

≡ 広報 さかいで

2018
(平成30年)

9

No.1338

- 2・3 9月9日は『救急の日』
- 4・5 救急車の適正利用にご協力ください
- 7 9月は『健康増進普及月間』
- 10 さかいで第九演奏会

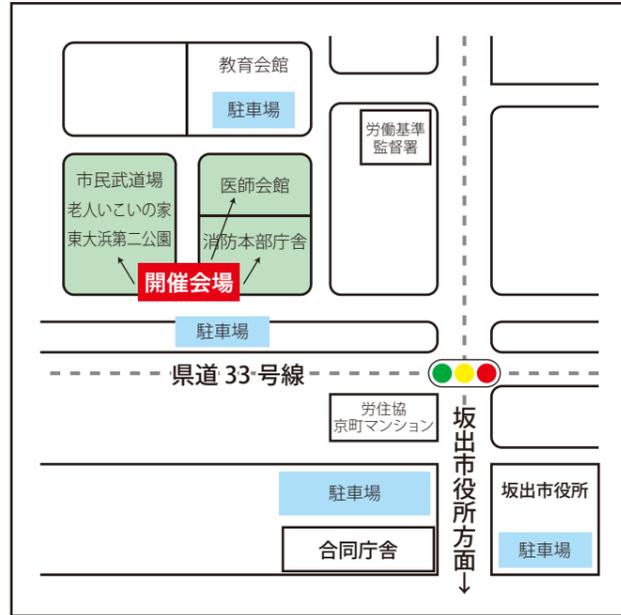
～平成30年度 消防防災ひろば開催～

日時 10月14日(日) 9時30分～11時30分

場所 坂出市消防本部庁舎周辺



会場・駐車場案内図



③ 駐車場台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用下さい。また、お車でお越しの際は、できるだけ乗り合わせてご来場ください。

④ 雨天時は、中止もしくは内容の変更あり。

問 市消防本部 ☎46・0119

9月9日は『救急の日』

救急医療週間 9月9日(日)～9月15日(土)

問 市消防本部 ☎46・0119

「救急の日」は、救急業務および救急医療に対して正しい理解と認識を深めていただくために、昭和57年に定められました。自分の大切な家族や友人の命を守り救うために、そして市民同士が「命を慈しみ合う」安心で安全な社会を作り上げるために、この救急医療週間に機に、応急手当てに関する知識および技術を学び大切な人を守りましょう。



はしご車搭乗体験 煙体験ハウス
地震体験車 こども自動車展示
こども防火服着体験 放水体験
非常食試食 キッズレスキュー体験
消防団女性分団による防災教室
消防隊員による救助訓練披露

☆ はしご車の体験は事前に予約が必要です。

受付日時 10月1日(月) 8時30分から

◎ 先着40組 (1組4名まで3歳以上)



救命の連鎖
倒れた人の命を救い、社会復帰に導くために必要となる一連の行いを「救命の連鎖」といいます。「救命の連鎖」は、「心停止の予防」「早期認識と早い119番通報」「心肺蘇生法とAED」「救急隊や病院での処置」の四つの輪で成り立っており、この四つの輪が途切れることなく繋がることで救命効果が高まります。



【救命の連鎖】のうち、最初の三つの輪はその場に居合わせた人(住民)により行われることが期待されます。住民により心肺蘇生が行われたほうが、行われなかったときより生存率が高く、住民がAEDを使用し、電気ショックを行ったほうが、生存率や社会復帰率が高いことが分かっています。「心停止の予防」とは、突然死の可能性のある病気を未然に防ぐことです。小児では交通事故、窒息や溺水などによる不慮の事故を防ぐことが重要であり、成人では、心疾患、脳卒中などの初期の兆候を見逃さず、心停止に至る前に医療機関で治療を開始することが重要とされています。普段の生活から注意し、体調に不安を感じたら早めに医療機関を受診しましょう。

平成30年7月豪雨 災害義援金について

平成30年7月の豪雨災害で被災されたかたを支援するため、市役所および出張所等に募金窓口を設置し、義援金を受け付けています。受け付けた義援金は日本赤十字社を通じて被災地へ送られます。皆さまの善意の募金をお待ちしております。

募金窓口
市役所本庁舎出納局、各出張所、坂出駅前市民サービスセンター、市立体育館、市立病院

受付期間
12月31日まで

問 市ふくし課
☎44・5007

ハザードマップの活用を!

ハザードマップは、自然災害による被害を予測し、その被害範囲を地図化したものです。先般の豪雨災害でも、被害予測と実際の被害地点には多くの一致があり、各種ハザードマップの重要性が再認識されています。災害時に重要なのは、自らの判断で安全な場所に避難することです。地域のハザードマップを確認し、避難場所や避難経路について考えておきましょう。

問 市危機管理室
☎44・5023

平成30年7月豪雨

平成30年7月5日から8日にかけて、西日本を中心に広い範囲で起こった記録的な豪雨は、広域にわたって土砂災害や河川の氾濫による大規模な浸水被害をもたらした。甚大な災害となりました。

今回の豪雨で大きな被害を受けた被災地支援のため、緊急消防援助隊香川県隊の救急隊として5回にわたり21名を派遣し、行方不明者の捜索活動等を行いました。

豪雨災害により犠牲となられたかたへのご冥福をお祈り申し上げますとともに、一日も早い復旧・復興を願っています。

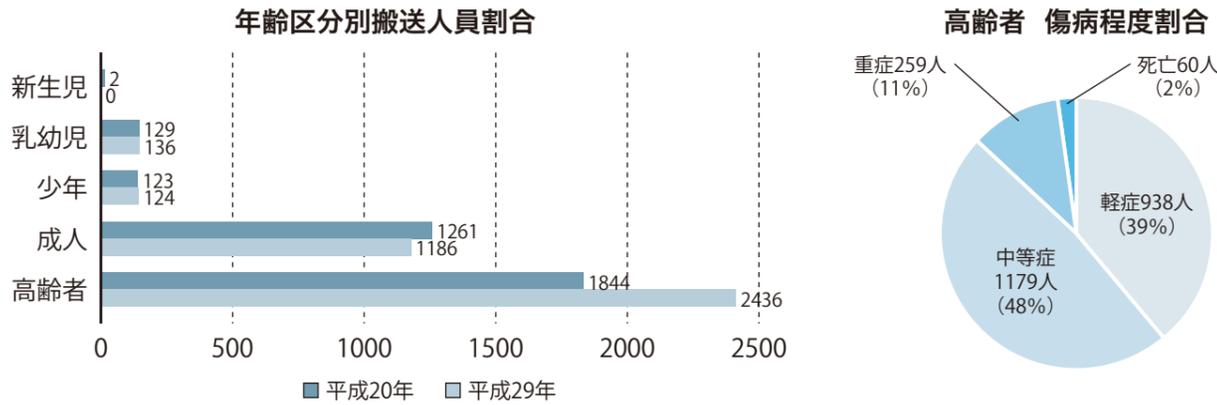
緊急消防援助隊香川県隊の発隊式(与島パーキングエリア)

～救急搬送される高齢者は年々増加傾向に～

問 市消防本部 ☎46・0119

現在、事故や病気で、救急搬送されている人が増加傾向にあることをご存知でしょうか。原因は他にもない超高齢社会によって高齢者が救急搬送される件数が増えていること。坂出市の統計によると、平成20年には年間1,844人だった高齢者の救急搬送人員が、昨年は2,436人と大幅に増えています。また、救急搬送された高齢者の初診時の傷病程度別では、6割以上のかたが入院の必要がある中等症以上と診断されています。

【高齢者(65歳以上)の救急搬送(平成29年)】



平成29年中の総搬送人員3,882人のうち、高齢者は2,436人と全体の62.7%となっており、救急搬送全体に占める割合が年々増加しています。中でも、中等症以上の傷病程度で搬送される高齢者が増加傾向にあります。

～高齢者の事故防止ポイント～

救急搬送に至る事故の実態や傾向を知り、本人・家族・地域でそれぞれができる事故防止対策を実施しましょう。

加齢に伴い、心肺機能の低下、筋力の低下、視覚・聴覚の低下、嚥下機能の低下など様々な身体機能が変化します。

身体機能の変化について知り、事前の事故防止対策をしましょう。

事故の原因



転倒 (段差、玄関、廊下など)

- ・段差につまずかないように気をつけましょう
- ・転倒を防ぐために整理整頓を心がけましょう
- ・階段・廊下・玄関・浴室などに滑り止め対策をしましょう
- ・靴下は滑りにくいものを履きましょう
- ・歩行にかかわる筋肉を運動で強化しましょう
- ・照明不良(暗くて足元が見えない)をなくしましょう

転落

- ・階段などには手すりを設置しましょう
- ・ベッドにも転落防止の柵をつけましょう
- ・脚立などを使用して作業をする時は補助者に支えてもらいましょう

窒息 (食物、薬等の包装など)

- ・細かく調理、ゆっくりよくかむことで窒息予防
- ・お茶などの水分を取りながら食事をしましょう
- ・急に話しかけて、あわてさせないように気をつけましょう

おぼれる (入浴時)

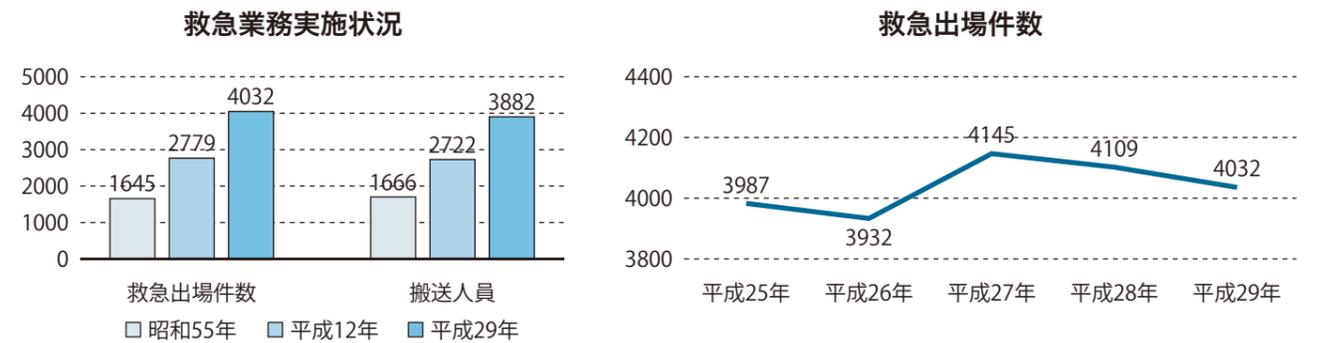
- ・長湯・高温浴は避けましょう
- ・飲酒後の入浴はやめましょう
- ・入浴時には家族に知らせ、家族はこまめに声をかけましょう

9月9日は「救急の日」 ～救急車の適正利用にご協力ください～

問 市消防本部 ☎46・0119

近年、全国的に救急車の出場要請が増加しており、坂出市においても救急出場件数が増加傾向にあります。坂出市の昭和55年中の救急出場件数は1,645件でしたが、平成12年には2,779件、そして平成29年には4,032件となり、実に2.4倍以上に増加しています。この間、人口は約1万4千人減少していますが、ここ数年の1日の平均出場件数は約11回と高止まりの傾向を示しています。

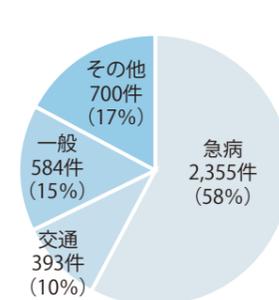
【救急出場の現状(平成29年)】



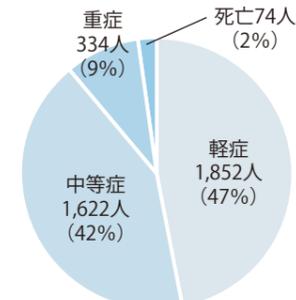
平成29年の1日平均出場件数 11.0件

管内の平成29年中の救急出場件数は4,032件で、前年よりやや減少したものの、平成27年から4,000件を上回る水準が継続しています。

事故種別



傷病程度



※軽症とは入院の必要がない状態、中等症とは3週間までの入院が必要な状態、重症とは3週間以上の入院が必要な状態を指します。

坂出市消防本部の救急車



香川県救急電話相談

救急車を呼ぼうか迷った時には、「香川県救急電話相談」へご連絡ください。

○ 一般向け救急電話相談 ☎087・812・1055

○ 子どもの急な病気やけがなどの相談は小児救急電話相談へ ☎8000

☎087・823・1588

看護師が相談に応じ、必要に応じて医師がサポートします。(毎日19時～翌朝8時) ※あくまでもアドバイスで診察・治療ではありません。

救急車は限りある医療資源です

緊急性がない症状で救急車を利用するケースが増え、全国的に社会問題化しています。坂出市でも、軽い症状やけがで救急車を要請する人の割合が増え、平成29年中に救急車で病院へ搬送された人のうち、入院を必要としない軽症の人の割合が約47%と半数近くを占めています。

救急車は事故による大けがの人や、心筋梗塞や脳卒中などの命にかかわるような重い病気の人の、一刻も早く医療機関へ搬送するための緊急車両です。緊急性がない場合は、家用車やタクシーなど一般の交通機関を利用できないか、今一度、救急車の適正利用について考えてみてください。

ただし、命にかかわる病気やけがで緊急に医療機関へ行かなければならない場合や、緊急性の判断が困難な場合などは、迷わずに119番通報してください。

救急車を本当に必要とする人のために、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

9月は「健康増進普及月間」です 『1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～健康寿命の延伸～』

■詳しくは、市けんこう課(☎44・5006)へ

生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣改善の重要性について国民一人ひとりの理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、9月1日から30日までの1か月間を『健康増進普及月間』と定め、普及啓発活動を全国的に行います。

健康増進のために

日本人の平均寿命の延伸が喜ばれる一方で、人口の高齢化、社会生活環境の急激な変化等に伴って、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加や医療費の問題が注目されています。健康で長いきいきと暮らすために、毎日の生活の中で『運動』『食事』『禁煙』を考えてみませんか。

身体活動を毎日プラス10分

いつまでも若々しくあるためには、日々の適度な運動や身体活動が大切。今より1日10分多くからだを動かすことで、いきいきとした健康生活に変わります。



毎日野菜をプラス1皿

毎日の元気は、バランスの良い食事から。意識して美味しく野菜を摂ることで、理想的な食生活に近づきます。



タバコの煙はマイナス

タバコを吸わないことは健康の大前提。禁煙はもとより、受動喫煙のない社会の実現が健康生活の基本です。



9月10日～16日は「自殺予防週間」です 『「話す」ことは、不安を「離す」はじまりです！』

■詳しくは、市けんこう課(☎44・5006)へ

毎年約2万人余りのかたが自ら命を絶っている日本。身近にいる大切な人の悩みに気づいたら、声をかけ、支え合うことが自殺予防につながります。お互いに助け合い、皆が安心して暮らせる社会にしていきたいと思います。また、自殺予防週間にあわせて全国一斉の『暮らしとこころの相談会』が実施されます。

日時 9月11日(火) 10:00～13:00
電話相談 予約不要 ☎087・802・5228(相談日のみ開設)
面接相談 予約制
場所 香川県弁護士会館2階(高松市丸の内2-22)
相談料 電話相談および面接相談ともに無料
主催 香川県弁護士会／日本弁護士連合会
問合せ先 香川県弁護士会事務局(☎087・822・3693)まで



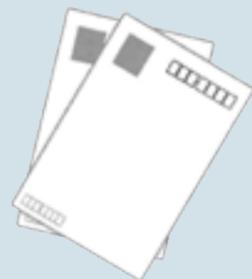
けんこう課でも、毎月臨床心理士による個別相談「こころの健康相談」を実施しています。1人で抱え込まないでご相談ください。

介護給付費通知書について

■詳しくは、市かいご課(☎44・5090)へ

介護給付費通知書を年4回(3月、6月、9月、12月)圧着ハガキでお届けしています。この通知書は、介護サービスを利用されたかたに、利用したサービスの種類や自己負担額等をお知らせするものです。お手持ちの領収書やサービス利用票と通知書の記載内容を比べていただき、利用したサービスの内容や自己負担額に間違いがないかをご確認ください。

※この通知書は請求書や領収書ではありません。
※記載した自己負担額には、高額介護サービス費として支給された金額を含んでいます。
また、施設サービス費には、居住費、食費等は含まれていません。



腸管出血性大腸菌感染症に注意しましょう

■詳しくは、市けんこう課(☎44・5006)へ

大腸菌は健康な人の大腸などにおいて、通常は下痢などの症状を起こすことはありません。しかし、なかには下痢や腹痛などを起こすものがあり、特に強い病原性を示すものが病原性大腸菌です。

病原性大腸菌のうち、O157、O26、O111などは、腸管内でベロ毒素という出血性下痢の原因となる毒素を産生するため、「腸管出血性大腸菌」とも呼ばれます。

【腸管出血性大腸菌の特徴】

- ① 感染力が非常に強い
- ② 長い潜伏期間(3～8日)
- ③ 強力なベロ毒素を産生し、腸の粘膜を破壊したり、溶血性尿毒症症候群(HUS)や脳症などを引き起こし、死に至ることがある

下痢や腹痛などの症状があれば早めに医療機関を受診しましょう。下痢止めや痛み止めの薬の中にはベロ毒素を体外に排出されにくくするものがありますので、自分の判断で薬を服用せず、医師の指示に従いましょう。



【主な感染源と感染経路】

国内で原因食品と特定あるいは推定されたものには、生肉、井戸水、生野菜などがあり、これらを介して口から感染します。

感染を防ぐには...

食中毒予防の3原則

菌をつけない！ 増やさない！ 殺菌する！

菌をつけない！

せっけんでよく手を洗い、まな板・包丁などは熱湯や塩素系漂白剤で消毒しましょう！



増やさない！

食品は新鮮なものを購入し、冷蔵や冷凍が必要なものはすぐに保冷しましょう。



殺菌する！

食品(主に肉等)は75℃以上で1分間以上加熱するなどして、中心部までしっかり火を通しましょう！



ラジオ体操で「健幸」生活を始めてみませんか！

■詳しくは、市生涯学習課(☎44・5025)へ



松山地区の高屋沖公民館では8年前からラジオ体操が行われ、現在は高屋沖健康いきいき会の皆さまが中心となって行われています。

ラジオ体操広場は、体を動かすだけでなく、毎日地域の人々が顔を合わせるコミュニケーションの場にもなり、高屋沖公民館前のミニ広場でも参加者同士で会話をしながら和やかな雰囲気の中でラジオ体操をしています。

ラジオ体操広場

毎朝6時30分のラジオ体操放送に合わせてラジオ体操を行う会場が市内6か所に開設されています。

坂出駅前市民広場・坂出小学校運動場・林田町総社神社境内・川津小学校運動場

東大浜緑地(ミニ広場)・**New** 高屋沖公民館(ミニ広場)

男女共同参画講演会のご案内

男女がともにいきいきと輝くためには何が必要でしょうか。坂出市では、「男女がともに認め合い、輝き、ともに創るまち」をめざして、さまざまな取り組みを行っています。職場で、家庭で、地域で、より質の高い日々を過ごすために何ができるのか、今を当たり前に思わず、一緒に考えてみましょう。

日時 9月22日(土)
午後1時30分～3時
場所 勤労福祉センター
内容 「女も男も幸せになる法則」
「家庭の中の「女」と男」
「仕事の中の「女」と男」
講師 谷口真由美氏
(大阪国際大学准教授・全日本おばちゃん党代表代行)



定員 150名(先着順)※当日受付可
申込方法 9月18日(火)までに、郵送・FAX・メール・持参のいずれかで市人権課までお申し込みください。
※要約筆記・無料託児所(要事前申込)もあります。
※先着150名様に記念品プレゼント
詳しくは、市人権課
(☎44・5008、☎44・3604、
✉jinken@city.sakaide.lg.jp)へ

ご相談ください 人権擁護委員

7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。

- 再任された委員(敬称略)
三野 郁子(八幡町三) ☎45・7226
在任中の委員(敬称略)
中山香代子(鞆島二) ☎45・8449
中村 修二(西庄町) ☎46・0618
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
野村 亮子(林田町) ☎47・1737
神成 章(京町一) ☎46・2592
谷口 正行(府中町) ☎48・0696
詳しくは、市人権課
(☎44・5008)へ

県営住宅入居者募集

募集月 6・9・12・3月
(各月1日～10日頃)
募集団地 お問い合わせてください
入居資格 次のすべてに該当するかた
①住宅に困窮している
②同居親族または同居しようとする親族がいる
③収入が所定の基準に該当している
④県税などの滞納がない
⑤暴力団員でない
詳しくは、香川県建築設計協同組合(県庁住宅課分室) ☎087・832・3587へ

情報開示の状況

坂出市情報公開条例第25条の規定により、平成29年度の行政文書の公開の実施状況を公開します。

公開請求の件数	
全部公開決定の件数	94件
一部公開決定の件数	45件
非公開決定の件数	3件

個人情報の開示等の状況

坂出市個人情報保護条例第52条の規定により、平成29年度の個人情報の開示等の実施状況を公開します。

個人情報取扱事務の登録件数	
開示請求の件数	508件
全部開示決定の件数	27件
一部開示決定の件数	14件
不開示決定の件数	13件
訂正請求の件数	0件
利用停止請求の件数	0件

9月10日は「下水道の日」

下水道って、なぜ必要なの？
発生した汚水をそのまま流すと川や海が汚れます。下水道が整備されると、蚊やハエのいない衛生的な生活環境が確保でき、海や川の水質汚濁が解消され、美しい自然環境を取り戻すことができます。

Q 下水道の日ってなんですか？
下水道施設の全国的な普及を図るため、下水道の大きな役割の一つである「雨水対策」を念頭に、台風シーズンである210日を過ぎた220日(立春から数えて)が適当であると考え、9月10日を下水道の日としたものです。

汚水整備事業の効果をも最大限発揮させるためには、汚水管敷設置地域の各家庭が水洗便所、台所、洗濯、風呂などの排水設備を汚水管に接続していただく必要があります。

下水道整備工事に際しましては、騒音や振動、交通規制などでご不便・ご迷惑をおかけしますが、ぜひとも下水道の意義をご理解いただき、ご協力をお願いします。

※排水設備工事は、坂出市排水設備指定工事店へお申し込みください。
詳しくは、市都市整備課 (☎44・5017)へ

水道メーターの一斉取替

水道メーターの一斉取替えを行います。対象者には事前にはがきで通知しますのでご確認ください。

対象地区 宮下町・築港町・常盤町八幡町・白金町・寿町・本町・元町京町・室町・旭町・久米町・昭和町入船町・新浜町・大池町・花町小山町・駒止町・谷町・江尻町瀬居町・沙弥町・林田町・加茂町府中町・川津町・大屋富町番の州公園・沖の浜・西大浜北西大浜南の各町の一部
期間 9月5日(水)～25日(火)
費用 無料
取替業者 市内指定給水装置工事業者
詳しくは、香川県広域水道企業団坂出事務所(☎46・4300)へ

コミュニティ助成で整備

(一財)自治総合センターの「宝くじの助成金」を受けてコミュニティ活動に必要な自主防災組織の資機材を整備しました。



テント、物置、発電機、投光器など

総務省「行政相談窓口」の愛称とマスコットの決定について

総務省では、行政相談を国民に親しみやすく、気軽に利用してもらうため、行政相談窓口の愛称を「きくみみ」とすることとしました。これに伴って、総務省四国行政評価支局の行政相談窓口の愛称を「きくみみ香川」とし、ロゴと行政相談のマスコット、キクーンを決定しました。

コンセプトは、へ地域社会に寄り添って一人ひとりの声を聞くという思いです。

国などの仕事や手続き、サービスについて困っていることがありましたら、お近くの行政相談委員または「きくみみ香川」(☎0570・090110)までご相談ください。

相談は無料で秘密は厳守されます。



行政相談のマスコット キクーン

詳しくは、四国行政評価支局行政相談課(☎087・826・0674)へ

「こころ」からの健康づくり みんなで進める働き方改革

香川労働局では、10月1日(月)から7日(日)までを労働衛生週間、9月1日(土)から30日(日)までを準備期間として、県市町をはじめ各関係団体等との連携・協働により、国民の労働衛生に関する意識を高揚させ、職場における自主的労働衛生管理活動を通じて労働者の健康確保対策を推進することとしています。

詳しくは、香川労働局労働基準部健康安全課(☎087・811・8920)または各労働基準監督署へ

人手不足対策のために女性の活躍推進に取り組みませんか

従業員数300人以下の中小企業は、平成28年4月1日より女性活躍推進法に基づいた一般事業主行動計画の策定・届出などが努力義務となっております。人手不足対策・働き方改革の近道として女性活躍推進に取り組み、人材確保や働きやすい職場づくりにつながりましょう。

一般事業主行動計画とは

女性活躍推進法に基づき、女性活躍に関する現状把握・課題分析を行い、課題に基づいた目標を設定、達成するための行動計画です。

詳しくは、女性活躍推進センター東京事務局 一般財団法人女性労働協会(☎03・3456・4412)へ

「住宅」土地統計調査にご協力ください

総務省では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。この調査は全国約370万世帯の方々を対象とした調査で、住宅数や居住状況のほか、高齢化社会を支える居住環境、耐震性・防火性といった住宅性能水準の達成度、土地の利用状況を明らかにすることを目的としています。調査の対象となった世帯には、9月中旬に統計調査員が調査書類をお届けしますので、みなさまの調査へのご理解とご協力をお願いいたします。

なお、インターネットでの回答や調査票の郵送提出もできますので、回答しやすい方法で、ご回答をよろしくお願いいたします。

詳しくは、市政課 (☎44・5001)へ

「滞納整理強化期間」が始まります

市民の皆さんから納付いただいた税金は、福祉、教育、環境、防災など身近な行政サービスや事業を実施するうえで大切な財源です。香川県と県内全市町では9月から12月を「滞納整理強化期間」と定め、県下一斉で税金の滞納解消を目指した取り組みを行います。

税金の納め忘れがないか、もう一度ご確認くださいませすようお願いいたします。

詳しくは、市税務課 (☎44・5004)へ

「水のフェスティバルin府中湖」第20回開催記念 高知県大川村「謝肉祭」参加者募集

問 府中湖水のフェスティバル実行委員会 ☎48・0101

府中ダムに流れ込む香川用水の源流域である早明浦ダム近くの高知県大川村で特産の大川黒牛と土佐はちきん地鶏のバーベキューをお腹いっぱい食べられる日帰りバスツアーです。

日時 11月3日(祝)
料金 大人6,000円 高校生以下4,000円 幼児 無料
申込期間 9月3日(月)～28日(金)
定員 40人(先着順)
申込方法 府中出張所備え付けの申込用紙に記入の上、参加料を添えて直接お申し込みください。



はだしで大地を感じて!子どもも大人ものびのび楽しもう! はだしフェスタ in 坂出 2018

問 はだしフェスタin坂出実行委員会 ☎46・4088

日時 9月9日(日)
10:00～16:00(小雨決行)
会場 瀬戸大橋記念公園
参加費 大人 500円
子ども 300円(3歳未満は無料)

10:00	オープニング	11:00	11:30～フットサル	12:00	ミニゴースト
11:00	瀬戸大橋記念公園	11:30	フットサル	12:00	ミニゴースト
12:00	フットサル	12:30	フットサル	13:00	大会開始
13:00	大会開始	13:30	大会開始	14:00	大会開始
14:00	大会開始	14:30	大会開始	15:00	大会開始

当日エントリー、途中参加もOK!受付にてお申し込みください。



第20回水のフェスティバルin府中湖

問 府中湖水のフェスティバル実行委員会 ☎48・0101

10月6日(土) 午前9時45分 開会

- いきいきウォーク 午前10時スタート
 - ① 道真の里を歩く ガイド付き 約8km
 - ② ミニコース 府中湖カヌー研修センター周辺



- おたのしみ抽選会
- ドラゴンカヌー体験会 正午 乗船

10月7日(日) 午前8時30分 開会

- 第20回坂出府中湖ドラゴンカヌー大会

場所 府中湖カヌー競技場
競技 ドラゴンカヌーレース 200m
成年男子の部・成年女子の部
小学生の部



- 水のステージ・テント村
湖上茶会、展示コーナー
おいしいもの広場、湖上まつり
産直販売、餅つき実演販売
餅投げ



健康通信

Vol.18

ダブルケアカフェ開催中 問 市地域包括支援センター☎44・5091 まろっ子ひろば☎35・8119

晩婚化・晩産化の進展に伴い、育児と介護の負担に同時に直面する、いわゆる「ダブルケア問題」に対する社会的関心が高まっています。「ダブルケア」に直面している世帯では、体力的・精神的・経済的な負担が大きく、また適切な情報が伝わりにくいため、地域社会から孤立する傾向が見られます。「ダブルケア」について、地域みなさんに知ってもらおうとともに、当事者が、思いや悩みを共有できる場として、まろっ子ひろばでは、月に1回「ダブルケアカフェ」を開催しています。市包括支援センターの職員も参加し、介護サービスに関する相談にも応じています。介護や子育てに関してテーマを設け、講師の先生による講座を行うこともありますので、ぜひ、お気軽にご参加ください。

次回開催日 9月10日(月) 10:00～12:00

参加費 無料
場所 まろっ子ひろば(林田町1960-6)

※お申し込み不要で開催時間中はいつでも参加可能です。直接まろっ子ひろばまでお越しください。



瀬戸大橋開通30周年記念事業 さかいで第九演奏会



問 市にぎわい室 ☎44・5015

瀬戸大橋開通30周年を祝ってベートーヴェン作曲「交響曲第9番」の演奏会を瀬戸フィルハーモニー交響楽団による演奏で開催します。

日時 9月30日(日) 13:30開場
会場 瀬戸大橋記念公園内マリンドーム
(雨天時は市立体育館にて開催)
入場料 一般2,000円/高校生以下1,000円

チケット販売所

- ・市観光案内所
- ・市観光協会
- ・市にぎわい室
- ・中央公民館
- ・瀬戸フィルハーモニー交響楽団事務局



第18回 香風園 観月会

問 市観光協会 ☎35・8428

ライトアップされた香風園を会場に、幻想的な雰囲気の中で、中秋の名月を鑑賞しながらゆったりと音楽を楽しみませんか。

期間 9月21日(金)～25日(火) 開園時間 18:00～20:30 会場 香風園
演奏会

開催日	時間	演奏	
9/21(金)	19:00～20:00	ジャズサクソ四重奏	TANT
9/22(土)	19:00～20:00	邦楽演奏会	坂出三曲協会
9/23(祝)	19:00～20:00	ピアノ三重奏	トリオ・ルーナ
9/24(祝)	19:00～20:00	邦楽演奏会	今藤 長由利先生ほか
9/25(火)	18:30～19:20	吹奏楽演奏会	坂出高等学校吹奏楽部

※各演奏会当日が雨天の場合、ライトアップは中止し、演奏会は香風園西隣の市民ふれあい会館にて開催します。ただし、25日(火)の吹奏楽は雨天の場合、中止となります。(警報発令時は全行事中止)



瀬戸内国際芸術祭2019 ～地域型芸術祭をつくる～

問 市にぎわい室 ☎44・5015

瀬戸内国際芸術祭の総合ディレクターを務める北川フラム氏による「美術は地域をひらく—瀬戸内国際芸術祭」と題した講演会等を実施します。アート作品に込められた作家の狙いや、海外からの反響など、瀬戸内国際芸術祭の人気の理由を語ります。また、終了後、希望者には瀬戸内国際芸術祭についての意見交換会を開催予定。

日時 10月6日(土) 13:30～15:30
会場 市民ふれあい会館(坂出市本町一丁目2-1)
定員 120名(要事前申込)
料金 無料
申込方法 市にぎわい室まで電話にて申込(先着順)
受付時間 8:30～17:15(月～金)
駐車場 旧坂出市立病院駐車場を使用してください。



photo Junya Ikeda

第60回 坂出市民芸術祭

問 市文化協会事務局(中央公民館内) ☎46・2422

会場 坂出市民ホール

芸術文化の一層の振興を図ることを目的として「市民芸術祭」を坂出市民ホールで開催します。市民のみならずの多彩な文化活動を紹介しておりますので、ぜひご覧ください。

9月23日(日) 13:00~	坂出みんなの友の会	民踊	10月28日(日) 11:00~	公民館日舞	日舞
9月30日(日) 13:00~	坂出みんなの友の会	民謡・民踊	11月 4日(日) 11:00~	坂出市吟剣詩舞道友の会	吟剣詩舞
10月 6日(土) 9:30~	坂出市民歌謡愛好友の会	歌謡			
10月 7日(日) 9:30~	坂出市民歌謡愛好友の会	歌謡			
10月20日(土) 13:30~	ジュニアコンサート	洋楽			
	16:00~	坂出市民音楽会			
10月21日(日) 13:00~	坂出三曲協会	邦楽三曲			



人がすき、まちがすき、創ろう子育ての“輪” 第24回 一日子育て支援センター

問 市こども課 ☎44・5027

「子育て支援」よく耳にする言葉ですが、以前は地域みんなで子育てをするのはあたりまえのことでした。子どもは、家族以外の人たちからたくさんのことを学び、心豊かな人間に育ちます。地域の人々とふれあいたい子育てで奮闘中のかた、また、子育ての知恵を次世代に伝えていきたいかたは、お気軽にお越しください。

日時	場所	日時	場所
9月 4日(火)	東部集会所	10月12日(金)	加茂公民館
9月 6日(木)	金山集会所	10月17日(水)	王越保健センター
9月12日(水)	松山公民館	10月18日(木)	勤労福祉センター
9月18日(火)	南部公民館	10月31日(水)	西庄公民館
9月19日(水)	府中公民館	11月21日(水)	川津老人いこいの家
9月25日(火)	林田公民館	※開催時間は午前10時から正午までです。	



地域子育て支援センター(2カ所)や、各地区のお母さん同士で結成した子育てサークルへのご参加もお待ちしています。

<育児不安についての相談や、子ども・親同士のふれあいや情報交換等を行っています。>

- 坂出子育てふれあいセンター みどり保育園内 ☎46・4363、44・3930
- きんか子育てふれあい教室 金花保育園内 ☎46・8747

さかいでブランドに認定

問 市産業課 ☎44・5012

次の商品がさかいでブランドとして認定されました。



むじんぞう ももそひめ ひめみこ
【坂出金時いも焼酎(無尽蔵・百襲姫・姫尊)】 丸善工業(株) ☎57・3110

坂出三金時の一つである「坂出金時いも」。旧来より塩田が広がっていた砂地で栽培された、甘みの強い金時いもを原材料に、やわらかな飲み口の焼酎として仕上げました。常圧蒸留式で製造し、いも本来の甘みや香りを残していますので、ロックでお飲みいただくのがおすすめです。



むじんぞう 無尽蔵25° むじんぞう 無尽蔵33° ももそひめ 百襲姫39° ひめみこ 姫尊37°

くらしの 情報



イベント

五色台自然楽校
 ～自然素材で壁飾りを作ろう～
 休暇村讃岐五色台(☎47・0231)
 10月7日(日) 午前8時50分～午後3時
 五色台ビクターセンター集合
 40人(申込先着順)
 3000円
 10月4日(木) 申込締切

四国学院大学オープンキャンパス
 四国学院大学(☎0120・459・433)
 9月17日(祝) 午前11時～午後3時30分
 四国学院大学(普通寺市)
 即興演劇シーソーのインプロ
 ショーも同日午後2時から開催

五色台体験教室
 ～バームクーヘン作り～
 五色台ビクターセンター
 (☎47・2479、☎47・2048)
 9月24日(祝) 午前9時30分～午後0時30分
 五色台ビクターセンタークラフトハウス
 10グループ(1グループ4人程度)
 1人2000円(保険料+材料費(1グループ1,000円)2人以下参加の場合1人3,500円)
 9月8日(土) 午後4時 申込締切

第90回さかいで楽市楽座九月市
 同実行委員会(☎46・2701)
 9月16日(日) 午前9時～午後2時
 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。

オープンホスピタル
 香川労災病院(☎23・3111)
 9月29日(土) 午前9時30分～午後2時
 香川労災病院(丸亀市)
 手術室見学・内視鏡体験・調剤体験・助産師体験
 無料

片手でクッキング教室
 市けんこう課(☎44・5006)
 9月12日(水) 午後1時30分～3時30分
 四国電力坂出営業所ふれあいサロン
 両手で調理することが困難な状況にあるかた、もしくは支援者
 8人(申込先着順)
 2000円



介護と子育ての知っておきたい制度
 さかいで子育て支援センターまろっ子ひろば(☎35・8119)
 9月10日(月) 午前10時30分～11時30分
 まろっ子ひろば2階
 無料(要予約)
 講師:社会保険労務士谷川由紀氏

早稲田大学「地域交流フォーラム」
 坂出稲門会幹事(☎09086698・1131)
 9月1日(土) 午後3時30分～5時20分
 ホテルアネシス瀬戸大橋(宇多津町)
 早大総長鎌田薫・早大名誉教授北川正恭(元三重県知事)両氏の講演
 無料(申込不要)

県立ろう学校 学校開放日
 県立ろう学校(☎087・865・4492)
 10月21日(日) 午前8時40分～午後0時30分
 県立ろう学校(高松市)

スタンブラリーにチャレンジ!
 ボーイスカウト香川連盟嶋田(☎45・7993)
 9月30日(日) 午前10時～午後2時
 (午前9時30分から受付)
 瀬戸大橋記念公園※小雨決行
 小学生

県立ろう学校 学校開放日
 国際交流ブースなど各ポイントでゲームをクリアしてスタンプを集めよう
 無料
 水筒・弁当・雨具持参

災害!そのときあなたはin坂出
 坂出市手をつなぐ育成会
 10月8日(祝) 午前10時～正午
 勤労福祉センター
 基調講演・パネルディスカッション
 無料

不登校教育フォーラム
 自由ヶ丘高等学校事務局(☎079・3336・3333)
 10月7日(日) 午後1時30分～4時30分
 レグザムホール(高松市)
 今西泰夫氏による講演
 約100人
 無料

健康教室「転倒予防について」
 四国医療専門学校(☎41・2345)
 9月20日(木) 午後2時～3時30分
 同校附属鍼灸治療院・接骨院(宇多津町)
 無料

まちかど生き物標本展
 県みどり保全課(☎087・832・3212)
 10月4日(木)～14日(日) 午前9時～午後5時(8・9日は休館)
 香川県立文書館(高松市)
 むしむし博士による「むしむしクイズ」を日曜日(①午前10時、②午後2時)に開催

講座・募集



香川大学サテライトセミナー

市政課(☎44・50001)

時 9月5日(水) 午前10時〜11時30分
場 市民ふれあい会館
内 楽しく学んで楽しく実践!
やさしい健康講座「運動のはなし」
料 無料(申込不要)
他 講師:医学部准教授宮武伸行氏

ガーデンセミナー

坂出緩衝緑地管理事務所
(☎45・68200、☎43・5213)

①家庭菜園(冬野菜基礎編)
②ハーブの育て方と利用方法
時 9月23日(祝) ①午前9時30分〜
②午後1時30分〜
場 番の州公園管理事務所
定 ①②各25人
料 500円
申 9月2日(日)から郵便、FAXまたは
メールで申込受付

働く女性の家 一日講座 家庭料理

勤労福祉センター(☎46・24663)

時 9月25日(火) 午前10時〜
勤労福祉センター
定 20人(申込先着順)
料 1,000円(材料費)
申 9月4日(火)から申込受付

ひまわりほっと法律相談会

香川県弁護士会(☎087・8222・3693)

時 9月7日(金) 午後3時〜5時
場 香川県弁護士会館(高松市)
対 中小企業事業者
内 債権・契約・雇用・経営等の法律相談
料 無料(予約制)

試験・その他



防衛・防衛医科大学校生募集

自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

①防衛大学校学生 ②防衛医科大学校(医学科学生) ③防衛医科大学校(看護学科学学生)
時 ①11月3日(祝)・4日(日)
②10月27日(土)・28日(日)
③10月20日(土)
申 18歳以上21歳未満の男女
9月5日(水)〜28日(金)
他 自衛官候補生随時募集中

坂出市ファミリー・サポート・センター 子育てサポーター養成講座 受講生募集

坂出市ファミリー・サポート・センター
(☎46・20055)

時 9月19日(水)〜21日(金) (全3日)
場 福祉会館
対 市内在住で20歳以上のかた
内 子どもの病気・発達・遊び等の知識を
深めるための講習
料 無料
申 9月13日(木) 申込締切
※託児あり(9月7日(金)までに要申込)

精神保健福祉ボランティア講座

中讃保健福祉事務所(☎24・9963)

時 10月3日〜24日の毎週水曜日
午前9時30分〜正午(全4回)※
場 丸亀市保健福祉センター(丸亀市)※
定 25人
料 無料
申 9月28日(金) 申込締切
他 精神保健福祉ボランティアもえぎの
会主催
※17日のみ午後1時30分〜4時に地域活動支
援センターはなその(丸亀市)で開催します。

ジヨギング教室参加者募集

Pikaraスタジアム(☎21・5800)

時 9月6日〜11月8日の毎週木曜日
午後7時〜9時(全10回)
場 Pikaraスタジアム(丸亀市)
定 一般男女50人
料 3,000円(希望者は別途保険料1,850円)

県立農業大学校 入学試験

同大学校教務課(☎75・1141)

①推薦入学試験 ②一般入学試験(前期)
③一般入学試験(後期)
時 ①10月18日(木) ②平成31年1月7日
(月) ③平成31年2月21日(木)
定 野菜園芸・花き園芸・果樹園芸・造園緑
化・畜産の5コース(2年間)計45人
申 ①9月27日(木)〜10月10日(水) ②11月
29日(木)〜12月12日(水) ③平成31年2
月7日(木)〜13日(水)(当日消印有効)

危険物取扱者試験(第2回)

市消防本部予防課(☎46・0983)
消防試験研究センター香川県支部
(☎087・823・2881)

時 11月17日(土) 乙種第4類
11月18日(日) 甲種・丙種・乙種第4類除く
場 香川大学工学部(高松市)
申 書面申請:10月2日(火)〜12日(金)
電子申請:9月29日(土)〜10月9日
(火)午後5時

「干支の置物・クリスマス飾り」 手作り講座生募集

市生涯学習課(☎44・5025)

時 10月9日〜23日、11月13日〜27日の
毎週火曜日(他1日)
場 午前9時30分〜11時30分
中央公民館
内 手縫いで干支の置物・フラワーアレン
ジメントでクリスマス飾り作りなど
定 40人(先着順)
料 3,700円(材料費)

在職者訓練受講生募集

県立高等技術学校高松校
(☎087・881・3171)

①Jwcad 技術講習(基礎)
時 10月9日〜18日の火・木曜日
午後6時〜9時(全4日)
申 9月25日(火) 申込締切
②AutoCAD 技術講習(基礎)
時 10月23日〜11月1日の火・木曜日
午後6時〜9時(全4日)
申 10月9日(火) 申込締切
場 県立高等技術学校高松校(高松市)
定 在職者10人
料 2,000円

放送大学 10月生募集

同大学香川学習センター
(☎087・837・9877)

テレビ等の放送やインターネットを通し
て学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
申 9月20日(木) 申込締切

平成30年度危険物取扱者保安講習会

市消防本部予防課(☎46・0983)
香川県危険物安全協会連合会
(☎087・812・6633)

対 危険物取扱者免状の交付を受け、現在
製造所等において、危険物の取り扱い
作業に従事しているかた
●コンビナート編
時 9月4日(火)〜6日(木)
場 川崎重工業・株 坂出造船工場
定 100人(各日とも)
●一般編(給油・その他編)
時 12月4日(火)
場 回生病院 定 180人

平成31年度准看護学生募集

坂出市医師会附属看護学院(☎45・4080)

時 【試験日】10月13日(土) 午前9時〜
20人 申 10月11日(木) 必着
振り込め詐欺にご注意ください
市けんこう課(☎44・5006)
香川県後期高齢者医療広域連合(☎087・811・866)

相談



無料調停相談会

丸亀調停協会(☎28・5985)

時 9月12日(水) 午前10時〜午後3時
場 丸亀市生涯学習センター(丸亀市)
内 交通事故・多重債務・土地建物・相隣関
係・家庭問題・遺産相続等の相談

全国一斉! 法務局休日相談所

高松法務局(☎087・821・6342)

時 10月7日(日) 午前10時〜午後3時
場 高松法務局(高松市)
内 登記・戸籍・国籍・供託・人権・公証事務等
申 9月3日(月)〜10月5日(金)に電話
にて。

高齢者や障がい者のあんしん相談会

香川県社会福祉協議会
(☎087・861・8883)

時 9月22日(土) 午後1時30分〜4時30分
場 サポートホール高松(高松市)・善通
寺市総合会館(善通寺市)
料 無料

くらしの相談センター

くらしの相談センター(☎24・2166)

時 平日と第3土曜日の午前10時〜午後5時
場 クローバキョウトビルA棟2F(丸亀市)
内 生活・法律相談 労働相談など
料 無料

9月の水道当番店

Table with 4 columns: 区域, 大池、小山、川津, その他, and 石黒島、小島、権岩、王越. It lists water meter numbers and corresponding shop names for the September water meter reading.

その他=元、本、寿、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、瀬原、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南

「個人情報が出ている」という電話

消費生活センターや警察などを
名乗る者から「あなたの個人情報
が漏れている。削除しますか」と電
話があったとの相談が寄せられて
います。公的機関が「個人情報を削
除する」と言って電話をかけるこ
とは絶対にありません。相手にせ
ず、すぐに電話を切りましょう。

普段からナンバーディスプレイ
や留守番電話機能の設定をしてお
き、▽非通知や知らない番号には
出ない▽必要な相手の時だけ、出
るまたはかけ直す—といった方
法が、不審な電話には有効です。

困った時は一人で悩まずに
消費者ホットライン
☎188(局番なし)へ
お近くの相談窓口をご案内します。

香川県消費生活センター
(☎087・833・0999)

【お詫言と訂正】
広報7月号掲載の「平成30年度自治会役員一覧」
に誤りがありました。訂正してお詫言いたします。
松山◇新川南
正 高橋 君弘 誤 正 高橋 敏則
副 高木 晴市 副 高木 晴市

Table titled '今月の納税' showing tax payment schedules for various periods (1-5 days, 6-10 days, etc.) and types of taxes (fixed asset tax, health insurance, etc.).



人権だより



川津小学校
6年 矢野 由美さん

大切なこと

一学期の人権集会で、先生が「大切なこと」という絵本を紹介して下さいました。それを読んで分かったことは、ものには一つ一つ大切なことがあるということです。例えば、私がふだん意識していない空にも、大切なことがあります。中でも、一番心に残った言葉は、「あなたがあなたであること」です。

私は、四年前にフィリピンから日本にやって来ました。日本語が少ししか分からず、日本の生活にもなかなか慣れることができなかった私は、とても苦労しました。毎日覚えなければならぬことがたくさんあるのに、できることには限界があったので、自分にはよいところが何もないと感じていました。しかし、この絵本を読んでいるうちに、心の中がじんわりとあたたかくなってきました。そして、「自分は自分である」ことが大切なのだと思いました。みんなが、自分でいることを大切にできる世界。その世界の中のかげがえのない自分。そんな自分を傷つけられたくはありません。自分を傷つけられたくないのなら、相手のことも傷つけるべきではありません。だから私は、自分を大切にするとともに、友だちのことも大切にしたいです。友だちも、私のことを大切にしてくれます。友だちと支え合いながら、これからも、毎日を一生懸命生きようと思います。

学園だより



東部中学校
軟式野球部
主将 大谷 未来さん



3年生が引退し、私たち野球部1年生は6人となりました。3年生の姿から、多くのことを学び、また四国大会という舞台にも連れて行っていただきました。その3年生に追いつき、追い越すために、野球ができる感謝の気持ちを持って練習に励みたいと思います。礼儀を身に付け、道具を大切にすることを徹底します。準備・片付けを早くし、メリハリのある練習を心がけ、なかまを大切に、私たちの野球道を貫きます。応援よろしくお願ひ致します。

3年生が引退し、私たち野球部1年生は6人となりました。3年生の姿から、多くのことを学び、また四国大会という舞台にも連れて行っていただきました。その3年生に追いつき、追い越すために、野球ができる感謝の気持ちを持って練習に励みたいと思います。礼儀を身に付け、道具を大切にすることを徹底します。準備・片付けを早くし、メリハリのある練習を心がけ、なかまを大切に、私たちの野球道を貫きます。応援よろしくお願ひ致します。

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	19日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	14日(金) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	7日(金) 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(随時) 創業相談	19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)
商工業者法律相談	20日(木) 13:00~16:00	
年金相談	第2(木)(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	市子ども課 (☎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)
手話通訳者設置	毎週(月)・(水)・(金) 8:30~17:00	市ふくし課 (☎44・5007)
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) まるっ子ひろば内(☎35・7374) ※9:00~17:00
子どもの発達相談	第2(水)(要予約) ①13:00~②14:30~	かがわ子ども・子育て支援センター 友愛館 (☎85・5277)
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 (☎45・1133)
社会保険労務士相談	第1・3(水) 9:30~12:00	
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(水)・(木)・(金) 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(木)(要予約) 9:00~12:00	※勤労福祉センターの開館日にあわせて、相談日の変更あり。
教育相談	毎週(月)~(金) 9:00~17:00	少年育成センター (☎46・2777)

挑戦!おもてなし英会話



東京オリンピック&パラリンピックまであと2年。そして訪日外国人の波は地方にも!坂出に来てよかったと思ってもらえるように、今こそ勇気をだして外国人とのコミュニケーションに挑戦しましょう。

今回は、先月のうどん屋さんでの会話の続きです。

Do you have cold udon?
冷たいうどんはありますか?

Yes. Bukkake and zaru are cold. Bukkake is the Kagawa style of eating. Zaru is popular in summer.
はい。ぶっかけとざるは冷やします。ぶっかけは香川風の食べ方で、ざるは夏に人気です。

OK. I'll have bukkake.
では、ぶっかけにします。

メニューについて詳しく聞かれた時など、日本語でも説明に困ることがあります。でも、知っている単語で、言える範囲のことを伝えてみてください。ちなみにざるうどんは、Cold udon served on a bamboo sieve. (竹ざるにのった冷たいうどん)と説明することもできます。
I'll have はI will have の省略形です。注文をするときの、「～にします。～をください。」という時に使えます。

minnana hiroba

みんなの広場



平成29年の救急車の
1日平均出場件数は

○件

ヒント:4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 9月11日(火)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 サアシマシヨ(30人のご応募をいただきました。)

先月号のこたえ

マ		オ	ト	ツ	チ	ヤ	マ	ア
ド	ウ	ヤ	ブ	リ				マ
ウ		ミ		ノ		ナ	バ	エル
		コ		コ	サ	ゲ	ル	
		ナ		ヨ		イ	ツ	イ
		シ	ヨ	ウ			メ	
				シ			タル	バ

解説

先月号の方言パズルに挑戦いただけましたでしょうか?「頭の体操になった」、「思ったより難しかった」、「全然解けない!」といったお便りが届き、うれしかったです。ありがとうございます。

さて、キーワードの中には、パズルを少し難しくするために、使用しないものも含まれていましたが、どれが使わないキーワードだったか分かりましたか? 2文字の「こぼ」、4文字の「なんしに」、「たいぎな」、「こっぼり」、5文字の「じょんぼり」、6文字の「ことわけする」が使わないキーワードでした。

機会があればまたパズル作りに挑戦したいと思っています。また、パズルを投稿していただけるというかたもお待ちしておりますので、ぜひぜひお寄せください!

坂出弁講座 vol.39



PHOTO

高い空

坂出第一高等学校 3年 久富 愛侑さん

市内の高校写真部より毎月とっておきの1枚が届きます。来月は坂出高校！

防災

はしらの vol.75

歩

防災クッキングを 日常に！

水道やガスが使えない災害時でも水・ポリ袋・カセットコンロさえ備えていれば「ポリ袋調理」ができるということをご存知でしょうか。調理不要で食べられる非常食の準備も大切ですが、非常時にも自分好みの味付けで調理ができたらうれしいですね。

「ポリ袋調理」は、その名のとおりポリ袋を使用する調理方法で、調理用具を汚さず何品かを一度に加熱できることから、貴重な水やガスの消費を抑えることができるだけでなく、具材を油でいためないことでヘルシーに仕上げられるなど、普段の生活にも役立つメリットがたくさんあります。作れるおかずもさまざまで、インターネットで検索してもいろいろレシピが出てきます。

いざという時のために、日常に取り入れてみましょう。

※レッツチャレンジ★※

お米の炊き方

- ① ポリ袋に米1合、水180mlを入れ、空気を抜いて袋の口を上の方で結ぶ
- ② 袋ごと沸騰したお湯の中に入れ、20分ほど加熱する
- ③ 20分ほど蒸らして完成!!



上記のレシピを参考に水の量や加熱時間を調整して、自分好みの硬さになるようチャレンジしてみましょう！

※ポリ袋は半透明のものを使用してください。透明なポリ袋を使用したり、鍋に直接触れたりすると、袋が溶ける恐れがあります。

さかいで131おとめ隊* 長野 麻衣(生涯学習課) 問合せ先 市職員課危機監理室(☎44・5023)

*さかいで131おとめ隊とは市女性職員有志による防災チームです。

招きやみ

7月1日～31日 (ご遺族の申込みにより掲載しています)

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信

「防災の日」に確認しましょう！ 「お手ふきシート」の上手な使い方

ライオン(株)ヘルスケアマイスター 芳賀 理佳 さん

指先を意識してふき取るのがコツ

災害時は、避難所生活や水不足などにより、生活していく上で衛生上のリスクが高まります。「お手ふきシート」は、手の清潔を保つ必需品です。防災グッズとして備えておくとともに、汚れを効果的にふき取る方法を覚えましょう。手の中でもっとも汚れがつきやすいのは物によく触れる指先です。手のひらや甲だけをふいて済ませるのではなく、親指、人差し指から小指までの指の腹から爪の生え際を意識して、指先をぬぐうようにふき取りましょう。

「お手ふきシート」の効果的な使い方

問合せ先 市政策課企業立地推進室(☎44・5001)

Recommend 中高生向け



13歳からの絵本ガイドYAのための100冊 金原 瑞人 ひこ・田中 監修/西村書店

小さな子どもだけのものと思われている絵本の中には、十代の人にこそふさわしい作品がたくさんある。絵本から遠ざかっている十代の人々が魅力ある絵本と出会うためのガイドブック。

Recommend 一般向け



100歳の100の知恵 吉沢 久子 著/中央公論新社

100歳の生活評論家が伝えたい、ささやかだけれど大切なこと。古くて新しい暮らしの知恵や自分らしく生きるためにしないことなど、毎日を機嫌よく過ごすための100のヒントを伝授。

Recommend 一般向け



バッグをザックに持ち替えて 唯川 恵 著/光文社

ぐずぐずしてもいい、頂上をめざさなくてもいい。登山家・田部井淳子氏をモデルに長編小説を書いた著者が、山登りをするようになったきっかけと山に目覚めた瞬間。

休館日
3日(月)
10日(月)
18日(火)
25日(火)～10月2(火)
特別整理期間



松岡主事

図書館で遊ぼう！

1日(土)	英語よみきかせ	11:00～
／	映画の会	14:00～
8日(土)	本のリサイクル八日市	10:00～
／	おはなし会	14:00～
11日(火)	ゆりがごおはなし会	10:30～
12日(水)	わらべうたであそぼう	10:30～
15日(土)	おはなし会	11:00～
21日(金)	天体観望会	19:00～
22日(土)	紙芝居の会	11:00～
23日(祝)	読書会bibluv	10:00～
毎週(土)・(日)	ぼそこん寺子屋	9:00～
毎週(日)	にほんご@坂出(第5日曜日を除く)	14:00～
4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 すずらんのみなさんによるちぎり絵展

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
4日(火)	府中
5日(水)	加茂
6日(木)	川津
7日(金)	東部
11日(火)	松山・王越
12日(水)	瀬居
13日(木)	金山・江尻
14日(金)	附属
19日(水)	林田
20日(木)	府中
21日(金)	西庄

図書館通信
特別整理期間につきお休みします

9月25日(火)～10月2日(火)は蔵書点検のため図書館がお休みになります。返却期限が過ぎている本はありませんか？遅れている本があれば早めにご返却ください。ご協力お願いします。

貸出 ランキング

(平成30年1月～平成30年6月)

時代小説人気シリーズ

- 1 空也十番勝負 佐伯 泰英 著
- 2 吉原裏同心抄 佐伯 泰英 著
- 3 養生所見廻り同心神代新吾事件覚 藤井 邦夫 著
- 4 はぐれ長屋の用心棒 鳥羽 亮 著
- 5 新・古着屋総兵衛 佐伯 泰英 著

Gallery

☎44・5057

- 市民ギャラリーかもめ
- 坂出市立東部中学校美術部作品展 9月1日(土) 9:00～2日(日) 15:00
 - 坂出市立白峰中学校美術部展 9月8日(土) 10:00～9日(日) 15:00
 - フラワーガーデン京町作品展 9月10日(月)～19日(水) 初日は12:00～ 最終日は16:00まで
 - 瀬戸大橋開通30周年記念 第13回墨遊会水墨展 9月24日(祝)～30日(日) 初日は10:00～ 最終日は16:00まで

Hall

☎45・1505

市民ホール 火曜休館

日	曜	行事名
9	日	第35回 坂出市民大学
16	日	カラオケ喫茶北山 チャリティー 歌謡公演発表会
17	祝	坂出市老人クラブ芸能祭
23	祝	坂出市民芸術祭(坂出みんなの友の会)
30	日	坂出市民芸術祭(坂出みんなの友の会)

Art Museum

☎45・7110

- 開館時間 9:00～17:00 市民美術館
- 第46回 毎日児童生徒硬筆展(全展示室) 児童生徒の硬筆作品の優秀作2,500点を展示 会期 9月13日(木)～16日(日) 最終日は16:00まで
 - 第27回てんさらばさら絵画展(第3展示室) 坂出中讃の絵画グループ14人の油彩画展 会期 9月22日(土)～30日(日) 最終日は16:00まで 休館日 25日(火)

アール・ブリュット「ふしぎなたね2018」展(第1・第2展示室)

障がい者アートの絵画・ドローイング・コラージュ・工芸・造形など

会期 9月22日(土)～30日(日) 最終日は15:00まで 休館日 25日(火)

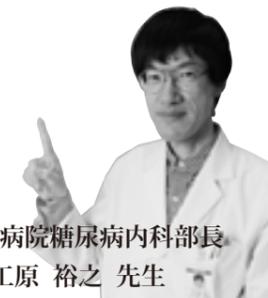


不老長寿の果物とは？

それは「無花果」と書くイチジクです。決して花が無いわけではなくて、イチジクを半分に切ると赤いツブツブがたくさん詰まっています。それが花で独特の食感のもとになります。実が毎日一個ずつ熟すから「一熟」→「いちじく」、ひと月で実が熟すから「二熟」→「いちじく」とつけられたそうです。香川県は全国収穫量13,941トン(2014年)の3.3%(第9位)を占めます。8月から10月が旬ですが、夏よりは秋に風味がより良くなります。

そのまま皮をむき、生のまま食べるのが一般的で、甘みが口いっぱい広がります。ペクチンという食物繊維を含み、腸の働きを活発にするため、便秘に効果があるのは有名です。よく熟した実を1日2〜3個食べれば、効果が得られます。鉄やカルシウム、カリウムなどのミネラルが他の果実に比べて多く含まれているのが特徴です。また、有害な活性酸素を除去するとされる抗酸化物質のポリフェノールの含有量が極めて高いとされます。性ホルモン、エストロゲンに似た成分も含まれ、更年期障害の解消や予防に効果があることが判明しています。

そして「ファイカイン」というタンパク質分解酵素が含まれていて、チーズや生ハムなどタンパク質を含む食品との相性がよく、肉料理などのデザートとして食べると胃の負担を軽くして、消化を助けます。



市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生

市けんこう課(☎44・5006)

集団がん検診 (要予約)

胃がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診
4日(火)8:30～ 14日(金)8:30～	3日(月)14:00～ 15:00～ 4日(火)14:00～ 10日(月)14:00～	7日(金)9:00～ 13:00～ 28日(金)9:00～ 13:30～
府中公民館 地域保健センター	王越町保健センター 松山公民館 府中公民館 地域保健センター	地域保健センター " 西浦公民館 コープ坂出

※予約の状況によりご希望の検診時間の変更をお願いすることがあります。

休日当番院

自動音声案内(☎45・0199)

2日(日)	福家内科クリニック 加茂町(☎48・0331) 内 林内科呼吸器科医院 白金町(☎46・5302) 内 まへだ整形外科外科医院 室町(☎46・5056) 外
9日(日)	回生病院 室町(☎46・1011) 内・小・外
16日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131) 内・小・外
17日(祝)	松山医院 宇多津町(☎49・0706) 内 峯小児科医院 寿町(☎46・4315) 小 番の州ハピネスクリニック 八幡町(☎44・5566) 外
23日(祝)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195) 内・小・外
24日(祝)	つちだ内科クリニック 川津町(☎46・8451) 内 宇多津病院 宇多津町(☎56・7777) 内 高尾医院 元町(☎46・5111) 外
30日(日)	小林内科胃腸科医院 富士見町(☎45・9595) 内 上里医院 江尻町(☎45・8111) 内 たかはし整形外科医院 笠指町(☎45・6121) 外

健康教室

● 実技 □ 講話

市民ふれあい会館 (それぞれ1時間30分)		☎
5日(水)19:00～	● 楽しまナイト運動倶楽部 (片山 健康運動指導士)	A
6日(木)9:30～	● あたまとからだの体操 (池田 健康運動指導士)	B
7日(金)14:00～	□ ミュージック・ヒーリング (岩永 音楽療法士)	B
13日(木)9:30～	● 音楽に合わせて体操教室 (尾島 健康運動指導士)	B
19日(水)14:00～	□ 転ばぬ先の足元対策～転倒予防～ (坂出リハ連携会)	B
21日(金)9:30～	● ヨーガで心も体もリラックス (福岡 健康運動指導士)	B
21日(金)19:00～	● 楽しまナイト運動倶楽部 (太田 健康運動指導士)	A
27日(木)14:00～	● あたまとからだの体操 (田中 健康運動指導士)	B

勤労福祉センター (9:30～11:00)		☎
14日(金)	● 脳とからだの若返り教室「コグニサイズ」(リハビリ専門職)	B
19日(水)	● 男性はつらつ教室 (森 健康運動指導士)	B
28日(金)	● 脳とからだの若返り教室「コグニサイズ」(リハビリ専門職)	B

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

Q

乳児がいます。もし災害で避難所生活になると思うと不安です。
(5ヵ月児の母親)

A

7月には大規模な豪雨災害があり、私たちもいつ避難所生活になってもおかしくないと感じさせられました。特に乳幼児のいるご家庭は、子どもの命と健康を守るため、日頃からもしもの場合を想定して、準備をしておきましょう。

- 避難バッグは、すぐ持ち出せる『第1次用』、落ち着いてから取りに戻る『第2次用』、必要度が高く常時持ち歩く『携帯用』に分ける。
- 『第1次用』には、必需品であるミルク、哺乳瓶または紙コップ、調乳用の水、離乳食、幼児食、おやつ、着替え、紙おむつ、おしりふき、抱っこ紐、こども靴、帽子、薬、タオル、ビニール袋などを用意。
- 移動は、首が座った乳幼児はなるべくベビーカーを使わずに抱っこ紐を使用する。
- 母乳の場合、とにかく授乳し続けることが大切。一時的に母乳の量が減少しても、飲ませ続けることで次第に増えていくことが多い。
- 育児用ミルク(キューブなど小分けのものが望ましい)の場合、紙コップでも飲ませることができる。ミネラルウォーターを使用する場合、硬水は腎臓に負担がかかるので、軟水が望ましい。カセットコンロがあれば、一度煮沸し冷ましてから使用を。

子連れの避難生活は親子ともども大きなストレスがかかります。今一度、非常時の家族との連絡方法や避難場所、そのルートなどを確認し、避難所での生活になったときのシミュレーションをしておきましょう。(市けんこう課)

Child Care

子育てのお悩み相談室

PICK UP

我が家の防災力を高めよう!

- ①避難バッグの準備
- ②非常時の家族との連絡方法、避難場所、そのルートの確認

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	4日(火)13:15～14:45	平成30年5月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	20日(木)13:15～14:45	平成29年3月生まれ
2歳児相談	13日(木)9:30～11:00	平成28年9月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	6日(木)13:15～14:45	平成28年2・3月生まれ
3歳児健康診査	27日(木)13:15～14:45	平成27年2月生まれ
離乳食講習	11日(火)13:00～14:30	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	18日(火)13:30～15:00	生後3ヵ月～1歳児とその家族
ババママ学級(要予約)	9日(日)10:00～11:30 13:30～15:30	妊婦のかたと家族



相談・献血

市けんこう課 ☎44・5006

場所

栄養相談 要予約	3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	12日(水)14:00～17:00	地域保健センター
子ども相談 要予約	☝ 育児に不安をお持ちのかた	
	21日(金)9:00～11:00 13:30～15:30	地域保健センター 地域保健センター
ことばの相談 要予約	☝ 言葉の遅れや発音が気になるかた	
	13日(木)13:30～15:30	地域保健センター
献血	8日(土)9:00～15:30	松山公民館



わが家の
アイドル

かんだ
杉山 慎汰ちゃん
(加茂町)
H29.4.4生
とてもヤンチャ!
元気に大きくなってね♡



さかいで大橋まつり

瀬戸大橋開通30周年と坂出港開港70周年を祝して開催された第53回さかいで大橋まつり。前夜祭で初お披露目された第19代ミスさかいでを先頭に瀬戸大橋パレードで華やかに幕開けし、市民総参加の総おどりなどが行われたほか、今年初開催の太鼓台競演かきくらベコンテストでは、趣向を凝らした熱演が繰り広げられ、内濱太鼓台が見事優勝しました。瀬戸大橋開通30周年を記念した花火大会が11日、祭りのフィナーレを飾りました。



キャラ弁



ニックネーム あんさんの作品(谷町二)
母ちゃん特製
スヌーピーオムライス♡

まる通信
今年の十五夜は
9月24日でおじゃる☆
まるもお目見しようかのう



Information

- 9/16(日) 11:00頃
楽市楽座 @JR坂出駅前
- 9/17(祝) 14:00頃
G.I.F.T元気いっぱいフェスティバル高松
@サンポート高松(高松市)
- 9/25(火) 18:00頃
香風園観月会 @香風園
- 9/30(日) 13:30頃
さかいで第九演奏会
@瀬戸大橋記念公園マリンドーム
(雨天時は市立体育館2階)

※最新のまるの予定は、市ホームページ「まるの部屋」で見てください。

ドイツスポーツユース 坂出に!

第45回日独スポーツ少年団同時交流事業で、7月30日から8月3日までドイツスポーツユースの団長および団員11人が坂出市を訪れました。本事業は9年前にも行っており、今回の滞在中は市内にホームステイし、カヌーやうどん打ち体験、坂出高校の生徒とスポーツ交流等を行いました。



沙弥海水浴場海開き



親子・一般カヌー教室

投稿写真 募集中!

アイドル(平成29年3~5月生まれのお子さま)・ペット・キャラ弁・自慢の逸品のお写真を募集しています。
記入事項:住所・氏名(ペットの名前)・生年月日・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 yokuhou@city.sakaide.lg.jp
■詳しくは、市秘書広報課(☎44・5000)へ

復活!さかいで商店街シネマ

中讃地域屈指の映画館数を誇った昭和30年代の坂出のにぎわいを呼び起こそうと坂出市商業開発協同組合によるミニ映画館が期間限定で復活し、香川県ゆかりの映画上映や、「がらくた」の名倉監督トークショーが行われました。



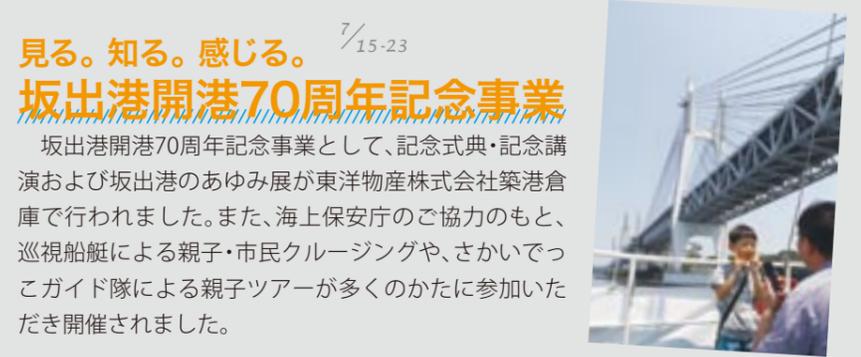
明治のさかいで講座

今年が明治元年から起算して150年に当たることから、坂出市史編さん所の唐木 裕志所長や宮田 克成さんによる「崇徳院の京都遷御」をテーマとした明治のさかいで講座が開催されました。



見る。知る。感じる。 坂出港開港70周年記念事業

坂出港開港70周年記念事業として、記念式典・記念講演および坂出港のあゆみ展が東洋物産株式会社築港倉庫で行われました。また、海上保安庁のご協力のもと、巡視船艇による親子・市民クルージングや、さかいでつこガイド隊による親子ツアーが多くのかたに参加いただき開催されました。



SAKAIDE -Photo Gallery-

市民クルージング(7/22開催)



PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE



坂出市

検索

さかいで
ブランド

4品追加

ひめみこ 姫尊37°



ももぞひめ 百襲姫39°



むじんそう 無尽蔵33°

市内高校写真部作品

6

誰かに伝えたい坂出弁講座

9

健やかで幸せに暮らす 健幸通信

-11-

創る子育ての“輪”
一日子育て支援センター

-12-

どれも見逃せない!
秋のイベント盛りだくさん

-10~11-

瀬戸大橋開通30周年記念
さかいで第九演奏会

-10-

健康増進普及月間
1に運動 2に食事 しっかり禁煙

-7-

9月9日は救急の日
救急車の適正利用を

DATA

8月1日現在 ()内は前月比
人口 51,693人 (-24)
男 24,706人 (-27)
女 26,987人 (3)
世帯 21,430世帯 (39)

(7月)
出生 25人 (3)
死亡 66人 (17)
転入 159人 (40)
転出 142人 (33)
交通事故 30件 (死者0人)
救急 374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・草花 桜・コスモス

アプリ「マチイロ」
でもお届け中

iphone



Android



編集・発行/坂出市総務部秘書広報課
〒762-8601 香川県坂出市室町二丁目3番5号
(☎0877-44-5000)

