81-7125	山田クリニック (和田)81-7197	千葉歯科医院 (和田)81-0039
23	のうの小児科医院 (田井)33-9888	宇野八丁目クリニック (宇野)33-8080	仲田歯科医院 (築港)21-2949
30	井上内科医院 (玉)21-2074	近藤医院 (東田井地)41-1061	中村歯科医院 (日比)81-8241
7月7	原田内科クリニック (宇野)31-1717	玉野三井病院 (玉)31-4187	海のもりデンタル クリニック (宇野)23-4180

※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(6月10日~7月12日)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
6/10	11	12	13	14
午前 午後 藤原・谷 藤原	藤原	午前 午後 藤原・谷 谷	藤原	藤原
17	18	19	20	21
午前 午後 藤原・谷 谷	谷	午前 午後 藤原・谷 藤原	藤原	藤原
24	25	26	27	28
午前 午後 藤原・谷 藤原	午前 午後 松木 藤原	午前 午後 藤原・谷 谷	午前 午後 藤原 藤原・井上	谷
7/1	2	3	4	5
午前 午後 藤原・谷 谷	谷	午前 午後 藤原・谷 藤原	藤原	谷
8	9	10	11	12
午前 午後 藤原・谷 藤原	谷	午前 午後 藤原・谷 谷	藤原	午前 午後 谷 横山

※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外来が開設され、専門医の診察を受けられます。
 6/27(木)の午後のみ小児科外来が開設され、専門医の診察を受けられます。
 ふれあい診療所 ☎087-892-2266



横防 岡崎 貢さんの作品
「イワタとちくりん(百風亭)」



労働保険電子申請
イメージキャラクター：
ペパレス執事

労働保険のお知らせ

令和6年度 労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間は、
6月3日(月)～7月10日(水)です。

電子申請・電子納付や口座振替のご利用、または
最寄りの労働局・労働基準監督署・金融機関で申告・納付をお願いします。

年度更新申告書の書き方および申告・納付方法等の詳細につきましては、年度更新申告書に同封しているパンフレット等をご参照ください。厚生労働省のウェブサイトでもご確認いただけます。
労働保険のお手続きに「電子申請」をぜひご活用ください!(自宅やオフィスから24時間いつでも申告・納付が可能です)

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

年度更新申告書
書き方パンフレット



労働保険電子申請
特設サイト



家族の学習会

日時 **7月2日(火)** 13:30～14:30

場所 香川県大川合同庁舎2階会議室
(さぬき市津田町津田930番地2)

内容
「いろいろな人と話をしよう!～ドクター編～」

対象者 精神障害のある方に関わる家族および当事者

参加費 **無料**

申込先 香川県東讃保健福祉事務所
保健対策課 精神保健福祉担当
☎0879-29-8263

「能登半島地震災害義援金」の 協力お願いについて

能登半島地震災害義援金へ多くの皆さまより、温かいお気持ちをお寄せいただきありがとうございます。現在の日本赤十字社直島町分区での義援金受付状況を報告します。

なお、義援金の受付は令和6年12月27日までを予定しております。役場庁舎内と生協本店に募金箱を設置しておりますので、ご協力をお願いします。

皆さまからお預かりした義援金は、日本赤十字社を通して、被災地の方に届けられます。

令和6年5月31日現在 **494,880円**

「台湾東部沖地震救援金」の 協力お願いについて

台湾東部沖地震救援金へ多くの皆さまより、温かいお気持ちをお寄せいただきありがとうございます。現在の日本赤十字社直島町分区での救援金受付状況を報告します。

なお、救援金の受付は令和6年6月28日までを予定しております。役場庁舎内に募金箱を設置しておりますので、ご協力をお願いします。

皆さまからお預かりした救援金は、日本赤十字社を通して、被災地の方に届けられます。

令和6年5月31日現在 **7,342円**