



- 2・3 つどう・つながる図書館
- 4 証明書のコンビニ交付
- 5 年度末・年度始 市役所開庁します
- 9 認知症をもっと知ろう



図書館友の会
図書館では市民ボランティアのみならずが中心となつて読み聞かせや昔ながらの手遊びなどを行つていきます。幅広い世代を対象に活動している図書館のボランティア団体が集まって「図書館友の会」を結成しています。現在10団体、81人のかたが登録しており、利用者の声を図書館に届ける橋渡しの役割も担っています。



ばそこん寺小屋

つながる 図書館

ボランティア活動が、人をつなぐ・地域をつなぐ



図書館まつり



図書館友の会
代表 森本領武さん

で参加するかたも多く年間で延べ約1,400人のかたが利用しています。
また、友の会を通じて知り合ったボランティア同士が地域のために何かできることはないかと「回想法(思い出語り)」という高齢者支援サービスを行っています。施設や公民館などを訪問し、高齢者にせんたく板、そろばん、昔のアイロンなどの生活用品や、古い写真・本を見せたり話したりすることで自然と昔を思い出し懐かしみ、昔話に花が咲きます。会話を楽しくすることで脳を活性化させ、いきいきとした自分を取り戻すことは、認知症予防にも効果があるとされています。

図書館友の会代表の森本さんは「ボランティアをすることで、地域にも貢献でき、自分たちも輝ける。またさまざまな人たちと交流が生まれ、生きがいとなっている。ボランティア活動をさらに進めていきたい。」と意欲を見せています。



すべての世代のかたが つどう・つながる 図書館へ

問 大橋記念図書館(☎45・6677)



東京オリンピックの部屋

懐かしい生活古民具を展示し昭和の家庭を再現した「東京オリンピックの部屋」があります。また生涯学習活動を行っている団体が作品展示するスペースや体の不調・病気に関する資料等を集めた健康情報コーナーもあります。



ブックスタート

3~4ヶ月健診時に、坂出地域保健センターで絵本の贈呈をしています。また赤ちゃん向けの絵本を集めたブックスタートコーナーも館内に常設しています。

図書館からの イチオシ 情報

毎月スタッフがテーマを設け紹介する「図書館員おすすめの本」は図書館ホームページ等にも掲載中。また今月は「中・高・大学生の未来をつなぐ講演会」も開催します。ぜひご参加ください。

中・高・大学生の未来をつなぐ講演会 ～発見! 将来の道!! ふるさと香川から発信! ときめくAji Glass～

香川県出身の若手庵治石ガラス作家・杉山利恵氏を講師にお招きし、将来や仕事について考える講演会を開催します。モノ作りや地元の魅力を生かした仕事についての講演会です。



日時 3月26日(日)10:30~12:00
場所 大橋記念図書館
参加費 無料
対象者 中学生~一般
定員 30人(申込先着順)
※3月1日(水)から受付開始
(FAX申込可 ☎45・6678)
問 大橋記念図書館

「海辺のカフカ」の舞台をめぐる本

主人公が高松でうどんを食べるシーンも登場する「海辺のカフカ」。著者の村上春樹が坂出のうどん屋めぐりをした本などを紹介しています。

- 「図書館の水脈」 竹内 真/著 メディアファクトリー
- 「さんぽで感じる 村上春樹」 ナカムラクニオ 道前宏子/著 ダイアモンド・ビッグ社
- 「辺境・近境」 村上 春樹/著 新潮社



最後に 意外と知らない? 大橋記念図書館クイズ

- 第1問 「大橋記念図書館」の名前は「瀬戸大橋」からとった? ○か×か。
- 第2問 貸出冊数に制限はない? ○か×か。
- 第3問 図書館に天体観察室がある? ○か×か。

※答えはp7にあります。

読みメンフェスタ

お父さんに積極的に子育てに参加して頂くきっかけになればと、パパ's絵本プロジェクトによる読みメンフェスタを開催。読んだ絵本を記録する「読みメンのーと」も配布中。



経営応援セミナー

創業や新規事業をお考えのかたを対象に開催。市内で創業されたかたの実例紹介や地域に密着した情報は毎年好評です。また仕事に関する本を集めた「ビジネス支援コーナー」もあります。

キャリア教育

10代を対象にしたコーナーや、将来を考えるきっかけづくりのためのイベントを行っています。3月26日(日)には3回目となる「中・高・大学生の未来をつなぐ講演会」を開催します。(左ページ参照)

出前授業

子どもの本に詳しい講師を迎え、勉強とは違った本を読むことの面白さや大切さを教えていただきました。林田小学校の児童が選んだ本は3月末まで図書館特集コーナーと移動図書館車にのせて他の学校へも貸出しています。



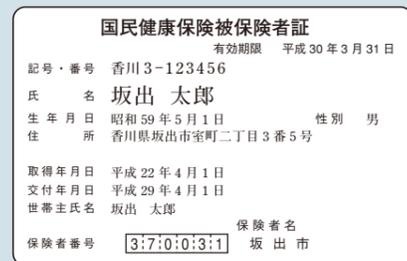
3月26日(日)・4月2日(日) 8:30~17:00 市役所を一部開庁します

年度末、年度始めの市役所窓口の混雑を緩和し、市民サービス向上を図るため、左記の2日間、市役所を一部開庁します。

課	日曜開庁時の受付場所	電話番号	開庁日に利用できる業務
市民課	本庁1階①~③番	☎44・5005	住民票・戸籍・印鑑登録証明書などの交付 転入・転出・転居などの住民異動届 出生・婚姻・死亡届などの戸籍届書の受付 通知カード・個人番号カードに関する受付 ※国や他市町に確認が必要な業務については、対応できない場合があります。
学校教育課	本庁1階③番	☎44・5024	住民異動に伴う転校手続き申請
けんこう課	本庁1階⑤番	☎44・5006	医療費助成申請(子ども・ひとり親・心身障がい者)
税務課	本庁1階⑧~⑪番	☎44・5004	各種証明書等の交付、原動機付自転車の登録・ 廃車・名義変更、市税の納付、納税相談 4月2日(日)は平成29年度固定資産税課税台帳の閲覧・縦覧が可能
こども課	本庁2階	☎44・5027	保育施設等の入所申し込み 児童手当申請等
かいご課	北館	☎44・5090	住民異動に伴う介護手続き申請
生活課	本庁1階④番	☎44・5035	ごみ収集等の相談、し尿処理申し込み
水道局	水道局1階	☎46・4300	水道の使用開始・廃止、水道料金の支払い

新しい国民健康保険 被保険者証を送付します

現在、国民健康保険に加入されているかたは、保険証の有効期限が3月31日で切れるため、4月からは新しい保険証との交換が必要です。市では、新しい国民健康保険被保険者証(緑色)を3月下旬までに被保険者のいる世帯主あてに送付します。有効期限の切れた国民健康保険被保険者証(桃色)は、4月以降のできるだけ早い機会に市市民課または各出張所、坂出駅市民サービスセンターまでお返しく下さい。※新しい保険証は、4月1日からご使用ください。



■詳しくは、市市民課(☎44・5005)へ

平成29年度固定資産税課税台帳の閲覧・縦覧が始まります

●課税台帳の閲覧

納税義務者のかたが所有する土地・建物の平成29年度評価額等を確認するためのもの

閲覧できるかた

- ①坂出市に固定資産を有する納税義務者
- ②納税義務者の同居の親族や納税管理人で、納税通知書、課税明細書を持参したかた
- ③納税義務者の代理権を明らかにできる書類(委任状)を持参したかた
- ④借地借家人で、契約書などの権利関係を示す書類を持参したかた
- ⑤賦課期日以降の新所有者で、その事実を証明できるかた

期間 4月2日(日)から通年(土・日・祝日を除く。)

手数料 5月31日(水)までは名寄台帳の写しを無料で交付します。

●縦覧帳簿の縦覧

納税義務者のかたが土地・建物の平成29年度評価額を比較検討するためのもの

縦覧できるかた

- ①坂出市に固定資産を有する納税義務者
- ②納税義務者の同居の親族や納税管理人で、納税通知書、課税明細書を持参したかた
- ③納税義務者の代理権を明らかにできる書類(委任状)を持参したかた

期間 4月2日(日)~5月31日(水)(土・日・祝日を除く。)

閲覧・縦覧に必要なもの

●本人確認ができる書類(運転免許証、保険証など)
※法人の場合は、委任状または法人の代表者印(社印)が必要です。
出張所閲覧日程については、広報さかいで4月号でお知らせします。

■詳しくは、市税務課(☎44・5004)へ



平成29年4月3日(月)サービス開始予定

マイナンバーカードを使って コンビニで住民票などの証明書が取得できます!

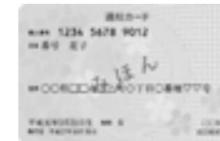
平成29年4月から、マイナンバーカード(個人番号カード)を利用して、住民票などの証明書がコンビニのマルチコピー機から取得できるサービスを開始します。

坂出市に住民登録されているかたであれば、全国のコンビニで利用できるため証明書が急に必要になったときでも、出先ですぐに取得できます。また昼休みや休日も利用可能です。(※戸籍は坂出市に本籍があるかた)

利用に必要なもの



○マイナンバーカード
(電子証明書搭載のもの)



×通知カード

利用するためには、電子証明書(暗証番号4桁)が搭載されたマイナンバーカードが必要です。通知カードでは証明書を取得できません。

※マイナンバーカードは、申請から交付まで1ヵ月程度日数がかかります。(即日交付はできません)

発行できる証明書および手数料

- ・住民票の写し(現在のもの) 1通 300円
- ・印鑑登録証明書 1通 300円
- ・戸籍(現在のもの) 1通 450円
- ・戸籍の附票(現在のもの) 1通 300円
- ・所得課税証明書(最新のもの) 1通 300円

サービス提供時間

午前6時30分~午後11時(12月29日~1月3日を除く)

対象店舗 (マルチコピー機設置の店舗に限ります)

全国のセブン-イレブン、ローソン
ファミリーマート、サークルKサンクス
ミニストップなど

○坂出駅市民サービスセンターからのお知らせ

平成29年4月から事務取扱い時間が次のとおり変更となります。

平日 午前8時30分~午後7時 土・日・祝 午前8時30分~午後5時15分(変更なし)

コンビニ交付までの流れ

1 マイナンバーカードを申請しよう

郵送

通知カードに添付の「個人番号カード交付申請書」に顔写真を貼付し、必要事項を記入のうえ、同封の返信用封筒で郵送してください。

パソコン、スマートフォン

「個人番号カード交付申請書」のQRコードを読み取るか、ID番号を入力し、スマートフォンやパソコンで申請します。スマートフォンのカメラなどで撮影した顔写真を添付して送信します。※申請書の記載内容に異動がある場合は、ご利用いただけません。市民課で新しい申請書を作成します。

2 マイナンバーカードの受け取りかた

カードの交付準備ができたかたには、「交付通知書」(はがき)を送付します。必要書類を持参し、期限までに、坂出市役所市民課まで、ご本人がお越しください。

3 コンビニで証明書を発行!

マイナンバーカードを持っていれば、全国のコンビニで証明書が取得できます。

カンタン!
便利!



■詳しくは、市市民課(☎44・5005)へ

おめでとうございます

高齢者叙勲

瑞宝双光章



三野 彰氏
高屋町
元与島中学校長

ご相談ください 人権擁護委員

1月1日付けで、法務大臣より次のかたが人権擁護委員に委嘱されました。本市では、9人の人権擁護委員が人権問題でお悩みのかたのご相談に応じています。お気軽にご相談ください。

- 新任された委員(敬称略)
野村 亮子(林田町) ☎47・1737
- 再任された委員(敬称略)
久保 勝是(川津町) ☎45・1254
井上 賀博(加茂町) ☎48・0264
木下 恵子(王越町) ☎42・0449
- 在任中の委員(敬称略)
中山香代子(草苧町) ☎45・8449
神成 章(京町一) ☎46・2592
谷口 正行(府中町) ☎48・0696
三野 郁子(八幡町三) ☎45・7226
中村 修二(西庄町) ☎46・0618

詳しくは、市人権課 (☎44・5008)へ

高齢者意識調査および在宅介護実態調査にご協力ください

本市では、3年を1期とする高齢者福祉計画および第7期介護保険事業計画を平成29年度に策定します。計画の策定にあたり、市民のみなさんの生活状況や健康状態、介護・福祉サービスに対するご意見などを伺い、策定の基礎資料として利用するとともに、今後の高齢者保健福祉施策を進める上での参考とするために65歳以上のかたの中から3,000人(無作為抽出)を対象に「高齢者意識調査」を実施しています。



また、要介護認定(更新・変更)の調査時においても、介護の実態と介護者支援のありかたに関する「在宅介護実態調査」も行っておりますので、ご協力いただきますようお願いいたします。

調査期間 3月24日(金)まで
詳しくは、市かき課(☎44・5090)へ

農業委員と農地利用最適化推進委員の推薦・募集を行います

農業委員の選出方法が公職選挙法に基づくものから議会の同意を得て市長が任命する方法に変更されました。また、農地等の利用の最適化を推進するため、新たに現場活動を行う農地利用最適化推進委員を農業委員会が委嘱することになりました。坂出市では、改正法に基づき以下のとおり農業委員および農地利用最適化推進委員を募集します。

受講者募集します(前期)

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員
英会話	ジェームズプロックスム	4/11~6/13	火	9:30~11:30	20
ハーブ	中山 繁子	4/11~6/13	火	9:30~11:30	20
ZUMBA	藤川 亜紀	4/11~6/13	火	10:00~11:30	50
ちぎり絵	中村千恵子	4/12~6/21	水	9:30~11:30	25
スローエクササイズ	塩津 陽子	4/12~6/28	水	19:00~20:30	50
カントリークラフト	柴島みどり	4/13~6/22	木	9:30~11:30	20
フラダンス	榎本 静香	4/13~6/22	木	19:00~20:30	20
煎茶と礼法	大塚 律子	4/14~6/23	金	13:00~15:00	20
着装とマナー	中西寿恵美	4/14~6/23	金	18:30~20:30	20

申込…先着順 受講料1,300円を添えて、4月4日(火)午前9時~ 勤労福祉センター(☎46・2463)へ

中央公民館市民講座(予定) (対象者:市民または市内の勤務者)

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員
つとらタンバのバスケット	森林 文	4/10~6/12	月	9:30~11:30	20
ふるさと民謡	阿部 桑佑	4/10~6/12	月	13:30~15:30	35
(初級)漢字書道	北條 雅僊	4/11~6/13	火	9:30~11:30	35
音楽で馴染みはし(ハミング)	北條郁美・古田桂子	4/11~6/13	火	10:00~11:20	15
(初心者)山野草栽培法	大谷 徳三木資之	4/11~6/13	火	13:30~15:30	30
陶芸	塩入美智子	4/12~6/21	水	9:30~11:30	20
男性料理教室	松永美恵子	4/12~6/21	水	18:30~21:00	25
ヨーガ(瞑想)	近井 俊雄	4/12~6/21	水	19:00~20:30	20
水墨画	田村 勇	4/12~6/21	水	19:00~21:00	15
女性料理教室	斉藤 恵子	4/14~6/30	金	10:00~12:30	25
げんだい書	真鍋 草香	4/14~6/23	金	13:30~15:30	35
パソコン講座	小谷真由美	4/15~6/24	土	10:30~12:00	10

申込…先着順 受講料1,300円を添えて、4月4日(火)午前9時~ 中央公民館(イオン坂出店3階☎46・2422)へ ※料理教室は材料代5,700円、その他講座により材料代が必要

春の火災予防運動 「消しましょう その火 その時 その場所で」 (平成28年度 全国統一防火標語)

坂出市の住宅用火災警報器の設置率(平成28年6月1日時点)は70%で、香川県の平均75.4%を下回っています。もし設置されていないご家庭がありましたら、これを機会に設置するようお願いいたします。

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。
- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防火品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

住宅用火災警報器の点検と交換

住宅用火災警報器は、火災をいち早く知らせてくれる機器です。きちんと作動するように定期的にお手入れしましょう。

- 汚れなどが目立ってきたら十分絞った布で外の汚れを拭き取りましょう。
- 月に1回は機器に付いているボタンを押したりヒモを引いたりして警報音がきちんと鳴るか点検しましょう。
- 機器には交換時期があります。概ね10年経った機器は、本体の交換を行いましょう。

詳しくは、市消防本部予防課(☎46・0119)へ

坂出市長選挙 立候補予定者説明会

任期満了に伴う坂出市長選挙は、5月7日(日)に告示され、5月14日(日)に投票が行われます。これに先立ち、市選挙管理委員会では、同選挙の立候補届出や選挙運動などについての説明会を開催します。立候補を予定しているかた(代理人可)は、ご出席ください。



日時 3月28日(火) 午前10時~ 場所 市教育会館(2階大会議室) 詳しくは、市選挙管理委員会 (☎44・5020)へ

進学や就職などで引っ越したら 住民票を移しましょう!

選挙で投票する場所は、原則として住民票のある市区町村です。そのため、進学や就職などに伴い、実家を離れるかたは、引っ越し先の市区町村へ住民票を移す必要があります。選挙権を行使するためにも忘れずに住民票を移しましょう。



※新住所地で投票するためには、新住所地に転入届をした日から選挙の公示または告示日の前日までに3カ月以上住んでいる必要があります。詳しくは、市選挙管理委員会 (☎44・5020)へ

必ずチェック最低賃金! 使用者も労働者も 香川県の最低賃金

件名	時間額
香川県最低賃金 (すべての労働者(臨時、パート、アルバイトなどを含む))	742円
特定最低賃金(産業別)	
冷凍調理食品製造業	752円
はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業	869円
船舶製造・修理業、船用機関製造業	881円
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	822円

詳しくは、香川労働局 賃金室 (☎087・811・8919)へ

県政モニター募集

みなさんの意見を幅広く県政に取り入れるため、インターネットや郵送でアンケートにお答えいただく「県政モニター」を募集します。(任期は4月から1年間) 応募資格 県内在住の15歳以上のかた ※常勤公務員など除外項目あり 応募方法 住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、職業、電話番号をはがき等に記入し、〒760・8570 香川県広聴広報課「県政モニター」係 ※インターネット回答希望者は、県ホームページからの申し込みが必要 募集期限 3月13日(月)消印有効 詳しくは、香川県広聴広報課 (☎087・832・3021)へ

偉大なる人物「久米通賢」!! 毎月第3土曜日開催

さかいで 駅近ぶらり旅

問 坂出市観光案内所 ☎45・1122

時 4月15日(土) 午前9時50分～ 所要時間
場 坂出市観光案内所(JR坂出駅構内)
料 1,500円(保険料・飲食代含む) 定 先着10人
※未就学児は100円(保険料のみ・飲食代別途必要) **2H**

【コース】 JR坂出駅北口通賢翁レリーフ→新開の灯籠→しんすい園→昔の海岸線→鎌田郷土博物館→香風園(翠松閣)→鎌田醤油→坂出市観光協会

Check!
あん餅雑煮を味わえたり、塩作り体験もあります。



白峯寺宝物館を特別公開 毎月第3日曜日開催

崇徳上皇の足跡と国宝神谷神社をめぐる

問 坂出市観光案内所 ☎45・1122

時 4月16日(日) 午前9時20分～ 所要時間
場 坂出市観光案内所(JR坂出駅構内)
料 2,000円(昼食・お茶付) **5H**
定 先着20人 (バス移動が主)

【コース】 JR坂出駅→雲井御所跡→長命寺跡→白峰宮・八十場の湧水→神谷神社→高家神社→白峰パークセンター(昼食)→白峯寺(頓証寺殿・白峯御陵)→西行法師の道→青海神社→松山の津→JR坂出駅

Check!
白峯寺の宝物館が見学できるのはこのツアーだけ!



クルーズ船「にっぽん丸」船内見学ツアー参加者募集

申 坂出市観光案内所 ☎45・1122

坂出市元町1-1-1 ☎kankou@mail.kbn.ne.jp

にっぽん丸(総トン数:22,472t 全長:166.6m)が坂出港(林田埠頭)に寄港します。入港時の歓迎セレモニーや出港時のお見送り等イベントを開催します。

時 4月2日(日) 午前8時30分(入港)～午後5時(出港)
場 林田A号岸壁

クルーズ船の魅力を体験「船内見学ツアー」参加者募集

時 午前10時30分～(1時間程度)

料 無料 定 抽選50人
申 住所、氏名、年齢、申込人数、電話番号を記入し、ハガキもしくはメールで申し込み。



～パワースポット不動の滝を行く～

さかいで里山めぐり・春の城山編

問 坂出市観光案内所 ☎45・1122

時 4月23日(日) 午前8時50分～ 所要時間
場 坂出市観光案内所(JR坂出駅構内)
料 1,500円(軽食・お茶付) **5H**
定 先着20人(登山道を1時間以上歩けるかた)

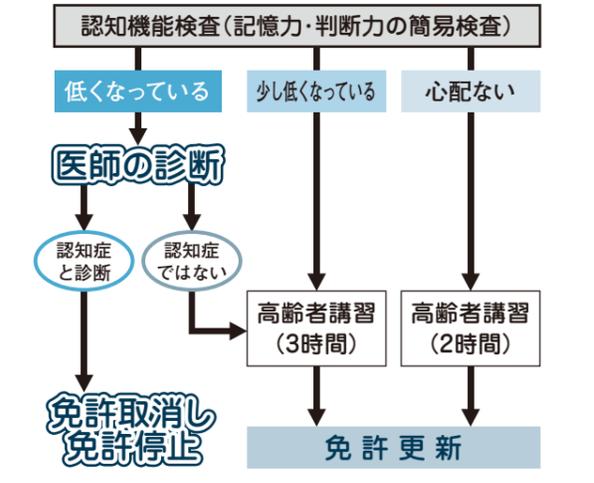
【コース】 JR坂出駅→(バス移動)→(徒歩)→不動の滝→明神原遺跡→古代山城史跡群→(バス移動)→山頂展望台→(バス移動)→JR坂出駅

Check!
緑のトンネルをくぐり、崖を下れば別世界が広がります。



75歳以上の運転者のかたへ 運転免許更新手続き時の 高齢者講習が変わります!

3月12日から運転免許更新時の認知機能検査で「低くなっている」と判定されたかたは、特定の交通違反(事故)をしなくても、認知症に関する医師の診断が必要になります。



※このほか、一定の違反をしたかたにタイムリーに医師の診断や安全運転支援等を行う「臨時認知機能検査」「臨時高齢者講習」が新設されます

詳しくは、坂出警察署交通課(☎46・0110)へ

幼児2人同乗用自転車の貸し出しについて

子育て家庭のサポートのために、幼児2人同乗用自転車を出しします。保育所等への送迎やお出掛けに便利な自転車です。

募集期間 3月13日(月)～24日(金)
申込方法 市こども課備え付けの申請書を提出(認印が必要)

対象者 平成23年4月2日～平成28年4月1日までに生まれた幼児を2人以上養育し、市内に在住、住民登録をしている16歳以上のかた

貸出期間 平成30年3月末日までの1年間
使用料 無料(修繕費用等は自己負担となります)
貸出数 17台(応募多数の場合は抽選)



詳しくは、市こども課(☎44・5027)へ

軽自動車・原動機付自転車等の諸手続きについて

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。自動車税とは異なり、軽自動車税には、月割り制度がありませぬ。年度の途中で廃車や名義変更などをされた場合も、1年分の税金が課税されますので、異動手続きは4月1日までに済ませてください。盗難や紛失した車両についても手続きが必要です。手続きをしないと来年度以降も引き続き課税されますのでご注意ください。

【軽自動車税】

車種	手続き場所等
原動機付自転車(125cc以下) 小型特殊自動車	市税務課管理係 ☎44・5004 持参するもの 標識番号(ナンバープレート) 認印(廃車…所有者、名義変更…新旧所有者)
排気量125ccを超えるバイク	香川運輸支局(高松市鬼無町) ☎050・5540・2075
軽自動車(三輪・四輪)	軽自動車検査協会香川主管事務所(高松市国分寺町) ☎050・3816・3122

※軽自動車税は、所有していることに基づいて課税されます。原動機付自転車・小型特殊自動車を取得されたかたは、取得してから15日以内に市税務課に申告し、ナンバープレートの交付を受けてください。公道走行の有無とは関係ありません。

詳しくは、市税務課(☎44・5004)へ

身体等に障がいがあるかたがたに対する自動車税等の減免制度について

香川県では、障がいのあるかたがたの社会参加をより一層支援していくため、平成28年度から、同一の障がい区分(下肢不自由など)において複数の障がいがある場合の減免の判定方法を見直し、減免の対象範囲を拡大しています。(異なる障がい区分の場合には対象外です。)また、自動車税の減免申請について、次のとおり出張受付を行いますのでご利用ください。必ず事前にお問い合わせください。

日時 4月11日(火)・18日(火) 5月16日(火)

会場 午前9時～午後4時
中讃税務窓口センター
(香川県坂出合同庁舎内)
坂出市江尻町1355

詳しくは、香川県県税事務所自動車税課(☎087・806・0314)へ

香川運輸支局からのお知らせ

年度末は窓口が混雑しますので、自動車の検査・廃車・名義変更等は、お早めに手続きをお願いいたします。

詳しくは、四国運輸局香川運輸支局検査関係(☎087・882・1355) 登録関係(☎050・5540・2075)

その他 自動車税関係は香川県県税事務所(☎087・881・3858) 軽自動車関係は軽自動車検査協会(☎050・3816・3122)へ

認知症を もっと 知ろう

認知症のかたは 忘れる のではないのです
今の記憶がない そして 過去の記憶を徐々に失っていくのです

問 地域包括支援センター ☎44・5091



想像してください

ご飯が炊けている でも誰が炊いたかわからない窓が開いている でも誰が開けたかわからない荷物がある なんてこんなところにあるらう家族はあなたがいたと全く身に覚えのないことを言われた瞬間の驚き 不安 恐怖 あなたの知らないあなたがそこにいるような誰かがそこにいるような

理解してください

今の記憶だけではないのです 自分がこれまで生きてきた記憶を徐々に失っていく自分の年齢や 今いる場所さえあまいになるのです

あなたならどうですか

朝 知らない人がご飯を作っている 自分に向かって「食べよう」と話しかけてくる 入浴している 知らない人が「背中を洗ってあげる」と入ってくる そばにいて 笑顔で話しかけてくるこの人は誰? そこはかとない不安 そして恐怖 すぐにそこから逃げ出したくなるような

忘れないでください

目の前にいる認知症のかたは 一生けんめい人生を生き抜いてきたことをそして今 ほっと一息つかれているのです そこに 少しでも力を貸してあげてください あなたが生まれてから たくさん力を貸してもらったことを あなたには多くの記憶があります

毎日ご本人と向き合えないといけない苦勞は 並々ではないと思います ただ ほんの少し 認知症のかたの うまく表せない思いをくみとってください 寄り添ってください

くらしの情報



スポーツ

さめぎ富士登山ウォーク

みなでスポーツさかいで事務局(☎45・6670)

時 3月5日(日) 午前9時30分〜午後1時

場 丸亀市野外活動センター(飯野山登山口)集合

定 50人(申込先着順)

料 500円(会員300円)

申 3月4日(土) 申込締切

カラーリング・スラックライン教室

みなでスポーツさかいで事務局(☎45・6670)

時 3月28日(火) 午前9時〜正午

場 市立体育館

定 40人(申込先着順)

料 ※小学生以下は保護者同伴
1組500円(1組2人、1人追加ごとに100円追加)

申 3月24日(金) 申込締切

平成29年度国家公務員採用試験

試験名	受付期間	第1次試験日
総合職試験(院卒者・大卒程度)	インターネット申込 3月31日(金)~4月10日(月)	4月30日(日)
総合職試験(院卒者・法務区分)	インターネット申込 9月12日(火)~19日(火)	10月1日(日)
総合職試験(大卒程度・教養区分)	インターネット申込 8月4日(金)~28日(月)	10月1日(日)
一般職試験(大卒程度)	インターネット申込 4月7日(金)~19日(水)	6月18日(日)
皇室護衛官(大卒程度) 法務省専門職員 財務専門官 国税専門官 食品衛生監視員 労働基準監督官 航空管制官	インターネット申込 3月31日(金)~4月12日(水)	6月11日(日)

●高卒程度試験

試験名	受付期間	第1次試験日
一般職試験(高卒者)	インターネット申込 6月19日(月)~28日(水)	9月3日(日)
一般職試験(社会人)	(郵送・持参 6月19日(月)~21日(水))	
税務職員		
刑務官		9月17日(日)
皇室護衛官(高卒程度) 入国警備官 航空保安大学校学生 海上保安大学校学生	インターネット申込 7月18日(火)~27日(木)	9月24日(日)
気象大学校学生 海上保安大学校学生	インターネット申込 8月24日(木)~9月4日(月)	10月28日(土) 29日(日)
海上保安大学校学生(特別)	インターネット申込 3月31日(金)~4月7日(金)	5月14日(日)

問合せ先 人事院四国事務局 第二課試験係(☎087・831・4765)
http://www.jinji.go.jp/shikoku/

春休み子ども水泳教室 受講生募集

角山運動公園温水プール(☎49・4770)

時 3月25日(土)〜29日(水)

場 午前11時〜正午(5日間)

場 角山運動公園温水プール

対 小学3〜6年生の初心者

定 10人(申込先着順)

料 無料(プール使用料は必要)

申 3月3日(金) 受付開始(印鑑要)

イベント・体験

働く女性の家1日講座 ちぎり絵(このぼり)

勤労福祉センター(☎46・2463)

時 4月9日(日) 午前9時30分〜

第72回さかいで楽市楽座 三月市

同実行委員会(☎46・2701)

時 3月19日(日) 午前9時〜午後2時

場 駅前およびその周辺

※出店者やパフォーマンス披露希望者も随時募集中。

第26回武部杯囲碁大会

坂出囲碁研修会 田中(☎47・2901)

時 4月8日(土) 午前9時30分〜

場 中央公民館 料 1,000円

※3月11日(土)は、通常の囲碁研修会です。

ガーデンセミナー

坂出緩衝緑地管理事務所 (☎45・6820、☎43・5213)

①宿根草・水生植物の株分け

②落葉・生ゴミ堆肥の作りかた

時 3月12日(日) ①午前9時30分〜11時45分
②午後1時30分〜3時45分

場 番の州公園管理事務所

定 ①②各25人(先着順)

料 ①②各500円

申 住所・氏名・年齢・性別・電話番号・質問事項を記入の上郵便、FAXまたは

五色台体験教室

五色台カフェ 野草ランチ

時 4/9(日) 9:30〜13:00

定 30人 **料** 800円

申 3/1(水)から電話受付、
3/4(土)からFAX・ホームページ受付開始

3連休 特別体験プログラム

☎ 10:00〜13:00 料 300円

☺ 各15人(申込先着順)

申込受付中!(定員になり次第終了)

3/18(土) ふくろうのパペットづくり

3/19(日) 紙粘土で葉っぱレリーフづくり

3/20(祝) 小枝と種のブローチづくり

五色台ビジターセンター (☎47・2479、☎47・2048)

メールで。 (☎kansyouyokuti@hythm.ocn.ne.jp)

①株分けしたスイレン②見本の堆肥をお持ち帰りいただけます。

募集・その他

手話通訳者養成講座受講者選考試験

香川県障害福祉センター(☎087・8689200)

時 4月8日(土) 午前10時〜正午(試験日)

場 香川県聴覚障害者福祉センター(高松市)

対 18歳以上の手話学習経験が概ね2年以上のかた

申 3月21日(火) 申込締切

『子育て支援活動』人材養成講座

さかいで子育て支援センターまごころ(☎35・8119)

時 3月15日(水)・22日(水) 午前10時〜午後3時

場 勤労福祉センター

内 子育て支援の活動に興味があり、実践してみたいかた

対 子育て支援の活動に必要な知識や技能を学び、現場で活躍できる人材を育てる連続講座

定 20人 **料** 無料

申 3月8日(水) 申込締切

不動産鑑定無料相談会

香川県不動産鑑定士協会事務局(☎087・822878)

時 4月13日〜7月13日の毎週木曜日 午後1時30分〜2時45分

(5月4日は除く、全13回)

場 勤労福祉センター

定 15人(申込先着順)

料 10,000円(会員7,000円)

申 テキスト代別送

3月7日(火) から受付開始

外国語講座「やさしい基礎英語」

坂出市国際交流協会事務局(☎44・5000)

時 4月13日〜7月13日の毎週木曜日 午後1時30分〜2時45分

(5月4日は除く、全13回)

場 勤労福祉センター

定 15人(申込先着順)

料 10,000円(会員7,000円)

申 テキスト代別送

3月7日(火) から受付開始

自衛官等募集

自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

①予備自衛官補 ②自衛隊幹部候補生

時 ①4月中旬 ②5月13日(土)(試験日)

対 ①18歳以上34歳未満のかた
②22歳以上26歳未満のかた

申 ①4月7日(金) 申込締切
②5月5日(祝) 申込締切

『地名から探る 坂出の歴史と地理』

市文化振興課(☎44・5036)

時 3月26日(日) 午前9時〜10時30分

場 坂出市教育会館大会議室

定 20人程度(応募者多数の場合は抽選)

料 無料 **申** 3月16日(木) 申込締切

講師:坂出市文化財保護審議会 会長 井上勝之氏

英語に親しむ・イースターマフィン

坂出市国際交流協会事務局(☎44・5000)

時 3月29日(水) 午前10時〜正午

場 中央公民館

対 小学生〜高校生

定 20人(申込先着順)

料 600円(会員300円)

申 3月3日(金) から受付開始

暮らしの総合相談

香川県弁護士会事務局(☎087・8223693)

時 3月9日(木) 午前10時〜午後1時

場 香川県弁護士会館(高松市)

内 面接相談(要予約)または電話相談

相談電話番号 ☎087・8223706(相談日のみ開設)

3月の水道当番店

区域	大池、小山、川津	その他	駒止、笠指、京、室、旭、横津、入船、昭和、久米、福江、谷、江尻	林田、高屋、神谷、大屋富、青海	西庄、加茂府中	王越	榎石黒岩与島
1~5日	小林水道 46-5977	多田羅水道 46-3053	鈴木設備商会 46-2021	大信総業 46-1530	長尾環境設備 46-3863		十河電機水道 470328
6~10日	中山住設 46-4427	藤沢住設 46-2192	高倉工業所 46-3057	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860		キトロ工業所 420126
11~15日	山田管工業 46-1894	ナニワヤ 46-5656	森崎工業 46-1371	十河電機水道 47-0328	昇栄水道 48-0358		
16~20日	小林水道 46-5977	田中水道 46-2807	中條電機水道 46-4261	ナカトミ 47-0729	高橋産業 46-4984		
21~25日	中山住設 46-4427	中川設備機器 46-2901	旭電機水道 46-2898	大信総業 46-1530	長尾環境設備 46-3863		
26~月末	山田管工業 46-1894	山田水道 46-3794	松岡水道 46-4602	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860		

その他=元、本、青、白金、御供所、宮下、八幡、常盤、築港、中央、坂出、新浜、池園、花、青葉、文京、富士見、瀬居、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南



じんけん愛坊の

人権だより



府中小学校
5年 福家 珠輝さん

相手に思いやりのある言葉を

私にとって言葉とは、人を喜ばせたり、はげましたり、時には人を悲しませたりしてしまうこともあり、とてもむずかしいものだと感じます。最近のニュースでも、言葉の暴力が原因でいじめにつながり、命をおとってしまうという事けんを時々聞きます。そんなニュースを聞いて、私はあらためて自分の言葉というものを、真げんに考えなければならぬと思いました。

例えば、学校でこんなことがありました。それは、係の仕事に取り組もうとした時です。ある友だちが、「私、手伝うよ。」

と、声をかけてくれました。しかし、私は、「あなたには無理。自分でやるからあっちに行つて。」と、きつい口調で言ってしまった。自分が仕事をす

るんだという気持ちが強すぎて、友だちを悲しませてしまったのです。つい一言、言った言葉で、相手の心に深い傷を負わせてしまったと反省しました。生活の中で、言葉を通じて人とつながっている私たちは、相手のことを思いやり、どんな言葉をかければいいのか、常に考えなければなりません。学校生活でも、自分の学級だけでなく、異学年交流や委員会活動、さまざまな場面で、たくさんの人たちとふれ合います。ともに楽しく、すがすがしい生活を送るためにも、自分の言葉に責任をもちたいと思います。

学園だより



坂出中学校 男子ソフトテニス部



部長 2年 田中 佑樹さん

坂出中学校男子ソフトテニス部は、1年生12人、2年生5人で活動しています。使用できるテニスコートは一面だけですが、基本練習を毎日続け、応用練習や試合形式の練習で技術の向上を目指しています。土日の練習ではさらに、脚力をつけるために学校周りを走っています。先輩と後輩の仲がとてもよく、1年生にわからない事があったら、2年生が教え日々少しずつ強くなっています。

僕たちの目標は郡市総体で団体優勝し、県大会に出場することです。これからもさわやかなあいさつや、テニスコートへの感謝の気持ちを大切に頑張っていきたいです。

相談あれこれ

相談名	とき	ところ
行政相談 男女共同参画相談	15日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	15日(水) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	7日(火) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
記帳指導相談 IT相談(随時) 労務相談 金融相談 商工業者法律相談	15日(水) 13:00~16:00 10:00~16:00 13:00~15:00 10:00~15:00 13:00~16:00	商工会議所 (☎46・2701) ※商工業者を対象とした相談です。 (要予約)
年金相談	第3(火)(要予約) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 ※ご予約は、街角の年金相談センター高松 (☎087・811・6020)
家庭児童・女性相談	毎週(月)~(金) 8:30~17:00	市こども課 (☎44・5027)
障がい・療育相談	第2(火) 9:30~11:30	市ふくし課 ※事前に電話で実施の確認をお願いします。 (☎44・5007)
視覚障がい者 支援相談 (4・8・12月実施)	第2(火) 9:30~11:30	
育児相談	毎週(月)~(金) 8:30~17:00	子育て支援センター みどり保育園内(☎44・3930) 金花保育園内(☎46・8747) まろっ子ひろば内(☎35・7374) ※9:00~17:00
住宅耐震相談	毎週(月)~(金) 8:30~17:00	市建設課 (☎44・5011)
福祉総合一般相談	毎週(月)~(金) 9:30~15:00	
法律相談(弁護士相談日) ※事前に福祉総合一般相談を受けてください	第3(木) 13:00~16:00	坂出市社会福祉協議会 福祉総合相談センター
社会保険労務士相談	第1・3(水) 9:30~12:00	(☎45・1133)
土地家屋調査士相談 (6・9・12・3月実施)	第2(水) 9:30~12:00	
成年後見制度相談	第2・4(金) 13:00~15:00	成年後見センター 坂出市社会福祉協議会内 (☎46・5038)
交通事故相談	毎週(火)・(木)・(土) 8:30~17:00	交通相談所 勤労福祉センター内 (☎46・5511)
交通事故相談(弁護士相談日)	第2・4(土)(要予約) 9:00~12:00	※勤労福祉センターの間館日にあわせて、相談日の変更あり。
教育相談	毎週(月)~(金) 8:30~17:00	少年育成センター (☎46・2777)
就職相談(40歳未満対象)	第3(水)(要予約) 10:00~16:00	教育会館1階 ※ご予約は、さぬき若者サポートステーション (☎58・1080)

viva! グローバル坂出

身近に暮らす外国出身者に、坂出や日本の魅力、生活の中で驚いたことを教えてもらいました。



イリナ オヴチャレンコさん
(坂出在住:約8年)

坂出に住むきっかけ: 観光でロシアに来ていた夫と出会い、結婚したため
家族: 日本人の夫と5歳の娘
好きな日本食: 肉うどん、わらびもち
職業: ホテル等を経営する夫の会社を手伝っています。広告モデルから館内のチェックまで、さまざまな業務をしています。

笑顔
日本に来てまず驚いたのは、デパートの店員さんが「いらっしゃいませ」と優しい笑顔で接してくれること。ロシア人は警戒心が強いので、本音で付き合える相手にしか笑顔はふりません。

寒い家
日本の家は、冬とても寒いです。壁が薄く隙間風が吹くので、着込んで屋外にいるほうがあったかいほど。シベリアの冬は平均気温がマイナス20度くらいで、まつげも白く凍ります。凍った川を渡って、学校まで近道することも。でも家は二重窓と分厚い壁でできていて、町が管理する温水の集中暖房のおかげで家じゅうが一日中温かいから、半袖姿で過ごせるんです。

主婦に優しいスーパー
ロシアのスーパーでは数年前まで冷凍した肉しか売ってなかったので、生の肉が並んだ日本のスーパーにびっくりしました。解凍不要ですぐに調理にとりかかれ、品質も落ちないのいいですね。それにロシアでは塊の肉しか売っていないので、日本のスライスされた肉は便利で、主婦に優しいです。

minnana hiroba

みんなの広場



4月2日(日)
坂出港(林田埠頭)に寄港する
クルーズ船の名前は?
ヒント:9ページ

はがきに、クイズの答え・住所・氏名・年齢・広報誌に対する感想を書いてお寄せください。

応募の宛先
〒762-8601 坂出市室町二丁目3番5号
市秘書広報課 宛

応募締切 3月13日(月)必着

正解者の中から抽選で3名様に、図書カード(500円分)を差し上げます。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。

先月号の正解 ミセ(15人のご応募をいただきました。)

春休み特集! ~復習テスト~



問題

次の()内の方言の意味を答えなさい。

1. 老後は(こっぼり)暮らそうと思っとる。
2. 風が強いけん、看板が(かやる)かもしれん。
3. しつこい汚れはちよっとない水に(かし)といたらええで。
4. 安もんの肉は(こわ)くて歯がたたんな。
5. あの人(おとっちゃま)やったわ。

テストの答え 1.つつましく 2.倒れる 3.漬ける 4.固い 5.臆病者

坂出弁講座

vol.21

この講座でご紹介した方言を覚えていきますか? 実力を試してみましよう。



休館日

- 6日(月)
- 13日(月)
- 21日(火)
- 27日(月)
- 31日(金)

Recommend

「中・高・大学生の未来をつなぐ講演会」開催記念特集

鉱物の意外な楽しみかた



世界一楽しい遊べる鉱物図鑑
さとう かよこ 著

特徴のみならず色の美しさやハンドメイド作品、更には実験まで紹介した、ちょっと変わった図鑑。鉱物の意外な楽しみかたが紹介されています。

ガラスで豊かな生活を



美しい和のガラス
齊藤 晴子・井上 暁子 著

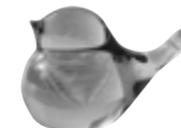
その美しさから人々を魅了してやまないガラス。日本独自の技法などで作られた「和ガラス」で、さまざまな日常を愉しませませんか。

将来を考え始めた学生に



仕事を選ぶ
朝日中学生ウイークリー編集部 編

アイドル「ももクロ」マネージャーから外交官まで、64名におよぶさまざまな職業の“先輩”からのメッセージ。これを読めば将来のヒントになるかも。



図書館で遊ぼう！

4日(出)	英語よみきかせ	11:00～
／	映画の会	14:00～
／	中国人講師による外国語読本よみかき会	14:00～
8日(水)	本のリサイクル八日市	10:00～
11日(土)	おはなし会	14:00～
14日(火)	ゆりかごおはなし会	10:30～
15日(水)	わらべうたであそぼう	10:30～
18日(土)	おはなし会	11:00～
25日(土)	紙芝居の会	11:00～
26日(日)	読書会bibluv	10:00～
／	中高・大学生の未来をつなぐ講演会	10:30～
毎週(火・出)	ぼそこん寺子屋	9:00～
毎週(日)	にほんご@坂出(第5日曜は除く)	14:00～
7日(火)	ブックスタート(場所:地域保健センター)	13:30～

今月の展示 坂出野草の会のみなさんによる山野草展

なかよしブックン

※別冊等の詳細はホームページで確認できます。

とき	地区
1日(水)	加茂
2日(木)	川津
3日(金)	東部
7日(火)	府中
8日(水)	瀬居
9日(木)	金山・江尻
10日(金)	附属
14日(火)	松山・王越
15日(水)	林田
16日(木)	府中
17日(金)	西部
22日(水)	東部
23日(木)	坂出小
24日(金)	島しょ部

【意外と知らない?大橋記念図書館クイズの答え】1.× 2.○ 3.○ (詳しい説明は3月1日からの図書館HPトップページをご覧ください)

図書館通信

Artの仕事に興味がある学生に朗報!!

3月26日(日)、「中・高・大学生の未来をつなぐ講演会」を開催します。香川県出身の庵治石ガラス作家からモノ作りなどのお話をお聞かせします。詳しくは、p3をご覧ください。

貸出ランキング

(平成28年7月～平成28年12月)

ティーンズコーナー雑誌

- セブンティーン 集英社 出版
- アニメージュ 徳間書店 出版
- 留学ジャーナル 留学ジャーナル 出版
- ダ・ヴィンチ KADOKAWA 出版
- かつくら 新紀元社 出版

PHOTO



幸せの象徴
坂出第一高等学校 2年 山本 彪彦さん

市内の高校写真部より毎月とおきの1枚が届きます。来月は坂出高校!

防災

はつめ

vol.57



歩

鍛えよう!

情報リテラシー



「情報リテラシー」とは!? 難しい言葉を使いましたが、簡単にいうと情報を使いこなす能力のことです。今はどんなことでもインターネットで検索するとたくさん情報を得ることができますが、その情報は正しいとは限りません。一つの情報をうのみにするのではなく、さまざまな情報を集めて、必要なもの、信頼できるものを選び、理解する能力がこれからは必要です。「自分にはそんなことできない」という人も、すべての情報が正しいわけではないということはいつも頭に置いておきましょう。

特に災害が起きたときは、不確実な情報が多く出回ります。みんなが不安な状態なので、ちょっとしたウワサや予想が大きくなったり、さも本当のことのように伝わったりもします。○月○日に南海トラフ地震が起こる・・・などのウワサも時々耳にしますが、まだ起きていませんよ。

また、災害のときに必ず発生するのが災害再発に関する流言です。今の段階では地震の予知はできないといっても過言ではありません。余震に備えることは大切ですが、誤ったウワサには惑わされないようにしましょう。また自分が不確実な情報を広めて混乱を起こさないように注意することも大切です。

問合先 市職員課危機監理室(☎44・5023)

防災ひとくちメモ 今月の放送は8・22日(水)pm0:07～、7:07～(FM SUN 76.1MHz)

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信



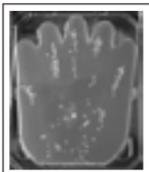
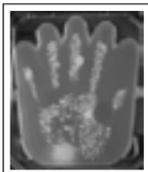
見落としがちな調理中の手洗いのポイント!

子どもたちが大好きなハンバーグを作る時など、ひき肉をこねた直後の手には、大量の菌が付着しています。でも、生肉を触ったあとにハンドソープや石けんで手を洗う人は約7割!(ライオン調べ)これらの菌は水やお湯で洗っただけでは落ちません。

ライオン(株)ヘルスケアマイスター
山岸 理恵子 さん

<ハンバーグ調理中に手についた菌(一般生菌)>

ひき肉をこねた直後 水だけで手洗した後



水だけではこんなに菌が残っています!

泥つきの野菜や卵の表面にも要注意。調理中、これらの食材に触れた後にはそのたびにハンドソープや石けんを使ってこまめに手を洗きましょう。生肉の脂汚れ、生魚のニオイまでしっかり落とす「キッチン用ハンドソープ」も販売されていますので、活用してくださいね。

問合先 市政課企業立地推進室(☎44・5001)

おこやみ

1月1日～31日

(ご遺族の申込みにより掲載しています)

Gallery

☎44・5057

市民ギャラリーかもめ 開館時間 7:30～18:30(土・日・祝 8:30～17:00)

シルバー人材センター「毛筆・手芸作品展」

3月6日(月)～13日(月) 初日は13:00～ 最終日は11:00まで

地球温暖化防止パネル展

3月19日(日) 10:00～15:00

市内高校三校(坂高・坂商・坂一)合同写真展

3月21日(火)～30日(木) 初日は12:00～ 最終日は14:00まで

Hall

☎45・1505

市民ホール 火曜休館

日	曜	行事名
2	木	かがわ長寿大学卒業証書授与式
4	土	坂出保育園 おゆうぎ会
11・12	土・日	第31回 チャリティーカラオケ発表会
18	土	ピアノ発表会
19	日	プチ・フェスタ・コンサート
26	日	都美弥会 おどりぞめ

Art Museum

☎45・7110

開館時間 9:00～17:00 / 入館無料 市民美術館

第31回 現代仏像彫刻展



「百済観音」森 富子

香川、岡山などで現代仏像に取り組んでいる愛好家や仏師の作品展。併催展として藤本禮慈(神戸の山高龍雲工房)による金箔を使った伝統技法である截金(きりかみ)作品を紹介。

会期

3月7日(火)～26日(日)
(13日(月)、21日(火)は休館日)



Child Care

子育てのお悩み相談室

PICK UP

友だちとのトラブルの対策

- ① どっしりと構える
 - ② 子どもの話を聞く
 - ③ 常に子どもを見守る
- 家族で協力して取り組む

Q

子どもが友だちとトラブルを起こして元気がありません。親としてどうすればよいでしょうか。
(小学生の母より)

A

子どもが友だちとトラブルを起こしたり、元気がなかったりすると、親としていたたまれない気持ちになりますね。しかし、親があたふたしては子どもも不安になります。親がどっしりと構えていれば、子どもも落ち着いて自分のことを考えることができます。

トラブルは子ども自身の問題なのです。親が解決できるものではありません。トラブルを乗り越えて、子どもは成長します。楽しいこと、うれしいこと、つらいこと、いろいろあっていいのです。友だちとの関わりの中でこそ相手の気持ちを考えることができるようになります。

親はそんな子どもの成長を見守り、子どもだけでは解決が難しいなと感じた時には手や知恵を貸す。いつも見守ってくれる頼もしい人。そんな存在でなければなりません。子どもの様子で、何かいつもと違うな…と感じたときに、子どもと向き合い、じっくり話を聞く時間を作りましょう。そのために大切なことは、日頃から常に子どもをしっかり見守ることです。(学校教育課)

母子保健行事

場所：地域保健センター ☎45・7437

対象

3~4ヵ月児健康診査	7日(火) 13:15~14:45	平成28年11月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	16日(木) 13:15~14:45	平成27年9月生まれ
2歳児相談	9日(木) 9:30~11:00	平成27年3月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	16日(木) 9:30~11:00	平成26年8・9月生まれ
3歳児健康診査	23日(木) 13:15~14:45	平成25年8月生まれ
離乳食講習	14日(火) 13:00~15:00	生後4~5ヵ月児とその家族 ※場所：四国電力坂出営業所 ふれあいサロン
子育てサークル	21日(火) 13:30~15:00	生後3ヵ月~1歳児とその家族
パパママ学級(要予約)	12日(日) 10:00~11:30 13:30~15:30	妊婦のかたと家族
かもめ教室(要予約)	21日(火) 9:30~11:30	子育てに不安のあるかた



相談

市けんこう課 ☎44・5006

場所

栄養相談 要予約	13日(月) 13:30~16:30	地域保健センター
こころの健康相談 要予約	8日(水) 14:00~17:00	地域保健センター
子ども相談 要予約	17日(金) 9:00~11:00 13:30~15:30	地域保健センター 育児に不安をお持ちのかた
ことばの相談 要予約	9日(木) 13:30~15:30	地域保健センター 言葉の遅れや発音が気になるかた

健康教室

市けんこう課(☎44・5006) / 地域包括支援センター(☎44・5091) / 市立病院(☎46・5131)

	内容	講師	とき	ところ	問合先
講話	ミュージック・ヒーリング~音楽でココロいきいき、カラダはつらつ~	音楽療法士 岩永十紀子	10日(金) 14:00~15:30	市民ふれあい会館	地域包括支援センター
	★元気が地域のチカラのもと★	坂出市社会福祉協議会	15日(水) 14:00~15:30	〃	〃
	認知症サポーター養成講座	認知症キャラバンメイト	24日(金) 14:00~15:30	市役所東館2階	〃
	座談会 認知症家族会「ほほえみの会」		28日(火) 14:00~15:00	〃	〃
	糖尿病教室「寝たきり予防のための骨粗しょう症対策」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	8日(水) 14:00~15:00	市立病院2F 講堂	市立病院
実技	月経困難症~生理痛ぐらいで病院に行っているの？	産婦人科部長 戸田 千	14日(火) 14:00~15:00	〃	〃
	大腸がんについて	外来主任看護師 直井 真帆	22日(水) 14:00~15:00	〃	〃
	からだばかばか体操	運動指導士 池田 陽子	2日(木) 9:30~11:00	市民ふれあい会館	地域包括支援センター
	からだばかばか体操	運動指導士 安部 武矩	7日(火) 13:30~15:00	〃	〃
	男性はつらつ教室	運動指導士 吉田 美由紀	8日(水) 9:30~11:00	勤労福祉センター	〃
	音楽に合わせて体操教室	運動指導士 尾島 文子	22日(水) 9:30~11:00	市民ふれあい会館	〃
	ヨーガで心も体もリラックス	運動指導士 福岡 有華	24日(金) 9:30~11:00	〃	〃
タオルで元気な身体づくり	運動指導士 太田 幸世	28日(火) 9:30~11:00	〃	市けんこう課	

「話す」ことは不安を「離す」はじまりです！

体調不良、食欲不振、遅刻・欠勤が増えた…自殺前には多くの場合、何らかのサインが出ています。自分自身はもちろん、家族や周囲の人がこのメッセージに気づき、まずは誰かに話してみることが大切です。市けんこう課では毎月無料でこころの健康相談を実施しています。(4ページ参照)一人で抱え込まないで、ご相談ください。



7歳未満のかたへ

麻しん風しん予防接種は3/31までに

対象者 1期：生後12月~24月
2期：H22.4.2~H23.4.1生まれ

※2期のかたは、4月以降は自己負担となります。

問合先 市けんこう課(☎44・5006)

休日当番院

自動音声案内(☎45・0199)

5日(日)	三木内科胃腸科医院 宮下町(☎46・3658) 内 赤沢病院 府中町(☎48・3200) 内・小 ままだ整形外科外科医院 室町(☎46・5056) 外
12日(日)	回生病院 室町(☎46・1011) 内・小・外
19日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131) 内・小・外
20日(祝)	高橋内科医院 文京町(☎46・3315) 内 鶴野医院 宇多津町(☎49・0431) 内 番の州ハピネスクリニック 八幡町(☎44・5566) 外
26日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195) 内・小・外

健康

One

ポイント

「いちご白書」をもう一度

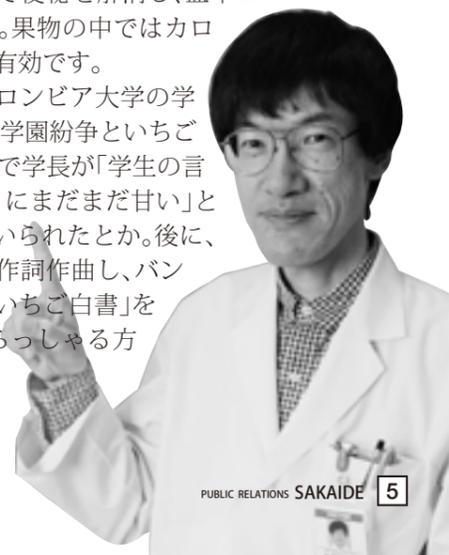
いちごはビタミンCの宝庫です。生のまま食べるとその損失も少なく、効率よく摂取できます。成人1日のビタミンC所要量は約100mgですが、これは大粒のいちご6~8粒でまかなえます。ビタミンCはコラーゲンの生成を助けて皮膚を健康にし、免疫力を高めて疾病に罹りにくくし、ストレスから体を守ります。さらに高い抗酸化力から老化を防止し、ガンの発生を抑制するといわれます。

また、胎児の健康維持に必要なため、妊娠中の女性は多めに摂取したいビタミンB群の一つである葉酸が十分含まれます。酸味成分のクエン酸やリンゴ酸には疲労回復効果があります。

そしていちごにはペクチンという食物繊維が豊富です。ペクチンは腸内の善玉菌を増やして便秘を解消し、血中コレステロールを低下させます。果物の中ではカロリーが低く、糖尿病の予防にも有効です。

映画「いちご白書」は米国コロンビア大学の学園紛争を題材にしていますが、学園紛争といちごの関係は？という、映画の中で学長が「学生の言うことや考えは、いちごのようにまだまだ甘い」という意味合いからいちごが用いられたとか。後に、荒井由実(松任谷由実)さんが作詞作曲し、パンパンが歌って大ヒットした『「いちご白書」をもう一度』は記憶に残っていらっしゃる方が多いと思います。

市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生





そのら
猪熊 宙ちゃん
(江尻町)
H27.8.3生
食べることが大好き!!
ケガせず大きくなーれ♡



サカイデマングローブ 1/21-29

ちょうかんてい
鳥瞰庭と美術館展示室を一体化させるカミイケタクヤさんの舞台芸術にフランスのサーカスアーティスト ベルナル・カンタルさんが演出を加え、6人のパフォーマーによるアクロバットやパントマイムなど多種多様なパフォーマンスが融合した「サカイデ マングローブ」が坂出市民美術館で10回公演されました。美術館を回遊しながら、美術・演劇・パフォーマンスアートを鑑賞するフランス発祥の現代サーカスという新しい芸術の形に触れました。



1月15日には、徳島県出身の勤緑さんと木偶舎のみなさんが坂出市に訪れ、人形浄瑠璃を披露しました。午前坂出駅前で開催された「楽市楽座」に登場し、その後周辺を「お練り」でにぎやかに盛り上げました。午後は勤労福祉センターで「寿三番叟」や「八百屋お七 火の見櫓の段」などを公演後、観客を引き連れて鳥瞰庭や市民美術館まで練り歩きました。



勤緑・木偶舎 1/15
人形浄瑠璃がやって来た!

まる通信
もうすぐ春じゃのう!
3月は、お別れの季節でもあるのう...
さみしいけど、4月になったら新しい出会いが待っているでおじゃる!!今年も友だち100人以上作るでおじゃる☆
み〜んなで仲良く遊ぼうのう♪



Information
~まろのスケジュール帳~
3/19(日) AM11時頃
楽市楽座 @JR坂出駅前
※最新のまろの予定は、市ホームページ「まろの部屋」で見てください。

投稿写真 募集中!
3/13 締切

アイドル(平成27年9~11月生まれのお子さま)
ペット・キャラ弁
自慢の逸品



記入事項
住所・氏名(ペットの名前)
連絡先・コメント(24文字以内)
※メールでも投稿していただけます。
his yokouhou@city.sakaide.lg.jp
■詳しくは、市秘書広報課(☎44・5000)へ

第1回 ふるさと坂出スポレク大会



総合優勝 金山地区



初開催のふるさと坂出スポレク大会が坂出市立体育館で行われました。当日は、じゃんけんをして、たすきを奪い合う地区対抗レクリエーションやすべての玉を入れてスピードを競うアジャタ大会が行われました。このほか、今年度開催されたマラソン大会や老人クラブスポーツ大会、地域でのラジオ体操の参加人数を得点に加えた結果、見事総合優勝に輝いたのは金山地区のみなさんでした。おめでとうございます!



準優勝 加茂地区



第3位 松山地区

~総合成績~

- 総合優勝 金山地区 総合得点 94.00点
- 準優勝 加茂地区 総合得点 89.90点
- 第3位 松山地区 総合得点 85.80点

アジャタ*大会

- 小学生の部
 - 第1位 金山地区 37秒25
 - 第2位 西庄地区 42秒26
 - 第3位 加茂地区 47秒13
- アジャタ総合(男性・女性・男女混合の部の合計)
 - 第1位 松山地区 5分2秒59
 - 第2位 金山地区 6分54秒05
 - 第3位 加茂地区 7分26秒89

地区対抗レクリエーション

- 第1位 林田地区 第2位 金山地区 第3位 加茂地区

ボールゲームフェスタin坂出



最後の1個がいじらしい!

玉をこう組むといっぺんにようけ入るかも



地区対抗レクリエーション

バスケットボール五輪日本代表の岩屋 睦子さんなどトップアスリートを講師に招いたボールゲームフェスタが1月28日、坂出市立体育館でありました。午前の「ボールであそぼう」では、岩屋さんや元ラグビー監督の岡村 要さんの指導のもと親子49組98人がボール運動を体験。午後は「キッズチャレンジ」で小学3~6年生140人がバレーボール・ラグビー・ハンドボール・バスケットボールを順番に楽しく体験しました。

いつでもどこでも
広報さかいでを持ち歩こう！



- いつでもどこでも読める！
- プッシュ通知で行政情報を見逃さない！
- 防災情報もオフラインで閲覧できる！

広報の最新情報だけでなく、ホームページや公式SNSの
新着情報もタイムリーに知ることができます。

マチイロではハザードマップや131カードを見ることも
できます。一度ダウンロードしておけば電波がない
ときでもオフラインで何度も見れるので災害時でも安心
です。

※「マチイロ」は「広報紙」がリニューアルした株式会社ホープが提供する
無料アプリです。(データ使用料は必要)アプリ内で表示される広告は坂
出市とは関係ありません。

登録はカンタン♪ 3ステップ！

1

まずはダウンロード！
下のQRコードまたは
「マチイロ」で検索

2

カンタン個人設定

- ☑ 性別
- ☑ 生年月日
- ☑ お住まいの地域

3

気になる情報を
チェック！
SNSでシェアしよう！

PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE

坂出市

DATA

2月1日現在 ()内は前月比
人口 52,459人 (-31)
男 25,096人 (-1)
女 27,363人 (-30)
世帯 21,330世帯 (-4)

(1月)
出生 35人 (2)
死亡 77人 (-9)
転入 129人 (-10)
転出 118人 (5)
交通事故 38件 (死者0人)
救急 383件
火災 2件

※平成27年の国勢調査を基本に、
毎月の住民移動から推計した人口・世帯数です。

市制施行 昭和17年(1942)
市の面積 92.49km²
市の木 珊瑚樹
市の花木・草花 桜・コスモス



市内高校写真部作品 6

誰かに伝えたくなくなる
坂出弁講座 9

認知症をもっと知ろう -9-

もうすぐ春です

春のイベントいろいろ 9

レンタル希望者募集

幼児2人同乗用自転車 -8-

3月26日・4月2日

市役所を一部日曜開庁 -5-

マイナンバーカードで

コンビニ交付が始まります -4-

すべての世代の人が
つどい・つながる図書館

