

# 子育て応援情報

## トピックス

### 観音寺市子育て応援Book

「こんにちは赤ちゃん事業」で、生後4カ月までの乳児のいる全ての家庭を保健師または助産師が訪問するときに配布します。

この冊子には、乳幼児健康診査や相談支援、子育て支援、経済的支援、保育所(園)・幼稚園・小学校などの情報を掲載しています。市ホームページ(くらしナビでさがす→子育て・保育→観音寺市子育て応援BOOK)にも掲載していますので、ぜひ活用してください。

- 問** 子育て支援課  
☎ 23-3962  
健康増進課  
☎ 23-3964  
社会福祉課  
☎ 23-3963  
学校教育課  
☎ 23-3938



### 赤ちゃんの笑顔写真展

昨年も好評だった写真展を、ことしも開催します。28日(日)は、絵本の読み聞かせなどのイベントも併せて開催します。ぜひ、参加してください。

- 時** 8月26日(金)午後2時～午後6時  
27日(土)・28日(日)午前9時～午後5時  
30日(火)午前9時～午後3時  
※29日(月)は閉館日

**所** 中央図書館多目的ホール

**赤ちゃんモデル随時募集! (0歳～2歳)**  
参加費は無料で、撮影写真1枚をプレゼントします。希望する人は問い合わせください。  
**問** 子育て応援NPOフレンズ  
☎ 24-8690



## 相談

### ●家庭児童相談

育児・子育ての不安・養育困難・虐待等について、家庭児童相談員等が相談に応じます。一人で悩まず、気軽に相談してください。

- 時** 月～金曜日(祝日を除く)  
午前8時30分～午後5時

**所** 家庭児童相談室

**対** 18歳未満の子どもとその保護者

### ●母子・父子自立相談

ひとり親の人の悩み、生活の維持、自立、貸付等について母子・父子自立支援員が相談に応じます。

- 時** 月～金曜日(祝日を除く)  
午前8時30分～午後5時

**所** 家庭児童相談室 **対** ひとり親家庭

**注** 電話での相談も受け付けています。

- 問** 子育て支援課こども・女性相談係  
☎ 23-3957

児童相談(要予約)	8月10日(水) 午後1時30分～午後4時 (県の専門相談員が対応)	市役所1階 家庭児童 相談室
<b>問</b> 子育て支援課こども・女性相談係 ☎ 23-3957		
育児相談	8月9日(火) 午前9時30分～午前11時	保健センター
<b>問</b> 健康増進課母子保健係 ☎ 23-3964		

## 夏休み に子どもたちと一緒に作ってみませんか

子どもたちと作る楽しさ、食べる楽しさを広げてみませんか。今回は、豆腐ドーナツの作り方を紹介します。



### ●材料(8人分)

- 絹ごし豆腐150グラム
- ホットケーキミックス150グラム
- 揚げ油適量、ナイロン袋1枚

### ●作り方

- ①ナイロン袋に、ホットケーキミックスと絹ごし豆腐を入れてよくこねる
- ②①のナイロン袋の角を少し切る
- ③揚げ油を170度に熱し、②を絞り入れ、色よく揚げて取り出す

### ●アレンジしてみよう!

- 生地にココアや抹茶などの粉末を10～15グラム加える
- 出来上がったドーナツに、粉糖やシナモンをふる
- 「絹ごし豆腐150グラム」を「おから150グラム+豆乳150cc」に変えて、おからドーナツに!

### 問い合わせ先

健康増進課母子保健係 ☎ 23-3964



平成27年8月生まれ  
**ハローキッズ!! 1歳おめでとう**  
**Hello Kids!!**  
満1歳の子どもを募集  
8月1日から、11月生まれの子どもを募集します。応募多数の場合は先着順になります。  
問い合わせ先: 秘書課広聴広報係  
☎ 23-3915



藤川 心愛 ちゃん  
父 耕一呂さん 母 真千子さん  
(大野原町田野々)



大平 歩武 ちゃん  
父 淳さん 母 育実さん  
(出作町)



宇賀 匠 ちゃん  
父 正盛さん 母 夢加さん  
(瀬戸町)



中村 糸 ちゃん  
父 雅治さん 母 志朋さん  
(豊浜町和田)



黒田 鈴可 ちゃん  
父 幸裕さん 母 可児さん  
(柞田町)



大塚 海瑠 ちゃん  
父 貴章さん 母 愛さん  
(琴浪町)

## 子どもの発達を育む遊びの紹介

スキンシップ体操♪ゆーら

奇数月に開催している育児教室、心愛カフェで大好評のふれあい遊び。作業療法士寅丸千賀子先生に、遊ぶポイントを聞きました。

赤ちゃんは、周りの大人の優しい手で触られた刺激で自分の体の部位を意識しやすくなります。体のイメージは、たくさんスキンシップをしてもらうことで、成長とともにはっきりとしてきます。そのため、皮膚からの十分な刺激が大切です。触り方をアレンジして、少し押さえるようにギュッと触ってあげると、筋肉が刺激され赤ちゃんのころから、運動の器用さにもつながる大切な力となります。

### 問い合わせ先

健康増進課母子保健係  
☎ 23-3964

**1番**  
①♪あふね ゆらり ゆらり ゆーら  
子どもをひざの上に載せて向かい合い、前後に優しく揺れる

**2番**  
②♪おひり すりすり いいきもち  
子どものお尻を優しくさする

**3番**  
②♪あてこ すりすり いいきもち  
子どものおでこを優しくさする

**4番**  
④♪おぼと びらいて ーん ちぎゅ  
1番の④と同じ動作をして、最後は抱きしめる

2番と3番の①・③は、1番と同じ

# 相談あれこれ

相談日は、都合により変更することがあります。

- 交通事故相談** ☎23-3949 時10日(水)・24日(水)午前10時～正午 所本庁1階相談室 調弁護士
- 年金相談** ☎0877-62-1662 時17日(水)午前10時～午後3時 所中央図書館会議室 調日本年金機構善通寺年金事務所 調事前に問い合わせ 注要予約
- 街角年金相談・手続き** ☎087-811-6020 観音寺 時3日(水)午前10時～午後3時 所本庁1階相談室 / 大野原 時25日(木)午前10時～午後3時 所大野原支所1階会議室 調街角の年金相談センター高松の相談員(公的年金全般相談可) 調事前に問い合わせ
- 人権相談** ☎23-3928 観音寺 時12日(金)午前10時～午後3時 所ふれあい文化センター / 大野原 時18日(木)午前10時～午後3時 所大野原いきいきセンター / 豊浜 時9日(火)午前10時～午後3時 所豊浜福祉会館会議室1
- 女性相談** ☎23-3957 時土・日、祝を除く毎日午前8時30分～午後5時 所本庁1階家庭児童相談室 因DV・離婚・その他女性の相談
- 身障相談** 観音寺 ☎23-3963 時4日(木)・18日(木)午前10時～正午 所本庁1階相談室 / 大野原 ☎54-5700 相談員が電話で受付後、大野原いきいきセンターなどでの相談
- 理学療法訓練・相談** ☎23-3963 時7日(日)午前10時～午後4時 所大野原いきいきセンター
- 法律相談** 所 ☎25-7708 調先着12人 時9日(火)・23日(火)午前10時～午後3時 所社会福祉センター相談室3 調弁護士
- 心配ごと相談** 観音寺 ☎25-7708 時2日(火)・16日(火)午後1時～午後3時 所社会福祉センター相談室3 / 大野原 ☎54-5714 時4日(木)・18日(木)午前10時～正午 所大野原いきいきセンター / 豊浜 ☎52-1212 時2日(火)・16日(火)午前10時～正午 所豊浜福祉会館会議室1
- 福祉人材無料職業相談** ☎25-7752 時土・日、祝を除く毎日午前9時～午後4時 所社会福祉センター
- 福祉総合相談** ☎25-7752 時土・日、祝を除く毎日午前8時30分～午後5時15分 所社会福祉センター
- さぬき若者サポートステーション かんおんじサテライト** ☎57-5575 時土、日を除く毎日午前10時～午後6時 所吉岡町933 / 大野原サテライト ☎0877-58-1080 時16日(火)午前10時～午後4時 所大野原中央公民館3階会議室 因就職支援相談など 因15～39歳の人とその家族
- 子ども・若者相談** ☎23-0900 時月～金・第3土曜日 午前8時30分～午後5時 所少年育成センターやまびこコーナー ㊟メール相談 mazu1po@city.kanonji.lg.jp
- 行政相談** ☎23-3915 時16日(火)午後1時30分～午後4時 所中央図書館2階会議室
- 家事手続案内** ☎25-2619 時土・日、祝を除く毎日午前9時～午前11時30分、午後1時～午後4時30分 所高松家庭裁判所観音寺支部

## 消防だより

### 台風に対する備え

毎年、8月から9月ごろを中心に接近する台風によって、各地にさまざまな被害がもたらされています。台風の強い風や大雨による災害には、洪水や土砂災害、高潮、高波、突風などがあります。このような災害の恐れがある地域では、気象情報に耳を傾け早めに必要な対策を立てておくこ

とが重要です。また、災害を防止し軽減するためには台風に関する正しい知識を持つことが不可欠です。

**準備のポイント**

- 停電に備え、懐中電灯や携帯ラジオなどの準備をしましょう
- 窓や雨戸などは、飛ばされないようにしっかりと



**火災・救急件数** 1/1～6/30

**救急** 5件  
1,320件

補強しましょう  
○ 家族が別々の場所に居る場合の連絡方法や行動を決めておきましょう

○ 避難場所をハザードマップなどで確認しておきましょう



南消防署 ☎2412119



## あたたかい心ありがとうございました

社会福祉法人 観音寺市社会福祉協議会  
6月1日～30日(敬称略)

### 香典返し

- 荻田 浩城 = 本 大 町
- 杉村 文子 = 植 田 町
- 長谷川幸雄 = 豊浜町和田
- 池崎 治良 = 観音寺町
- 高橋 末吉 = 瀬 戸 町
- 小畑孝一郎 = 出 作 町
- 高岡 顕 = 出 作 町
- 庄司 仁司 = 出 作 町
- 大平 高志 = 豊浜町和田

### 一般寄付

- 歌謡会 華クラブ
- 国土外科医院
- 観音寺市バレーボール協会

### チャイルドシート寄付

- 大谷亜矢子 = 南 町

### 物品寄付

- 清水 康司 = 坂 本 町



# 住みなれた地域で自分らしい暮らしを続けられるように

認知症になっても  
～自分のために、家族のために～

「認知症って言葉はよく耳にするけど、どんな病気だろう」「できれば認知症になりたくない」と思っている人も多いのではないのでしょうか。

観音寺市の人口61,803人のうち、65歳以上の人口は19,280人、高齢化率は31.2パーセントです。(平成28年6月1日現在)最近では、高齢者の約4人に1人が認知症の人またはその予備軍といわれています。認知症の理解や予防、家族や身近な人が認知症になったときの関わり方について講演会を開催します。ぜひ、参加してください。

**日 時** 8月24日(水)  
午後1時30分～午後3時30分

**場 所** 共同福祉施設2階  
軽運動室B

**定 員** 100人(先着順)

**申し込み方法**  
来所または電話で申し込んでください。

**受付期間** 8月1日(月)～15日(月)



**講 師** NPO法人スリーA高齢者リフレッシュセンター 増田 未知子氏

**スリーAとは…**  
「あかるく」「あたまを使って」「あきらめない」の頭文字『あ』を3つ集めた、認知症を予防する行動のこと

申し込み・問い合わせ先  
観音寺市地域包括支援センター  
(社会福祉協議会内)  
☎25-7791

## 学校給食 食育コーナー

学校給食課 ☎57-6660

### 酢のパワーで食欲もりもり ごはんが進む料理です

酢は、肉の脂っこさを和らげる効果があります。酢を加えて煮込むことで、酢独特の酸味もまろやかに、後味もさっぱりとして、夏のおかずぴったりです。弱火でじっくり時間をかけて煮ると肉離れもよく、軟骨まで食べられるようになります。調理に少し時間はかかりますが、鍋に調味料と肉を入れて煮込むだけ。煮ている間は放っておけるので簡単に作れます。



#### 〈献立〉豊浜小学校

- ★枝豆ごはん★鶏手羽元のさっぱり煮
- ★アスパラとキャベツのごま酢あえ
- ★ジャガイモとタマネギのみそ汁
- ★冷凍ミカン★牛乳

#### 作り方

- ① ニンニクとショウガは、みじん切りにする。
  - ② 鍋に水と調味料、ショウガ、ニンニクを入れて火にかけ、沸いたら鶏肉を入れる。
  - ③ 再び沸いたら落としぶたをし、沸騰が続く程度の弱火にして、骨から肉がポロリと取れるようになるまで、じっくり煮込む。
- ★ゆで卵(4個)と一緒に煮てもおいしいです。その場合は、調味料を2倍にしてください。

#### 鶏手羽元のさっぱり煮

材 料 (4人分)

鶏手羽元8個、ショウガ10g、ニンニク1/2かけ、調味料(しょうゆ大さじ2、酢大さじ2、砂糖大さじ1強、みりん大さじ1、酒大さじ1)、水(鶏肉が浸るくらい)

# 8月

# 保健カレンダー

健康増進課 ☎ 23-3964  
 子育て支援課 ☎ 23-3962  
 地域包括支援センター ☎ 25-7791  
 社会福祉課 ☎ 23-3963

日	月	火	水	木	金	土
<p><b>いきいき健康ひろば</b></p> <p>運動器具を使って健康づくり・体力づくりをしましょう!</p> <p><b>いき</b> 月～土曜日(日曜・祝日休み) 9:00～12:00 13:00～16:00</p>	<p><b>1</b></p> <p><b>大中</b> お口の健康教室 <b>要予約</b> 14:00～15:30</p>	<p><b>2</b></p> <p><b>いき</b> びよびよクラブ 9:00～14:00</p> <p>楽楽クラブ 9:30～11:30</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>高</b> あぶあぶひろば 9:00～14:00</p> <p><b>常</b> わくわくクラブ 9:00～14:00</p> <p><b>市相</b> こころの健康相談 13:00～15:00</p> <p><b>豊福</b> のびのび教室 13:30～15:00</p>	<p><b>4</b></p> <p><b>木</b> 愛あいサークル 9:00～14:00</p> <p><b>いき</b> はつらつ会 9:30～10:30</p> <p><b>保</b> もぐもぐレッスン <b>要予約</b> (H28年2月生まれ) 10:00～11:30</p>	<p><b>5</b></p> <p><b>豊福</b> 健康栄養相談 9:30～11:00</p> <p><b>ふれ</b> ふれあい広場 9:30～14:30</p>	
<p><b>7</b></p> <p><b>医</b> 中央クリニック 観音寺町(中央) ☎25-0755</p> <p>上枝橋楽器内科クリニック 豊中町 ☎23-7010</p> <p><b>歯</b> 田中歯科医院 仁尾町 ☎82-4780</p> <p><b>薬</b> フジヤ中央調剤薬局 観音寺町(中央) ☎57-6800</p> <p>ひまわり調剤薬局三豊 豊浜町 ☎52-5100</p>	<p><b>8</b></p> <p><b>いき</b> 10カ月児相談 (大野原町・豊浜町 H27年10月・11月生まれ) 13:15～13:45</p> <p><b>豊福</b> お口の健康教室 <b>要予約</b> 14:00～15:30</p>	<p><b>9</b></p> <p><b>いき</b> びよびよクラブ 9:00～14:00</p> <p><b>保</b> 育児相談 9:30～11:00</p> <p><b>豊福</b> シニアエアロビクス 13:30～15:00</p>	<p><b>10</b></p> <p><b>高</b> あぶあぶひろば 9:00～14:00</p> <p><b>常</b> わくわくクラブ 9:00～14:00</p> <p><b>保</b> 1歳6カ月児健診 (旧観音寺市H27年1月生まれ) 13:30～14:15</p> <p><b>旧観</b> のびのび教室 13:30～15:00</p>	<p><b>11</b></p> <p><b>医</b> 小山医院 村黒町 ☎25-2354</p> <p>細川病院 詫間町 ☎83-2211</p> <p><b>薬</b> 姫浜調剤薬局 豊浜町 ☎52-1733</p>	<p><b>12</b></p> <p><b>保</b> 骨密度測定 <b>要予約</b> 9:00～11:00</p> <p><b>ふれ</b> ふれあい広場 9:30～14:30</p> <p><b>共福</b> のびのび教室 13:30～15:00</p> <p><b>大集</b> 元気な脳へ教室 13:30～15:00</p>	<p><b>13</b></p>
<p><b>14</b></p> <p><b>医</b> 羽崎病院 栄町 ☎25-3382</p> <p>石井医院 高瀬町 ☎73-6100</p> <p><b>歯</b> クロダ歯科医院 茂木町 ☎25-8348</p> <p><b>薬</b> そうこう薬局観音寺店 栄町 ☎25-6551</p> <p>快生堂豊浜調剤薬局 豊浜町 ☎56-3260</p>	<p><b>15</b></p> <p><b>いき</b> のびのび教室 13:30～15:00</p>	<p><b>16</b></p> <p><b>いき</b> 楽楽クラブ 9:30～11:30</p>	<p><b>17</b></p>	<p><b>18</b></p> <p><b>木</b> 愛あいサークル 9:00～14:00</p> <p><b>いき</b> はつらつ会 9:30～10:30</p> <p><b>大集</b> のびのび教室 13:30～15:00</p>	<p><b>19</b></p> <p><b>ふれ</b> ふれあい広場 9:30～14:30</p>	
<p><b>21</b></p> <p><b>医</b> 三野小児科医院 吉岡町 ☎25-7788</p> <p>藤田脳神経外科医院 高瀬町 ☎72-1135</p> <p><b>歯</b> 曾川歯科医院 豊中町 ☎62-2002</p> <p><b>薬</b> アイ・ヤマニ調剤薬局 豊浜町 ☎56-3411</p> <p><b>保</b> パパママ教室 <b>要予約</b> 9:00～11:30</p>	<p><b>22</b></p>	<p><b>23</b></p> <p><b>いき</b> びよびよクラブ 9:00～14:00</p>	<p><b>24</b></p> <p><b>高</b> あぶあぶひろば 9:00～14:00</p> <p><b>常</b> わくわくクラブ 9:00～14:00</p> <p><b>いき</b> さわやか栄養教室 9:30～13:00</p> <p><b>保</b> 3歳児健診 (旧観音寺市H25年1月生まれ) 13:30～14:15</p>	<p><b>25</b></p> <p><b>木</b> 愛あいサークル 9:00～14:00</p> <p><b>いき</b> はつらつ会 9:30～10:30</p> <p>3歳児健診 (大野原町・豊浜町 H25年1月・2月生まれ) 13:15～13:45</p> <p><b>保</b> 健康栄養相談 <b>要予約</b> 9:30～11:00</p> <p><b>ふれ</b> ひまわりの会 13:00～16:00</p>	<p><b>26</b></p> <p><b>いき</b> ゆう酸素リフレッシュ体操 9:30～11:30</p> <p><b>ふれ</b> ふれあい広場 9:30～14:30</p> <p><b>保</b> 3カ月児健診 (旧観音寺市H28年5月生まれ) 13:30～14:15</p> <p><b>共福</b> のびのび教室 13:30～15:00</p>	<p><b>27</b></p>
<p><b>28</b></p> <p><b>医</b> 石川医院 大野原町 ☎54-5511</p> <p>西香川病院 高瀬町 ☎72-5121</p> <p><b>歯</b> 多田歯科医院 出作町 ☎25-3247</p> <p><b>薬</b> ひまわり調剤薬局大野原 大野原町 ☎56-4120</p> <p>第健調剤薬局 豊浜町 ☎56-3477</p>	<p><b>29</b></p> <p><b>献血</b> 市役所1階 エレベーターホール 9:30～16:00</p>	<p><b>30</b></p> <p><b>いき</b> びよびよクラブ 9:00～14:00</p> <p><b>保</b> 10カ月児相談 (旧観音寺市H27年10月生まれ) 13:15～13:45</p>	<p><b>31</b></p> <p><b>高</b> あぶあぶひろば 9:00～14:00</p> <p><b>常</b> わくわくクラブ 9:00～14:00</p>	<p><b>医</b> 休日当番医</p> <p><b>歯</b> 休日当番歯科医 (9:00～12:00)</p> <p><b>薬</b> 休日当番調剤薬局</p> <p><b>保</b> 保健センター</p> <p><b>いき</b> 大野原いきいきセンター</p> <p><b>ふれ</b> 豊浜ふれあい会館</p> <p><b>豊福</b> 豊浜福祉会館</p>	<p><b>共福</b> 共同福祉施設軽運動室</p> <p><b>大集</b> 大野原中央集会所</p> <p><b>旧観</b> 旧競輪場</p> <p><b>高</b> 高室公民館</p> <p><b>常</b> 常磐公民館</p> <p><b>木</b> 木之郷公民館</p> <p><b>市相</b> 市役所1階相談室</p> <p><b>大中</b> 大野原中央公民館</p>	<p><b>要予約</b> 連絡先</p> <p><b>大中</b> お口の健康教室(8/1)</p> <p><b>豊福</b> お口の健康教室(8/8) ☎25-7791</p> <p><b>保</b> もぐもぐレッスン(8/4)</p> <p><b>保</b> 骨密度測定(8/12)</p> <p><b>保</b> パパママ教室(8/21)</p> <p><b>保</b> 健康栄養相談(8/25) ☎23-3964</p>

※対象月の健康診査日に体調不良などで受診できない場合は、上記の問い合わせ先まで連絡してください。

※休日当番は、都合により変更することがあります。

## 今月の人口 (7月1日現在)

人口 61,830人 世帯数 24,620世帯  
 男 29,714人 女 32,116人

## 8月の納税・納付

市民税・県民税 (2期)  
 後期高齢者医療保険料 (2期)

**納期限 8月31日(水)**

納め忘れのないよう、便利な口座振替をぜひ利用してください。税務課 ☎23-3922

ツイッター 観音寺市公式アカウント名  
 @kanonji\_city

## 勧誘電話の対処法



「フリーダイヤルの電話番号から電話があった。フリーダイヤルからは、かかってこないと思っていたので、不思議に思いながら電話に出た。すると勧誘だった」という苦情。勧誘電話のトラブルや振り込め詐欺に遭わないためには、心当たりのない電話番号や非通知設定の電話に出ないことが、一番の得策です。普段から留守番電話設定にしておき、メッセージを聞いてから電話に出たり、折り返し電話をかけたりの方法も有効です。不審な電話に出てしまったときは、長く話を聞かずにきっぱりと断り、すぐに電話を切りましょう。

問い合わせ先 香川県西讃県民センター

☎ 25-5135

商工観光課 ☎ 23-3933



古紙配給率70%再生紙を使用しています



この広報紙は環境にやさしい植物油インキを使用しています。

広報紙の配布についての問い合わせは

☎0120-494459までご連絡ください。

印刷 (株)三豊印刷