



主な内容

令和5年はたちのつどい	3
税の申告が始まります	4
出産・子育て応援事業が始まります！	7
空き家の解体を検討してみませんか	8
坂出市幸せはこぶコウノトリ応援事業の 助成金を一部増額します！	9

令和5年はたちのつどい

今年、はたちのつどいに参加できるのは、平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれたかたです。坂出市では、469人のかたが晴れの日を迎えます。

はたちのつどいのご案内

日時 1月8日(日) 受付 12:50~13:20
開式 13:30~

会場 市立体育館

- 感染状況により変更になる場合がありますので、市ホームページをご確認ください。
- 新型コロナウイルス感染症対策のため、「3つの密」の回避や「人と人の距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗いなどの手指衛生」、「換気」、「検温」にご協力ください。
- 駐車場には限りがありますので、お車での送迎にご協力ください。また、路上駐車や近隣店舗への無断駐車等の周囲への迷惑行為はお避けください。
- 入場券は市内対象者へ送付していますが、本市に住民登録がないかたへは送付されません。市ホームページから印刷し、当日ご持参ください。

☎ 市生涯学習課(☎44・5025)



西部地区代表
古川 真衣さん

「はたちになること」

本日、はたちのつどいを無事に迎えられたことを大変うれしく思います。今年からは成人年齢が引き下げられたため、すでに大人にはなっているけれど、今回20歳になることが自分の中で人生の大きな節目を迎えたように感じます。今までの20年間、たくさんのかたがたに支えられたおかげでここまで成長できました。ありがとうございました。さまざまな経験や思い出は、自分にとってかけがえのないものです。

今までは大人からルールなどによって制限されていたことが、大人になることでよりいろいろ自由に選択できるようになってくると思います。その分責任も伴います。これから、大人としての責任感を持って多くの経験を積み重ねていきたいです。

「はたちのつどいを迎えて」

新型コロナウイルスによる影響でさまざまなイベントが中止になってきましたが、人生の節目であるはたちのつどいを無事に迎えられたことを大変うれしく思います。この20年間たくさんの人に出会い、楽しいこともつらいこともたくさんありましたが、全ての経験が自分にとってかけがえのない大切なものとなりました。このように考えられるのも家族や友人をはじめとした、今まで出会った全てのかたがたに支えられてきたおかげです。

これからも全ての出会いに感謝し、自分の行動に責任を持ったすてきな大人になれるように日々精進していきます。



林田地区代表
佐々木 遥さん

新年のごあいさつ

明けましておめでとうございます。

皆さまにおかれましては清々しい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。さて、長引くコロナ禍に加え、原油価格・物価高騰により、市民生活や事業者の活動は一層厳しさを増しております。この危機的状況に対し、国による地方創生臨時交付金も活用しつつ、積極的な支援を実施してまいり所存であります。

昨年は、公約の実現をめざし、小学校給食の無償化や学校給食センターの整備、不妊治療助成等子育て施策の充実を図るとともに、まちの発展を妨げている空き家問題については固定資産税の減免制度の構築や連携協定の締結など、日々課題解決に対処してまいりました。

さらに、高校生等による「さかいで未来会議」や市役所内部の「庁内検討委員会」、また有識者等からなる「さかいで再生会議」や、市民アンケート等、多種多様な見地からいただいたご意見を反映させ、今年度末には「坂出駅周辺再整備基本構想」を策定し、JR坂出駅前の複合施設や緩衝緑地の整備をはじめとした公民連携によるまちづくりを進めてまいります。

本年も市民の皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げますとともに、本市がめざす「選ばれるまち」「住みたいまち」の実現に向けて、全力で取り組んでまいるといふ固い決意を述べ、年頭のあいさつといたします。



坂出市長
有福 哲二



坂出市議会議長
楠井 常夫

令和5年の年頭にあたりまして、謹んで新春のお慶びを申し上げます。

さて、市制施行80周年という節目を迎えた昨年は、坂出今昔展など各種イベントが開催され、本市の歴史や郷土愛、ひいては地域のつながりを再認識する年でありました。また、瀬戸内国際芸術祭の開催や、全国で旅行支援が再開されたことにより、県内外の人が本市を訪れ、にぎわいが戻ってきた年でもあります。

一方で、新型コロナウイルス感染症の第8波が到来するとともに、全国的に日用品や食料品等の生活に直結する品物の価格が高騰し、さらには、日本銀行が24年ぶりに為替介入を行うなど、わが国においては過去に類を見ないほどの円安が進行した結果、私たちの家計だけでなく、農林水産業や商工業に大きな影を落としました。

今後は、新型コロナウイルス感染症対策はもちろんのこと、生活支援や物価高騰対策を筆頭に、産業・福祉・教育などのさまざまな分野において必要な施策を講じ、この困難な局面を打開していくことが急務となっております。

市議会といたしましては、今後も市民の皆さまの声に耳を傾け、信頼される開かれた議会となるよう、政策形成機能の充実を図るとともに、監視機能の一層の強化に努めてまいり所存であります。

どうか本年が皆さまにとって、よい年になりますよう心からご祈念申し上げ、年頭のあいさつとさせていただきます。

大前	前川	大藤	村井	吉田	茨	若杉	野角	齊藤	若谷	鳥飼	脇	山	丸	寒	植	小	市	東	副	議	教	副	市	
前	川	藤	井	田	杉	角	藤	谷	飼	飼	山	丸	岡	川	原	笠	議	原	議	長	育	市	有	
席	昌	匡	孝	耕	智	輝	満	義	修	年	芳	真	豊	佳	泰	原	員	長	長	長	長	長	福	長
順	也	文	彦	一	仁	久	昭	明	治	幸	美	嗣	和	枝	泰	浩	章	章	常	知	俊	一	哲	二

坂出税務署からのお知らせ

☎ 坂出税務署 (☎46・3131)

確定申告の会場について

- 開設日時** 2月16日(木)～3月15日(水) (土・日・祝日を除く。) 9:00～16:00 (8:30受付開始)
- 会場** 坂出税務署 (京町2-6-27 坂出合同庁舎1階)
- 注意事項**
- ・スマートフォンをお持ちのかたは、原則、ご自身でスマートフォン等を操作して、申告書を作成していただきます。
 - ・期間中は、会場内の混雑緩和のため入場制限を実施する場合があります、後日の来場をお願いすることがあります。
 - ・例年、駐車場が大変混雑します。なるべく公共交通機関をご利用ください。

スマホで簡単！確定申告

税務署の確定申告会場は大変混雑します。新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点からも、ご自宅等からの「スマホ申告」のご利用をお願いします。

スマートフォンで国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」にアクセスすれば、画面の案内に従って入力するだけで申告書が作成できます。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」は、
こちらから



▶ マイナンバーカード方式

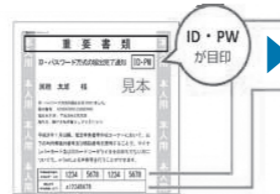


画面の案内に従って、「マイナンバーポータルAP」をインストールしてください。



マイナンバーカードを認証して事前準備をしてください。

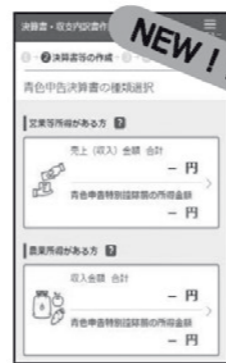
▶ ID・パスワード方式



ID (利用者識別番号)
1234567812345678
パスワード (暗証番号)
a12345678
完了通知に記載されているID・パスワードを入力してください。

ほかにスマホ申告には便利機能が！

青色申告決算書や収支内訳書がスマホで作成可能に！



給与所得の源泉徴収票をスマホで読み取り！



スマホで撮影するだけで自動入力！



市・県民税、所得税

税の申告が始まります

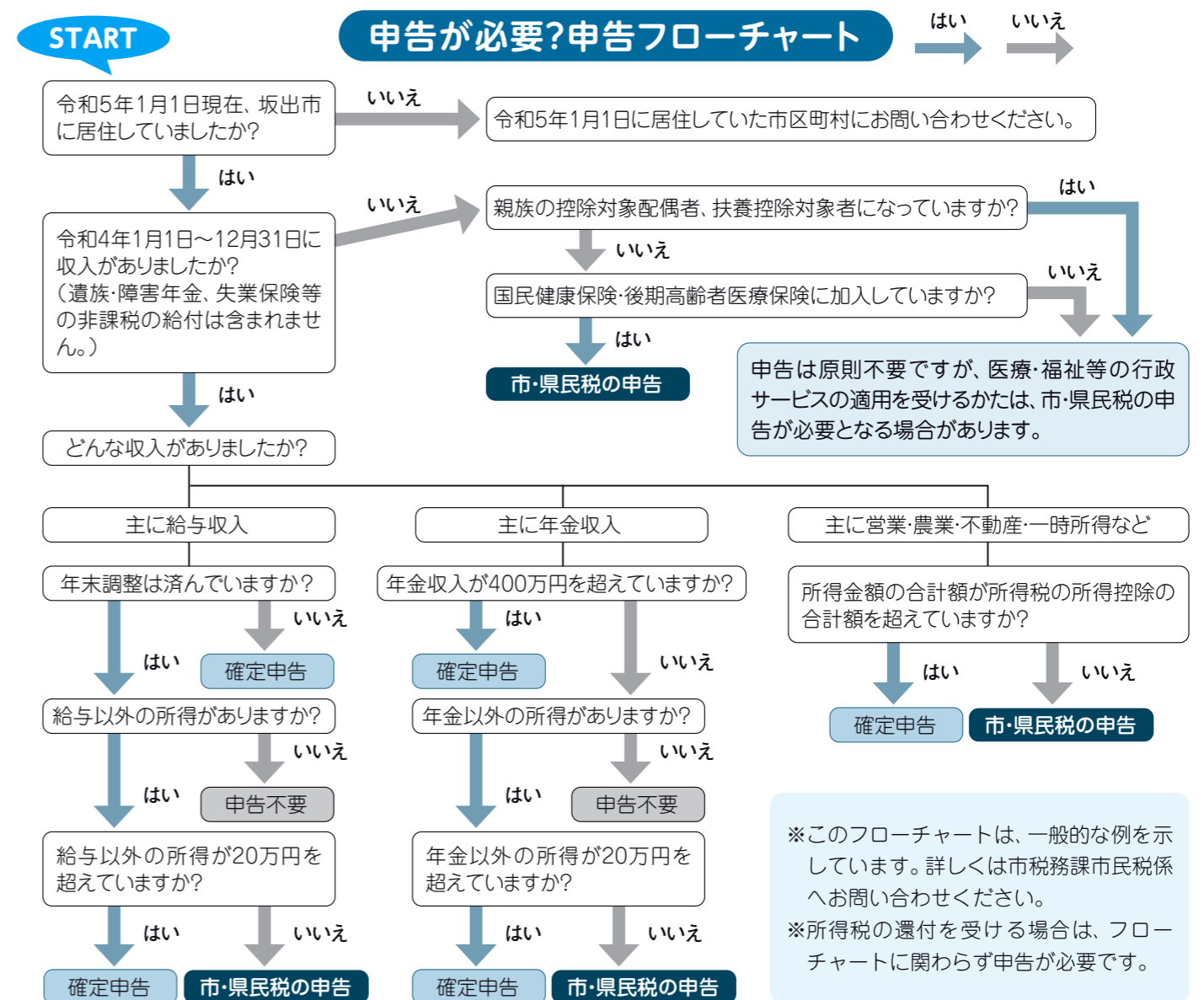
申告の準備はお早めに！

☎ 市税務課 (☎44・5004)

市・県民税の申告は、令和5年度の市・県民税（個人住民税）を算定するための基礎資料となります。申告が必要と思われるかたには、2月上旬ごろに申告相談の案内はがきを送付しますので、申告に必要な資料は、お早めにご準備ください。

また、案内はがきを送付していないかたも、所得課税証明書の発行や、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の算定に必要な場合があります。下記のフローチャートを参考に必要な手続きをしてください。

【申告相談日】2月16日(木)～3月15日(水) ※日程や会場等の詳細は、広報2月号に掲載します。



市役所での申告相談については事前予約が必要です

今年から新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、市役所本庁舎での申告相談については、事前予約制とします。予約方法は、1月10日更新予定の市ホームページまたは広報2月号をご覧ください。予約がないかたについては、原則受け付けできませんので、前日までにご予約ください。出張所および公民館での申告相談については、これまでどおり予約は不要です。

市税務課からのお知らせ

市税のスマホ決済がより便利になります



1月4日から、次の決済サービスでも市税が納付できるようになります。

- d払い請求書払い
- J-Coin 請求書払い
- FamiPay 請求書支払い

- ・各アプリ内で納付書のバーコードを読み取りご利用ください。(納期限を過ぎるとご利用いただけません。)
- ・対象税目や既存の決済サービスなどは、市ホームページでご確認ください。
- ・詳しくは、各アプリ決済のホームページをご覧ください。

☎ 市税務課 (☎44・5004)

基幹的設備改良工事のため 角山環境センター可燃ごみの収集が 一部変更になります

期間 1月20日(金)～27日(金)
工事期間中は、可燃ごみを市内の他施設へ搬送するため、可燃ごみの収集が一部変更になります。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

期間中は

- ・角山環境センターへ可燃ごみの持ち込みはできません。
- ・家庭ごみの収集時間が、通常よりも遅くなる場合があります。※収集指定日中に、収集は完了します。
- ・大きいごみは1辺50cm以下に切断して、指定収集袋に入れて集積場へ出してください。

☎ 市生活環境課(☎46・4503)
角山環境センター(☎49・4511)

坂出市議会議員選挙の立候補予定者説明会

令和5年4月23日執行の坂出市議会議員選挙に係る立候補予定者等説明会を開催します。

日時 2月14日(火) 13:30～

場所 坂出市教育会館2階大会議室

☎ 市選挙管理委員会事務局(☎44・5020)

有効期間は2年間です 入札参加資格審査申請の受付について

市が令和5・6年度中に発注する建設工事、測量・建設コンサルタント業務等およびそれ以外の契約(物品供給など)の入札参加資格審査申請の受付を行います。

受付期間 1月16日(月)～31日(火)(当日消印有効)

受付方法 原則郵送

受付場所 市総務課

※申請要領、電算入力票、市指定様式は、市ホームページからダウンロードできます。

☎ 市総務課(☎44・5002)

出産・子育て応援事業が始まります!

核家族化が進む中で、全ての妊婦さんや子育て家庭が安心して出産・子育てができる環境づくりのため、伴走型相談支援と経済的支援を一体とした事業が始まります。

対象者 坂出市に住民票があり、令和4年4月1日以降に出産したかた

内容 「①妊娠届出時」、「②妊娠8カ月前後」、「③出生届出から『こんにちは赤ちゃん訪問』までの間」に保健師等が面談を行い、出産や育児等において必要なサービスや支援について相談・調整します。必要な支援サービスの利用者負担を軽減するために①、③の面談後にそれぞれ5万円を支給します。

※対象のかたには、後日通知を送付します。

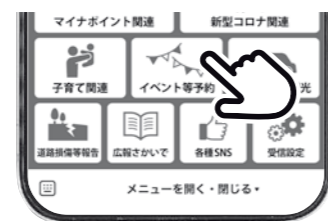
☎ 市けんこう課(☎44・5006)

坂出市公式LINEをリニューアル!

市からのお知らせをお届けしている「坂出市公式LINE」が1月4日にリニューアルし、より便利になります。



道路、カーブミラー、公園の遊具等の損傷を通報できます。現場の状況写真や位置情報を送信することも◎



市のイベントや行事への参加申し込みができます。1月中旬からは、「税金の申告相談」の予約を開始予定。

ほかにも、メニューをタップすることで、より詳しいページやフォームに案内します。



←友だち登録はこちらから!

☎ 市秘書広報課(☎44・5000)

令和4年4月1日～令和5年3月31日に 5歳・10歳になるかたへ 日本脳炎ワクチン接種はお済みですか

令和3年度において、日本脳炎ワクチンの供給量が大幅に減少したことから、3回目・4回目接種を希望されるかたには接種をお待ちいただいていたましたが、令和4年4月から、全ての接種対象者の接種が可能となっています。

対象者には通知を送付しています。忘れずに接種しましょう!

	1期		2期
	初回	追加	
標準的な接種年齢	3歳 1・2回目	4歳 3回目	9歳 4回目
令和3年度に接種待ちだったかたの接種年齢		5歳 3回目	10歳 4回目

☎ 市けんこう課(☎44・5006)

国民健康保険ご加入のかたへ 冬の特定健診を受診しましょう!

対象者のかたへ1月下旬に冬の特定健診の受診券を送付します。今年度まだ受診していないかたは、必ず受診するようにしましょう。

なお、実施期間の後半は受診希望者が増え、予約が取れない場合もありますので、早めに受診しましょう。

期間 2月1日(水)～3月25日(土)

月～土曜日の診療時間内(要予約)

※日曜日は2月19日、3月5日のみ実施

場所 香川成人医学研究所 ウェルチェックセンター
・詳しくは、お届けする受診券をご確認ください。

・受診後に特定保健指導の対象になられたかたは、ぜひご参加ください。生活習慣の改善を目的に行われる保健指導を無料で受けられます。

☎ 市けんこう課(☎44・5006)

香川県子育て世帯生活支援特別給付金を支給します

コロナ禍における原油価格・物価高騰等で厳しい状況にある低所得の子育て世帯の支援を目的として、香川県子育て世帯生活支援特別給付金支給事業(ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯およびひとり親世帯分)を実施します。

対象者によって、申請の要・不要が異なります。対象要件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

支給額 対象児童1人当たり2万5千円

申請期限 1月31日(火)

☎ 市こども課(☎44・5027)

国民健康保険・後期高齢者医療制度 「医療費のお知らせ」を送付しています

「医療費のお知らせ」は診療を受けた際の医療費総額をお知らせするものです。

国民健康保険 送付回数 年2回

令和4年5月～10月診療分を1月末に発送します。
※令和3年11月～令和4年4月診療分については、令和4年7月に送付しています。

後期高齢者医療制度 送付回数 年1回

令和3年11月～令和4年10月診療分を1月末に発送します。

※2月中旬までにご自宅に届かなければ、お問い合わせ下さい。

・「医療費のお知らせ」は再発行できません。また、確定申告に利用する場合、保険対象外および令和4年11月～12月診療分については、領収書に基づいて作成した医療費控除の明細書が別途必要です。

・マイナンバーカードの保険証利用登録を行えば、マイナポータルを通じて簡単に確定申告できます。

☎ 国民健康保険に関すること

市けんこう課(☎44・5006)

後期高齢者医療制度に関すること

香川県後期高齢者医療広域連合(☎087・811・1866)

政治家の寄附は禁止、有権者が求めることも禁止されています

<p>みんなで徹底しよう 三ない運動</p> <p>贈らない! 求めない! 受け取らない!</p> <p>これらのものも、政治家の寄附禁止の対象となります。</p>	<p>秘書等が代理で出席する場合の結婚祝</p>	<p>地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差入</p>	<p>お祭りへの寄附・差入</p>	<p>町内会の集会・旅行等の催物への寸志・飲食物の差入</p>	<p>落成式・開店祝等の花輪</p>
<p>病気見舞</p>	<p>お歳暮・お年賀</p>	<p>入学祝・卒業祝</p>	<p>葬儀の花輪・供花</p>	<p>秘書等が代理で出席する場合の葬儀の香典</p>	

総務省 なるほど! 選挙「寄附の禁止」

総務省 寄附の禁止 検索

(公財) 明るい選挙推進協会

明るい選挙推進協会 三ない運動 検索

健全育成に関する優秀作品入選者

市少年育成センターでは「秋の青少年健全育成強調月間」の事業の一環として、市内の児童・生徒を対象に作品を募集し、ポスター130点、作文104点、標語366点の中から、以下のかたの作品が特選に選ばれました。

標語の部	作文の部	ポスターの部
今井 瑠菜	包末 あみ	水口 明音
小野 愛紗	森川 暖愛	加茂 小衣
渡邊 心菜	久保 結芽	東部 小衣
矢野 由結	猪熊 南	東部 小衣
瀬野 椿	中澤 乃	東部 小衣
山本 拓実	田中 琴乃	東部 小衣
綾野 みのり	佐古 隼人	東部 小衣
平尾 光汰	紺谷 衣音	東部 小衣
日口 紋那	水口 明音	東部 小衣
三木 ちな	加茂 小衣	東部 小衣
坂出 小衣	坂出 小衣	東部 小衣
坂出 小衣	坂出 小衣	東部 小衣
多田 晴香	川津 小衣	東部 小衣
國重 光剣	川津 小衣	東部 小衣
佐藤 大	川津 小衣	東部 小衣
菊川 彩	川津 小衣	東部 小衣
津坂 央	川津 小衣	東部 小衣
宮前 翔	川津 小衣	東部 小衣
大谷 翔	川津 小衣	東部 小衣
三木 七海	川津 小衣	東部 小衣
佐々木 優	川津 小衣	東部 小衣
藤本 桃香	川津 小衣	東部 小衣
西山 那	川津 小衣	東部 小衣

坂出の新しい未来、創造中

まちづくり通信 第8号



このコーナーでは、「坂出再生」に向けたまちづくりの取り組み状況についてご紹介していきます。

「さかいで未来会議」は、坂出のまちづくりを考える学生らによるワークショップ。このたび、最終報告会が行われました。

11月12日に「さかいで未来会議」の最終報告会を開催しました。先進地視察やワークショップを通じて、高校生や大学生たちがJR坂出駅前の複合施設や坂出緩衝緑地の活用方法について話し合ったアイデアを有福市長に報告しました。

複合施設については、四国初または香川初となる店舗の誘致や、雑貨店、自習室や図書館など、放課後や休日に家族や友人と過ごせる居場所がほしいとの意見がありました。

緩衝緑地については、カフェの整備やイベント開催のほか、地域住民による花壇や草木の管理、市内の児童・生徒によるランタンの飾りつけ等、住民参加による公園づくりに関する提案もありました。

いただいたご意見については、策定中の「坂出駅周辺再整備基本構想」に反映させながら、引き続き「坂出に住みたい」と思っていただけのまちづくりを進めていきます。



報告の内容は、市ホームページにも掲載しています

住みたいまち! さかいで

坂出市は、子育て世代に選ばれるまちをめざしています。このコーナーでは、坂出に住んでよかった!と思えるような情報をご紹介します。

坂出市幸せはこぶコウノトリ応援事業の助成金を一部増額します!

令和4年4月以降に開始した不妊治療（生殖補助医療）に対する坂出市の助成制度「坂出市幸せはこぶコウノトリ応援事業」の助成金について、子どもを授かりたいと願うかたのお気持ちに寄り添い、下記のとおり一部を増額します。

〈旧制度〉

保険診療 (先進医療を含む)	治療内容により 最大5万円または2.5万円
保険外診療	治療内容により 最大30万円または10万円

〈令和5年1月1日〜〉

治療内容により 最大15万円または7.5万円
治療内容により 最大30万円または15万円

※すでに旧制度で交付を受けているかたには、個別にご案内を送付します。

助成要件

- 以下のすべてを満たすこと
- 生殖補助医療以外の治療法によっては妊娠の見込みがないまたはその見込みが極めて少ないと医師に診断されたもの
- 夫婦ともに坂出市民であること
- 市税の滞納がないこと
- 初回の助成に係る治療期間の初日における妻の年齢が43歳未満のものであること

助成回数

- 子ども1人につき、妻の年齢が40歳未満は通算6回、40歳以上43歳未満は通算3回まで



治療内容等、詳しくは市ホームページをご覧ください。

市けんこう課(☎44・5006)



坂出にGomaのへんてこパンやさんがやってくる! 金時づくしでパンとジャム作り

1月24日~30日の「全国学校給食週間」に合わせて、料理創作ユニットGomaによる食育ワークショップを開催します。

- 日時 1月28日(土) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00
- 場所 学校給食センター
- 対象 4歳~小学生(小学1年生以下は保護者同伴)
- 定員 各回16人(申込先着順)
- 料金 無料
- 申込 1月6日(金) 10:00~、電話にて下記まで。



学校給食センター(☎85・5841)

SOMPO ボールゲームフェスタ in 坂出参加者募集!

アンバサダーとして、佐藤寿人氏(元サッカー日本代表)らトップアスリートを招き、ボールを使ったいろいろな「遊び」を体験するフェスタ。

- 日時 2月11日(祝)
- ・あそびバ! 9:00~11:45
- ・キッズチャレンジ 13:00~16:45
- 場所 市立体育館
- 対象・定員
- ・あそびバ!
年中~小学2年生と保護者 50組100人
- ・キッズチャレンジ
小学3~6年生 100人
- 申込 1月5日(木)~、専用サイトにて。



市生涯学習課(☎44・5025)

SAKAIDE防災フェスタ 体験型防災ゲーム おとめ隊からの挑戦状!

「おとめ隊からの挑戦状」は、災害にあったときに正しい行動がとれるかを試す体験型の防災ゲームです。

時間内にすべての挑戦をクリアした人には「さかいで131(ぼうさい) マスター」のバッジをプレゼント!

- 日時 1月29日(日) 10:00~12:00(受付9:30~)
- 場所 勤労福祉センター
- 対象 防災に興味、関心のある家族、友人の2~4人チーム(7歳以下は保護者同伴)
- 定員 5チーム
- 申込 1月5日(木) 9:00~、「おとめ隊からの挑戦状」参加の旨、参加者の①氏名②年齢③住所④電話番号を記載してメールにて下記まで(電話受付不可)
kikikanri@city.sakaide.lg.jp
- ※さかいで131おとめ隊は、坂出市職員有志による防災チームです。



市危機管理課(☎44・5023)

空き家の解体を検討してみませんか 坂出市と(株)クラッソーネが連携協定を締結!

県内初!

空き家の解体を検討する所有者に、(株)クラッソーネが運用する「AIによる解体費用シミュレーター」を活用してもらうことで、空き家の解体費用の概算を把握できるほか、解体等の相談に応じてもらうことができます。同社が持つサービス、知識、技術を活用し、空き家の除却促進を図ります。

AIによる解体費用シミュレーター

スマートフォンひとつで数問の質問に答えるだけで、空き家の解体費用の目安がわかります。

https://www.crassone.jp/simulator/kagawa/sakaideshi



市危機管理課(☎44・5023)

空き家対策出前講座・個別相談会

空き家対策について、出前講座と、個別相談会を開催します。空き家についてお悩みのかたは、ぜひお申し込みください。

出前講座

- 日時 1月18日(水) 10:30~11:30
- 場所 市役所本庁舎本館3階中会議室2
- 内容 空き家の適切な管理や活用方法、相続の際の注意点など

定員 20人程度
講師 県住宅課職員

個別相談会(空き家相談)

- 日時 1月18日(水) 13:00~16:00
- 場所 市役所本庁舎本館3階中会議室2
- 内容 宅地建物取引士による空き家の売買・賃貸、利活用に関する相談、市職員による改修・除却等の補助制度に関する相談

定員 6組(申込先着順) ※1組当たり45分程度
相談員 宅地建物取引士、県職員、市職員
申込 電話、FAX、メールにて住所、氏名、連絡先を下記まで。個別相談会については、申込時に、相談内容を連絡。

県住宅課
(☎087・832・3583 FAX087・806・0247)
jutaku@pref.kagawa.lg.jp

令和5年4月採用 坂出市立病院医療職員募集

- 申込期間 1月5日(木)~19日(木) 郵送でのみ受付(19日の消印有効)
- 試験日 1月29日(日)
- 職種・採用人員 看護師8人程度
- 申込書・募集要項 ハローワーク坂出、市役所および市立病院にて配布。市ホームページからもダウンロード可。受験資格など詳細は、募集要項をご覧ください。

市立病院(☎46・5131)

くらしの情報



スポーツ・イベント

五色台自然楽校くおひな様を作ろう

休暇村讃岐五色台 ☎47・0231

時 2月5日(日)午前9時30分～午後3時
場 五色台ビクターセンターラフトハウス集合
定 30人
料 無料
申 2月2日(木)申込締切
他 長袖長スボン・軍手・弁当・飲み物持参

みんなで健康ウォーキング

みんなでスポーツさかいで事務局 ☎85・5354

時 ①1月8日(日)②19日(木)午前9時～(8時50分受付)
場 番の州公園噴水広場集合
内 一字堤防から西大浜緑地を歩く(さかいで健康マップのコース②)
料 100円(保険料)※会員無料
申 ①1月7日(土)②24日(火)申込締切

古文書講座・新版坂出市史を読む会

坂出市史編さん所 ☎44・4044

古文書講座
時 1月7日(土)・2月4日(土)・3月4日(土)午後2時
場 新版坂出市史を読む会

新版坂出市史を読む会
時 ①1月14日(土)②2月11日(祝)③3月11日(土)④1月21日(土)⑤2月18日(土)⑥3月18日(土)午後2時
内 ①現代篇②中世篇・近世篇
場 勤労福祉センター

発達障がいなんでも相談会

香川県ふじみ園相談支援センター ☎98・3163

時 1月19日(木)①午前10時～②午前11時～1月28日(土)①午後1時～②午後2時
場 大橋記念図書館視聴覚室
内 お子さんの発達に気になる、「苦手」や「困り感」にみる日々の生活や仕事での悩み等の相談。
定 各枠1人(申込先着順)
 ※空きがあれば当日受付可。満員の場合は別日で設定可。
料 無料(要予約)
申 1月5日(木)～電話またはメール(希望の日時を記載) to:chikik@fujimin.org

相続登記はお済みですか月間司法書士無料相談会(要予約)

香川県司法書士会 ☎087・821・5701

時 2月4日(土)午前10時～午後3時
場 市民ふれあい会館
内 相続相談(登記・遺産分割・遺言)・登記相談(売買・贈与・名義変更)など

新春ウォーク

みんなでスポーツさかいで事務局 ☎85・5354

時 1月21日(土)午前9時～正午(8時40分受付)
場 勤労福祉センター集合
内 8km程度のウォーキング(八幡神社～ゆるぎ岩～塩竈神社)
定 30人(申込先着順)
料 100円(保険料)※会員無料
申 1月13日(金)申込締切

早春の里山ハイキング

みんなでスポーツさかいで事務局 ☎85・5354

時 2月4日(土)午前9時～正午(8時40分受付)
場 城山神社集合
内 4km程度のハイキング
定 20人(申込先着順)
料 200円(保険料等)
申 1月31日(火)申込締切

角山運動公園温水プール休館のお知らせ

角山運動公園温水プール ☎49・4770

水の総入れ替えおよび機械・設備点検等のため休館します。
時 1月20日(金)～29日(日)
申 ※1月30日(月)より通常どおり開館します。

第129回さかいで楽市楽座初市

同実行委員会 ☎46・2701

時 1月15日(日)午前9時～午後2時
場 駅前およびその周辺
申 ※出店者やパフォーマー・ダンス披露希望者も随時募集中

司法書士総合相談センター定期相談会

香川県司法書士会 ☎087・821・5701

時 1月21日(土)午後1時～4時
場 丸亀市生涯学習センター4階講座室4
内 一般相談、法テラス相談、成年後見相談
料 30分無料(要予約)

試験・募集・その他

危険物取扱者試験(第3回)

市消防本部 ☎46・0119
時 試験日 3月4日(土)乙種第4類 5日(日)甲種・乙種(第4類以外)・丙種
場 香川大学創造工学部(高松市)
申 書面申請 1月18日(水)～27日(金) 電子申請 1月15日(日)～24日(火)午後5時
 (一財)消防試験研究センター香川県支部へ

市内公立保育所・認定こども園保育士募集

市こども課 ☎44・5027
職種・採用人員(会計年度任用職員)
 ・保育士(保育所・認定こども園) 若干名
 ・預かり保育士(認定こども園) 1名
対 保育士資格をお持ちのかた
申 ハローワークを通じて応募ください。

令和5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 2月2日(木)午前9時～
場 坂出市医師会附属看護学院
申 1月6日(金)～1月31日(火)
他 オープンキャンパス開催。詳しくはホームページをご確認ください。

ガーデンセミナー「バラの冬剪定」

坂出緩衝緑地管理事務所 ☎45・6820、FAX 43・5213

時 1月29日(日)午後1時30分～3時45分
場 番の州公園管理事務所
定 20人(申込先着順)
料 1,000円
申 1月10日(火)～FAXまたはメールにて

基本がワカル! やってみる剪定体験教室

満濃池森林公園管理事務所 ☎57・6520

時 1月15日(日)①午前9時～正午 ②午後1時30分～4時30分
場 同公園 森林学習展示館(まんのう町)
定 各15人(申込先着順)
料 無料
申 1月6日(金)～8日(日)電話にて

ハローベビー♡フェスタ

さかいで子育て支援センター まろっ子ひろば ☎35・8119

①お父・助産師相談・ベビークラウン工作他
 ②パパママ教室(沐浴・赤ちゃんとの生活について・先輩パパとのワークショップ)
時 2月25日(土)午前10時～正午
場 まろっ子ひろば
対 ①第1子を妊娠中のかた ②原則、坂出市在住の第1子を妊娠中のかたとパートナー
定 ①15人②10組(申込先着順)
料 無料
申 1月4日(水)～専用フォームにて

講座・相談

自衛隊丸亀地域事務所 ☎23・6420

自衛官候補生募集
 自衛官候補生を随時募集しています。
対 試験日は受付時にお知らせします。
 18歳以上33歳未満のかた

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・2055
時 2月15日(水)～17日(金)(全3日)
場 福祉会館
対 市内在住で20歳以上のかた
内 子どもの病气・発達・遊び等の知識を深めるための講習
料 無料
申 2月10日(金)申込締切
 ※託児あり(2月3日(金)までに要申込)

冬の運転は準備をしっかりと!

道路緊急ダイヤル(#99110)
 四国地方整備局 ☎087・851・8061
内 四国の道路も、冬期は積雪や凍結によりスリップ事故や車の立ち往生が発生し、重大な事故・渋滞につながる場合があります。お出かけ前の情報収集と、冬用タイヤやチェーンの準備をお願いします。

「コミュニティ助成で整備

(一財)自治総合センターのコミュニティ助成を活用し、整備しました。
市消防本部
 子ども用ヘルメット10個、トランシーバー7個(付属品含む)

福祉体験スクール

坂出市社会福祉協議会 ☎46・5078

時 2月4日(土)午前10時～正午
場 福祉会館
内 視覚障がいへの理解を深めるための講義・体験
定 15人程度(中学生以上)
料 無料
申 1月27日(金)までに電話にて

介護予防教室「ミュージック・ヒーリング」

地域包括支援センター ☎44・5091

「ミュージック・ヒーリング」は、認知症予防を目的とした、音楽療法士による歌を聴いたり楽しく歌ったりする教室です。
時 ①1月6日(金)②2月1日(水)③3月3日(金)午後2時～3時
場 市民ふれあい会館2階
定 各回35人(定員を超えた場合は抽選) 各回開催日3日前まで

香川大学サテライトセミナー

市政策課 ☎44・5001

時 2月1日(水)午前10時～11時30分
場 市役所本庁舎本館2階大会議室
内 心とからだの健康づくり
定 20人
料 無料(申込不要)
他 講師 教育学部教授 山神真一氏

文学講座「奥の細道」

坂出市文化協会多田羅 ☎46・5357

時 1月8日(日)午後1時～
場 大橋記念図書館

マイナンバーカードつくりませんか
土・平日時間外開庁実施中
 市役所1階でマイナンバーカードの申請、交付等ができます。
平日 1月の平日(1月18日～4日除く) 17:15～19:00
土日 1月8日(日)、15日(日)、21日(土)、28日(土)、29日(日) 8:45～17:00
予約制 市市民課 ☎44・5005へ電話にて 8:30～17:00(土・12月29日～1月3日除く)
 1月4日～15日の平日と日曜日9:00～15:00は、香川県行政書士会による申請補助を行います。(予約不要)

水道の漏水のお問い合わせ
 ! 道路上および道路からメーターまでの間で漏水している場合
 香川県広域水道企業団 中讃ブロック統括センター 水道整備課 ☎98・1103

! メーターから家庭内の各蛇口等までの間で漏水している場合
 お知らせの水道業者または坂出市上下水道工業協同組合 ☎45・4633

国民健康保険税 7期
 介護保険料 7期
 後期高齢者医療保険料 7期
納期 納期限は、令和5年1月31日(火)です。市税は納期内に納めましょう。お支払いは、便利な口座振替で。
 (*の付いているのは、コンビニエンスストアやスマホ決済アプリで支払えます。)

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	18日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	16日(月) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	10日(火) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
記帳相談 IT相談 経営相談 労務相談 金融相談 法律相談 創業相談 事業承継相談	18日(水)(要予約) 13:00~16:00 10:00~16:00 13:00~15:00 13:00~15:00 14:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00	商工会議所 (☎46・2701) ※商工業者を対象とした相談です。
年金相談	第2(木)(要予約) 10:00~15:00	本庁舎3階 ※ご予約は、街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 (発達障がい含む)	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) きんかこども園内(☎46・8747) まろっ子ひろば内(☎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) 9:30~12:00	
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	
成年後見制度専門職相談 (弁護士・司法書士) ※3日前までに要予約	第2(木) 13:00~16:00	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)* 8:30~17:15	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	※相談日が変更となる場合があります。 *第4(金)9:00~15:00は うたづ安全安心ステーションで 出張相談を実施。
教育相談	毎週(月)~(金) 9:00~17:00	少年育成センター (☎46・2777)

学園だより

附属坂出中学校 野球部

2年 玉井 遼さん



僕たち附属坂出中学校野球部は「感動野球」をチームスローガンに掲げています。野球の魅力は感動です。本当の感動は、本気になってやった後にこそ味わえます。日々の練習で培った技と力を大舞台で発揮し、ベンチとスタンドが一体となった、シビれるような試合をしたいと思っています。10月に行われた新人大会では苦しい展開の試合もありましたが、チーム一丸となって踏ん張り、目標であった坂綾地区優勝を果たすことができました。

新たに「県大会優勝」という大きな目標を立てて臨んだ県大会では、自分たちの課題を痛感する悔しい結果になりました。これからは「冬鍛え、春磨き、夏発揮」を合言葉に、総体でもう一度「感動野球」を見せられるように日々努力します。

みんなの広場 minnanohiroba

外国人住民に伝える やさしい日本語を学ぼう

「やさしい日本語」は、外国人にとって簡単でわかりやすい日本語のことです。今月は、これまでに紹介したポイントを使って、やさしい日本語で話してみましょう。

問 隣の部屋の外国人住民が楽しくパーティーをしているようで、夜11時になっても、とてもにぎやかです。あなたは、顔ぐらいしか知らない隣の住民に、静かにして欲しいと伝えたいです。どう伝えますか？

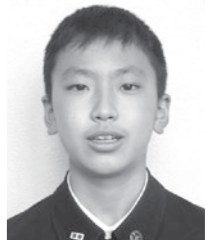
やさしくない日本語の例
 ①にぎやかですなあ。パーティーなんかしてらっしゃるんですか？
 ②もう11時なんやけどなあ……。どうにかしてくれん？
 ③何時だと思ってるんですか？いいかげんにして。近所迷惑ですよ。

主なポイント
 ・「ハサミの法則」を心がけて話す。
 (は)っきり、(さ)いごまで、(み)じかく)
 ・方言・専門用語・熟語・カタカナ外来語・尊敬語などの難しい言葉避ける。

話し方例 私は、となりの ○○です。あなたたちは、パーティーを していますか？
 今、夜の 11時です。とても おそいです。
 静かに して ください。
 私は、寝ることが できません。
 ※直接的に言わないと理解してもらえません。はっきり伝えましょう。



人権だより



加茂小学校
6年 宇野 元基さん

私の考えを語る会を聴講して考えたこと

ぼくは、11月に開催された「わたしの考えを語る会」を聴講し、市内の小学生や中学生の様々な考えや意見にふれました。どの発表も、発表者の熱い思いが込められていて、心に響き、とても感動しました。そこで感じたことは、いじめや性別、住む場所、国籍が違うことで起きる差別や偏見、最近の新型コロナウイルス感染症による差別のニュースなど、差別の芽は、自分の身近な所に隠れているということです。ぼくは、発表を聞き、差別や偏見に気付かない、見て見ぬふりをする人間にはなりたくないと思いました。しかし、「差別を許さない」という強い心をもっていないと、いつ自分が差別する側、される側になってもおかしくないということも分かりました。「差別を許さない強い心」をもつためには、どうしたらよいのでしょうか。ぼくは、学校の授業で学ぶ知識だけではなく、このような会に積極的に参加し、当事者の意見を聴いて、自分事として考えることが必要だと思いました。自分事として考える体験を通して、「何が正しくて、何が正しくないのか」を少しずつ自分で判断できるようにし、差別や偏見を見抜く力をもちたいと思います。そうして、「正しいことは正しい。まちがっていることは、だめだよ」とはっきりと伝えられる中学生になりたいと思います。

みんなの広場 minnanohiroba

市地域包括支援センター オススメ 一緒にやりまい 元気アップ体操

おうちでできる、簡単で手軽なストレッチや体操を紹介します！
 今月は、腹筋を鍛えるエクササイズです。
 このエクササイズは寝たきりのかたもできる体操です。また、腹筋を鍛えるだけでなく、嚥下体操にもなりますので、食べたり飲んだりする動作をスムーズにできるように、ぜひやってみてください。



- ① 両腕を胸の前で組み、あおむけに寝た状態で両膝を軽く曲げる
- ② おへそをのぞき込むように頭を上げる

- 並行して口の体操をしましょう。②の時に、約5秒間で「パタカラ」と5回言いながら行いましょう。
- 体調に合わせて、1セット5~10回から始めましょう。

広報クイズ & アンケート

クイズ正解者の中から抽選で3人に図書カード(500円分)が当たります。当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

クイズ
市税の〇〇〇決済がより便利になります

アンケート
 1 よかった記事・よくなかった記事とその理由
 2 よりよい広報誌づくりのために、「広報さかいで」に関するご意見、ご感想

応募方法
 郵便はがきに①クイズの答え②アンケートの回答③住所④氏名⑤年齢を記入して、下記へ送付してください。1月12日(木)必着。

〒762-8601 坂出市室町二丁目3番5号
 坂出市秘書広報課



PHOTO

「黄昏」

坂出高校 2年 関子 歩結花さん

市内の高校写真部より毎月とおきの1枚が届きます。来月は坂出商業高校！

防災

はしるの 歩



さかいで131おとめ隊* 山崎 華(こども課)

*さかいで131おとめ隊とは市職員有志による防災チームです。

備蓄食糧と呼ばれる食品はさまざまなものが流通しています。その中で最初に手に取りやすいのはアルファ米やパン、インスタント麺、お菓子ではないでしょうか。これらはエネルギーが高く、腹もちが良いので、発災直後の体に必要不可欠な食品です。しかし、このような食品ばかりでは、発災から時間がたつにつれて、タンパク質・ビタミン・ミネラルなどの栄養素が不足し、便秘や不眠など、さまざまな体調不良を引き起こしてしまいます。そこで、少しでも栄養バランスを整えるために、肉や魚、野菜や果物などの食品も備えておくことをおすすめします。

- ・ツナ缶やサバ水煮缶
- ・コーン缶、大豆の水煮缶
- ・野菜ジュース缶
- ・果物の缶詰やドライフルーツ

環境が整えば、普段から家にある日持ちする食品を食事に「ちよい足し」して栄養バランスを改善することも可能です。

- ごはんに足すなら**
- ・青のり、かつお節、いりごま、わかめなどをに入れておにぎりに
 - ・トマト缶とツナ缶でリゾット風に

- 味噌汁やインスタント麺に足すなら**
- ・わかめ、ひじき、干し椎茸、切り干し大根などをに入れて具だくさんに

備蓄食糧の基本はローリングストックです。食べ慣れておくためにも古くなる前に消費し、新しく補充しておきましょう。

問合せ 市危機管理課(☎44・5023)

防災ひとくちメモ 今月の放送は4、18(水)12:07~、19:07~(FM SUN 76.1MHz)

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信

さかいで & LION

歯周病、歯肉炎、歯周炎は どう違うの？

ライオン歯オーラルケアマイスター 平野 正徳 さん

歯ぐきの病気としてどれもよく聞く言葉ですが、これらは同じなのか、違うのかご存じですか？実は「歯周病」は、歯ぐきなど歯周組織に炎症が起こる病気の総称です。そのなかで炎症の進行状態によって「歯肉炎」と「歯周炎」に分かれます。つまり、炎症が歯ぐきだけにとどまっているものを「歯肉炎」、炎症がさらに進み、歯槽骨などに広がっているものを「歯周炎」といい別されています。

また、「歯槽膿漏(しろうのうろう)」という言葉もありますが、「歯槽膿漏」は、正確には「歯ぐきから膿が出る」という歯周病の症状のことです。以前は「歯周病」を指す言葉としても使われていましたが、歯ぐきの病気で必ずしも膿が出るわけではないので、現在では「歯周病」と呼ぶのが主流となっています。

初期段階である「歯肉炎」をそのまま放っておくと症状が進行し、やがて、より重度の歯周病である「歯周炎」になってしまいます。歯周病を予防するには、歯と歯ぐきの隙間(歯周ポケット)の歯垢をしっかりと取り除くことが大切です。

問合せ 市政課(☎44・5001)、市けんこう課(☎44・5006)

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。

Recommend

小学校 中学生~



ノレノレかるた ~二人でつくる卒業制作~

こまつ あやこ 著 / 毎日新聞出版

中学受験のため進学塾に通っていた小春。そこで出会った個性豊かなクラスメイトたちに触発され、本当にやりたいことを見つけた小春は…。

Recommend

小学生向け



小学生からのわくわく！ おうち実験室

市岡 元気 著 / アスコム

家にあるごく身近な材料を使ってできる実験が満載。わかりやすい解説つきで、家族で過ごすおうち時間にもおすすめです。

Recommend

一般向け



野菜と果物すごい品種図鑑 ~知られざるルーツを味わおう~

竹下 大学 著 / エクスナレッジ

野菜・果物の知られざる改良の歴史や、収穫量ランキング、家庭菜園向けの種類など、品種を基にさまざまな角度から楽しめる一冊です。

☎45・6677

図書館HP▶



Library

大橋記念図書館 火~金 9:00~18:00 土・日・祝 9:00~17:00

休館日

- 1日(祝)~4日(水)
- 10日(火)
- 16日(月)
- 23日(月)
- 30日(月)
- 31日(火)



図書館通信

子育ての息抜き、図書館でしませんか？

毎月第2金曜日に開催(8月を除く)している「としょかんカンガルータイム」。子育て支援コーディネーター・保健師・栄養士など専門スタッフによる相談会や、本選びのお手伝い、わらべうた、工作も楽しめます。

貸出ランキング (令和4年5月~10月)	絵本
1 100万回生きたねこ 佐野 洋子 作	3 おまえうまそうだな 宮西 達也 作
2 うみの100かいだてのいえ 岩井 俊雄 作	4 かいじゅうたちのいるところ モーリス センダック 作
	5 ぐりとぐら 中川 李枝子 作

図書館で遊ぼう！

7日(出) こども映画の会	14:00~
11日(休) わらべうたであそぼう	10:30~
13日(金) としょかんカンガルータイム	10:00~
14日(出) おはなし会	14:00~
19日(休) 発達障がいなんでも相談会 ①10:00~②11:00~	
28日(出) 紙芝居の会	11:00~
※ 発達障がいなんでも相談会 ①13:00~②14:00~	
29日(日) 読書会 bibluv	10:00~
毎週(出) ばそこん寺子屋	9:00~
毎週(日) にほんご@坂出(第5日曜を除く)	14:00~
10日(火) ブックススタート(地域保健センター)	13:30~

今月の展示 県ふじみ園相談支援センターによる「最近よく聞く発達障がいってなんなん?」展

なかよしブックン

※時間等の詳細はホームページで確認できます。

とき	地区
5日(休)	川 津
6日(金)	東 部
11日(休)	加 茂
12日(休)	金山・江尻
13日(金)	附 属
17日(火)	松山・王越
19日(休)	府 中
20日(金)	西 庄
24日(火)	島しょ部
25日(休)	林 田
26日(休)	坂 出 小
27日(金)	瀬居・東部

Hall

☎45・1505

市民ホール

火曜日休館

日 曜	行 事 名
21 土	第66回 むさしの会 合同演奏会

☎45・7110

開館時間 9:00~17:00/ 入館無料

Art Museum

市民美術館

受贈記念③ 池知 隆の切り絵 お四国きり絵の旅「徳島+高知編」

1月7日(土)~15日(日) 10日(火)は休館



14番 常楽寺



26番 金剛頂寺

第52回 幼児画展「みて!みて!ぼくの絵、わたしの絵」

1月20日(金)~22日(日) 22日は15:30まで

◇1月24日~2月10日は館内工事のため展示はありません。

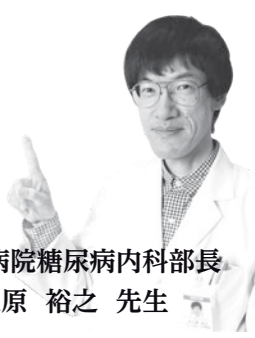


招くやみ

11月1日~30日 (ご遺族の申し込みにより掲載しています)

卯年の「幸せホルモン」

脳下垂体後葉から分泌される「オキシトシン」というホルモンは女性の出産、授乳に関係しますが、男性から、そして動物からも分泌されます。



市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生

このホルモンには母と子の絆を高める働きがあると、米国立科学アカデミー紀要で発表されました。その効果は母子だけでなく、夫婦、恋人あるいは親友同士、そして人と動物の結びつきにも密接に関連することがわかりました。「オキシトシン」には相手を信用する、共感させる働きを持つだけでなく、癒やされる、幸せな気持ちに満たされるといった効果があるのです。母親の愛情を多く受けて育った子どもの「オキシトシン」量は、愛情を受けず育った子どもに比べて高いことがわかりました。子どもを言葉でほめるだけでなく、頭をなでるともっと分泌されます。恋人同士が手を握ると、お互いに分泌されます。人が犬や猫の頭をなでると癒やされた気持ちになり、頭をなでられた動物もうつりと目を閉じます。ほめる方とほめられる方、握る方と握られる方、なでる方となでられる方の双方から「幸せホルモン」が分泌されて、幸せムードに満たされます。

先日訪れた「しろとり動物園」では、今年の干支のウサギと小屋の中で自由に触れ合うことができるようになっていきます。この時はウサギの体の軟らかい毛をなでながら、この一年がよい年になるようお祈りしました。うっとり目を細めたウサギはとても幸せそうな表情でした。

自分らしく生きる 障がい福祉通信 vol.10

問 市ふくし課 ☎44・5007

市内の障がい者関連団体を紹介します① 『坂出市身体障がい者団体連合会』

坂出市身体障がい者団体連合会は、障がいの有無に関係なく住みやすい社会をめざし、身体障がい者が自立して生活できるような手助けや会員同士の親睦を深めることを目的としています。会員同士のつながりづくりや地域との交流を楽しめるよう、福祉大会やスポーツ大会、福祉旅行など、年間を通じてさまざまなイベントを行っています。



興味のあるかた、見学をご希望のかたは、お気軽に坂出市社会福祉協議会内坂出市身体障がい者団体連合会事務局(☎46・5078)までご連絡ください。

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。

母子保健行事

場 所：地域保健センター (☎45・7437)
問合先：市けんこう課 (☎44・5006)

対象

- 3~4ヵ月児健康診査 10日(火) 13:00~14:30 令和4年9月生まれ
- 1歳6ヵ月児健康診査 19日(木) 13:00~14:30 令和3年7月生まれ
- 2歳児相談 12日(木) 9:15~10:45 令和3年1月生まれ
- 3歳児健康診査 26日(木) 13:00~14:30 令和元年6月生まれ
※場所：市役所本庁舎本館2階 大会議室
- パパママ学級 要予約 15日(日) 10:00~11:30 妊婦のかたと家族 (zoom形式)
13:30~15:30 //
- 子育てサークル 要予約 17日(火) 13:30~15:00 生後3ヵ月~1歳児までとその家族
- 離乳食講習 11日(水) 13:00~14:30 生後4~5ヵ月児とその家族
※場所：かがわ子ども・子育て支援センター 友愛館2階

相談・献血

市けんこう課 (☎44・5006)

場所

- 栄養相談 要予約 16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 4日(水) 9:00~12:00 地域保健センター
- こども相談 要予約 発達や育児に不安のあるかた 20日(金) 9:00~11:00 地域保健センター
13:30~15:30 //
- ことばの相談 要予約 言葉の遅れや発音が気になるかた 12日(木) 13:30~15:30 地域保健センター

集団がん検診

要予約 市けんこう課(☎44・5006) ※受診時はマスクの着用をお願いします。

すべてのがん検診について、予約を実施日の7日前までにお問い合わせください。また、当日受診券がないかたは受診できません。

結核・肺がん検診	胃がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診
21日(土) 9:30~ 地域保健センター 25日(水) 9:30~ 地域保健センター	18日(水) 8:30~ 地域保健センター	24日(火) 9:30~ 地域保健センター	29日(日) 9:00~ 地域保健センター

健康教室

実技 講話 Bは市内在住の65歳以上のかた対象

市民ふれあい会館				
5日(木)	9:30~10:10 10:30~11:10	75歳以上 74歳以下	冷えを解消!からだぽかぽか体操	池田 健康運動指導士 B
6日(金)	14:00~15:00		ミュージック・ヒーリング(予約者のみ)	栗田 音楽療法士 B
12日(木)	9:30~10:10 10:30~11:10	75歳以上 74歳以下	音楽に合わせて体操教室	尾島 健康運動指導士 B
18日(水)	14:00~15:30		フレイル予防に大切な骨のお話(骨密度測定)	管理 栄養士 B
18日(水)	15:00~16:00		子育て世代のためのyoga教室※	福岡 ヨガ講師 A
20日(金)	9:30~10:10 10:30~11:10	75歳以上 74歳以下	ヨーガで心も体もリラックス	福岡 健康運動指導士 B
26日(木)	13:30~14:10 14:30~15:10	75歳以上 74歳以下	冷えを解消!からだぽかぽか体操	六車 健康運動指導士 B

※子育て世代のためのyoga教室は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、託児も含め10組まで(前日までに市けんこう課に予約)とさせていただきます。

勤労福祉センター

6日(金)	9:30~10:10 10:30~11:10	75歳以上 74歳以下	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
11日(水)	14:00~15:00		男性はつらつ教室	吉田 健康運動指導士 B
27日(金)	9:30~14:10 10:30~15:10	75歳以上 74歳以下	脳とからだの若返り教室~運動教室~	リハビリ専門職 B

Bの健康教室について、時間や内容が変更になる可能性があります。ご不明な点は市地域包括支援センターへお問い合わせください。

坂出市立病院
糖尿病教室、健康教室は中止します。

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)

休日当番医

受診の際は、当日の新聞紙面や医療Netさめきの休日当番医案内などで確認し、事前に医療機関へお問い合わせください。



医療Netさめき ☎0120・979・199

医療Netさめき

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。

広報さかいでに広告掲載を希望されるかたは、株式会社ジチタイド(☎092・716・1401)までお申し込みください。

まるがゆく!



書き初め



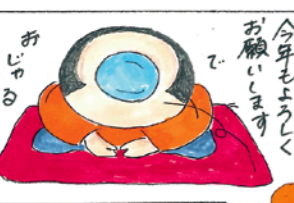
書き初めするぞ
おじやる



みんな笑って
ハハハハ



今年の目標はこれぞ
おじやる
おもしろく
楽しく
おもしろく



今年もよろしく
おじやる

まる通信



昨年は大変お世話になりました!
今年もよろしくお祈りします
おじやる☆

Information
~まるのスケジュール帳~

1/15(日) 11:00ごろ
楽市楽座 @JR坂出駅前

※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。

問 市産業観光課 ☎44-5103

12/10-11 3年ぶり開催! 2022 坂商フェア「セキレ」



坂出商業高校の生徒が模擬会社「セキレ」を設立し、自ら仕入れから販売、経理までを実践する販売実習が、JR坂出駅前市民広場で行われました。生徒らはクラスごとにオリジナル商品や地元特産品などの販売ブースを構え、多くの来場者と交流しました。

11/16 全国ママさんバレーボール冬季大会壮行会 坂出東部チーム

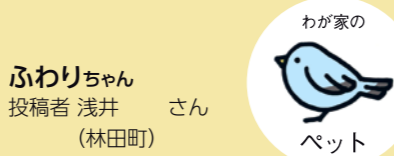
9月に行われた県予選で優勝し、全国への切符をつかんだ坂出東部チームの出場選手壮行会が行われました。メンバーの東條選手は「一緒に全国でプレーできる幸せをかみしめて戦いたい」と話してくれました。



11/24 空き家除却促進に係る連携協定を締結 ㈱クラッソーネ



空き家解体促進に向け、株式会社クラッソーネと連携協定を締結しました。空き家解体を検討する所有者に同社の運営するAIシミュレーターを活用してもらうことで解体費用の概算を把握できたり、解体などの相談に無料で応じてもらったりすることができます。



ふわりちゃん
投稿者 浅井 さん
(林田町)

時間に正確で、
寝る時にオヤスミ!と言います。



11/29 楽しく学ぼう! 楽ラク料理教室

フレイルの知識を身に付け、健康的な生活を送るのに重要な食事について学ぶ講話と調理実習が学校給食センターで行われました。

12/1~ 坂出市市制施行80周年記念 2022さかいで光輝里フェスティバル

坂出駅北口のハナミズキ広場、市民広場を中心に街を彩る冬の恒例イベント。今年は翼と波を模したイルミネーションが登場し、絶好のフォトスポットに。3日には3年ぶりにイベントが行われ、点灯式や屋台のほか大道芸人のパフォーマンスや坂出高校音楽科出身の優希亜さんのライブなどが会場を温かく包み込みました。



11/18 金時みかん(小原紅早生)収穫体験

川津こども園の園児が、青海町の栽培園地で収穫体験を行いました。子どもたちは鮮やかな紅色をしたみかんに手をのびし、はさみを使って収穫したり、果汁搾り機でその場で搾ったジュースを飲んだりして「きれい」「甘い」と声を弾ませていました。



11/23 さぬき讚ベジタブル 金時にんじん産地体験交流会

収穫体験はあいにくの雨でしたが、参加した親子らは長さ約30cmの金時にんじんを次々と収穫。その後交流の里おうちにて、坂出三金時を使った3品目の調理体験を行い、坂出特産の味覚を楽しみました。



11/23 ごみのない海をめざして 沙弥島でワークショップ with 明治安田生命



瀬戸内海は外洋との海水の循環がされにくい海域で、沿岸部には生活ごみなどが多く流れ着きます。こうしてできる海ごみは、生態系などに大きな被害をもたらす恐れがあります。そこで今回、本市と包括連携協定を締結している明治安田生命保険相互会社の皆さんとともに、海ごみ調査を通してごみの減量化や環境問題について考えるワークショップを開催しました。





GOGO!★さかいで消防 CALL119

坂出市消防団は、市の非常備の消防機関です。消防団員の皆さんは普段、本業を持ちながら、火災・水害等が発生すれば駆け付けて対応にあたります。「自らの地域は自ら守る」という精神に基づき、11分団・総勢532人（うち女性分団25人）の団員が消防防災活動を行っています。

消防出初式は、毎年1月初旬に行われる消防にとっての仕事始めの行事です。350年ほど前に江戸の火消しにより行われたものが起源とされ、現在に受け継がれています。消防団員の士気高揚はもちろんですが、市民の皆さんに広く火災予防思想の普及を図ることを目的としています。



消防団訓練

春・秋季火災予防週間に合わせて、火災消火訓練を実施しています。消防技能の向上を図り地元の安全・安心を守るため、訓練に励んでいます。

市HPでも消防本部の紹介を掲載中

[坂出市消防本部](#)

消防団員募集中 関 市消防本部庶務課(☎46・0119)
入団資格 坂出市在住または在勤の18歳以上のかた

DATA

12月1現在（ ）内は前月比
人口 49,346人(-37)
男 23,600人(-12)
女 25,746人(-25)
世帯 21,319世帯(-5)

(11月)
出生 29人(8)
死亡 75人(-4)
転入 145人(4)
転出 136人(-3)
交通事故 15件(死者0人)
救急 346件
火災 0件

火災に関する放送内容は
☎ 45・4949で

防災行政無線の放送内容は
☎ 85・6131で
ご確認ください。

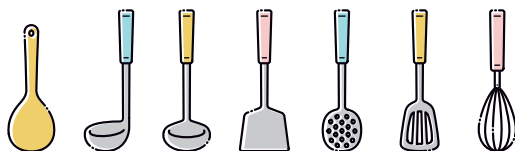
市制施行 昭和17年(1942)
市の面積 92.49km²
市の木 珊瑚樹
市の花・草花 桜・コスモス

※令和2年国勢調査の確定値を基本に、
毎月の住民異動から推計した人口・世帯数です。



つくりかた

- 1 ミックス粉に水と黒豆を加えてよく混ぜる。
- 2 アルミカップに生地を入れて、15～20分程度蒸す。



健幸ライフの第一歩は「食事」から！
今月は大人気給食・おやつの
レシピをご紹介します！



黒豆入り蒸しパン

材料(子ども4人分)

- 蒸しパンミックス粉 100g
- 水(または牛乳) 80g
- 黒豆(煮豆) 60g

ワンポイント!

黒豆が大きければ粗く刻みましょう。



PUBLIC RELATIONS
SAKAIDE

[坂出市](#)

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

アプリ「マチイロ」
でもお届け中

iPhone



Android

