

いいひと いいまち いい笑顔

広報

あやがわ

Mar 2026

3

vol. 239



一般部門 20周年最優秀賞「監視役」

特集

P2-5 高齢者の介護予防と暮らしを支える

第8回 住まいるあやがわ
フォトコンテスト結果発表

(関連ページ P12-13 & 裏表紙)



文化部門 最優秀賞「こっちに行くよ～」

高齢者の

介護予防と暮らしを支える

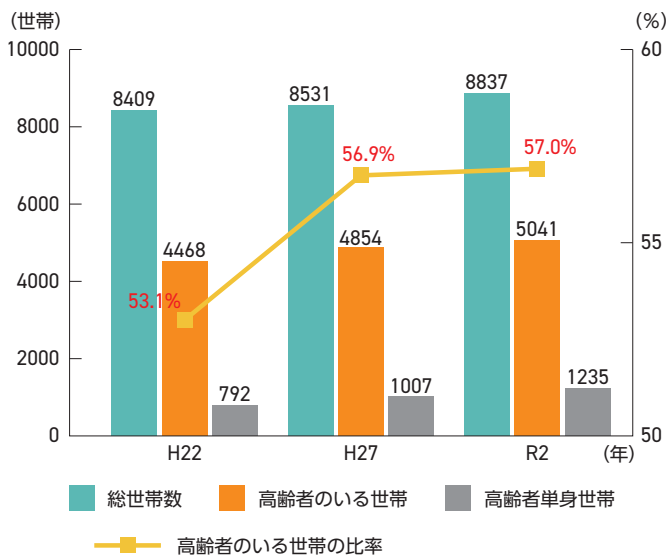


あなたは、年齢を重ねても今と同じ生活ができますか？
 年齢を重ねるにつれ、身体機能や認知機能が衰えると、
 元気だった頃と同じように生活することは次第に難しくなります。
 皆さんがいつまでも自分らしい生活を送れるように、
 ご家族はもちろん、ご近所やお友達同士の支え合いも大切です。
 町でも皆さんの生活を支えるために、さまざまな取り組みを進めています。
 今月号では、その一部を紹介します。

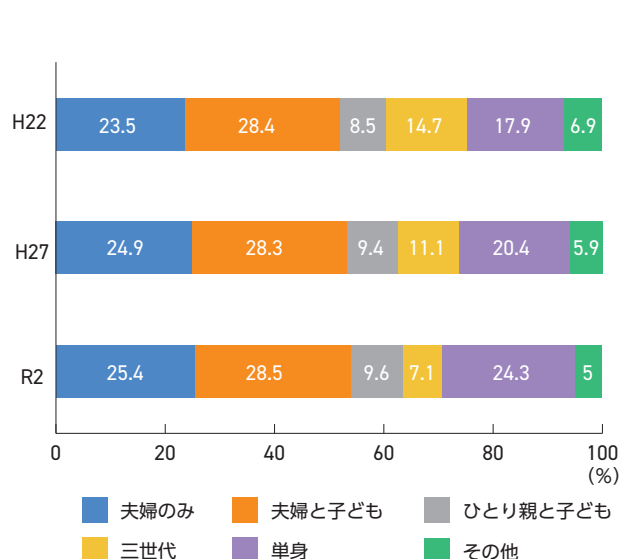


● 問い合わせ 健康福祉課 ☎ 876-1113

本町における世帯数及び高齢者のいる世帯の推移



本町における世帯構成の推移



高齢者への 福祉事業

綾川町では高齢者の自立した生活を
応援するための事業に取り組んでいます。
住み慣れた地域で自分らしく暮らすことが
できるために、ぜひご活用ください。

健康福祉課 ☎876-1113

●高齢者等福祉タクシー助成事業



移動手段の確保が難しい高齢者を対象に、申請により
タクシー助成券をお渡ししています。

※以下の条件全てに該当する方

- ① 自動車運転免許証を有さない
- ② 75歳以上または障害者手帳1、2級等
- ③ 住民税非課税世帯



▲詳しくは
コチラ

●買い物弱者支援事業 E—Wa

イオン×商工会×町の3者協定により移動
販売車による買い物支援を町内39か
所で行っています。

地域のみなさまの交流や安否確認にもつ
ながります。現在5名以上の利用者が集
まる新規拠点を
募集中。

健康福祉課まで
ご相談ください。
(締切り：3月10日)



▲詳しくは
コチラ



●介護保険サービス

加齢による心身の変化や病気等で、介護や医療が必要となった方の尊厳を保持し、本人の能力に応じた自立支援を応援するための仕組みです。皆様からお預かりした介護保険料等によりサービスを提供し、地域での暮らしを支えます。

【例えば…】

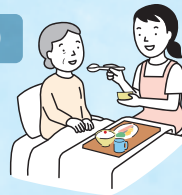
通所介護(デイサービス)



施設での食事や運動・入浴等、
生活行為向上のための支援

訪問介護(ヘルパー)

自宅での家事や
オムツ交換等



ショートステイ

施設にお泊り
しながらの支援

【利用のために】

- ① 主治医意見書を添えて申請
- ② 認定調査
- ③ ①②に基づき介護度決定
- ④ 居宅介護事業所等の
ケアマネジャーと契約・相談
- ⑤ サービス利用開始

約1カ月

※小規模多機能型居宅介護事
業所では3つのサービスを
組み合わせながら、手の届
かないケアを提供し在宅生
活を支えます！

●在宅老人配食サービス事業 (見守り事業)



申請により週2回までお弁当を手渡しでお届けし、
安否確認を行います。

※以下の条件全てに該当する方

- ① 75歳以上(障害者は65歳以上)
- ② 独居又は同一敷地内に居住者の方
全員が75歳以上又は障害者
- ③ 要介護・要支援・事業対象者又は障害者
(利用者負担)1回 ご飯つき▶350円
ご飯なし▶300円



▲詳しくは
コチラ

●福祉電話貸与事業(緊急通報装置)

65歳以上の1人暮らしの方に福祉電話を貸し出し、毎月
1回の安否の確認や、ボタンを押して通話での相談、
急病・災害その他緊急時の対応を行います。
(利用料)月300円

※固定電話と鍵をはずけることができる
協力者(2名)が必要。



▲詳しくは
コチラ

高齢者の元気・ 生きがいがづくり

ボランティアによる地域貢献や、
身近な地域の憩いの場所を紹介します。
いつまでも生き生きと輝く生活を
目指してみませんか。



★介護支援ボランティア活動

町民のみなさんが様々なボランティア活動を通して地域貢献や社会参加をすることを目的としています。登録申請をする
と介護支援ボランティア手帳をお渡しします。活動1回ごとにスタンプを押印、一定数のポイントが貯まると申請により、
交付金の交付を受けることができます。

活動内容の一例として

- 1 介護老人福祉施設などでレクリエーションや
お祭りのお手伝い
- 2 高齢者の話し相手、散歩の補助など
- 3 高齢者でゴミ集積所まで運ぶことが困難な世帯のゴミを、
玄関前から集積所まで運ぶお手伝い
- 4 いきいきサロンでの調理・配膳・片付け

お友達もできて、楽し
いです。なにより、お
年寄りの嬉しそうな顔
を見ると、こちらまで
嬉しくなります。



詳しくはコチラ▶

★ほっとか連とこ100歳体操

おもりを使った30分程度の筋力体操です。椅子に座
るなど無理なく行うので、足腰の弱った方も安全に
できます。筋力とバランス力がアップすることは転
倒予防だけでなく、認知症予防にも繋がります。住民
主体の活動で町内55カ所で実施中！



▲詳しくは
コチラ



★介護予防サポーター養成まなびあい講座

高齢になっての生き方や過ごし方を「自分のため、家族のた
め、みんなのため」に学べる講座です(年8回)。講師の先生か
ら介護予防やコミュニケーション等について学びます。講
座修了後は、班ごとに介護予防
サポーターとして、身体づくり
や認知症啓発、居場所づくりな
どを目的として地域への出前
講座で活動しています。



綾川町介護予防
サポーター機関紙▶



●いきいきサロン

住み慣れた地域や家で、いつまでも暮らせるために「仲間づくり」「健康づくり」
「生きがいがづくり」ができる地域の居場所づくりをすすめる事業です。
参加者やボランティアの方が得意なことを活かして活躍することで、
生きがいの場にもなります。サロンの立ち上げや運営は、
綾川町社会福祉協議会がサポートします。



詳しくはコチラ▶



★地域包括支援センター ☎ 876-1002

●社会福祉協議会 ☎ 876-4221

認知症への支援

認知症が気になっている人が
地域で安心して暮らせるための
制度を紹介します。



認知症初期集中支援チーム

自宅で生活していて、認知症の疑いのある方または診断を受けている方が、必要な医療や福祉・介護等のサービスが利用できるよう、医療や介護の専門チーム員が自宅を訪問し、本人や家族の支援を行います。認知症状が悪化した方にも継続支援を行っていきます。

認知症高齢者ほっと歓位置情報探索サービス利用費用助成

認知症高齢者を介護している家族がGPSを利用した無線発信機を購入した際、購入費用の助成があります。

(助成上限額 1万円)

詳しくはコチラ▶



認知症相談

物忘れが気になり認知症の心配を感じたら、本人や家族から気軽に認知症サポート医に相談できます。相談は無料です(予約制)。

認知症高齢者等ほっと歓メール配信

事前に登録をすることで、認知症の方が万が一行方不明になられた場合、その方の情報を、民生委員・児童委員や消防団、見守りまちかどほっと歓事業の協力機関や協力員にメールで情報提供して、早い発見につなげます。



▲詳しくは
コチラ

地域包括支援センター ☎876-1002

地域包括支援センターにお気軽にご相談ください！

●地域包括支援センターとは

高齢者が住み慣れた地域で安心して生き生きと暮らし続けられるように総合的な支援を行う地域包括ケアの中核拠点です。多職種・他機関と連携をとりながら、介護保険制度・介護予防・権利擁護などに関する高齢者本人やその家族、ケアマネジャー等の相談に応じています。

総合相談・支援

介護・福祉・保健・医療に関する相談窓口です

- 生活の中の困りごとや心配事の相談
- 介護や医療に関することの相談
- 福祉制度に関することの相談

権利擁護

尊厳ある暮らしを守ります

- 成年後見制度の手続き支援や日常生活自立支援などの制度の案内
- 高齢者の虐待の早期発見や早期支援のための相談

介護予防ケアマネジメント

- 介護予防の相談やケアプランの策定
 - ▶要支援1・2と認定された方
 - ▶介護予防・日常生活支援総合事業の対象者
 - ▶一般向けの介護予防事業

包括的・継続的ケアマネジメント

- ケアマネジャーへの支援
- 住みやすい地域・ネットワークづくり

地域包括
支援センター
役割

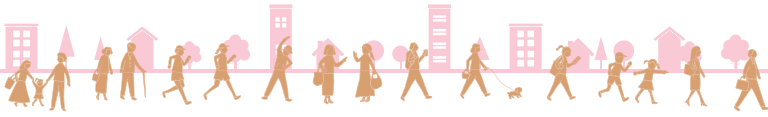
地域包括支援センター (国民健康保険総合保健施設綾南 えがお内)

電話相談・えがおでの来所相談、職員の訪問での相談等に対応します。

思い切って相談してよかったなあと感じていただけるよう努めてまいります!!

所在地 綾川町陶1720番地1
(陶病院横 総合保健施設えがお内)
開庁時間 月曜日～金曜日(8:30～17:15)
☎ 876-1002





浄化槽の法定検査 手数料が変わります

住宅の所有者などの浄化槽管理者には、年1回の法定検査が浄化槽法で義務付けられています。このたび人件費等の上昇に伴い、4月1日から法定検査手数料を改定することになりました。

新規設置の場合(法第7条に関する検査)

浄化槽の種類	5～10人槽	11～20人槽
現行	9,700円	11,100円
改定後	10,700円	12,300円

既存設置の場合(法第11条に関する検査)

浄化槽の種類	5～10人槽	11～20人槽
現行	4,600円	6,700円
改定後	5,500円	7,600円

※上記以上の大きさの浄化槽についてはホームページをご確認ください。

詳しくはこちら▶



- 検査に関する問い合わせ先
公益社団法人香川県浄化槽協会 ☎ 881-6600



国民健康保険税の 納め忘れはありませんか？

令和7年度の国民健康保険税は、3月2日が最終の納期限です。

保険税を納付しなかった場合、医療費の全額を自己負担しなければならなくなる可能性があります。未納の保険税がある方は、早急に納付をお願いします。

納め忘れがないように、口座振替をご利用ください。

詳しくはこちら▶



- 国民健康保険税に関する問い合わせ先
税務課 ☎ 876-5284
国民健康保険の資格に関する問い合わせ先
保険年金課 ☎ 876-1593



後期高齢者医療制度と 交通事故について

交通事故など第三者(加害者)の行為で受けた傷病の治療を後期高齢者医療制度で受けるときは、次の手続きを行ってください。

- ①医療機関を受診する際に傷病原因の申し出
- ②警察に事故の届け出をして、事故証明書の交付を受ける
- ③役場保険年金課・支所住民係または香川県後期高齢者医療広域連合に次の必要書類を提出

●届け出に必要な書類等

第三者行為(交通事故等)による傷病届、事故証明書、事故発生状況報告書、念書(兼同意書)、誓約書、印鑑など

※必要書類は、役場保険年金課・支所住民係または香川県後期高齢者医療広域連合ホームページにあります。

※県後期高齢者医療広域連合が、医療費を一時的に立て替えて、加害者に請求することになります。

※示談をする場合は、事前にご相談ください。

詳しくはこちら▶



- 問い合わせ先
保険年金課 ☎ 876-1593
香川県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎ 811-1866



4月から「こども誰でも 通園制度」が始まります

本町では、月10時間までの利用可能枠の中で、就労要件を問わず利用できる「こども誰でも通園制度」を実施します。

対 象：こども園等に通っていない0歳6か月から満3歳未満のこども

料 金：子ども1人1時間当たり300円程度

※給食費等が別途かかる場合があります。

★詳細が決まり次第、町ホームページ等でお知らせします。

詳しくはこちら▶



- 問い合わせ先
子育て支援課 ☎ 876-6510

ここから下は広告です

広告

全国のおすすめ霊園50に選ばれました！

新しい供養のかたち
綾川葬祭の樹木葬

ペットと一緒に眠れる、安心の永年供養。
宗旨宗派不問・管理費不要で、終活を一貫してサポートします。

無料相談
予約不要

綾川葬祭の樹木葬 ☎ 0120-101-109

◀ お問い合わせはこちらから



物価高対応 子育て応援手当について

物価高の影響が長期化し、その影響が様々な人々に及ぶ中、特に、その影響を強く受けている子育て世帯を力強く支援し、我が国のこどもたちの健やかな成長を応援する観点から支給する手当です。

○対象児童

- (1)令和7年9月分(※)の児童手当の支給対象児童
(※令和7年9月に出生した児童については10月分)
- (2)令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童

○支給金額

児童1人当たり2万円を1回
※詳しい内容については、町ホームページをご覧ください。

●問い合わせ先

子育て支援課 ☎ 876-6510

詳しくはこちら▶



令和8年度の 国民年金保険料について

4月からの国民年金保険料は月額17,920円です。保険料は、納付書・口座振替・クレジットカード・インターネットバンキング等やねんきんネット上で電子納付・スマートフォンの決裁アプリによる電子決済で納めることができます。

●前納割引制度

2年間・1年間・6か月あるいはその年度の一定期間について保険料を前もって一括して納付する制度で、保険料が割引されます。
※納付方法により割引額に差があります。

●問い合わせ先

保険年金課 ☎ 876-1593

高松西年金事務所(代表) ☎ 822-2840

詳しくはこちら▶



母子父子家庭等児童入学等支度金 及び遺児年金支給制度のご案内

綾川町では福祉施策の一環として、ひとり親家庭に対して入学等支度金支給事業を、また遺児家庭に対して遺児年金事業を実施しています。

下記の支給要件に該当される方は、役場ホームページをご覧ください、必要書類をご用意の上、子育て支援課または綾上支所までお越しください。

○受付期間 2月16日(月)から3月31日(火)まで

○支給要件

- (1)入学支度金：令和8年度の4月に小・中学校に1年生として入学する児童、または令和7年度の3月に中学校を卒業する児童がい
るひとり親家庭
- (2)遺児年金：父または母(養父母を含む)が死亡、または1年以上生死不明の状況で、義務教育修了前の児童を養育しているご家庭

詳しくはこちら▶



詳しくはこちら▶



●問い合わせ先

子育て支援課 ☎ 876-6510



新規就農を考えている方を 対象とした相談会を実施します

綾川町農業委員会では、「新たに農業経営を始めたいが、どうしたらいいかわからない」という方を対象とした相談会を実施します。就農までの手順や農地取得の方法など不安に感じていることをご相談ください。なお、待ち時間を少なくするために、3月11日(水)午前中までに電話でのご予約をお願いします。
日時：3月13日(金) 午後1時から午後7時
場所：役場経済課

●問い合わせ先

農業委員会 ☎ 876-5283

詳しくはこちら▶



ここから下は広告です

広告 \ 雑草手入れが楽になる / (綾川町内公民館様)

- 雑草対策・防草シート工事
- 田んぼの法面 雑草対策
- 庭石・庭木・生垣の撤去等

スッキリ安全!

雑草対策 庭リフォーム 庭じまい

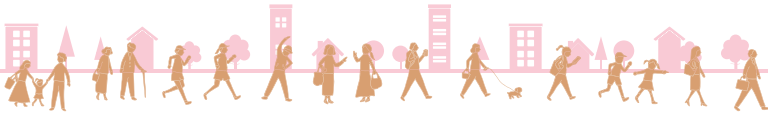
(株)カインズガーデン ※TEL受付時間 月~金 8:30~17:30 | 陶2417-1
\お電話、お待ちしております!\

087-802-8610

広告 **草刈りサービス**
空き家管理
お墓掃除サービスは
クランにおまかせ!

CLAN株式会社
☎0877-88-8137
丸亀市川西町北2257番地2

LINE見積もり大歓迎!
HPもみてね!



初めて手話を学ぶ方・手話経験が1年未満の方の講座

2026年度手話奉仕員養成講座「入門編」受講者募集要項

①受講資格

- ①義務教育を修了している方
- ②講座および手話サークル体験・聴覚障害者協会行事に参加できる方

②受講定員 40名

③受講料 無料・教材費7,150円

④開催日程及び会場 全24回

【高松会場】香川県社会福祉総合センター
令和8年5月30日(土)～令和9年1月30日(土)
午後2時～午後4時

【東讃会場】東かがわ市交流プラザ
令和8年5月30日(土)～令和9年1月30日(土)
午前9時45分～午前11時45分

⑤申込期間 3月2日(月)～4月17日(金)

⑥お申込み・お問い合わせ先

受講ご希望の方は、インターネットからお申込みください。

詳しくはこちら▶



香川県聴覚障害者福祉センター「手話奉仕員養成講座入門編」係
☎ 868-9200 ☎ 868-9201



綾川たい肥を無償提供します！

対象者：綾川町に

お住いの方

配布期間：3月2日(月)～

土日、祝日は除きます。

※雨天中止

配布時間：午前9時～午後5時

配布場所：綾川町粉所西甲2339番地(地図参照)

申込方法：下記問い合わせ先にお電話ください。

留意事項：①各自の責任で活用をお願いします。綾川町は、引き渡し以降、一切の責任を負いません。

②一部ゴミ等が含まれている場合があります。

③転売等の営利目的の利用については、ご遠慮願います。

④堆肥の持ち帰り作業は、自己責任でお願いします。袋やスコップは各自で用意してください。

場内での事故やトラブルなどは当事者で解決をお願いします。



●問い合わせ先

住民生活課 ☎ 876-1114

詳しくはこちら▶



綾川町在宅育児応援金の申請はお済みですか？

令和7年度分の申請期日は3月31日(火)です。支給を受けるには、申請が必要です。下記の支給対象となる方に該当しており、申請がお済みでない方はお早めにご申請ください。

なお、本給付金の詳しい内容については、町ホームページをご覧ください。

○支給対象となる方(下記のすべてに当てはまる方)

(1)住民票所在地が綾川町である方(保護者の方とお子さんの両方)

(2)生後8週間を超え小学校就学前のお子さんを養育しており、お子さんをこども園等に入園させていない方

※現在お子さんをこども園等に入園させている方についても、令和7年度の年度途中で入園し、令和7年4月から入園までの間に家庭で保育を行っていた期間があれば、その期間分の給付金が支給される場合があります。

●問い合わせ先

子育て支援課 ☎ 876-6510

詳しくはこちら▶



国税の納税についてのお知らせ

納税は期限内に！

～キャッシュレス納付が簡単・便利～

所得税並びに個人事業者の消費税の確定申告・納税は、期限までをお願いします。

納税には、次のキャッシュレス納付を是非ご利用ください。

○振替納税

事前申込により振替日に口座から引落し(残高不足等で引落しができなかった場合は、納期限からの延滞税がかかる場合があります。)

○スマホアプリ納付(PAY払い)

(納付金額30万円以下の場合利用可)

e-Taxで申告後、e-Tax経由で決済専用サイトからPAY払いを選択



▲振替納税申込方法



▲利用可能PAY及び詳細情報

【令和7年分 申告・納期限、振替日】

	申告・納期限	振替日
所得税及び復興特別所得税	3月16日(月)	4月23日(木)
消費税及び地方消費税	3月31日(火)	4月30日(木)

●問い合わせ先

坂出税務署 ☎ 0877-46-3131



綾川を美しくする運動にご協力ください!

綾川に不法投棄されたごみを収集し、綾川を美しくする運動「綾川河川清掃」を実施します。

綾川をみんなの力できれいにしましょう。ご協力をお待ちしています。

日 時：3月8日(日)午前8時～9時(雨天決行)

清掃区域：綾川河川敷及び周辺水路

その他：「缶」「ビン」「ペットボトル」「ビニール」等のごみを拾います。

- ・ごみ袋は、綾川周辺の自治会に配付します。
- ・軍手等の清掃用具は、各自ご持参ください。

●問い合わせ先
住民生活課 ☎ 876-1114

詳しくはこちら▶



住所確認書(軽自動車申告用証明書)発行の終了について

住民基本台帳システムの全国統一化に伴い、綾川町としては2月27日をもって、軽自動車の各種手続きのために住所を証明するものとして無料で発行している「住所確認書(軽自動車申告用証明書)」が終了となります。

3月1日以降は、軽自動車に関する手続きで住所の証明が必要な場合は「住民票の写し(1通300円)」をご利用ください。

●問い合わせ先
住民生活課 ☎ 876-1114

詳しくはこちら▶



レクリエーション農園 利用者募集のお知らせ

■募集農園・区画数

- ・南かざし農園：綾川町畑田473-1
(南かざし団地東側) 12区画
- ・川の坂農園：綾川町滝宮1725-1
(道の駅滝宮の南西) 3区画

■利用資格 綾川町内在住の農業者以外の方

■期 間 令和9年3月末まで(その後は原則として1年更新)

■面 積 概ね15m×2m(約30㎡)

■利 用 料 年間2,000円(別途水利費が必要です。)

お申込み、お問い合わせの方は役場経済課までお願いします。(締切は令和8年3月末、定員を超えた場合は抽選)

●問い合わせ先
経済課 ☎ 876-5282

詳しくはこちら▶



マイナンバーカード 夜間開庁について

受付日時：3月25日(水)午後5時から午後7時まで(予約不要)

必要書類

- カード受取：送付済の「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書 兼照会書」、本人確認書類、個人番号通知カード
- 更新手続き：マイナンバーカード、カード交付時に設定した暗証番号
- 暗証番号をお忘れの場合：マイナンバーカード以外の本人確認書類1点

●問い合わせ先
住民生活課 ☎ 876-1114

詳しくはこちら▶



令和8年度自治会長会 開催のお知らせ

令和8年自治会長会を下記のとおり開催します。令和8年度の新しい自治会長さんは、ご出席ください。また、自治会長変更届は総務課まで提出してください。

日 時：5月17日(日) 午前10時～

場 所：綾川町総合運動公園体育館
(綾川町陶1536-1)

詳しくはこちら▶



支所日直の廃止について

4月1日から支所の日直を廃止します。

廃止に伴い、日直業務を本庁において一括対応することで、情報の統一性を高めてまいります。

本庁の日直業務は、今まで同様の取扱いといたします。届出等で日直に御用の方は、本庁日直において手続きをお願いします。

町民の皆様にはご不便をおかけいたしますがご理解ご協力よろしくをお願いします。

●問い合わせ先
総務課 ☎ 876-1906

詳しくはこちら▶



成年後見制度 相談会

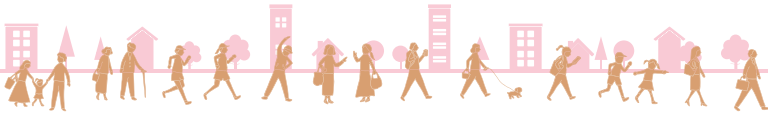
日時：3月19日(木)午後1時30分～午後3時30分
1人40分程度の完全予約制

今回の専門職は司法書士です

場所：梅の里社会福祉センター(綾川町滝宮276番地)

問合せ・申込みは 平日(月～金)午前9時～午後4時

●問い合わせ先
綾川町社会福祉協議会 成年後見つなげるセンター(中核機関)
☎ 876-4221



高松市次期ごみ処理施設整備に伴う環境影響評価(準備書)説明会の実施

高松市が塩江町で計画している次期ごみ処理施設の整備に伴う環境影響評価(準備書)の住民説明会を実施します。併せて、準備書のご意見も受け付けています。

●住民説明会

日 程：①2月27日(金)午後6時30分～ ②3月1日(日)午後2時～ ※どちらの回も同じ内容です。
会 場：高松市塩江コミュニティセンター 2階大ホール (高松市塩江町安原下第2号1645)

●準備書の縦覧

縦覧場所：役場住民生活課、高松市環境施設対策課(高松市役所本庁舎12階)、香川県庁環境政策課、高松市香川総合センター、高松市塩江支所
縦覧期間：2月12日(木)～3月13日(金) ※土日祝日を除いた、午前8時30分から午後5時まで
高松市のホームページでも公開しています。

●準備書への意見の提出方法

受付期間：2月12日(木)～3月27日(金)
提 出 先：高松市環境施設対策課への郵送か持参、またはEメールで提出
※持参の場合、土日祝日を除いた、午前8時30分から午後5時まで

詳しくは
こちら▶



●問い合わせ先

住民生活課 ☎ 876-1114 高松市環境施設対策課 ☎ 839-2102

過疎地域活性化推進事業③⑩ (西分地区活性化協議会)

西分地区活性化協議会では、五つの部会がそれぞれの特色を生かしながら地域活性化に向けた活動を展開しています。今回は、その中でも「ふるさと振興部会」を中心に進めている、地域の「美味しいお米」を活かした米活(こめかつ)事業をご紹介します。

西分地区のお米は、昔から「味が良い」と地域内外で高い評価を受けてきました。この魅力をもっと多くの方に知っていただこうと、まずはイベントでの米販売を開始しました。さらに、米粉を使った蒸しパンの創作・販売にも取り組みました。加えて、米粉の特性を活かした「米粉たこ焼き」にも挑戦し、販売を続けています。この米粉たこ焼きはどのイベントでも大変好評で、1パック8個入りの商品が毎回150～200パック完売するなど、すっかり人気商品となりました。今年からは、地域で捕獲した猪や鹿の肉を燻製にし、チーズを合わせた“特製具材”を使用した新商品も登場し、こちらも多くのお客様から高い評価をいただいています。



さらに本年度は、新たに「パットライス」機材を導入し、ポン菓子の製造・販売もスタートしました。

現在は味付けのバリエーションや次なる商品づくりに向けて検討を進めています。

西分地区活性化協議会では、これからも地域資源を活かした商品開発やイベント活動を通じて、住民の皆さまとともに“元氣な地域づくり”を進めてまいります。今後とも、温かいご支援とご協力をよろしくお願いいたします。



Instagram

10/26 11/9 エンジョイ！バレーボール
フェスティバル香川県大会

〈結果〉 男子 優勝
綾川ジュニアバレーボールクラブ



11/22 第37回
ソフトバレーボール香川県大会

〈結果〉 高学年の部Dブロック 準優勝
綾川ジュニアバレーボールクラブ



11/28 綾川町と日本生命保険相互会社との
包括連携協定締結式

綾川町と日本生命保険相互会社は、住民の福祉の向上、地域の活性化を目的に、包括連携協定を締結しました。



11/8 第62回
香川県中学校新人体育大会 剣道競技

〈場所〉 スポーツセンターまんのう
〈結果〉 【女子団体の部】 優勝 綾川中学校

☆本大会で見事初優勝を果たした綾川中学校女子団体は、2月に徳島県で開催される「四国中学校新人剣道大会」に続き、3月には佐賀県で開催される「神埼市長旗全国選抜中学生剣道大会」に香川県代表として出場します。選手の皆さんの活躍を期待しています！！



後輩たちも頑張っています!!
見学・体験随時受付中!!
防具の貸出もあります。
気軽に始めてみませんか。 詳しくはこちら▶



11/25 綾川町と明治安田生命保険相互会社との
包括連携協定締結式

綾川町と明治安田生命保険相互会社は、綾川町の地方創生の取組をさらに進めることを目的に、包括連携協定を締結しました。

また、「私の地元応援募金」として303,600円をご寄付いただきました。厚くお礼申し上げます。



一般部門

第8回
住まいるあやがわ
フォトコンテスト
結果発表

👑 20周年最優秀賞



三好 英運様
「監視役」

受賞作品をご紹介します。
たくさんのご応募ありがとうございました。
綾川町ホームページでも受賞作品を
公開中です。

<https://www.town.ayagawa.lg.jp/docs/2026020200020/>



詳しくはこちら➡



村山 僚祐様
「郷里の絆」



相津 好江様
「実りの秋と彼岸花」

👑 優秀賞

👑 Smile賞



乗松 賢二様
「祭りの少年」



中塚 英男様
「空を見上げて」

👑 にぎわい賞

文化部門

最優秀賞



「こっちに行くよ」
岩本 幸広様

優秀賞



「心を合わせて」
相津 一善様



「百々手祭り」
田羅間 カトリ様

入選



「迫力ある獅子舞い」
北脇 利行様



「祭りがゆく」
安田 達子様



「親子獅子」
山本 修平様

入選



「飛ぶぞー!」
阪口 知幸様



「綾川の朝」
高木 照広様



「上り坂」
土居 勉様



「紅葉の柏原溪谷」
三井 秀範様



「黄になる」
安田 和晃様

綾川フェア

11/26
12/2

@栗林庵

12/
8-9

@東京都庁

町では、自慢の特産品を通じて綾川町の魅力を広く発信するため、香川県を代表する観光地である栗林公園(高松市)の「かがわ物産館 栗林庵」と、東京都庁内の「全国観光PRコーナー」の2会場で、初となる「綾川フェア」を開催しました。

フェアでは、「富有柿」と「さぬきひめ」の試食販売を行いました。実際に召し上がったお客様からは、「実が大きくて驚いた」「とても甘くて美味しい!」といった喜びの声を多数いただき、用意していた分がすべて完売するほどの盛況ぶりとなりました。

また、讃岐うどん発祥の町である本町の人気店が手がける「お土産うどん」や、道の駅滝宮でしか手に入らない限定商品なども販売した他、観光パンフレットやふるさと納税のチラシを配布し、県内外の多くの方々に綾川町を知っていただく貴重な機会となりました。



11/30

ふれあいバドミントン大会

〈場 所〉 綾川町総合運動公園

〈参加者〉 18名

〈結 果〉 優 勝 橋本 竹内 西岡
準優勝 大西 楠原 今川



11/23

大島青松園ゲートボール交流

陶ゲートボール同好会では、令和7年11月23日に国立ハンセン病療養所「大島青松園」の青松ゲートボールクラブとの第21回ゲートボール交流大会を行いました。

ゲートボールを通じて、ハンセン病の正しい知識と人権問題における偏見や差別のない社会への思いを再認識しました。



12/5

第16回 体育協会会長杯カローリング大会 結果

〈場 所〉 綾上農村環境改善センター

〈参加者〉 38チーム(156名)

〈結 果〉 優 勝 川西南Aチーム(滝宮)



11/30

第2回三木町卓球小学生大会

4位決勝トーナメント

優 勝 山岡 凌久
(綾川ジュニア卓球クラブ)

準優勝 尾坂宗太郎
(綾川ジュニア卓球クラブ)



12/14

令和7年度 綾川町民 実年交流バレーボール大会 試合結果

- 〈場 所〉 綾川町総合運動公園体育館アリーナ
 〈参加者〉 男子3チーム、女子6チーム
 〈結 果〉 男子 優勝 京極クラブ
 女子Aブロック 優勝 カラーズ
 女子Bブロック 優勝 国分寺体協



12/14

いきいきセンター冬のイベント 2025を開催しました。

穏やかな天気恵まれ、スタッフを含め800名あまりの来場者があり、大盛況でした。バザー会場やフリーマーケットの会場でもステージイベントを視聴することができ、いきいきセンター全体が笑顔と音楽に包まれました。

また今年12月冬のイベント2026でお目にかかることを楽しみにしています。



1/11

令和8年 綾川町消防出初式

新年恒例の『綾川町消防出初式』が、ホームセンターコーナン綾川店で開催され、消防団員、自主防災会員、高松市西消防署綾川分署員が参加しました。

式典では、前田町長が式辞を述べたのにつき、須田団長の訓示が行われ、消防団員らは、今年一年の町民の安全に向けた決意を新たにしました。

その後、長年消防活動に貢献した団員10名の表彰が行われ、式の最後には、令和7年度香川県消防操法大会(小型ポンプの部)で優勝を果たしたメンバーによる操法が披露されました。

また、式典終了後に消防ポンプ車との記念撮影やミニ消防車の乗車体験ができる消防ミニイベントを行い、大勢の親子連れで賑わいました。

現在、綾川町消防団には179名が所属し、普段は自分の仕事をしながら、火災や災害の緊急時には昼夜を問わず出動して、私たちの暮らしを守っています。日頃は高松市消防局とともに、災害防ぎょ活動、地域に密着した予防活動など、大きな役割を果たしてくれています。



12/21

第3回グリーンシャモカップ 3部決勝トーナメント

- 〈結 果〉 優勝
綾川ジュニアバレーボールクラブ



1/25

第72回文化財防火デーに伴う 消防訓練が行われました

松熊八幡宮において、綾川町消防団、高松市西消防署綾川分署、松熊八幡宮関係者が文化財防火デーに伴う消防訓練を実施しました。

訓練後、須田団長より「地域は自分たちで守る、という決意をしっかりと持ち、関係者が一体となり火災予防に努めて欲しい」との講評をいただき、訓練参加者は決意を新たにしました。





高松市消防

出火件数が多い原因について周知し、出火件数の減少を図ります。

主な出火原因

「たばこ」「たき火」「こんろ」が上位となっています。
出火原因別の対策を知り、火災の減少につなげましょう。

たばこ火災対策

- ・ポイ捨てはしない
- ・吸い殻は確実に消してこまめに捨てる
- ・寝たばこをしない

たき火対策

- ・乾燥・強風の日は火を使わない
- ・火から目を離さない
- ・消火用の水を準備し、完全に消火する

こんろ火災対策

- ・火をつけたままその場を離れない
- ・燃えやすいものをそばに置かない
- ・換気扇やグリルをこまめに掃除する

令和8年春季火災予防運動
(3月1日～7日)

急ぐ日も 足止め火を止め
準備よし(2025年度全国
統一防火標語)

問合せ

高松市消防局予防課
(0861)15004
西消防署綾川分署



▲詳しくはこちら

☎(0878)1111

自転車の交通ルールを守りましょう!

4月から、16歳以上の自転車運転者に一定の違反があれば、いわゆる『青切符』による処理が行われることとなります。

自転車は手軽で便利な反面、事故になると怪我をしやすい乗り物です。

特に夕方夜間は早めにライトを点灯し、自転車に反射材を付けてドライバーに自転車の存在を示すことが交通事故防止に有効です。

自転車に乗る際は、交通ルールを守り、交通事故に注意しましょう。

問合せ 高松西警察署

☎(0876)0110

香川県司法書士
総合相談センター 定例相談会

日時 3月14日(土)午後1時～4時

場所

香川県司法書士会館
高松市西内町10-17

料金 30分無料

内容

- ・一般相談(相続登記、不動産・商業登記など)
- ・法テラス相談(法テラス要件に該当する場合)
- ・成年後見相談

申込 香川県司法書士会

☎(0821)5701

公共職業訓練
令和8年5月開講 受講生募集

定員 ①機械・CADオペレーター科(15名)

②電気設備エンジニア科(15名)

期間 ①5月8日(金)～10月30日(金)期間6か月

午前9時～午後3時10分

場所 ポリテクセンター香川
(高松市花ノ宮町2-4-3)

料金 授業料 無料(テキスト代・作業服代は実費)

申込 3月2日(月)～3月31日(火)までに最寄りのハローワーク職業相談窓口へ申込み

問合せ ポリテクセンター香川
訓練課

☎(0867)6716

香川労災病院イベント
がんサロン

内容 ①がん診断された時知ってほ
つらさ
②一緒に歌おう!
～音楽療法～

日時 ①3月19日(木)
②3月24日(火)

両日とも午後1時30分～2時30分

場所 ①丸亀市市民交流活動センター マルタス2階ROOM3
②香川労災病院がん診療棟2階

定員 ①各20名(事前予約制
マルタス0877(24)8877
②各20名(オンラインの方は事前登録が必要です)

料金 無料

問合せ 香川労災病院がん相談支援センター
☎0877(23)3111

日時 3月14日(土) 午前9時30分～(受付9時)

場所 香川看護専門学校

内容 看護のお仕事体験

問合せ 香川看護専門学校総務部
☎0877(63)6161

ガーデンセミナー「多肉植物の寄せ植え作り」

日時 3月15日(日)
午後1時30分～3時45分

場所 坂出市番の州公園管理事務所

定員 先着16名

料金 4000円(材料費含む)

申込 FAXまたはEメールで住所・氏名・年令・電話番号・質問事項を明記の上、問合せ先へ。(3月2日(月)受付開始)

問合せ 〒762-0063
坂出市 番の州公園5番地
坂出緩衝緑地 管理事務所
☎0877(45)68820
☎0877(43)5213
E-mail info@banmosu5.com

四国学院大学

オープンキャンパス

日時: 3月20日(金・祝)
午前10時～午後3時



▲詳しくはこちら

一般選抜(C日程)・大学共通テスト利用選抜(C日程)

出願期間: 3月3日(火)～3月16日(月) 必着



一般選抜



大学入学共通テスト利用選抜

総合型選抜E日程

出願期間: 2月16日(月)～3月16日(月) 必着

試験日: 2月23日(月)～3月18日(水)
いずれか1日を本学が指定する

問合せ先: 四国学院大学 入試課
TEL: 0120-459-433
FAX: 0877-63-5353
E-mail: info@sg-u.ac.jp



▲詳しくはこちら

詳しくは入試課までお問い合わせください。

フラワーアレンジメント (昼)(夜) (陶公民館)

季節の花々を先生のご指導により
和気あいあいと笑いの絶えない時間の中で
楽しく練習しています。

開催日
第2金曜日 昼 午後1時～午後3時
夜 午後7時～午後9時



詳しいお問い合わせは
各公民館へお願いします。

昭和公民館	877-1536
陶公民館	876-2553
滝宮公民館	876-1931
羽床公民館	876-0120
粉所公民館	878-2914
山田公民館	878-2910
西分公民館	878-3065
羽床上公民館	878-1481

綾川文芸

桐の花句会

それぞれの道へと進む弥生かな
松浦 智子

菜の花に呼ばれるがごと廻り道
岡田ノブ子

木蓮の蕾やわらか朝日射す
奥野 祐子

待ちわびし春はゆっくり近づきぬ
田所 紀代

追悼の灯ゆれて余寒かな
藤井美佐子

野良猫の三角関係春の午後
塩田 啓子

谷々の老いの住み家や春さざす
峠 眞知子

日の雫軽ろき命や椿落つ
乙武 壽子

木の芽吹き木々サラサラと歌ひをり
松岡 章子

東風吹いて匂ふ花びら惜しみをり
乙武由美子

題『うっかり』 綾上川柳会

ウツカリかもしや認知の始まりか
山田 周蔵

ついうっかりお鍋の底に黒い地図
さいとうみえこ

うっかりで正月過ぎて蟹届く
清木 純子

気がつけばうっかり二回朝ごはん
石見なおみ

うっかりをなぐさめあつて老い二人
渡辺千代子

うっかりが多すぎますよお母さん
小笠原都子

またまたやついうっかりで鍋焦がし
渡辺 博則

うっかりを笑い飛ばして老夫婦
池内 重子

年重ねうっかりミスが頻繁に
林 せつ子

最近はついうっかりが増えて来た
三好 節子



【3月の休館日】

日	月	火	水	木	金	土
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	31				

※27日(金)は生涯学習センターを午後7時まで開館

綾川町立図書館
生涯学習センター
☎ 876-6100
開館時間：
午前9時～午後6時

綾上図書館
☎ 878-2251
開館時間：
午前9時～午後5時

おはなし会のお知らせ

※申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。
※おはなし会カードをお持ちください。初めておはなし会に参加される方には、当日お渡しします。

■トマトさんのおはなし会……………

日 時：7日(土) 午前11時～
場 所：生涯学習センター 絵本コーナー
対 象：どなたでも

■こあらっこのおはなし会……………

日 時：18日(水) 午前10時30分～
場 所：生涯学習センター 絵本コーナー
対 象：未就学児
内 容：赤ちゃん絵本の読み聞かせや手遊びをします。

3月の図書館イベント

■図書館で学ぶ健康講座……………

～香川県立中央病院出前講座～
「もし運転中に脳卒中が起きたら？
あなたと家族を守る知識」

日 時：12日(木)
午前10時30分～午前11時30分
講 師：市川 智継 先生
(香川県立中央病院脳神経外科主任部長)

会 場：生涯学習センター研修室
対 象：一般
募集人数：15名(申込み要)

受付開始日：2月20日(金) 午前9時
内 容：最近、ドライバーの病気が原因で起こる交通事故のニュースをよく耳にします。もし運転中に脳卒中になったら、車をコントロールすることができなくなり、自分もさることながら、周囲の人も命の危険にさらしてしまう可能性があります。実態を知り、ひとりひとりが意識して予防することで事故を撲滅することができます。

■海外文学講座……………

韓国トップ・カルチャーの至宝
ハン・ガン『菜食主義者』

日 時：15日(日) 午前10時～
講 師：十川 宣治氏(翻訳家)
会 場：生涯学習センター 研修室
対 象：一般
募集人数：15名(申込み要)

受付開始日：2月20日(金) 午前9時
内 容：普通の主婦として暮らしてきたヨンへ。ある日、もう肉は食べないと宣言したところ、父親や夫から理不尽な扱いを受け、家族全体を巻き込むスキャンダルに。社会生活に潜む暴力や規律があからさまに牙を剥くとき、こころある人間が望む、真に人間らしい生き方とは何か。2024年にノーベル文学賞を受賞した作者の代表作を取り上げます。

■文学講座……………

～菊池寛記念館出前講座～
「菊池寛をめぐる人々」

日 時：20日(金・祝) 午前10時30分～正午
講 師：榎田 瑤子氏(菊池寛記念館学芸員)
会 場：生涯学習センター 研修室
対 象：一般

募集人数：15名(申込み要)
受付開始日：2月26日(木) 午前9時
内 容：菊池寛には、芥川龍之介、直木三十五、川端康成など多彩な交友関係がありました。また、文藝春秋社設立など、実業家としても活躍しています。菊池寛の功績について写真などを投影しながらお話しして頂きます。

■図書館で学ぶマネー講座……………

「豊かな老後のために知っておきたいお金の話」

日 時：28日(土) 午前10時30分～午前11時50分
講 師：金融経済教育推進機構(J-FLEC) 講師
会 場：生涯学習センター 研修室
対 象：一般

募集人数：15名
受付開始日：3月3日(火) 午前9時
内 容：「セカンドライフの生活設計」「贈与・相続の基本」など第二の人生に必要なお金について学びましょう。

「LGBTQについて」

「性的指向」

性的指向とは、人の恋愛・性愛の対象の方向を示す概念であり、自分の意志で変えたり選んだりできないと言われてい

ます。これまで同性愛者や両性愛者の人々は、少数派であるために興味本位で見られたり、職場や学校で嫌がらせやいじめを受けたりなど、人権に関わる問題も発生しています。

SOGIハラスメント

SOGIとは、性的指向(好きになる性)、性自認(心の性)の英訳のアルファベットの頭文字を取り「人の属性を表す略称」で、異性愛の人も含め、すべての人が持っている属性のことを言います。そして、SOGIに関するハラスメントのことを「SOGIハラ」と言います。

職場でのパワハラ防止を義務付ける関連法の中で、SOGIは個人情報やプライバシーであるとして明記されたことから、SOGIに関するアウトティングもパワハラであると見なされることになりました。そして、すべての企業等や自治体がSOGIハラ・アウトティング防止施策の実施を義務付けられることになりました。これは「措置義務」ですから対策を怠った場合、都道府県労働局による助言・指導・勧告等が行われることとなります。

指針で示されたSOGIハラの例

▽相手の性的指向・性自認に関する侮辱的な言動を行うことを含め、人格を否定するような言動を行うこと。

▽SOGIを理由に労働者に対して仕事を外し、長期間にわたり、別室に隔離したり、自宅研修させたりすることや一人の労働者に対して同僚が集団で無視をし、職場で孤立させること(SOGIを理由にした仕事からの排除はパワハラに該当)

▽「彼氏(彼女)はいるの?」など交際相手について執拗に問うこと(厚労省はパートナー関係のプライベートに関するハラスメントを「個の侵害」に当たるパワハラとして周知しています。パートナーが同性である場合、より深刻と言えます。)

指針を踏まえると

日常生活にある会話の中で「オカマ」「ホモ」「レズ」などの差別用語はもちろん、「ひょっとしてこっちは系?」などと手の甲を反対側の頬に当てる仕草や職場でのLGBTQに対する中傷やいじめ(陰口)全般がSOGIハラに含まれます。また、中性的な人を営業職や店頭での仕事から外すなどの排除なども該当します。

特に悪意を持つてのことではないゆえに気づきにくいことかもしれませんが、性の多様性について理解を深め、性的指向の異なる人たちへの偏見や差別をなくし、全ての人々の人権が尊重される社会を実現することが大切です。

あなたは誰かに
「手伝って」「助けて」
と声に出して言えますか?

日本人は困っている時や悩んでいる時、「手伝って」や「助けて」という声をあげることがなかなかできません。それは、幼い時から「人に迷惑をかけてはいけません」や「自分のことは自分で解決しよう」と教えられているからではないでしょうか。また、何でもできて当たり前という思い込みから、自分の弱みを知られたり弱音を吐いたりすることに抵抗感をもっていること、困った人をみてもすぐに手を差し伸べる勇気がなかなか出せないことなどに加えて、困った時にどのような助けを求めればよいのかわからないということが一番のネックになっていると思います。でも、人に頼ること、助けてもらうことが苦手だと思っているみなさんも逆の立場で、人から頼られたこと、人の役に立てたと感じたことを思い出してみてください。そんな時には、心がほっこりしてうれしかった覚えはありませんか。

このように、「困っています」や「助けてください」、「手伝ってください」と声に出して言える力を「受援力」、また、そういう場面を受け入れることができる力を「授援力」といいます。

人は、自分一人では生きていくことはできません。子どもたちが受援力や授援力を幼い時から身につけるには、おとなが「助けてくれる」、「手伝ってくれる」、「子どもに声をかけ一緒に活動することが必要不可欠です。また、「ありがと」「すごく助かった」などの感謝の気持ちを必ず伝えることも忘れてはいけません。家族の中で互いに助け合う経験を積み重ねていくと社会に出た時、授援力や授援力を自然に発揮することができます。

3月は「自殺対策強化月間」です。どんな些細なことでも一人で抱え込んではいけません。心がパンクしてしまう前に声を上げられる受援力、そっと手を差し伸べられる授援力の輪を広げていきましょ



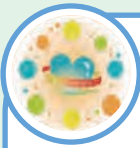
(大丈夫? いいよー) 授援力

(手伝って・助けて) 受援力

地域包括支援センターだより

綾川町地域包括支援センターは、国保総合保健施設えがお内にあり、高齢者の介護や認知症、権利擁護等の総合相談窓口です。

申込必要!! ※参加無料



綾川町高齢者声かけ・見守りまちかどほっと歓事業

地域支えあいフォーラム2026開催のお知らせ

テーマ：「困っとんや」が言える町をめざして

日時 2月28日(土) 午前10時～午前11時45分 (午前9時30分開場)

場所 綾南農村環境改善センター2階多目的ホール (役場隣接の建物)

- 内容**
- ① 寸劇「あなたは助けられる人？ 助ける人？」
 - ② 講演「“自分事”として助け合う ～地域の取組を応援してきて～」
講師：公益財団法人 さわか福祉財団 常務理事 鶴山 芳子 氏
 - ③ 体験ワークショップ「新・助け合い体験ゲーム」をやってみよう！！



内容・お申し込みはこちらから➡



認知症の方ご本人と、ご家族の集いの場

びなんかずらの会

3月19日(木) えがお
午後1時30分～午後2時30分

ひとりで悩まず、話したり聞いたりしませんか？



どなたでもお気軽にお立ち寄りください

いっぷく広場

3月13日(金) いきいきセンター
3月20日(金) お休み
午前9時30分～午前10時30分

参加費
200円



あれっ？と思ったら。専門医に相談できます。

認知症相談

3月11日(水) 溝渕クリニック
心療内科
午後2時～ (要予約) (無料)

物忘れが気になるご本人やご家族から気軽に医師に相談できます

問い合わせ・申し込み

綾川町地域包括支援センター
(国保総合保健施設えがお内)

TEL 876-1002

パーキンソン病の患者さまとご家族の方へ「集う場」のご案内

「集う場」はパーキンソン病患者さまやご家族の方が集まる場です。同じ病気の方、そのご家族からの体験談なども聞くことができます。生活の工夫や病気との上手な付き合い方等について、一緒に話をしてみませんか。どうぞお気軽にご参加ください。

日時 3月11日(水) 午後1時半～午後3時

場所 えがお

内容 座談会

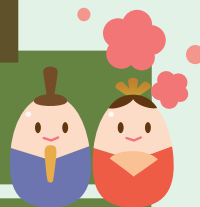
参加申込み 地域包括支援センター TEL087-876-1002
お問合せ 綾川町えがお TEL087-876-2525

予約が必要です。
前日までに、左記のいずれかにご連絡ください。



2026
3月

みんなの健康だより



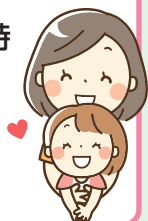
申込み・問い合わせ先 | えがお ☎ 876-2525
いきいきセンター ☎ 878-2212

(掲載内容)

■ 行事名
日時
場所 など

子どもの健康行事

- **乳児健診** (対象 R7.11月生、R7.5月生)
6日(金) 午後1時15分～午後2時30分 (受付)
えがお
- **1歳6か月児健診** (対象 R6.11月～8月生)
25日(水) 午後1時15分～午後2時30分 (受付)
えがお
- **親子ここから教室** (発達支援親子教室)
2日(月) 午後1時30分～午後4時30分
えがお (予約制)
- **子ども相談** (予約制)
2日(月) 午後1時30分～午後4時30分
えがお
- **ことばの相談** (予約制)
17日(火) 午後1時30分～
24日(火) 午後1時30分～
えがお
- **子育て相談の日** (予約制)
10日(火) 午前10時～午前11時
子育て支援センターしいのき
(滝宮こども園内)
電話: 876-3366
※母子健康手帳をご持参ください




健康行事

- **ヘルスアップ教室 (運動教室)**
月曜日 午後1時20分～午後3時
2日(月)・9日(月)・16日(月)
23日(月)・30日(月)
いきいきセンター 元氣ルーム
※マット運動用:バスタオルをご持参ください
- **いきいきセミナー (予約優先)**
5日(木) 午後2時～午後3時
いきいきセンター 元氣ルーム
テーマ「ストレスと上手く付き合う方法を
考えてみよう」
講師: 精神保健福祉士
石河 純子 先生
- **ひきこもりサポート事業 (予約制)**
お困りごと相談室
4日(水) (対象: 小・中学生)
あやとこ個別相談会
18日(水) (対象: 中学卒業以降)
いずれも午後1時20分～午後1時50分
お申込み 一般社団法人hito.toco
電話 087-802-2878
メール sank@hitotoco.or.jp

～ひとりで悩まずに、
まずはご相談ください～
詳しくは➡



- **お口の健こう相談 (予約制)**
4日(水) 午後1時30分～午後3時
いきいきセンター 持ち物: 普段使っている歯ブラシとコップ
自分に合ったお口のお手入れ方法を知りたい方や相談がある方、是非ご予約ください。歯科医師・歯科衛生士が個別に対応します。
- **健こう相談 (予約優先) 1人30分ずつ**
24日(火) 午後1時30分～午後3時
えがお 2階研修室 
保健師・栄養士による健診結果説明・尿検査・体組成測定・汁物塩分濃度測定・骨密度測定など
ご希望の測定や相談をお受けします。はだしになりやすい服装でお越しください。

- **みんなのいこいの場 (精神保健)**
30日(月) 午後1時30分～
いきいきセンター

- **こころの健康相談 (予約制)**
18日(水) 午後2時～ 精神科医師への相談
えがお
26日(木) 午後2時～ 精神保健福祉士への相談
いきいきセンター

3月1日⑧～7日⑤は「子ども予防接種週間」です



未接種のまま忘れていた予防接種はありませんか？この機会に、再度母子健康手帳を確認し、予防接種で防げる病気を防ぎましょう。

予防接種法で、**定期予防接種**の対象年齢は定められています。**対象年齢**を過ぎると任意接種となり、**「無料」では受けられなくなります！**期間内に接種されることをお勧めします。

年長児の方は、3月末までに受けてください！

接種種別	定期接種対象年齢 ※1	接種種別	定期接種対象年齢 ※1
B型肝炎	1歳に至るまで	麻しん・風しん1期 ※3	生後12～24か月に至るまで
ロタウイルス	ロタリックス:生後6～24週 ロタテック :生後6～32週	麻しん・風しん2期 ※3	小学校就学前の1年間 ←
小児肺炎球菌	生後2か月～5歳に至るまで	日本脳炎 1期 ※4	生後6か月～7歳6か月に至るまで
五種混合 ※2 (ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・ヒブ)	生後2か月～7歳6か月に至るまで	日本脳炎 2期 ※4	9歳～13歳未満
BCG	1歳に至るまで	二種混合(DT) (ジフテリア・破傷風)	11歳～13歳未満
水痘	生後12～36か月に至るまで	ヒトパピローマウイルス感染症 (HPV) ※5 子宮頸がん予防	小学6年生～高校1年生までの女子

- ※1 対象年齢の「至るまで」とは「前日まで」のことを指します。
- ※2 接種開始時期により、三種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風）又は四種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ）で接種を開始された方がいます。すべての種類・回数の接種を完了されていない場合は、過去の接種内容がわかるように母子健康手帳をお持ちになり、予防接種の種類やスケジュールについて医療機関やえがお等へご相談ください。
- ※3 令和6年度定期接種対象者だった方で、ワクチンの流通不足により接種機会を逃した方は、令和9年3月31日まで定期接種となります。
- ※4 日本脳炎特例対象者の平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方で接種が完了していない方は、20歳になるまで定期接種となります。
- ※5 平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性の方で、令和6年度末までに1回以上接種され、まだ接種完了していない方は、令和8年3月31日までに限り定期接種となります。

- 接種される場合は、医療機関に**事前にご予約**ください。
- 接種時には、町から発行された**予診票**が必要です。（予診票を紛失している場合、えがおで再発行できます。母子健康手帳と窓口に来られる保護者の方の本人確認書類をお持ちください。）

【問い合わせ】 えがお TEL 876-2525

3月1日～8日は「女性の健康週間」です

女性が生涯を通じて、健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを目指し、厚生労働省では、毎年3月1日～3月8日を「女性の健康週間」と定めています。女性の健康は、女性ホルモンの影響を大きく受け、思春期から成人期、更年期、老年期と、一生を通じてからだも心も大きく変化します。この機会に、自分のからだに関心を持って、できることから取り組んでみましょう。

【女性の健康に関する情報提供ウェブサイト】

ライフステージ別に女性の健康に関する情報や病気のセルフチェック、女性へのおすすめレシピなどの充実した内容が盛りだくさんです。日々の健康管理に活用してみてください。

【女性の健康生活のポイント】

- ① バランスの良い食事
- ② 適度な運動で、健康的に引き締まったからだ
- ③ 休養・睡眠
- ④ 自分に合ったストレス解消
- ⑤ 禁煙と（受動喫煙をさける）、節酒
- ⑥ 定期的な検（健）診受診

女性の健康推進室
ヘルスケアラボ →
(厚生労働省)



3月は「自殺対策強化月間」です

【「不安」の症状（精神症状）】

- ささいなことが気になり、取り越し苦労が多い
- 根気がなく**疲れやすい**
- イライラして怒りっぽい
- 寝つきが悪く、途中で目が覚めやすい**
- 注意散漫、集中できない
- 物覚えに不安が生じる
- 悲観的になる
- 人に会うのが煩わしい、人混みを避ける
- お酒に頼る、酒に溺れる

【「不安」の症状（身体症状）】

- 筋緊張性の頭痛、肩こり、腰痛**
- 動悸、顔面のほてり
- 高血圧、起立性低血圧
- 空咳、乾性咳、呼吸困難
- 食欲不振、腹痛、胃潰瘍、潰瘍性大腸炎**
- 便秘、下痢、過敏性大腸炎
- 身体の悪寒や熱感、手足の冷えや熱感
- 頻尿、残尿感
- 不動性めまい（ふわふわする感じ）

あなたやあなたの周りの方は、こころの不調に陥っていませんか？不安やストレスに上手に対処できないまま放置すると、「うつ病」などのこころの病気に進展する可能性があります。さらに症状が長引いたり病気が重症化すると、「自殺」に至ってしまうこともあります。まずは、上手に不安やストレスと付き合っていきましょう。

【香川県内の主な相談窓口】

あなた自身のことも、周りの方のことも、1人で抱え込まないでご相談ください！

こころの健康や「うつ」に関する相談

- 中讃保健福祉事務所（平日午前8時半～午後5時）
TEL 0877-24-9963
- 綾川町健康福祉課（平日午前8時半～午後5時）
えがお TEL 876-2525 / いきいきセンター TEL 878-2212



坂出総合労働相談コーナー（坂出労働基準監督署内）

TEL 0877-46-3196（平日午前8時半～午後5時）

弁護士による「暮らしとこころの相談会」

- 日時 3月3日（火） 午前10時～午後1時
- 内容 ●香川県弁護士会館での面接相談 **予約制** TEL 822-3693
- 電話相談 **予約不要** TEL 802-5228

こころの健康・メンタルヘルスについて詳しくはこちら➡



3月18日は「睡眠の日」です。

睡眠の日とは、春の3月18日と、秋の9月3日の年2回あります。それぞれの日はをさむ前後の1週間は「睡眠健康週間」となっています。こころとからだの健康のために、質・量ともに十分な睡眠をとりましょう。詳しくは「健康づくりのための睡眠ガイド2023」を参照してください。



マイチャレかがわ! あやがわ特別賞

まいにち健康チャレンジ!

綾川町特産品が当たる!?

第2回特別賞さぬぎひめが4名の方に当たりました! 当選者の方へのインタビュー



Q.マイチャレかがわ!にどうして参加しようと思いましたが? 膝が痛く整形外科医の指導で教わったストレッチを続ける事を考えた。気楽に参加できそうだったから。少しでも健康増進になるように。



Q.マイチャレかがわ!はあなたの健康づくりに役立っていますか。体重や血圧を記録するので自己管理に役立っている。

Q.日々のチャレンジ目標は何ですか? ウォーキング8000歩 お風呂で膝のストレッチ、早口言葉を全部言う

Q.あやがわ特別賞に当選した、今のお気持ちをお聞かせください。少数の当選に選ばれて驚きと嬉しく思った。これからも頑張ろう。

次回の特別賞 豚肉 (讃岐もち豚)

メ切3月1日(日) ※記録シートメ切: 3月2日(月)



3月の休日当番医・薬局

綾 綾川 国 国分寺 歌 綾歌 飯 飯山

1日 (日)	歌 小林医院 (内) ☎ 0877-86-3038
	綾 滝宮総合病院 (婦) ☎ 087-876-1145
	歌 辻上薬局 ☎ 0877-86-4627
	綾 スター薬局 滝宮店 ☎ 087-814-4886
8日 (日)	綾 桑島医院 (内・胃) ☎ 087-878-2005
	綾 辻上薬局 綾上店 ☎ 087-878-3780
15日 (日)	綾 このはなクリニック (耳・ア) ☎ 087-876-8711
	綾 もみの木薬局 綾川店 ☎ 087-876-9383
20日 (金)	飯 空保小児科医院 (小・ア) ☎ 0877-98-2010
	飯 コアラ薬局 ☎ 0877-98-6606
22日 (日)	綾 山下整形外科医院 (整) ☎ 087-877-2272
	綾 イオン薬局 綾川店 ☎ 087-876-6224
29日 (日)	綾 松本内科胃腸内科医院 (内) ☎ 087-877-0520
	綾 かざしが丘調剤薬局 ☎ 087-877-1125

健康コラム vol.239



問い合わせ先

陶病院 TEL 876-1185

FAX 876-3795

「筋肉のささやきが聴こえますか」

わたしたちのからだは様々なシステムでバランスをとっています。そのひとつに内分泌機能というものがあります。内分泌腺のおもな機能は、血液中に直接ホルモンを分泌することです。ホルモンとは体の他の部分(標的部位)の働きに影響を与える化学物質のことです。1)

ここで筋肉の動きについて、紹介します。わかりやすい動きとしては、身体を動かす、姿勢を保持する、外部の衝撃から身体を守るといったものがあります。すこし考えると納得がいく動きに基礎代謝をたかめる(体温維持やエネルギー消費など)、血液循環をたかめる(筋肉の収縮により血管を圧迫して血液を心臓に送り戻す)、骨を強くする(筋肉の動きが骨に刺激を与えて骨密度を高める)、というものがあります。へへ意外という動きに水分を貯蔵する(骨格筋は約6割が水分でできている)というものがあります。現在研究段階の動きにマイオカインを分泌するというものがあります。

マイオカイン²⁾とは、ギリシャ語の myo(筋) + kine(作動物質) からなる造語で、骨格筋から分泌されるホルモンや生理活性物質(蛋白質)の総称です。運動により分泌され、脂肪燃焼、血糖値安定、骨粗鬆症予防、認知症予防、動脈硬化予防、がん予防など全身によい影響を与えることが期待されています。すでに数十種類以上が確認されて、日夜その機能について研究が進んでいます。

これまでも元気で長生きには運動が大切と伝えてきました。それは転倒予防、糖・脂質代謝改善、むくみ解消という側面ではなしをしていました。この度、筋肉をきたえようと認知症、老化、がんの予防効果も期待できるという情報で個人的にも目からうろこがおちるような気持ちです。これまでは、こちらの意志で動かしているだけと思っていて筋肉たちが頑張っ、もっと健康になると応援してくれているようではないですか。健康であるために運動が大切だと思いを新たにしました。「結構あるのに、なかなかやせないです。」「結構あるのに、よろよろします。」という訴えに一定の方向性がみえてきましたね。筋肉をきたえましょう。

転倒予防や代謝改善という観点から効率のよい筋トレの種類としては体幹トレーニングを勧めています。おなかやふともも周りの筋トレになります。筋トレ初心者には静かなトレーニングを勧めています。椅子から立ち上がるうとしたときにふとももがぐっと張りますね、その状態でストップ、自分のタイミングでまた椅子に座る。椅子に座った状態で両膝をもちあげてストップ、自分のタイミングで脱力。といったものが簡単で有効かと思えます。

「筋肉の 分泌たかめて 健康に」

1) MSD マニュアル家庭版デジタル：内分泌機能

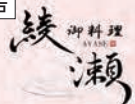
2) 眞鍋康子. マイオカインによる代謝への影響.

理学療法ジャーナル 51 巻 6 号, 2017, 535-541

陶病院内科 堀口 正樹

ここから下は広告です

広告



歓送迎会 ご予約承り中

\\ 期間限定! 彩り豊かな季節を味わおう //

料理長 特製 春の宴会コース

(個室宴会場完備)

バス送迎あり

多人数~少人数 宴会対応

ご予約
お問合せ

☎ 0120-382-558

ごみ収集日程表 2026年3月

※赤字は振替収集日になります

綾川町全域						
	可燃ごみ (白)	3日(火) 6日(金)	10日(火) 13日(金)	17日(火) 19日(木)	24日(火) 27日(金)	31日(火)

畑田・千足地区	
破砕ごみ (緑)	プラスチック・容器包装 (黄)
12日(木) 26日(木)	5日(木) 19日(木)
ビン(ピンク) / 缶 ペットボトル (水色)	粗大ごみ
12日(木)	26日(木)
古紙	有害ごみ
4日(水)	12日(木)

陶地区	
破砕ごみ (緑)	プラスチック・容器包装 (黄)
4日(水) 18日(水)	11日(水) 25日(水)
ビン(ピンク) / 缶 ペットボトル (水色)	粗大ごみ
18日(水)	4日(水)
古紙	有害ごみ
11日(水)	18日(水)

滝宮・萱原・北地区	
破砕ごみ (緑)	プラスチック・容器包装 (黄)
11日(水) 25日(水)	4日(水) 18日(水)
ビン(ピンク) / 缶 ペットボトル (水色)	粗大ごみ
11日(水)	25日(水)
古紙	有害ごみ
18日(水)	11日(水)

羽床下・小野・羽床上・牛川・西分地区	
破砕ごみ (緑)	プラスチック・容器包装 (黄)
9日(月) 23日(月)	2日(月) 16日(月)
ビン(ピンク) / 缶 ペットボトル (水色)	粗大ごみ
23日(月)	9日(月)
古紙	有害ごみ
25日(水)	23日(月)

粉所・山田・東分地区	
破砕ごみ (緑)	プラスチック・容器包装 (黄)
5日(木) 19日(木)	12日(木) 26日(木)
ビン(ピンク) / 缶 ペットボトル (水色)	粗大ごみ
5日(木)	19日(木)
古紙	有害ごみ
25日(水)	5日(木)

ごみは必ず収集日の朝8時までに自分が利用しているごみステーションへ出してください。
天候・交通事情等によりやむを得ず収集日や収集時間の変更がある場合があります。
ごみ袋は、中の物が外に出ないように、袋の口をしっかりと結んで出してください。

ごみ分別アプリ3Rあやがわ活躍中です！

各ストアより「さんあーる」で検索し、ダウンロードしてください。

右記のQRコードでもダウンロードできます。

ここから下は広告です

広告

塗装・リフォーム 受付中

ありがとう!!
人生一生懸命
挑戦中!!

テレビでも大好評!!

- 塗装工事
- リフォーム工事
- 土木・解体工事

じつはら建設株式会社

塗装工事のことなら
じつはら建設にお任せ下さい!!
一生懸命頑張ります!!
御見積もり・ご相談 無料

☎ 0120-76-4848

相談 日程

綾川町では各種相談を実施しています。
相談は無料(※弁護士相談は有料)で秘密は固く守ります。

行政相談

道路の修繕要望や、子育て支援・福祉サービスの利用法など、行政に言いたい・聞きたいことがある方はご相談ください。

- ▶日 時 3月11日(水)
午後1時～午後3時
- ▶場 所 綾川町役場3階第5会議室
- ▶担 当 役場総務課 ☎876-1906
- ▶相談員 行政相談委員

人権相談

家庭内のいざこざをはじめ、日常生活の場で起きるトラブル、人権問題等でお困りの人はご相談ください。

- ▶日 時 3月19日(木)
午前9時～正午
- ▶場 所 綾南農村環境改善センター相談室
- ▶担 当 役場住民生活課
☎876-1114
- ▶相談員 人権擁護委員

くらしの相談

日常生活での心配のある人はご相談ください。

- ▶日 時 3月2日(月)、23日(月)
午前9時～正午
- ▶場 所 梅の里社会福祉センター
- ▶担 当 綾川町社会福祉協議会
☎876-4221
- ▶相談員 民生児童委員

障害者相談

身体・知的・精神・高次脳機能障害の相談を行います。

- ▶日 時 3月3日(火)
午前9時30分～午前11時30分
- ▶場 所 綾南農村環境改善センター相談室
- ▶担 当 役場健康福祉課
☎876-1113
- ▶相談員 相談支援事業所職員

職業相談

現在、職を探している方はご相談ください。

- ▶日 時 3月27日(金)
午前9時30分～午前11時30分
- ▶場 所 綾上農村環境改善センター
- ▶担 当 役場経済課
☎876-5282
- ▶相談員 公共職業安定所の係員

なんでも相談

行政・人権・くらし・身体障害者の各種相談を行います。各分野の専門の相談員が相談に応じます。

- ▶日 時 3月10日(火)
午前9時～正午
- ▶場 所 いきいきセンター
- ▶担 当 支所住民係
☎878-2204
- ▶相談員 行政相談委員・人権擁護委員・民生児童委員・身体障害者相談委員

消費生活相談

契約トラブル、商品やサービスなどにかかる相談、苦情に応じます。

- ▶日 時 3月27日(金)
午前10時～午後3時
- ▶場 所 綾南農村環境改善センター 相談室
- ▶担 当 役場経済課 ☎876-5282
- ▶相談員 消費生活専門相談員

行政書士相談

行政書士が相続・遺言問題等、皆様のちょっとしたトラブルや官公庁に提出する書類等についてご相談を受けます。

- ▶日 時 3月5日(木)
午前9時～正午
- ▶場 所 梅の里社会福祉センター
- ▶担 当 綾川町社会福祉協議会
☎876-4221
- ▶相談員 香川県行政書士相談員

年金相談

街角の年金相談センター高松による出張年金相談を行います。完全予約制ですので事前予約が必要です。

- ▶日 時 3月13日(金)
午前10時～午後3時
- ▶場 所 綾南農村環境改善センター相談室
- ▶担 当 役場保険年金課
☎876-1593
- 予約 ☎811-6020(予約専用)
- ▶相談員 街角の年金相談センター高松職員

交通事故相談

交通事故に関する相談に応じます。

事前に予約が必要です。
相談のある方は、相談日の前日午後5時までに役場総務課までお申し込みください。

- ▶日 時 3月4日(水)
午前10時～午後3時
- ▶場 所 綾川町役場
- ▶担 当 総務課 ☎876-1906
- ▶相談員 交通事故相談員

夜の 役場

3月2日(月)、16日(月)
午後5時30分～午後7時

戸籍や住民票の交付、税金や保険・年金の相談など、昼間と同じ仕事をしています。お仕事で昼間役場へ来られない方は夜の役場をご利用ください。

日曜 開庁

3月29日(日)
午前8時30分～午後5時15分

年度末に住民移動などの手続きができるよう、本庁のみ一部の窓口を開庁します。

対象窓口(住民生活課・税務課・子育て支援課・保険年金課・健康福祉課・学校教育課)

窓口 納付

指定された金融機関窓口へ
[納期限]

3月31日(火)

- 保育料
- 放課後児童クラブ利用料
- 町営住宅使用料

口座 振替

通帳の残高をあらかじめ確かめておきましょう。
[期日]

3月31日(火)

- 保育料
- 放課後児童クラブ利用料
- 町営住宅使用料

郵便局 イベント

● トールペイント作品展
3月2日(月)～13日(金)

ご厚志

紙上にて改めて
厚くお礼申し上げます。

- 綾上仏教会様より、
教育費寄附金・育英資金として
11万円を





住民登録

1月中の動き

(1月末現在)

- 出生 12人
- 死亡 24人
- 転入 47人
- 転出 44人
- 人口 22,666人
 - 男 11,107人
 - 女 11,559人
- 世帯数 10,227戸

事件事故

2月1日現在

()内令和8年1月より累計

- 物損 70件 (70)
- 人身 9件 (9)
- けが 13件 (13)
- 死亡 0件 (0)
- 火災 3件 (3)
- 救助 1件 (1)
- 救急 149件 (149)



綾川町役場ダイヤルイン電話番号 市外局番 (087)

E-mail : ayagawa@town.ayagawa.lg.jp HP <https://www.town.ayagawa.lg.jp>

本庁

〒761-2392

香川県綾歌郡綾川町滝宮299番地

- 1F 健康福祉課 876-1113
- 子育て支援課 876-6510
- 保険年金課 876-1593
- 住民生活課 876-1114
- 会計室 876-1116
- 税務課 876-5284
- 経済課 876-5282
- 農業委員会 876-5283
- FAX(各課) 876-3120

1F東棟 総務課 876-1906

いいまち推進室 876-5577

建設課 876-5280

FAX(各課) 876-1948

2F 議会事務局 876-0733

FAX 876-3660

3F 教育委員会 876-1180

FAX 876-3701

綾上支所

〒761-2292

香川県綾歌郡綾川町山田下2224番地

TEL(代表) 878-2211

住民係 878-2204

長柄ダム再開発事業推進室 878-2206

事業係

FAX 878-1576

防災無線専用ダイヤル

876-2299

時間外専用ダイヤル

814-4050

香川県広域水道企業団高松ブロック統括センター

高松市番町一丁目8番15号
高松市防災合同庁舎

- お客さまセンター 839-2731 (水道の使用開始・中止のお手続き等)
- 水道整備課 839-2761 (道路での水漏れ/水が出ない、にごる等)
- 夜間・休日の急な水道のトラブル 839-2731

長柄ダム再開発事務所(綾上支所内2階)

TEL 899-7737

FAX 878-3210

病院? 救急車? 迷ったら

けがや発熱など、対応が必要な時は、受診が必要かどうかを専門のスタッフに相談することができます。

- 一般向け救急電話相談(番#7119または番812-1055)
 - 小児救急電話相談(番#8000または番823-1588)
- 24時間 365日対応

あくまでも電話によるアドバイスです。診断・治療はできませんのであらかじめご了承ください。



川崎 雄平 様



森川 真優 様



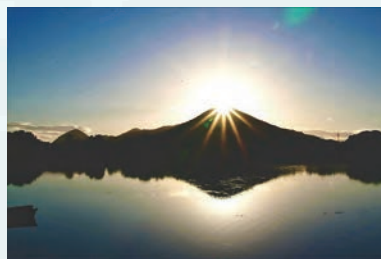
渡邊 雅春 様



中村 正雄 様



小田 祐矢 様



千田 正 様



上笹 広二 様



大空 彩奈 様



藤原 香菜 様



由藤 知代 様

第8回 住まいるあやがわ フォトコンテスト

結果発表

👑
入選
10
作品

デジタル部門

うちの子1番!! 写真募集

「うちの子1番!!」掲載内容

- お子さんのお名前
- 地区名
- ご家族からのメッセージ

お写真まっま〜す♪



問い合わせ先/総務課 ☎ 876-1906

●編集・発行
〒761-2392 香川県綾歌郡綾川町滝宮299番地
綾川町役場 総務課 ☎087-876-1906



綾川町

検索



ayagawa_official

検索

