子どもからお年寄りまでみんな笑顔になる
人にやさしいまちの情報誌

広報はやしま Hayashima

Public Relations No.2000

2024 Jul 7月号

人が元気 町が元気 ファイン早島
早島町健康づくり推進運動

６月中旬、早島公園ではアジサイが見頃を迎えていました。
早島公園といえば桜が有名ですが、その他にも多くの花を楽しむことができます。色とりどりの花とともに季節の訪れを感じてみてはいかがでしょうか。

今月号の主な内容

P ２～９　まちからのお知らせ
「国民健康保険・後期高齢者医療制度の被保険者の人へ」ほか
P 10～17　健康＆福祉ガイド
「愛育委員･栄養委員は地域の健康づくりボランティア」
「防ごう！熱中症」ほか
P 18～20　こどもガイド
P 21～24　まちのイベントガイド
P 25～26　まちかど情報
P 27～29　まちのできごと

国民健康保険・後期高齢者医療制度の被保険者の人へ

令和６年12月２日から保険証が発行されなくなり、マイナ保険証へ移行されます

●マイナ保険証とは

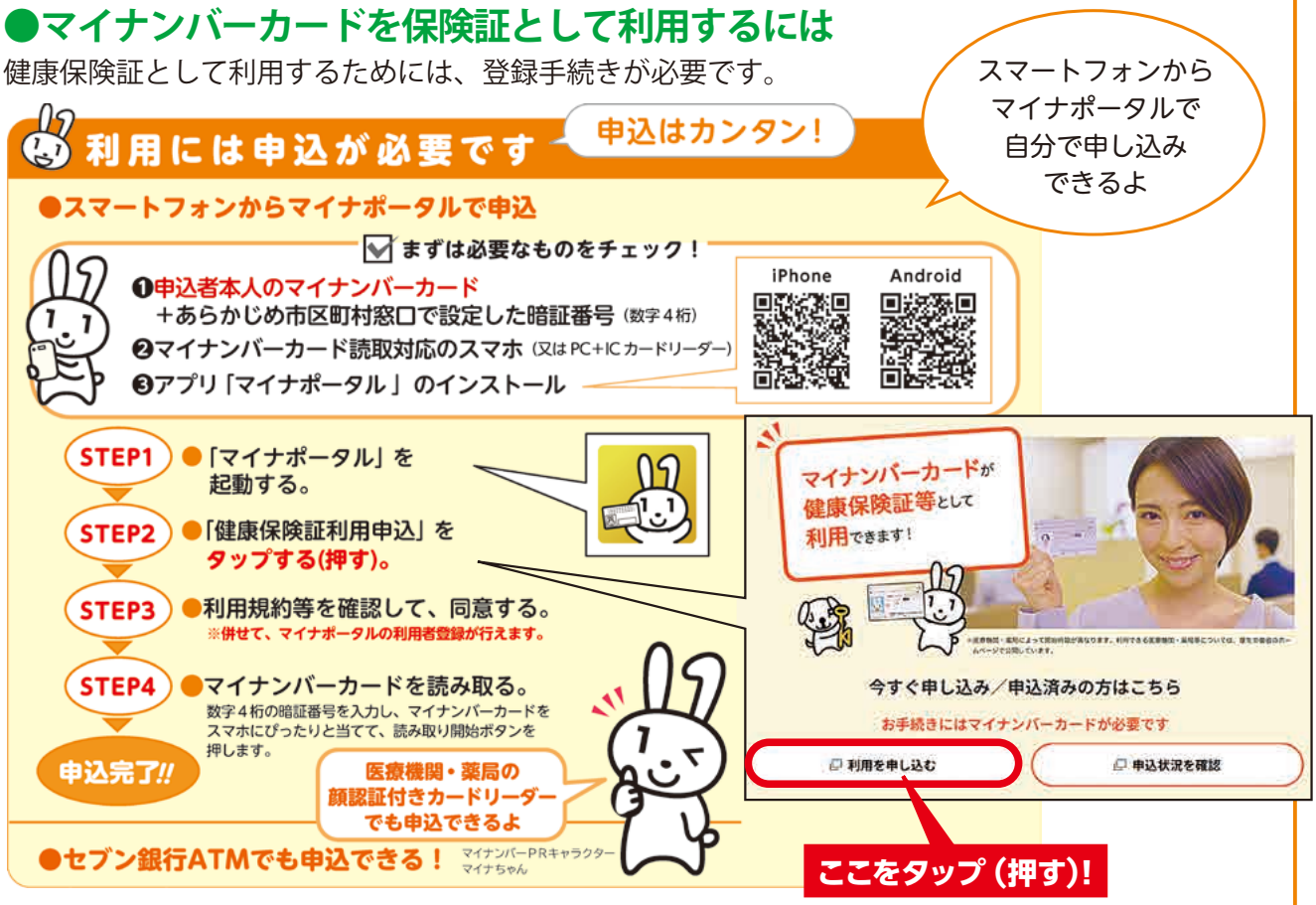
これまでの保険証は令和６年12月２日に廃止され、マイナンバーカードと一体化されることになりました。
（早島町国保、後期高齢者医療保険加入者は、従来の紙の保険証も記載のある有効期限までは使用できます。）

●マイナ保険証のメリットとは

★毎回医療費を20円節約
★データに基づいたよりよい医療が受けられる！
初めての医療機関でも薬剤情報が医師等と共有できます
★手続きなしで限度額を超える一時的な支払いが不要に！
高額医療の限度額を超えた支払いが手続きなしで免除されます

●マイナンバーカードを保険証として利用するには

健康保険証として利用するためには、登録手続きが必要です。



＜登録をお手伝いします＞

手続きがしてあるか確認したい・保険証利用登録の申込みをしたいが、ご自身では難しい人は、マイナンバーカードとカードの受取時に設定した数字４桁の暗証番号をご準備のうえ、町民課窓口までお越しください。

●マイナ保険証をお持ちでない人は

マイナ保険証をお持ちでない人には、令和６年12月２日以降、健康保険の資格情報に変更があったときや有効期限が切れるときに「資格確認書」を交付します。この「資格確認書」で、引き続き医療機関等を受診することができます。

問 町民課 （☎086･482･0613）

国民健康保険被保険者証更新のお知らせ

新しい保険証は７月に郵送します

早島町国民健康保険の保険証は７月中に**世帯主様宛てにまとめて郵送**します。新しい保険証の色は藤色です。届かない場合は、町民課までお問い合わせください。ただし、国民健康保険税の全部又は一部に滞納がある場合には、郵送できないことがあります。

令和６年12月２日で保険証は廃止になり、新たに発行はされませんが、今回送付する保険証の有効期限（原則：令和７年７月31日）までは医療機関等の窓口で使用することができます。安心してマイナ保険証（マイナンバーカードの保険証利用）をご利用いただくため、加入者全員に早島町国保で把握しているマイナンバーの下４桁を保険証に同封して通知いたします。ご自身のマイナンバーと相違がないかご確認ください。

まだマイナ保険証をご利用でない人も、ぜひ便利なマイナ保険証をご利用ください。（利用登録については２ページをご覧ください。）

●資格に異動があった場合は？

★他の健康保険（社会保険等）に加入した人…国保の資格喪失の届出が必要

★会社を辞める等して社会保険等の資格が無くなった人…国保への加入の届出が必要

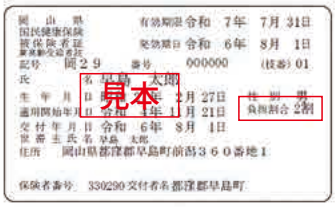
どちらも14日以内に町民課に届出をお願いします。

※マイナ保険証を使用している場合でも、届出は必要です。

70 歳以上 75 歳未満の人の被保険者証について

○負担割合を確認してください

高齢受給者証と一体となった保険証を交付しています。保険証に２割もしくは３割の負担割合が記載されていますので、ご確認ください。



○一部負担金の割合の見直し

医療機関などの窓口で支払う一部負担金の割合は、所得区分に応じて決まります。所得区分は前年の所得により毎年判定されるため、新しい保険証では、割合が変更されている場合があります。

「限度額適用・標準負担額減額認定証」・「限度額適用認定証」の更新について

現在、認定証をお持ちで、８月以降も所得区分が変わらない世帯には、新しい認定証を７月中旬に送付します。なお、所得区分が変わる世帯には、申請書を送付しますので、必要な人は申請してください。

ただし、世帯主及び国保加入者に所得不明者がいる場合や国民健康保険税に未納がある場合には、新しい認定証及び申請書は送付されません。

限度額適用認定証

限度額適用・標準負担額減額認定証

長期入院した人へ

令和６年８月以降の所得区分が住民税非課税世帯（オ又は低所得者Ⅱ）の人で、令和５年８月から令和６年７月までの期間に通算90日を超える入院をした人（この期間内の所得区分も住民税非課税世帯（オ又は低所得者Ⅱ）である人）は、申請していただくことで、要件を満たしている場合、１食あたりの食事代が180円となる認定証を交付します。

※「限度額適用・標準負担額減額認定証」及び「限度額適用認定証」は、更新しない場合でも、交付申請は随時受付しています。また、マイナ保険証を利用すれば、認定証の手続きなく、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。認定証の事前申請は不要となりますので、マイナ保険証をぜひご利用ください。（長期入院該当による食事代の減額については、引き続き届出が必要です。）

後期高齢者医療制度のご案内

「後期高齢者医療制度」は、75 歳以上の人全員と一定の障がいがある 65 歳以上の人で、申請により認定された人が加入する高齢者の医療制度です。

後期高齢者医療制度の対象となる人

● 75 歳以上の人（生活保護を受けている人は対象となりません。）
● 65 歳以上 75 歳未満で、一定の障がいがあり、広域連合の認定を受けた人

一定の障がいとは…

・身体障害者手帳 1 級から 3 級
・身体障害者手帳 4 級のうち、音声、言語に関する障がい、下肢に関する障がいの一部
・療育手帳の重度障害 A
・精神障害者保健福祉手帳の 1 級、 2 級
・国民年金法などにおける障害年金の 1 級、 2 級
※障害認定を受けた人については、脱退することもできます。

令和 6 年度の保険料について

保険料は、被保険者全員が負担する「均等割額」と被保険者の所得に応じて負担する「所得割額」の合計額になります。

●岡山県後期高齢者医療広域連合の保険料（令和 6 年度）年額

一人当たりの年間保険料（限度額 80 万円）	=	均等割額	+	所得割額
		50,200 円		（賦課のもととなる所得金額）× 10.49%（所得割率）

※所得割率は賦課のもととなる所得金額が 58 万円以下の人は 9.76%となります。
※限度額は令和 6 年 3 月 31 日時点で 75 歳以上の人などは 73 万円となります。
※保険料は年度（4 月から翌年 3 月までの 12 か月）で計算され、年度の途中で加入された場合は加入された月から計算されます。
※賦課のもととなる所得金額…前年の総所得金額等から基礎控除額（前年の合計所得金額が 2,400 万円以下の場合は 43 万円）を控除した額となります。ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません。

●保険料均等割額の軽減

世帯の所得状況に応じて保険料の「均等割額」が軽減されます。

【均等割額の軽減の基準】

世帯主及びその世帯の被保険者全員の総所得金額等の合計が下記の金額以下の世帯	均等割の軽減割合
基礎控除額（43 万円）＋（給与所得者等の数－1）× 10 万円	7 割
基礎控除額（43 万円）＋（給与所得者等の数－1）× 10 万円＋ 29.5 万円×（被保険者数）	5 割
基礎控除額（43 万円）＋（給与所得者等の数－1）× 10 万円＋ 54.5 万円×（被保険者数）	2 割

令和 6 年度の保険料の決定通知書を送付します

保険料算定基礎となる前年の所得が確定後、年額保険料と納付方法のお知らせを送付します。なお、年金からの徴収ではなく、口座振替による納付の人は、年額保険料のお知らせ、納付書による納付の人は、年額保険料のお知らせと納付書を送付します。令和 5 年度の保険料が、年金から徴収されている人は、 4 月分から 8 月分までは、仮徴収として納めていただくことになっています。

後期高齢者医療被保険者証の更新のお知らせについて

（被保険者証）

○現在お持ちの被保険者証（クリーム色）の有効期限は令和６年７月31日です

○被保険者証の更新

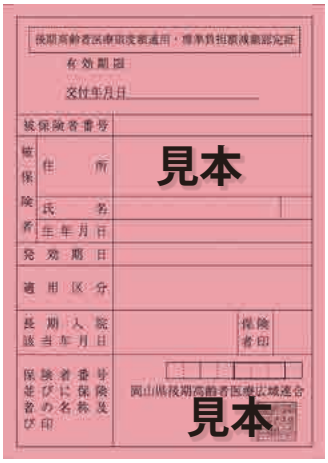
新しい被保険者証（緑色）は、７月下旬に送付します。
８月以降に医療機関などで受診される際には、必ず新しい被保険者証を窓口に提示してください。

○一部負担金の割合の見直し

医療機関などの窓口で支払う一部負担金の割合は、所得区分に応じて決まります。【1割・2割・3割のいずれか】所得区分は前年（令和５年中）の所得により毎年判定するため、割合が変更になる場合があります。

令和６年12月２日で保険証は廃止になり、新たに発行はされませんが、今回送付する保険証の有効期限（原則：令和７年７月31日）までは医療機関等の窓口で使用することができます。安心してマイナ保険証（マイナンバーカードの保険証利用）をご利用いただくため、加入者全員に後期高齢者医療で把握しているマイナンバーの下４桁を保険証に同封して通知いたします。ご自身のマイナンバーと相違がないかご確認ください。
まだマイナ保険証をご利用でない人も、ぜひ便利なマイナ保険証をご利用ください。（利用登録については２ページをご覧ください。）

限度額適用・標準負担額減額認定証の更新について



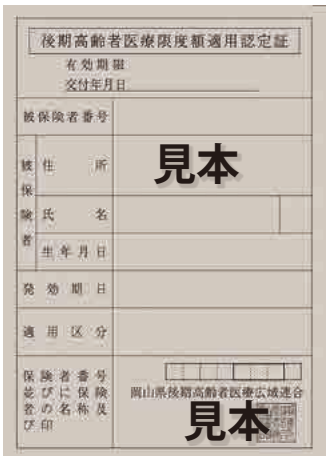
（減額認定証）

○現在お持ちの減額認定証の有効期限は令和６年７月31日です

現在、減額認定証をお持ちで、８月以降も所得区分が低所得者Ⅱ・Ⅰに該当する場合は、新しい減額認定証を保険証に同封し、７月下旬に送付しますので、申請の手続きは必要ありません。
ただし、世帯内に所得の未申告者がいる場合は、新しい減額認定証は送付されません。

長期入院をされた人
令和５年８月１日以降、所得区分が低所得者Ⅱの認定期間内に、入院が通算90日を超える人は、申請していただくことで、要件を満たしている場合、１食あたり180円となる減額認定証を交付します。ただし、令和５年８月１日から令和６年４月30日までの間で入院が90日を超える人は、申請の手続きは必要ありません。

限度額適用認定証の更新について



（限度額適用認定証）

○現在お持ちの減額認定証の有効期限は令和６年７月31日です

現在、限度額認定証をお持ちで、８月以降も所得区分が３割負担の現役並み所得者ⅡまたはⅠとなる場合には、新しい限度額認定証を被保険者証に同封し、７月下旬に送付しますので、申請の手続きは必要ありません。ただし、世帯に前年の所得を申告していない被保険者がいる場合、新しい限度額認定証は送付されません。
※「限度額適用・標準負担額減額認定証」、「限度額適用認定証」は、更新しない場合でも交付申請は随時受付しています。

問 町民課（☎ 086・482・0613）
岡山県後期高齢者医療広域連合（☎ 086・245・0090）

国民年金保険料の免除（猶予）制度をご存知ですか

所得が少ないときや失業等により保険料を納めることができない場合には、本人の申請によって、保険料の納付が免除される制度があります。

保険料を未納のままにすると、老後の年金だけでなく、障害年金や遺族年金まで受け取ることができなくなってしまう場合があります。

そのような状況を防ぐためにもぜひ、免除（猶予）の申請を利用してください。

① 免除（全額免除・一部免除）申請

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合や、失業等の事由がある場合に、保険料が全額免除又は一部免除となります。なお、**一部免除は、減額された保険料を納めないと未納期間となりますので、必ず納めてください。**

② 若年者納付猶予制度

50歳未満の人（学生を除く）で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、納付が猶予されます。

③ 学生納付特例申請

学生の人で本人の前年所得が一定額以下基準の場合に、納付が猶予されます。

※付加年金又は国民年金基金に加入中の場合に、免除等が承認されると脱退となります。

■過去２年まで遡って免除申請ができます。

過去２年間（申請月の２年１カ月前の月分）まで免除を申請できます。過去２年間に国民年金保険料の未納期間がある人は、お近くの年金事務所へお問い合わせください。申請が遅れると万一のときに障害年金が受け取れないなどの不利益が生じる場合がありますので、すみやかに申請してください。

■「納付・全額免除・一部免除・納付猶予」と「未納」の違い

	納　付	全額免除	一部免除	若年者納付猶予 学生納付特例	未　納
老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格期間に…	含まれる	含まれる	含まれる （注２）	含まれる	含まれない
老齢基礎年金額の計算に…	計算される	計算される （注１）	計算される （注１、２）	計算されない	計算されない

（注１）保険料を納めた場合と比べて、受け取る年金額が以下のとおりとなります。（平成21年４月以降の免除期間）
・全額免除の場合…２分の１　　・４分の３免除の場合…８分の５
・半額免除の場合…４分の３　　・４分の１免除の場合…８分の７

（注２）一部免除については、減額された保険料を納めないと「未納」と同等の扱いとなります。

（広告）広告の内容については、広告主へお問い合わせください。

（広告）広告の内容については、広告主へお問い合わせください。

国民年金保険料を納付書（現金）でお支払いの方へ

口座振替やクレジットカードでのお支払いが便利でおトクです！
国民年金保険料は、一定期間の保険料をまとめて前払い（前納）することができます。まとめて前払いすると割引が適用されるのでおトクです。

前納の種類・納付額・割引額

割引額は納付書で毎月納付した場合との比較です。（1回あたりの納付額は令和6年度の金額です。）

前納の種類		2年前納	1年前納	6カ月前納	当月末振替（早割）	毎月納付
1回あたりの納付額	納付書払い クレジットカード払い	398,590円	200,140円	101,050円	―	16,980円
	口座振替	397,290円	199,490円	100,720円	16,920円	16,980円
割引額	納付書払い クレジットカード払い	15,290円	3,620円	830円	―	―
	口座振替	16,590円	4,270円	1,160円	60円	―

口座振替・クレジットカード納付による２年前納、１年前納の申込みはいつでもできますが、割引率を最大にできる申込期限は前年度の２月末までです。
（例：令和７年４月からの１年前納の場合、申込期限は令和７年２月末まで）
クレジットカード納付では【早割】は適用されません。

【提出時期】
２年前納・１年前納・６カ月前納を希望する場合、令和６年３月からいつでも申し込むことができるようになりましたが、申込みの時期によって初回の振替期間が異なります。（申込月≠初回振替日）

初回振替時の振替対象期間　（申込月≠初回振替日）

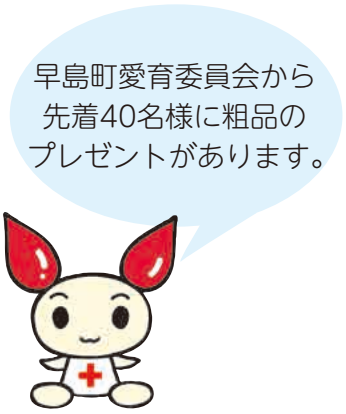
初回振替日	6カ月前納	1年前納	2年前納
4月末日	4月分～9月分（6カ月分）	4月分～翌年3月分（12カ月分）	4月分～翌々年3月分（24カ月分）
5月末日	4月分（1カ月分）［割引なし］※	5月分～翌年3月分（11カ月分）	5月分～翌々年3月分（23カ月分）
6月末日	5月分（1カ月分）［割引なし］※	6月分～翌年3月分（10カ月分）	6月分～翌々年3月分（22カ月分）
7月末日	6月分（1カ月分）［割引なし］※	7月分～翌年3月分（9カ月分）	7月分～翌々年3月分（21カ月分）
8月末日	7月分（1カ月分）［割引なし］※	8月分～翌年3月分（8カ月分）	8月分～翌々年3月分（20カ月分）
9月末日	8月分（1カ月分）［割引なし］※	9月分～翌年3月分（7カ月分）	9月分～翌々年3月分（19カ月分）
10月末日	10月分～翌年3月分（6カ月分）	10月分～翌年3月分（6カ月分）	10月分～翌々年3月分（18カ月分）
11月末日	11月分～翌年3月分（5カ月分）	11月分～翌年3月分（5カ月分）	11月分～翌々年3月分（17カ月分）
12月末日	12月分～翌年3月分（4カ月分）	12月分～翌年3月分（4カ月分）	12月分～翌々年3月分（16カ月分）
１月末日	1月分～3月分（3カ月分）	1月分～3月分（3カ月分）	1月分～翌年3月分（15カ月分）
２月末日	2月分～3月分（2カ月分）	2月分～3月分（2カ月分）	2月分～翌年3月分（14カ月分）
３月末日	3月分（1カ月分）	3月分（1カ月分）	3月分～翌年3月分（13カ月分）

※6カ月前納の初回振替日が5月から9月までの場合、前月分の保険料（割引なし）を初回振替日以降、毎月、9月末まで振替します。その後10月末に９月分の保険料と10月分から３月分までの6カ月分の前納保険料を振替します。

問 **倉敷東年金事務所　（☎086･423･6150　つながったら①→①　を押してください）**
町民課　（☎086･482･0613）

献血のお知らせ

交通事故での負傷、手術で輸血をする、病気の治療等、血液を必要とされている人が多くいらっしゃいます。今年度も次の日程で献血を行いますので、一人でも多くの皆様のご協力をお願いします。



実施日時　8月8日（木）
11時～13時
場所　ゆるびの舎
健康づくりセンター
対象者　男性17～69歳、女性18～69歳までの、体重50kg以上の人
献血の種類　400mL献血
注意　65～69歳の人の献血については、献血される人の健康を考え、60～64歳の間に献血経験がある人に限ります。
その他　次の人はご遠慮ください。
●体調のすぐれない人
●献血日前3日間に、出血を伴う歯科治療（抜歯、歯石除去等）を受けられた人
●海外から帰国（入国）して4週間以内の人（地域・滞在期間によってお願いできない期間が長い場合があります）
●昭和55年以降、ヨーロッパの対象国に滞在（居住）された人
●24時間以内にインフルエンザなどの予防接種を受けた人（予防接種の種類によっては、お願いできない期間が長い場合があります）
●コロナワクチンについては、接種後48時間以内は献血をご遠慮ください。
●器具を共有してピアスをあけ、6か月間経過しない人（共用していない場合は、1か月後であればお願いできます）
●輸血や臓器の移植を受けたことがある人
●ヒト由来プラセンタ注射薬を使用したことがある人
●B型やC型肝炎ウイルス保有者（キャリア）、エイズ感染の可能性がある人
●梅毒などの性病、C型肝炎、マラリア、シャーガス病にかかったことがある人
●エイズ（HIV）検査が目的の人

問　健康福祉課（☎086・482・2483）

人権相談
お困りごとはありませんか？

・差別を受けた
・暴行・虐待を受けた
・セクハラ・パワハラを受けた
・いじめ・体罰を受けた
・インターネット上の誹謗中傷
など

人権問題でお困りの人に人権擁護委員が相談をお受けします。
予約は必要ありません。直接会場へお越しください。

日時　7月10日（水）9時～12時
場所　町民総合会館（ゆるびの舎）2階集会室
担当者　早島町人権擁護委員

問　町民課（☎086・482・2482）

はやしまふれあい講座　ご参加ください

7月の講座

主催　町民活動支援センター
運営　NPO法人ふれあいネットはやしま

「特殊詐欺の現状と対策」

●日　　時　7月20日（土）14:00～
●会　　場　ゆるびの舎　2階研修室
●講　　師　岡山県安全安心教育講師
海野　直恵 氏
●参 加 費　無料
●申込締切　7月18日（木）まで
●申込方法
中央公民館1階「町民活動支援センター」又は、ゆるびの舎1階ロビーに申込用紙と応募箱があります。記載の上、投函ください。

問　町民活動支援センター
（中央公民館内　☎086・482・3771）
NPO法人ふれあいネットはやしま・渡邊
（☎090・4145・2374）

消費生活相談窓口からのお知らせ

ネットの価格と違う!?害虫・害獣駆除のトラブルにご注意!

【事例】

深夜、ひとり暮らしをするアパートにゴキブリが出た。慌ててインターネットで検索し「料金 約500円から」という広告を見つけた。業者に電話をすると「1万円ぐらいになる」と言われたが、すぐに来てもらうことにした。しかし、訪れた作業員からは約10万円の見積書と契約書を渡され、金額が広告や事前の説明と全く違うので戸惑ったが、仕方ないと思いクレジットカードで支払い、作業をしてもらった。翌日、管理会社に事情を話すと「相場よりかなり高い」と言われた。だまされたのか。

【アドバイス】

広告に表示された格安の料金を見た消費者が業者に連絡をして自宅に来てもらったところ、実際には表示価格とかけ離れた金額を提示されるという相談が多く見られます。害虫や害獣を見てパニックになり、冷静に検討することができず、その場で不本意な契約をしています。また、業者が「ゴキブリの卵がある」「このままだとひどいことになる」などと消費者の不安をあおり契約を急かすケースも見られます。

極端に安い価格を表示するサイトや広告には注意し、緊急を要するものなのか冷静に考えたうえで、複数社から見積りを取るなどし、よく検討しましょう。

「怪しいな?」と思ったらお気軽にご相談ください。

消費者ホットライン ☎188(いやや)

問 町民課(☎086・482・0613)

サポートを装って支払いをさせる詐欺多発中!!

パソコンやスマートフォンに「ウイルスに感染しました」と画面が出たり、音が鳴ったりしても焦らないで!!

画面に出ている番号に電話すると、パソコンの操作を指示され、情報を抜き取られ、最終的に電子マネーで支払うように誘導されます。

まずは、パソコン等をインターネットから遮断し、その後、すぐに家族や警察等に相談してください。

【☎#9110または各警察署】

ご存じですか?「早島町内交通事故ワースト交差点」

早島町内で令和5年、人身事故が最も多かった交差点は、早島中交差点です。

発生件数は9件で、うち5件が前の車に追突する事故でした。

県下ワースト交差点の大雲寺交差点(10件)に次ぐ発生件数となっており、県下でもワースト2位となっています。

スピードは控えめに、信号厳守等、ゆずり合いと思いやりの心を持ち、交通ルールを守って運転しましょう。

問 倉敷警察署交通第一課(☎086・426・0110)

ライトダウンキャンペーン特別実施日について

ライトダウンキャンペーンとは、屋外照明施設や家庭の電気を消すことで、電気の大切さや、省エネルギーについての意識を高めて、地球温暖化防止を進めていくことを目的としたキャンペーンです。

7月7日(日)「七夕(クールアース・デー)」の20時から22時までは、特別実施日として、夜間の一斉消灯を呼びかけています。夜間の屋外照明施設の消灯、家庭では一つの部屋に集まり他の部屋の照明を消灯するなど、趣旨に賛同し、可能な範囲でライトダウンにご協力ください。

その他、エアコンは室温28℃を心掛け、〝すだれ〟や〝よしず〟などで窓からの日差しを和らげるなど、夏の節電にもご協力をお願いします。

問 環境上下水道課(☎086・482・0617)

健康づくりボランティア

お手伝いするボランティアです。令和6年度は愛育委員44名、栄養委員27名の

栄養委員

活動スローガン
「私たちの健康は私たちの手で」

食や栄養に関する啓発を通じて地域の健康づくり活動を行っています

主な活動内容

むし歯予防の呼びかけ

歯みがきしようね！

町内の各園で歯ブラシやおやつレシピを配布して、むし歯予防、正しいおやつのとり方を啓発しています。

夏休み子ども料理教室での食育

好き嫌いせず食べようね

町内の各園で歯ブラシやおやつレシピを配布して、むし歯予防、正しいおやつのとり方を啓発しています。

けんしん会場での高血圧予防啓発

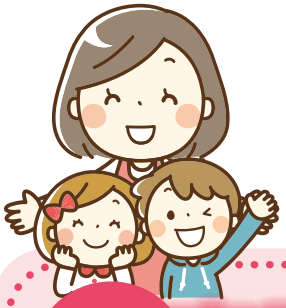
塩のとり過ぎに気をつけて！

女性検診会場で受診者へ高血圧予防のための減塩を呼びかけています。

地区活動

カルシウムをしっかりとろう！

地区の健康教室やサロンなどで、健康食の提供、食生活に関する啓発を行っています。



愛育委員・栄養委員は地域の

愛育委員・栄養委員は、地域の皆さんの子育て支援・食育支援・健康づくりを方になっていただきました。今回は活動の一部を紹介します。

愛育委員

活動スローガン

「子どもがのびのび育ち、誰もが個性や能力を最大限に発揮できる社会をつくりましょう」

見守りや禁煙啓発などを通じ、地域の健康づくり活動を行っています。

主な活動内容

ストレスたまってないかな？

いきいき広場で健康チェック

乳がん触診モデル、ストレスチェックなど健康づくりに関する様々な楽しい体験を通じて、自分の健康について考えるきっかけづくりの場を提供しています。

声かけ・見守り

託児の様子

ベビママサロンなどの行事でお母さんたちとの交流や託児を行っています。

たばこは吸わないようにね！

禁煙啓発

世界禁煙デーの活動として、中学校・早島駅前でたばこの害についてのパンフレットを配り啓発しています。

血圧はどうかな？

地区活動

地区の健康教室やサロンなどで、健康情報の発信、啓発を行っています。

防ごう！熱中症

熱中症とは、暑い環境にいることによって、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節ができなくなる状態を指します。屋外だけでなく、室内でもおこる可能性があります。
熱中症の正しい予防法を知り、夏を健康に過ごしましょう。

熱中症とは？

熱中症は、温度や気温が高い場所にいることで、徐々に体の中の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能が働かなくなることで発症します。
暑さに慣れていないと、熱中症になる危険性が高まります。

熱中症の主な症状

めまい・立ちくらみ、筋肉のこむら返り、吐き気・嘔吐、けいれん、意識の異常　など

熱中症に気をつけたい環境・人・行動について

気をつけたい環境
○気温が高い
○日差しが暑い
○湿度が高い
○閉め切った車内・室内
○風が弱い　など

気をつけたい人
○高齢者
○乳幼児
○体調の悪い人
○暑い場所で作業をしている人
など

気をつけたい行動
○激しい運動
○慣れない運動
○長時間の屋外作業
○水分補給がしにくい状況
など

熱中症を防ぐ日常生活の工夫

①暑さに負けない体づくり
バランスの良い食事・適度な運動・睡眠を十分にとり生活リズムを整えましょう。

②水分をこまめにとる
喉が渇く前からとることが大切です。こまめな水分補給をこころがけましょう。

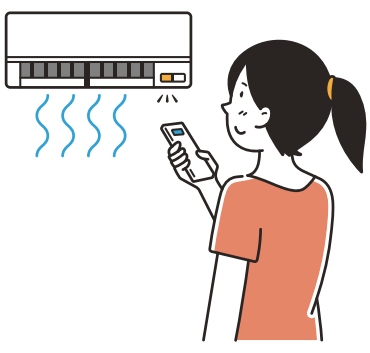
補給のタイミング
○入浴の前後
○就寝前、起床時
○食事と食事の間　など

※利尿作用のあるお茶やアルコールは避けましょう。
※スポーツドリンクは水分のほか塩分も補給することができます。日常での水分補給としてではなく汗を大量にかいた後などに利用するようにしましょう。

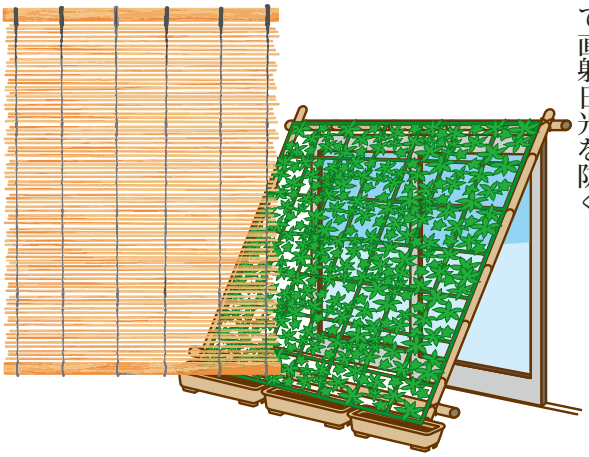
③暑さから身を守ろう

屋外
直射日光を遮ろう
日陰や帽子を活用し、帽子は通気性がよく、つばの広いものを使いましょう。

室内
扇風機やエアコンで温度を調節する
室温が28℃を超えないように設定しましょう。また、除湿や扇風機も活用して温度を下げましょう。



日差しをさえぎる
遮光カーテン、すだれ、緑のカーテン（つる性植物などによる日よけ）で直射日光を防ぐ。



はやしまちの保健室だより

子どもの心と体を成長させる「おやつ」について

子どものおやつは、食事だけでは不足するエネルギーと栄養素を補う役割があります。また、この時期に色々な食材に触れ、食べる機能や食への関心を育てることは将来の健康づくりにもつながります。

子どものおやつについて正しい知識を身につけ、生活の中で上手に取り入れてみましょう。

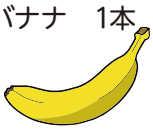
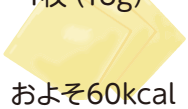
●おやつはどうして必要？

大人と比べて子どもは成長のためのエネルギー・栄養素量が必要です。しかし、子どもの胃は小さく、一度にたくさん食べることができません。このため、3 食以外に「4 番目の食事」としておやつをプラスして食事だけでは不足する栄養素を補います。

●おやつの上手なあげ方

①時間と量を決めて食べましょう
②食事で不足しがちなエネルギー・カルシウム・ミネラル・ビタミン類を多く含むものを選びましょう

おすすめのおやつ例

おにぎり1こ (100g) およそ170kcal	食パン8枚切り1/2枚 およそ60kcal	さつまいも中1/2本 およそ140kcal	バナナ　1本  およそ80kcal	りんご中1/2こ およそ60kcal
牛乳　100mℓ およそ70kcal	プロセスチーズ 1枚 (18g)  およそ60kcal	ヨーグルト 100mℓ (105g) およそ100kcal		季節の野菜やくだものも立派なおやつになります。

●市販品を利用するときのポイント

・砂糖や塩、油が多く使われていないものを選びましょう

甘いお菓子などは特別な日 (誕生日、クリスマスなど) のお楽しみにしましょう。また、栄養成分表示を活用し、その食品に含まれている栄養成分を確認して購入しましょう。

・かみごたえのある商品を選びましょう

最近は、よくかんで食べる機会が少なく、かむことを苦手とする子が多くなっています。市販品の中にはやわらかくあまりかまなくても食べられる商品が多いですが、いりこ、干しいも、せんべいなどかみごたえのある商品を選んで、かむ力を育てましょう。

子どものおやつレシピ　野菜をおいしく食べられる

蒸しパン（８個分）

材料	分量	作り方
ホットケーキミックス 卵 牛乳 ミックスベジタブル プロセスチーズ	200g 1 個 150 m L 100g 60g	① プロセスチーズは 1 ㎝角に切っておく。 ② 材料をボウルでよく混ぜる。 ③ ②の生地をコップの半分くらいまで入れて、ふんわりラップをする。電子レンジ 500W で 2 分 30 秒～ 3 分ほど 加熱する。竹串を刺して生地がつかなくなったら出来上がり。

蒸しパンの中に入れる具材は、この他にもお好みの野菜(じゃがいも、枝豆 等)を入れても美味しいです。

【1 人分栄養価】エネルギー 148Kcal　たんぱく質 5.5g　カルシウム 98 ㎎

早島町手話言語条例(案)に対するパブリックコメントの実施について

この条例は、手話が言語であるとの認識に基づき、手話に対する理解の促進、手話の普及及び手話を使いやすい環境の構築に関し、基本理念を定め、町の責務、町民及び事業者の役割を明らかにするとともに、手話に関する施策の推進内容等を定めることにより、全ての町民がお互いの個性と人格を尊重し合い、支え合いながら共に暮らせる地域社会を実現することを目的として制定するものです。

このたび、条例案を作成しましたので、現在パブリックコメントを次のとおり募集しています。

意見募集期間

7月17日（水）17時到着分まで

案の縦覧場所

町ホームページ又は健康福祉課窓口

意見提出方法

意見記入様式に氏名、住所、電話番号、ご意見を記入の上、電子メール・FAX・郵送又は持参のいずれかの方法により、7月17日（水）17時までに、健康福祉課にご提出ください。様式は、健康福祉課での配布又は町ホームページからダウンロードできます。

その他

いただいたご意見は、今後の参考とさせていただくとともに、取りまとめて公表する予定です。なお、個別の回答はしませんので、ご了承ください。

問 健康福祉課（☎086・482・2483）

早島町権利擁護・成年後見サポートセンター「知っておきたい！ 高齢者虐待⑤」

今月は、高齢者虐待の種類の中の「性的虐待」についてお伝えします。

【虐待の対象】

本人への性的な行為の強要又は性的羞恥心を催すあらゆる形態の行為

具体的には

・性器等に接触したり、キス、性的行為を強要する。
・性的な話を強要する。（無理やり聞かせる、無理やり話させる）
・わいせつな映像や写真を見せる。
・本人を裸にする又はわいせつな行為をさせ、映像や写真に撮る。撮影したものを他人に見せる。
・排せつや着替えの介助がしやすいという目的で、下（上）半身を裸にしたり、下着のままで放置する。

【虐待の徴候・サイン】

・通常の行動が変化する。
・おびえたり、怖がる。
・歩行や座位が困難になる。
・人目を避け、多くの時間を一人で過ごす。

「もしかしたら…」と思ったら迷わずご相談ください

8月の個別無料相談会（要予約）
8月28日（水）14時～16時

問 早島町権利擁護・成年後見サポートセンター 健康福祉課（☎086・482・2483）
地域包括支援センター（☎086・482・2432）

介護保険負担限度額認定証の更新申請について

住民税非課税世帯など一定の要件を満たす場合は、介護保険施設等を利用する際の食費・居住費が軽減される負担限度額認定証が申請により交付されます。

有効期間が7月31日までの負担限度額認定証をお持ちの人で、引き続き交付を希望される場合は、健康福祉課窓口で申請をしてください。

問 健康福祉課（☎086・482・2483）

介護保険負担割合証を送付します

要介護（要支援）認定を受けている人を対象に7月中頃に介護保険負担割合証を送付します。

今までお使いいただいていた負担割合証の有効期限は7月31日となっています。8月以降に介護サービスを利用する際は、新しい負担割合証をご提示ください。

問 健康福祉課（☎086・482・2483）

避難行動要支援者の意思確認を行っています

災害発生時、高齢者や障がいのある人など、自力で避難することが困難な人へ支援を行うため、町と関係団体が情報を共有できるよう、避難行動要支援者名簿を作成しています。

対象となる人には、情報提供の意思確認書を送付していますので、ご返送をお願いします。なお、登録済みの人にも3年ごとに再度確認を行います。

問 総務課（☎086・482・0611）
健康福祉課（☎086・482・2483）

7月保健ガイド

身体障がい者相談

日　時　7月2日（火）
10:00～12:00
場　所　栴檀の家

こころの健康相談（要予約）

日　時　7月24日（火）
13:00～14:00
場　所　栴檀の家
※専門医師が相談に応じます。

問 健康福祉課
（☎086・482・2483）

早島の人の動き

（令和6年6月1日）

		前月比
町人口／	12,758人	（－6人）
男　性／	6,152人	（＋1人）
女　性／	6,606人	（－7人）
世帯数／	5,283世帯	（－8世帯）

ほうかつ便り

ほうかつ
ほうちゃん

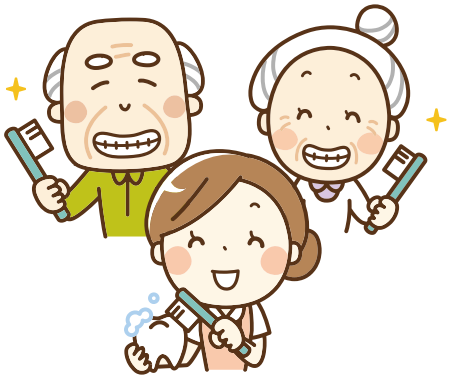
問 地域包括支援センター（☎086・482・2432）

介護予防

かむかむ教室（お口の個別相談会）

「硬い物が食べられず、柔らかい物ばかり食べている」「食事中に鼻水が出る」「入れ歯の手入れはこれでいいのかな」など心配ごとや相談はありませんか？正しいお口のケア方法や入れ歯の手入れの仕方など歯科衛生士が個別で指導や相談に応じます。

対　象　町内在住の65歳以上の人
定　員　5名程度
会　場　健康づくりセンター
参加費　無料
申　込　地域包括支援センターまで
※申込時に、個別に設定した時間をお伝えします。



日　時
7月5日（金）
9：00～12：00

たいそう教室

いくつになっても自分らしく、自立した毎日を過ごせるよう健康運動指導士の指導のもと体操に取り組んでみませんか？

対　象　町内在住の65歳以上の人
定　員　25名程度
会　場　早島町中央公民館　多目的教室
参加費　無料
申　込　地域包括支援センターまで

日　時
7月10日（水）
10：00～11：30
7月24日（水）
10：00～11：30

健康づくり講演会

5月15日に老人クラブの総会後、健康づくり講演会を開催しました。

言語聴覚士の村上達郎氏を講師に迎え、「聴いて話して健康づくり～元気で豊かな生活に～」と題して講演をしていただきました。フレイル予防や、人と話すこと、地域活動などへの社会参加の大切さについて、お話されました。とても興味深い内容ばかりで参加者の皆さんも聞き入っていました。

ゆめひろば

ゆめひろば

ゆめひろばは、認知症の人や介護をしている人、地域の人などが集まり、地域を超えて交流できる場です。情報交換や茶話会を通じて、楽しく過ごしています。

6月は楽しく脳トレを行いながら体を動かしました。講師の声かけで、笑いありの楽しい会となりました。

7月のゆめひろばは『介護者のつどい』として、高齢者の食事について講話を行います。

～介護者のつどい～

情報交換（茶話会）や介護に関する学習会を通じて、介護者同士が集う場所です。

日　時　7月2日（火）
13:30～15:00

会　場　梅檀の家

認知症

認知症予防教室

～あたまを使って、からだを動かして、元気に認知症予防～

脳トレを参加者同士で楽しく行いながら認知症予防につなげます。いつまでも元気な脳を維持するために、ぜひ参加してみましょう！

対　象　認知症予防に関心のある人、楽しく学びたい人

参加費　無料

申　込　地域包括支援センターまで

日にち	時　間	場　所
7月8日(月)	13:30～15:00	オアシス早島　2階
8月20日(火)	13:30～15:00	オアシス早島　2階

地域包括支援センター　7月の行事予定

日にち	時　間	行　事	場　所
2日(火)	13:30～15:00	ゆめひろば	梅檀の家
5日(金)	9:00～12:00	かむかむ教室（要予約）	健康づくりセンター
8日(月)	13:30～15:00	認知症予防教室	オアシス早島　2階
10日(水)	10:00～11:30	たいそう教室	中央公民館
23日(火)	9:00～12:00	もの忘れ相談会（要予約）	早島町役場　1階
24日(水)	10:00～11:30	たいそう教室	中央公民館

Hello Babies
こんにちは赤ちゃん

5月生まれの赤ちゃん

藤井　陽都（ふじい　はると）ちゃん
男の子（5月1日・片田）
父・龍一さん、母・菜穂さん

髙森　咲志（たかもり　さくし）ちゃん
男の子（5月4日・前潟）
父・翔也さん、母・好美さん

平松　心那人（ひらまつ　みなと）ちゃん
男の子（5月16日・若宮）
父・義隆さん、母・美佳さん

三隅　旭人（みすみ　あきと）ちゃん
男の子（5月17日・前潟）
父・浩太郎さん、母・枝里さん

福島　幸太（ふくしま　ゆきた）ちゃん
男の子（5月17日・前潟）
父・幸治さん、母・不二子さん

黒住　采生（くろずみ　ことい）ちゃん
男の子（5月19日・矢尾）
父・祐多さん、母・淳美さん

爲定　睦稀（ためさだ　むつき）ちゃん
男の子（5月28日・長津・畑岡）
父・伸匡さん、母・瑞希さん

For Health
保健情報

予防接種を受けましょう！

感染症にかからないように、また他の人にうつさないために予防接種で免疫をつけましょう！以下は定期予防接種の一部です。

◎麻しん・風しん混合ワクチンの予防接種
対象者は下記のとおりです。
第1期　生後12か月～24か月未満の児
第2期　5歳～7歳未満で小学校入学前の1年間にある児

◎二種混合（ジフテリア・破傷風）の予防接種
小学6年生のお子さんは、二種混合の予防接種の対象年齢（11歳～13歳未満）になります。

◎日本脳炎の予防接種
日本脳炎の予防接種は、標準的にはⅠ期を3歳で2回・4歳で1回、Ⅱ期を9歳で1回（合計4回）受けることになっています。また、以下に該当する人には特例措置があります。
・平成19年4月1日以前生まれで20歳未満の人
Ⅰ期およびⅡ期の不足分（1～4回）を接種可能。

《予防接種の受け方》
1. かかりつけの医療機関で、受けようとする予防接種の接種日時等確認し、直接予約して接種してください。
2. 予防接種予診票は、医療機関に備えてありますので、直接受診してください。

《持っていく物》
・こども医療費受給資格者証
・健康保険証
・母子健康手帳

問　健康福祉課
（☎086・482・2483）

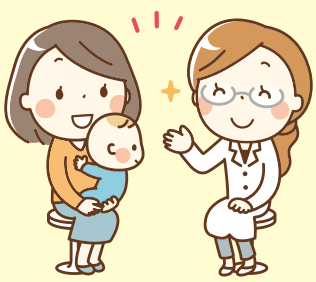
7月こども保健ガイド

場所　ゆるびの舎・健康づくりセンター
問　こども未来課（☎086・482・2480）

4か月児・9か月児健診
日時　9日（火）受付時間は案内をご確認ください。
対象　4か月児：令和6年3月生まれ
9か月児：令和5年10月生まれ
※対象者には個別通知します。
内容　身体計測、内科診察、栄養相談、歯科相談など
※母子健康手帳・問診票・バスタオルをご持参ください。

1歳6か月児健診
日時　3日（水）受付時間は案内をご確認ください。
対象　令和4年11月～令和5年1月生まれ
※対象者には個別通知します。
内容　身体計測、内科診察、歯科診察、各種相談など

ベビママサロン2回目
日時　12日（金）10:00～12:00
対象　7～8か月児とその保護者
※対象者には個別通知します。
内容　乳児の虫歯予防、歯の手入れについて、離乳食（中期以降）のポイント



はやしま児童館だより

問い合わせ先
早島児童館　〒701-0304早島町早島1297－1
TEL/FAX 086･483･2358

○絵本タイム	1日･8日（月） 16：20 ～ 16：45 22日･29日（月） 14：00 ～ 14：30	小学生対象	三冊ほどの絵本や紙芝居などを読んでいます。 ゆったりと聞きに来ませんか。
★オセロ大会	14日（日） 14：00 ～ 15：00	どなたでも	オセロの好きな人、トーナメントで対戦しましょう。ルールのわかる人ならどなたも参加できます。14：00 からくじで対戦相手を決めますので、遅れないように来てください。 場所は遊戯室の２階です。
★けん玉をしよう	22日（月）･24日（水）･31日（水） 10：00 ～ 12：00	どなたでも	森岡　雅夫氏の指導で、けん玉の基本を練習しましょう。城山学級の小学１年生～２年生と一緒に練習します。どなたでも参加できます。20 分間ほどの、初心者向けの内容です。
○避難訓練（火災）	24日（水） 13：00 ～ 13：30	全員参加	20 分間ほどの防災の DVD を見ます。来ている人は全員参加します。

★…要申込み（就学前の幼児は保護者同伴）

●こまめに手洗いや消毒をしましょう。　●水筒、帽子、ハンカチやタオルを持って来ましょう。
●部屋の空気の入れ替えをしています。

●**利用できる人**　0 歳から 18 歳までの子どもとその保護者、子どもの健全育成活動を進めている団体など
●**休　館　日**　火曜日・土曜日・祝日　●**開 館 時 間**　10：00 ～ 17：00
●**問い合わせ先**　早島児童館　〒701-0304早島町早島1297−1（早島小学校の北隣）
TEL/FAX 086･483･2358
※駐車場は小学校小グラウンド駐車場又はトマト銀行北側をご利用ください。
※自転車で来る人は小学校正門前の土壁の前に止めてください。
※大雨や暴風などの警報が出された場合は休館となります。

かんだ子育て支援センター あそびのひろば

〒701-0304
都窪郡早島町早島4849-1
かんだ保育園内　☎086･480･0580
k-shien@kurukuru.or.jp
利用時間　10:00～16:00

開園日　月～土曜日
（ただし、日曜日･祝日･年末年始は除きます）
＊上記以外でも園行事の関係でお休みになることがあります。詳細については気軽に問い合わせてください。

1日(月)～6日(土)	10:00～	作ってあそぼう&フォト ～たなばた～
4日(木)	10:30～	にこにこ☆ ぱんださん&おさるさん
5日(金)	10:30～	たなばた会
8日(月)	11:00～	おはなし&わらべうた
10日(水)	10:30～ 18組まで	おたのしみDAY ～やっほいさんの パネルシアター～(要申込)
22日(月)	11:00～	ふれあいあそび
25日(木)	13:30～	赤ちゃんサロン 対象：1歳半までの親子
26日(金)	12:00～ 8食まで	給食たべよ☆ (子ども1人1食､200円・要申込)
29日(月)	11:00～	6.7月誕生会
31日(水)	10:00～	なんでも相談日（保健師）

★にこにこ☆ぱんださん&おさるさん

日　時　7月4日（木）　10：30 ～
対　象　歩けるようになったお子さん
お外あそび（水あそび・雨天決行）やママトークを楽しみましょう！

詳しい内容や最新情報は▶こちら
HP　公式 LINE

【予告】

★にこにこ赤ちゃん〈2回で1つのコースです〉

日　時　8月8日（木）､22日（木）　10：00 ～
対　象　1歳までの赤ちゃん（4組：要申込）
資料代　200円
はいはいのひみつや絵本やおもちゃなどについてお話ししませんか？
楽しい時間を過ごしましょう♡

★一時保育（要事前登録）

お子さんのお世話ができない時、一時的にお預かりします。
早島保育園　直通電話（☎ 086・486・1231）
かんだ保育園　直通電話（☎ 086・480・1489）
詳しくは各保育園にお問合せください。

アートチャイルドケア 岡山早島子育て支援センター

問い合わせ先
〒701-0303　早島町前潟390-4　☎086-454-7061
開園日　月～金曜日（土日祝、年末年始を除く）
アートチャイルドケア(株)ホームページ

7月の予定

前日までに職員に直接か、メール・電話連絡にてお申込みください。
分からないことがあれば、なんでも気軽にお問い合わせください。

5日(金)	**七夕まつり会**	10:00～11:00	七夕の由来についてお話をしたり、季節の歌をうたったりするよ
9日(火)	**ねんね期親子 触れ合い交流会**	10:00～11:00	絵本の読み聞かせや触れ合い遊び、保護者交流もできるよ 必要な方はバスタオルを持ってきてね
10日(水)	**おすわり･はいはい期親子 触れ合い交流会**	10:00～11:00	絵本の読み聞かせや触れ合い遊び、保護者交流もできるよ
11日(木)	**１歳児以上親子 触れ合い交流会**	10:00～11:00	絵本の読み聞かせや触れ合い遊び、保護者交流もできるよ
16日(火)	**ねんね期親子 作って飾ろう会**	10:00～11:00	季節の歌や手遊び､8月に室内に飾れる装飾作りをするよ
17日(水)	**おすわり・はいはい期 親子 作って飾ろう会**	10:00～11:00	季節の歌や手遊び､8月に室内に飾れる装飾作りをするよ
18日(木)	**１歳児以上親子 作って飾ろう会**	10:00～11:00	季節の歌や手遊び､８月に室内に飾れる装飾作りをするよ
22日(月) ～25日(木)		10:00～11:00	身長・体重を測ります
26日(金)	**お誕生日会 発育測定**	10:00～10:45 10:45～11:00	定員10組　予約をお願いします♪7月生まれのお友だちをお祝いするよ♡お誕生日会の後で身長・体重も測れるよ。7月生まれ以外のお子様の参加も大丈夫です

※自由開放の日は10時から12時まで、希望者は水遊びができます。バスタオルや水分補給ができるもの、帽子、着替えを持ってきてね♡

アートチャイルドケア 岡山早島児童プラザ

問い合わせ先
〒701-0303　早島町前潟390-5　☎086-697-6512
閉所日　火、第１･３･５日曜日（日曜を開館した場合は、その週の水曜日）、祝日、年末年始

「ARTでart」

４月28日(日)に『ARTでart』～はやしMAPを作ろう～というイベントを開催しました。今回は駅前エリアを中心に、みんなで巨大なMAP作りをしました。

当日は中学生ボランティアの皆さんもサポートしてくれ、地域の方々や参加してくださった利用者さん同士の交流も深めることができ、とても楽しく心の温まる巨大な『はやしMAP』が完成しました。

『はやしMAP』は12月に開催予定のプラザ芸術祭にも展示いたしますので、ぜひお越しください。

次回はエリアを変えて開催予定です。お楽しみに。

「パパHEROばー」

5月26日(日)パパHEROばーを開催しました。お家のHEROであるパパ達が気軽に集まってパパネットワークを広げる会です。これからも子どもの話、趣味の話などを通して新たなつながりが「パパHEROばー」からどんどん生まれますように♪

第2回、第3回と開催していきますのでぜひお気軽に遊びに来てくださいね。

7月の閉所日

日	月	火	水	木	金	土
30	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	1	2	3

は閉所日です

今年も開催！

第30回 早島・倉敷花ござまつり

「早島・倉敷花ござまつり」を今年も開催します。このおまつりでは岡山県南のメーカーや問屋が多数出展し、花ござ、上敷き、その他い草製品が一堂に展示され、特別価格で販売されます。また、花ござの手織り実演、ミニ畳製作体験ができるコーナーもあり、小さなお子さんが遊べる花ござ迷路も設置します。この他、つくぼ商工会の会員事業者等が出店する飲食店などのブースもあり、幅広い年齢層で楽しめるおまつりとなっています。い草文化の根付く早島ならではの初夏のおまつりにぜひお越しください。

開催期間 7月6日(土)9:00～17:00
(オープニングイベント▶8:35～)
7月7日(日)9:00～16:00
(オープニングイベント▶9:00～)

※雨天決行（荒天の場合は中止する場合があります。）
※今年で30回の節目を迎えるにあたり、オープニングイベントを計画しています。

会　場▶早島町役場西特設会場

問 岡山特産花ござまつり実行委員会事務局
(早島町産業課)（☎086･482･0619）

成人向け講座

はやしま学「まなびの舎」開講

教育委員会では、全ての町民が学び合い、早島への愛着を深め、持続可能な教育の町づくりをめざす生涯学習の場である、「まなびの舎」を令和６年度も引き続き開講します！

まなびの舎は単位制となっており、受講後は取得された単位数により認定書を授与します。認定された人には、講座の企画・運営に参加していただくとともに、得た知識を地域で役立てていただく予定です。

知識を深め自己を磨き、地域で活躍できる人材をめざしませんか？

対象講座　・まなびの舎講座
・町内で実施されている既存の講座で、生涯学習課が指定するもの
※各講座の詳細については本紙折込みの講座一覧表をご確認ください。

対　象　町内在住・在勤の成人、岡山市・倉敷市在住の成人

日　程　令和６年７月から令和７年３月まで

受講料　年間1,000円

申込方法　申込書に必要事項を記入の上、受講料を添えて生涯学習課に提出してください。
※申込用紙はゆるびの舎、公民館で配布しています。（随時受付中）
※個々に申込みが必要な講座もあります。

単位制度について

講座を受講することにより、単位が取得できます。

単位は、複数年にわたり取得することができます。（昨年度以前に取得した人は、今年度以降に引き継ぐことができます。）また、複数の講座を受講し取得することもできます。取得された単位により、修了証、はやしま学応援サポーター認定証、講師認定証を授与します。

・15単位以上取得→修了証
・30単位以上取得→はやしま学応援サポーター認定証
・100単位以上取得→講師認定証

問 生涯学習課（☎086･482･1511）

若さ溢れる音色が響く
吹奏楽フェスティバル2024 in ゆるび

日　時▶7月15日(月・祝)　開場13:00　開演13:30
会　場▶ゆるびの舎・文化ホール
入　　場　無料（要整理券）
※整理券はゆるびの舎で配付中です。
出　　演　早島中学校吹奏楽部、岡山県警察音楽隊
プログラム　①早島中学校吹奏楽部（約30分）、
②岡山県警察音楽隊（約30分）、
③合同演奏（約15分）
問　ゆるびの舎（☎086･482･4800）

岡山県警察音楽隊

早島中学校　吹奏楽部

料理を作る力を養おう
夏休みこども料理教室

早島町栄養委員会では、子どもたちが食への関心を高め、実践力を身につけることを目的に夏休みこども料理教室を開催します。
この機会に栄養や食について楽しく学んでみませんか。
当日は調理実習以外にもお箸の使い方の練習や食べ物に関するクイズなども行います。
みなさんの応募をお待ちしています！

日　時▶7月30日(火)9:30～13:30(受付9:15～)
場　所▶オアシス早島（地域福祉センター）
2階　会議室・調理室
対　象　小学校4･5･6年生（先着16名）
※町民の方が対象です。また、教室は児童のみの参加です。
参加費　無料
持参物　マスク、エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具
※調理中は衛生管理としてマスクをつけていただきます。
申込先　健康福祉課
申込方法　電話でお申し込みください。
☎086･482･2483
(土曜日、日曜日及び祝日を除く8:30～17:15)
申込期限　7月19日（金）まで
※定員になり次第締め切ります。
主　催　早島町栄養委員会
問　健康福祉課（☎086･482･2483）

当日の献立
・お好みおにぎり
・麻婆夏野菜
・ひんやり果物ゼリー

No.329“ゆるび”WEEKENDコンサート
Friday Night Fantasy Ⅱ

日　時▶7月26日(金)開場18:30　開演19:00
会　場▶ゆるびの舎・エントランスホール
※入場無料（要整理券）
出　演　大人の部活　音楽やる部(べ)
内　容　管楽器アンサンブル
プログラム　MoonRiber,The Shadow of Your Smile, Fly Me to The Moon　他
問　ゆるびの舎（☎086･482･4800）

No.328“ゆるび”WEEKENDコンサート
七夕月によせて2024

日　時▶7月12日(金)開場18:30　開演19:00
会　場▶ゆるびの舎・エントランスホール
※入場無料（要整理券）
出　演　箏曲濤の会　有志
内　容　十七絃、三絃
プログラム　さくら舞曲、楓の花、つむぎ唄　他
問　ゆるびの舎（☎086･482･4800）

図書館だより

令和６年度人権教育講演会

「朝日茂氏が私たちに遺したもの―遺品・資料から朝日訴訟を考える」

結核にり患し、生活保護を受けながら岡山療養所に入所していた朝日茂氏。1957 年に支給されていた日用品代 600 円があまりにも低額すぎ、憲法 25 条に違反すると国を相手取り行政訴訟を起こしました。没後 60 年にあたり、この朝日訴訟について遺品・資料から考えます。

日時　7 月 17 日（水）
14：30 ～ 15：30
場所　ゆるびの舎　２階研修室
講師　川谷　宗夫 氏（ＮＰＯ朝日訴訟の会 事務局長）
受講料無料、要申込（先着順定員 40 名、定員になり次第締め切ります。）

☆ストーリーテリング

7月6日（土）15：00～　1階おはなしのへや
図書館ボランティア　おはなしの会かたつ夢り
ろうそくを灯してお話を語ります。お話の世界を一緒に楽しみましょう。

☆かみしばいのじかん

7月14日（日）14：00～　1階おはなしのへや
図書館ボランティア　はやしま本だいすきの会
紙芝絵本・紙芝居の読み聞かせや工作などをしています。

☆おはなしの時間（職員による読み聞かせ）

日時　毎週木曜日 10：30 ～ 11：00（休館日を除く）
1 階おはなしのへや（7 月 4，11，18 日）
職員による読み聞かせなどをしています。

★ブックスタートについて…

対象者　令和 5 年 7 月生まれ以降の乳児健診対象者（図書館でも随時実施していますが混み合うことがありますので、なるべく下記実施日をご利用ください。）
実施日　令和 6 年 7 月 9 日（火）13：30 ～
実施場所　乳児健診会場（健康づくりセンター）
＊ブックスタートについては、図書館にお問い合わせくださるか、ホームページをご参照ください。
http://www.bookstart.net

7月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
6/30	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	8/1	2	3

は図書館の休日です☆ 7 /25 は電話対応可☆

問　町立図書館（☎ 086・482・1513）

ハヤシネマ

早島町で映画を観よう!

★★★★★
早島町民 無料招待 チケット
HAYACINEMA

早島町民のみなさま限定で、
ハヤシネマを無料で鑑賞できる招待席をご用意しました!
先着・枚数限定で配布します。ぜひ、ハヤシネマへお越しください。

受取の際に早島町内在住が証明できる運転免許証や健康保険証などをご提示ください。
受取の際はご利用者全員でお越しください。(小学生以下の方の受取の際には保護者の方同伴でお越しください)

配布場所：ゆるびの舎、早島町観光センター　配布期間：上映日の前日14時頃まで
※無料招待券には各種使用条件がございます。詳しくは公式サイトをご確認ください。

(C)藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2024

8月10日(土)

10:00~12:05 [開場時間 9:15]

©田村由美/小学館 ©2023フジテレビジョン 小学館 TopCoat 東宝 FNS27社

9月14日(土)

10:00~12:15 [開場時間 9:15]

おとな チケット料金 **700円**
こども 3歳以上~小学生以下 チケット料金 **350円**
全席指定席

会場 早島町町民総合会館「ゆるびの舎」文化ホール
〒701-0303 岡山県都窪郡早島町前潟370-1
JR瀬戸大橋線・宇野みなと線「早島駅」より徒歩約10分

チケット購入方法は公式サイトへ　ハヤシネマ　検索
※上映時間とイベント内容は変更となる場合がございます。

早島町委託事業

映画特典 | 上映当日、対象店舗で映画半券を提示して、**お得な特典**をゲット!
※詳しくはHPをご確認ください。

ICOCA特典 | 上映当日、ICOCAを提示の方、**全員にJRグッズ**をプレゼント!
※プレゼントは数に限りがございます。なくなり次第終了いたしますので、あらかじめご了承ください。

早島町シルバー人材センターだより

今月の入会説明会

日時 7月10日（水）13時30分～
場所 早島町シルバー人材センター事務所（早島町早島1291－7）
右記以外の日時でも随時ご説明します。
対象 町内在住60歳以上
※ホームページからも入会（仮）受付をしています。

新規会員募集中（会費改定）

年会費 2,000円
（10月以降入会は1,000円）
夫婦会員半額制度
（2人で2,000円）
新規入会の方は就業決定後、会費徴収。短い時間で軽微なお仕事が基本です。
※健康で働く意欲のある人をお待ちしています。
※就業以外でも女子会サロンを定期的に開催（会員以外も参加可能）

シルバーママ（子ども一時預かりサービス）利用者募集

毎週水曜日（祝日・年末休み）9時30分～15時30分
対象 6か月～3歳（年度年齢）

空き家管理お受けします！

遠方にお住まいで早島町内にある空き家の管理をしてほしい人を募集しています。劣化が著しい部分等は、写真を撮影し状態を報告します。
詳しくはお問い合わせください。
その他 臨・短・軽・隙間のお仕事をお受けします。
問 公益社団法人早島町シルバー人材センター
（☎086・480・0335）
（FAX086・480・0337）
（✉hayashima@sjc.ne.jp）

おかやま高梁川流域合同企業説明会

倉敷市をはじめ高梁川流域7市3町の企業で働きたい人を対象とした、約120社が参加する合同企業説明会です。詳しくは、ホームページでご確認ください。
日時 7月4日（木）、5日（金）
13時～16時30分
場所
倉敷市民会館（倉敷市本町17－1）
対象者
令和7年3月新卒予定者、その他求職者全般、インターンシップ希望者も可
事前申込 要。当日参加も可。
問 倉敷エンターテイメント合同会社
（☎086・441・8453）
受付時間 平日10時～17時

若年性がんサポートグループ AYACan!! クッキングイベントVol.2

お料理を通じて、がん経験者、家族・友人、医療者が楽しく交流できるイベントです。
夏の暑さや疲れて食欲がない時に手軽においしく食べられるメニューを学びます♪
日時 7月13日（土）10時～14時頃
場所 早島町社会福祉協議会 調理室
対象
①：若年性がん経験者
②：①に共感できるがん経験者
③：①②の家族・友人
④：がんに携わる医療者
※小さなお子さんの参加は予約時にお知らせください。
参加費 1,700円
献立 ターメリックライス、キーマカレー、豆サラダ、ヨーグルトムース ブルーベリーソース添え
問 AYACan!!イベント担当者
（✉ayacan2019@gmail.com）

リトルプレイスはやしま 7月のイベント案内

「毎月第2土曜はまち歩きの日」

まち歩き情報誌ALKARE早島との連動企画です！
いっしょにまちを歩いて散策してみませんか。歩きながらの楽しいお喋りや新しい発見、健康づくりにもいいですよ。どなたでも参加大歓迎です。
参加費 無料
日時 7月13日（土）10時出発
※雨天中止（小雨決行）
集合場所 早島中央公民館駐車場
問 リトルプレイスはやしま
（☎086・486・1551）
イベントの詳しい内容はコチラ←
「http://alkare.jp」

ALKARE 歩かれぇ 早島 HAYASHIMA WALKING COUPON
歩くをちょっと楽しくするサイト

海の事故ゼロキャンペーン

実施期間
7月16日（火）～31日（水）

「海難ゼロへの願い」をスローガンに掲げ、海難防止活動を推進します。

・「発航前検査等の徹底」
・「見張りの徹底及び船舶間コミュニケーションの促進」
・「ライフジャケットの常時着用等自己救命策の確保」
・「気象・海象の確認」

を心掛け、事故防止に努めましょう。

問 水島海上保安部（☎086・444・2967）

親子ものづくり体験教室参加者募集

日時
8月9日（金）9時30分～12時

場所 岡山県立南部高等技術専門校（倉敷市新田3241）

参加費 無料

講座一覧
①オリジナルランタンづくり
②黒板づくり
③ゴム鉄砲づくり
④エコバックづくり
⑤ミニバーベキューグリルづくり
⑥ステンレスぶんちんづくり

対象者 小学生とその保護者
※③～⑥は小学3～6年生

定員 各10組（1組2名）
※兄弟で参加の場合は、保護者も子どもの人数と同じ出席をお願いします。
※定員を超えた場合は、抽選により受講者を決定します。なお、申込みいただいた方には結果を郵送でお伝えします。

申込期間
7月1日（月）～7月21日（日）

申込方法
次のQRコードから電子申請にてご応募ください。兄弟で参加の場合は、メールアドレスが複数必要です。

問 岡山県立南部高等技術専門校（☎086・424・3311）

いかしの舎 講座・イベント

○うたごえ喫茶

日時 7月4日（木）13時30分～15時
7月23日（火）10時～11時30分

問 いかしの舎（☎086・483・1243）

○キズキの講座

小児科医、助産師による子育て講座

日時 7月12日 10時～16時

場所 いかしの舎 母屋2階

問 今田（LINE ID：@262jwyfo）

○子育て中の方、妊婦さんに向けたお話会

日時 7月13日 10時～14時

場所 いかしの舎 母屋1階

問 今田（☎090・5796・9356）

早島町観光センター イベント・ワークショップ

○はやしまこども縁日～文月の陣～

日時 7月21日（日）10時～16時

・しゅりけんde的当てチャレンジ
・戦国武将とスーパーボウルすくい対決
・本格的な武将甲冑体験ブース
・ワークショップコーナー

○海外ボードゲームで遊ぼう体験

日時 7月6、13、20、27日（毎週土曜日 10時～16時ごろ開催）

講師 Board Game Space SPICA☆

・初めての方や小さなお子さんから大人まで、インストラクターがやさしく説明するので安心♪
・主にドイツ発祥の作品など50種類以上から紹介します。

その他のお知らせやイベント・最新情報はフェイスブックなどでご確認ください。

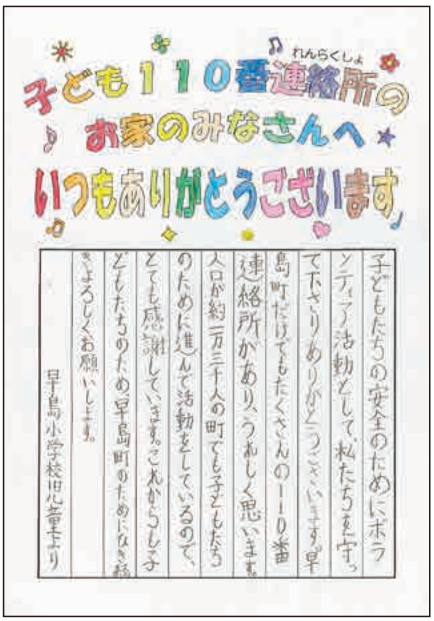
問 早島町観光センター（☎086・480・1560）

子どもからのお礼の手紙

～子ども110番連絡所のお家のみなさんへ　いつもありがとうございます～

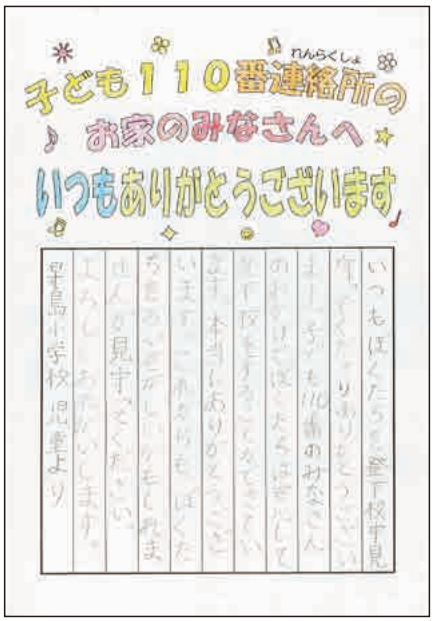
子どもたちが不審者からの声掛けや付きまとい等、様々な危険に遭遇した際に逃げ込める場所として、地域の住民の皆さんに「こども110番の家」のご協力をいただいています。いつも児童が安全に生活できるようご協力いただき、ありがとうございます。

早島小学校の児童が、日頃の感謝の気持ちをお手紙にしてくれましたので紹介します。



子どもたちの安全のためにボランティア活動として、私たちを守って下さりありがとうございます。早島町だけでもたくさんの110番連絡所があり、うれしく思います。人口が約一万三千人の町でも子どもたちのために進んで活動をしているので、とても感謝しています。これからも子どもたちのため、早島町のためにひき続きよろしくお願いします。

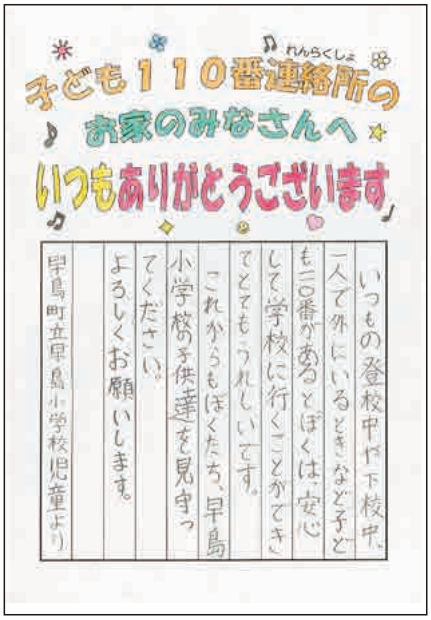
早島小学校児童より



いつもぼくたちを登下校中見守って下さりありがとうございます。こども110番のみなさんのおかげで、ぼくたちは安心して登下校をすることができています。本当にありがとうございます。これからも、ぼくたちをおいそがしいかもしれませんが見守ってください。

よろしくおねがいします。

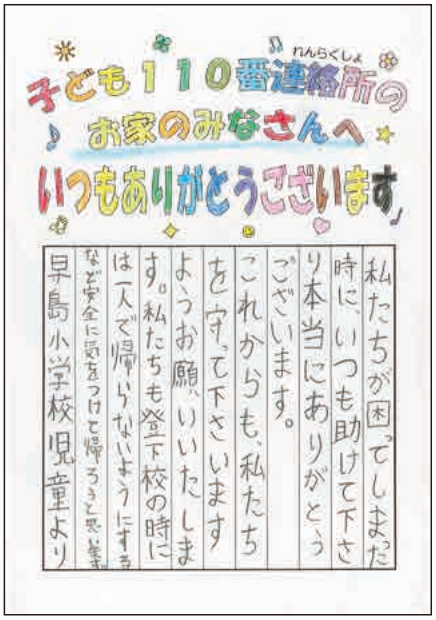
早島小学校児童より



いつもの登校中や下校中、一人で外にいるときなど、子ども一一〇番があると、ぼくは、安心して学校に行くことができてとてもうれしいです。

これからもぼくたち、早島小学校の子供達を見守ってください。よろしくお願いします。

早島小学校児童より



私たちが困ってしまった時に、いつも助けて下さり本当にありがとうございます。

これからも、私たちを守ってくださいますようお願いいたします。私たちも登下校の時には一人で帰らないようにするなど安全に気をつけて帰ろうと思います。

早島小学校児童より

子ども110番の家とは

子どもが登下校時などに「不審者からの声かけ、ちかん、つきまとい行為」等の被害を受け、身の危険を感じたときに、避難場所として駆け込み、住民が一時的に保護して警察に通報（110番）する仕組みをいいます。

危険とは、犯罪に限らず、いじめや自然災害による被害も含みます。

早島のおっ!?宝鑑定団

地域フィールドワーク研修

5月1日、幼稚園・小学校・中学校に本年度着任した教職員を対象に、「早島の多様な魅力を見つけよう!～早島をフィールドに、校種を超えて絆を深めよう～」というテーマのもと、町内を3つのグループに分けて地域フィールドワーク研修を行いました。観光ボランティア代表の曽我さんをはじめ、駒井さん、岡本さん、文化財専門員の黒瀬さんを講師に、歴史・自然・文化などについてお話を聞きながら散策し、それぞれのグループに出された課題に対して、協力して取り組んでいきました。

MetaMoJi操作研修の様子

フィールドワーク後は、ICTを効果的に活用できるようにMetaMoJiの研修を実施し、グループごとに意見を出し合いながら、早島町の良さをスライドにまとめ、発表しました。発表する人も、話を聞いている人も、とても暖かい雰囲気で、これから早島町の教育に携わっていくことに対して、とても頼もしいメンバーだと感じることができました。

最後に、地域フィールドワークを担当してくださった講師の方々、大変お世話になりました。地域の皆さんと共に、よりよい早島町を目指して頑張ってまいりますので、これからも学校園の先生たちを温かく見守っていただくよう、よろしくお願いします。

第40回町民グラウンドゴルフ大会

個人戦　新緑の木々、整備された芝生で楽しくプレー

5月13日、矢尾GG場で午前・午後の部あわせて108名の愛好者が集い、盛会に開催されました。

開会式では加戸会長から、小雨が残る中、参加いただいたことへの感謝、また、参加者の平均年齢が81歳を超えたとの報告があり、佐藤町長からは活発に活動して、健康に過ごしていただくとともに、安全にプレーしてくださいと激励がありました。

午前の部は松村貞夫さん、午後の部は亀山高生さんが見事優勝されました。なお、各部13位までの26名が選手権大会出場権を獲得しました。

記録・成績表

（敬称略）

【午前の部】

1位	松村	貞夫	矢尾	74歳	69②
2位	北本	勲司	イトーピア	83歳	72①
3位	小林	照子	若宮	76歳	76⓪
4位	加藤	一光	弁才天	83歳	77①
5位	佐藤	喜多子	前潟	80歳	77②

最高齢者表彰

男性：酒井　章三（日笠山）88歳

女性：林 多喜子（矢尾）　86歳

【午後の部】

1位	亀山	高生	宮崎	73歳	74②
2位	松室	光子	若宮	84歳	75③
3位	林	敬一	大池	88歳	76②
4位	松室	冨美雄	若宮	88歳	79⓪
5位	小河原	幸子	舟本	76歳	79①

最高齢者表彰

男性：圓山 三太郎（片田）89歳

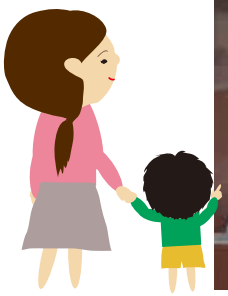
女性：西本　房子（若宮）90歳

お立寄りの際はご覧ください

町役場に芸術作品を展示しています

町役場1階正面玄関横の展示ケースに、守屋裕悦さん（若宮）から寄贈いただいた芸術品の展示をしています。

今回は備前焼（森陶岳ほか岡山県無形文化財保持者の作品）とリトグラフ（マティスほか）の作品を展示しています。



早島町老人クラブ連合会

ペタンク大会が開催されました

5月24日、南グランドにてペタンク大会が開催されました。

各地域の老人クラブから総勢81名（27チーム）が参加し、楽しくプレーをしました。

良い結果を残せた人、いつも通りの結果を残せなかった人がいますが、他地域の老人クラブの皆さんとも交流を深め、笑顔のあふれる大会となりました。

大会結果

予選リーグと決勝リーグを行った結果、次の9チームが表彰されました。

予選1位・決勝1位	若宮A、市場ときわ会、くまの3号
予選2位・決勝1位	舟本恵美須クラブA、若宮B、宮崎・鶴崎クラブB
予選3位・決勝1位	塩津明生会A、舟本恵美須クラブB、仲よし会

広報はやしま7月号 令和6年7月1日発行（通巻200号）

■編集・発行 早島町企画課
〒701-0303 岡山県都窪郡早島町前潟360-1
■TEL 086-482-0612 ■FAX 086-482-3405
■E-mail kikaku@town.hayashima.lg.jp
■URL https://www.town.hayashima.lg.jp

7月の無料相談

身体障がい者相談	2日（火）	10:00～12:00	栴檀の家	健康福祉課 ☎086･482･2483
行政相談	9日（火）	13:00～14:00	オアシス早島	総務課 ☎086･482･0611
心配ごと相談・ 児童相談	9日（火）	13:00～14:00	オアシス早島	健康福祉課 ☎086･482･2483
人権相談	10日（水）	9:00～12:00	ゆるびの舎・ 2階集会室	町民課 ☎086･482･2482
法律相談 （当日9:00～13:00要予約）	17日（水）	13:00～16:00	町役場	総務課 ☎086･482･0611
こころの健康相談（要予約）	24日（水）	13:00～14:00	栴檀の家	健康福祉課 ☎086･482･2483
教育相談	随時（平日）	8:30～17:00	ゆるびの舎	学校教育課 ☎086･483･2211

早島町公式LINEをご活用ください

早島町公式LINEは令和6年1月に開設され、登録者数は600人を超えました。早島町のアカウントを「友だち追加」していただくと、行政情報や防災情報、イベント情報などを受け取ることができます。ぜひご活用ください。

画面イメージ

「友だち追加」方法

① LINEの画面上にある「検索」に「早島町」と入力する。

②「公式アカウント」を押すと、早島町公式アカウントが表示されるので、選択して「追加」を押す。

詳細については、ホームページをご確認ください。

また、以下のQRコードからも登録できます。

問 企画課（☎086･482･0612）

VEGETABLE OIL INK
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。
この印刷は、水質保全に有効な水なし印刷方式を採用しています。
この広報紙は、再生紙を使用しています。

2024 7月 まちのカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
6/30	**7/1** **町県民税第1期、国民健康保険税第1期納期限** 燃やせるごみA	**2** **身体障がい者相談** 10:00〜12:00 栴檀の家 燃やせるごみB	**3** **1歳6か月児健診** ゆるびの舎・健康づくりセンター 燃やせないごみA	**4** 燃やせるごみA	**5** 燃やせるごみB	**6** **早島・倉敷花ござまつり** 9:00〜17:00 (8:35〜オープニングイベント) 町役場西駐車場ほか 資源ごみ(紙類)
7 **早島・倉敷花ござまつり** 9:00〜16:00 (9:00〜オープニングイベント) 町役場西駐車場ほか	**8** 燃やせるごみA	**9** ●**行政相談** 13:00〜14:00 オアシス早島 ●**心配ごと相談・児童相談** 13:00〜14:00 オアシス早島 ●**4か月児健診・9か月児健診** ゆるびの舎・健康づくりセンター 燃やせるごみB	**10** **人権相談** 9:00〜12:00 ゆるびの舎・2階集会室 燃やせないごみB	**11** ●**園庭開放** 9:00〜11:00 幼稚園 ●**マイナンバーカード(交付・更新)夜間延長** 〜19:00 町役場 燃やせるごみA	**12** ●**ベビママサロン2回目** ゆるびの舎・健康づくりセンター ●**“ゆるび”WEEKENDコンサート** 19:00〜 ゆるびの舎・エントランスホール 燃やせるごみB	**13** 資源ごみ(金属類)
14 **アンサンブル早島サマーコンサート** 14:00〜 ゆるびの舎・文化ホール	**15** 海の日 **吹奏楽フェスティバル** 13:30〜 ゆるびの舎・文化ホール 燃やせるごみA	**16** 燃やせるごみB	**17** **法律相談(要電話予約当日9:00〜13:00)** 13:00〜16:00 町役場 燃やせないごみA	**18** 燃やせるごみA	**19** 燃やせるごみB	**20** 資源ごみ(びん類・廃乾電池・水銀を含む蛍光管等)
21	**22** 燃やせるごみA	**23** 燃やせるごみB	**24** **こころの健康相談(要予約)** 13:00〜14:00 栴檀の家 燃やせないごみB 午後から▶粗大ごみ戸別収集	**25** 燃やせるごみA	**26** **“ゆるび”WEEKENDコンサート** 19:00〜 ゆるびの舎・エントランスホール 燃やせるごみB	**27** 資源ごみ(布類・ペットボトル)
28 **マイナンバーカード(交付・更新)日曜開庁** 8:30〜12:00 町役場	**29** 燃やせるごみA	**30** 燃やせるごみB	**31** **固定資産税第2期、国民健康保険税第2期納期限**	**8/1** **3歳児健診** ゆるびの舎・健康づくりセンター 燃やせるごみA	**2** 燃やせるごみB	**3** 資源ごみ(紙類)

ごみA地区

矢尾　日笠山　若宮
無津　塩津　官舎　大池
真磯台　市場　備南台
金田　噂島　下野　畑岡

ごみB地区

中山　ニュー早島　頓行
小浜　塩地　花町　片田
長津　弁才天　宮崎
舟本　前潟　下前潟
三軒地　久々原

休日当番医

7日(日)	岡山市立せのお病院(南区妹尾)	☎086・282・1211
14日(日)	南岡山医療センター(早島)	☎086・482・1121
15日(月・祝)	あさひクリニック(南区大福)	☎086・282・6606
21日(日)	いしい内科・胃大腸内視鏡・IBDクリニック(南区妹尾)	☎086・282・0500
28日(日)	かりや内科(北区庭瀬)	☎086・250・2017