

July



≡ 広報

さかいで

No.1299

2015
(平成27年)

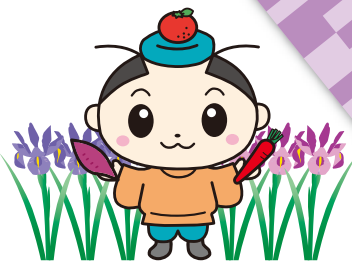
6

Maro Film

June



May



- 遠くの〇〇より身近な地域住民 …… 2・3P
- かわつ花菖蒲園の一般開放 …… 5P
- 児童手当現況届の提出 …… 6P
- 参加者・参加団体募集 …… 9P

<http://www.city.sakaide.lg.jp/>

Film

Maro Film

遠く

身の近くな地域住民

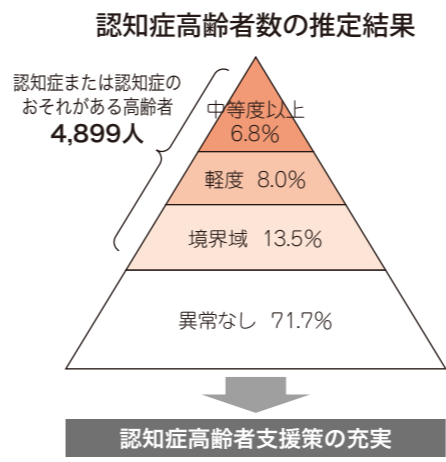


増える要介護認定者

本市の総人口は減少傾向が続いており、20年後には43,847人になると推計されています。一方で総人口に占める65歳以上のかたの割合を示す高齢化率は平成37年のピークを経て20年後には33.6%(約3人に1人の割合)になると推計されています。要介護認定者数も、年々増加しており、平成26年度では3,237人であったものが、20年後には4,174人になると推計されています。さらに平成26年度の認知症高齢者数の推定結果では、認知症または認知症のおそれのある高齢者が4,899人と推定され、65歳以上の約3.5人に1人の割合となっております。

住み慣れた地域で

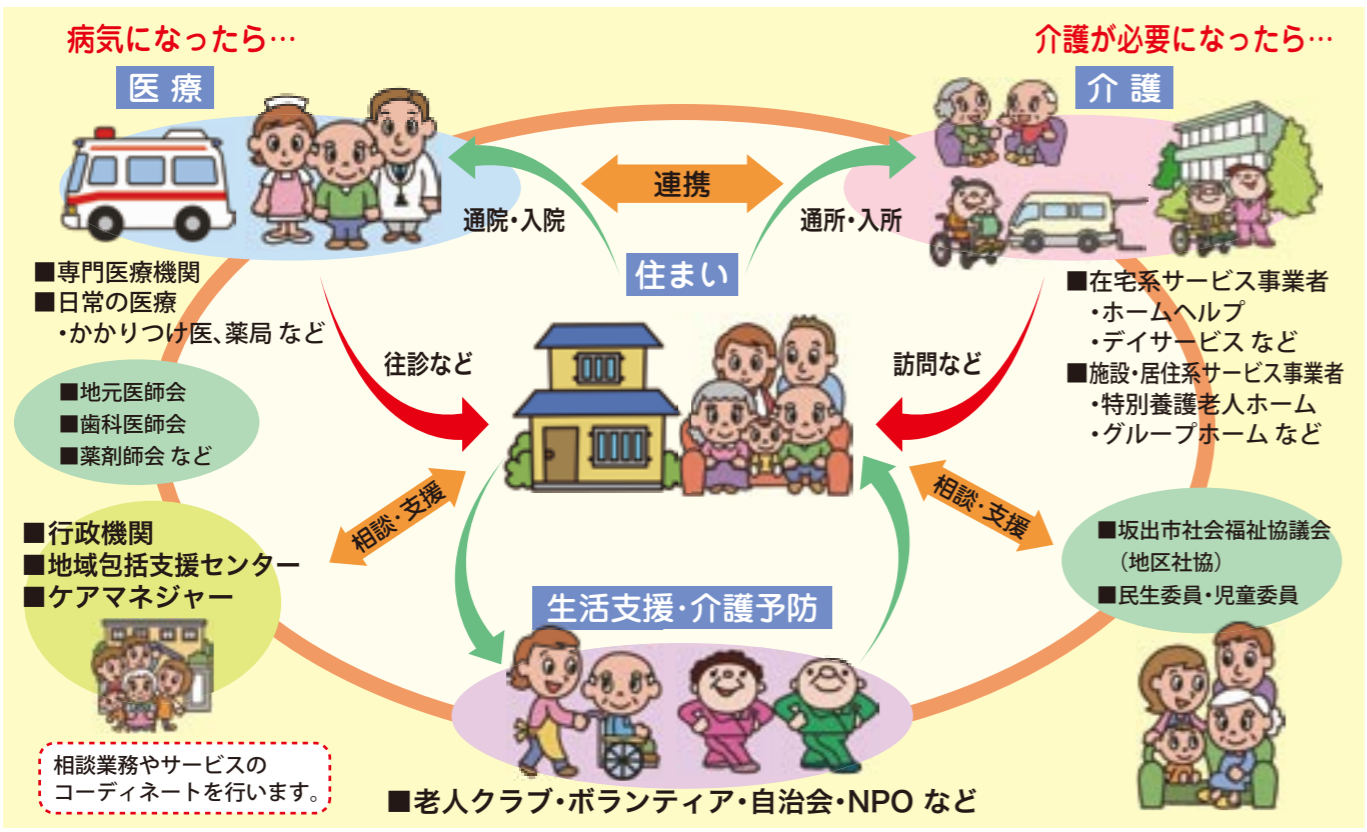
団塊の世代が75歳以上となる平成37年以降を見据えて、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための取り組みが重要となっております。本市では、介護サービスの基盤整備



にとどまらず、高齢者が健やかに自分らしい暮らしを実現できる長寿社会の確立に向け、市民や関係団体等がそれぞれの役割を担いながら、連携・共働のもと、互いに協力することで、さまざまな高齢者福祉施策を進めてきました。本計画では、現在重点的に取り組んでいる認知症高齢者支援策をさらに充実させるとともに、20年先を見据えた長期的視点に立ち、地域住民がともに支えあい、ともに幸せに生きることが出来る「地域包括ケアシステム」の構築を目指しています。

地域包括ケアシステムの実現を目指して ～30分以内に必要なサービスが提供される環境～

「医療・介護・予防・住まい・生活支援」が一体的に受けられる支援体制「地域包括ケアシステム」の構築には行政だけでなく、高齢者自身や地域住民も積極的に参加することが求められます。



基本理念 誰もが安心して いきいきと暮らせる 地域づくり

基本方針・基本方向 「参加と共働」「20年先を見据えた体制づくり」

心をつながる まちづくり



地域包括支援センター、坂出市社会福祉協議会、医療機関、ケアマネジャー等の連携により、高齢者一人ひとりにあったネットワークを構築し、心をつながるまちづくりの実現を目指します。

楽しく健やかな 生きがいづくり



介護予防・健康づくりや生きがいづくりなど、誰もが気軽に楽しく参加できる機会づくりに努め、若いうちからの生活習慣病予防、健康づくりの強化等に取り組めます。

思いやりのある 介護支援体制づくり



市民一人ひとりにあったサービスが選択できるよう、情報提供に努め関係者が連携し思いやりのある介護支援体制づくりを目指します。

新規 地域密着型サービス事業者 公募説明会の開催

日時 7月1日(水) 午後1時30分
場所 市水道局3階大会議室
対象者 地域密着型サービスの開設を検討している事業者
 ※各事業者2人までの出席とさせていただきます。
申込締切日 6月26日(金)
申込方法 指定の公募参加申込書に必要事項を記入し、市かいか課に持参するか、郵送・FAXで提出してください。
 申込書は市かいか課および市ホームページからもダウンロードできます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

新規 認知症カフェ実施事業者募集

認知症の人およびその家族、地域住民、専門職等の誰もが参加し、集うことができる場所(認知症カフェ)の運営や相談等、認知症についての正しい知識の普及啓発を行うことができる事業者を募集します。
募集期間 6月10日(水)～30日(火)
 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

H26/4～ まいまいこ(徘徊) 高齢者おかけり支援システム

支援サポーター・事業者の見守り情報提供により、認知症等による徘徊高齢者が一刻も早く安心できる場所へ帰れるように、みんなで支援するシステムです。

支援サポーター数は5月14日現在で220人、支援事業者は44団体に、ご協力いただいております。

みなさんもおかけり支援サポーターになりませんか?
【登録方法】
 1 左記のQRコードを読み込もう!
 2 青い字の「登録する」をタップ
 3 「送信」をタップで登録完了!!



H26/11～ 認知症初期集中支援チーム

認知症は誰もがなる可能性のある病気です。しかし早期診断・早期対応をすることで、重度化を防止することができます。

人柄が変わる 意欲がなくなる
 物忘れがひどい 判断力・理解力が衰える
 不安感が強い 時間・場所がわからない



いくつかあてはまると感じた場合は、すぐにご相談ください。医師、保健師の専門職がチームとなって早期に集中的に支援を行います。
認知症初期集中支援チーム
 直通電話(☎46・2033)へ

第57回水道週間 6月1日～7日

市民生活や産業活動を支えている水道についての理解と関心を高めるために、水道週間期間中、全国でさまざまな行事が開催されます。本市では次のとおり行事を開催しますので、みなさまのお越しをお待ちしています。

かわつ花菖蒲園の一般開放

入園無料

古くは水道施設として使用されていたろ過池を整備し、72種類、約5万本ものハナショウブが咲きほこる「かわつ花菖蒲園」で季節の風情を楽しんでみませんか。

日時 6月1日(月)～14日(日) 午前9時～午後4時
会場 かわつ花菖蒲園(川津浄水場)
※14日午後3時ごろより、切り花のプレゼントがあります。



かわつ花菖蒲祭

日時 6月7日(日) 午前9時～午後3時
内容 公民館活動芸能発表、バザーコーナー等
問合先 市川津出張所(☎46・2553)

かわつ花菖蒲茶会

日時 6月14日(日) 午前10時～午後3時
茶券 1席300円(当日券あり)
問合先 市産業課にぎわい室(☎44・5015)



水道よろず相談

日時 6月1日(月)～5日(金) 午前9時～午後4時
会場 市水道局玄関ホール
内容

- ・蛇口など水道器具の展示と即売(即売品の取り替え費用は無料)
- ・パッキン、ゴム付ケレップ(1人5個まで)の無料配布と取り替え方法の説明
※相談所開設期間中、ご家庭のパッキン(ゴム付ケレップ)を無料で取り替えます。(1軒につき5カ所まで)ただし蛇口の形状により、取り替えできないことがあります。希望される場合は、市水道局にお問い合わせください。
- ・市内小学生(5・6年生)による水道についてのポスター入選作品展示

■詳しくは、市水道局監理課(☎46・4300)へ

水道週間のポスター入賞者(5・6年生)

坂出小学校	中上真成美	宮本 晋吾
東部小学校	岩中 真歩	高木 美詞
金山小学校	有田 歩生	岩崎 遥香
西庄小学校	入船 瑚都	山田梨花子
林田小学校	入宮 一花	入宮 一樹
加茂小学校	木村 美友	渡邊 ゆき
府中小学校	坂下 碧彩	谷本 夢乃
川津小学校	長町 浩晟	中村 心音
松山小学校	綾井 萌瑛	橋崎 桃奈
瀬居小学校	長谷川 愛佳	新宅 優晴

(敬称略)



鴨川浄水場施設見学

鴨川浄水場の施設見学をしてみませんか。

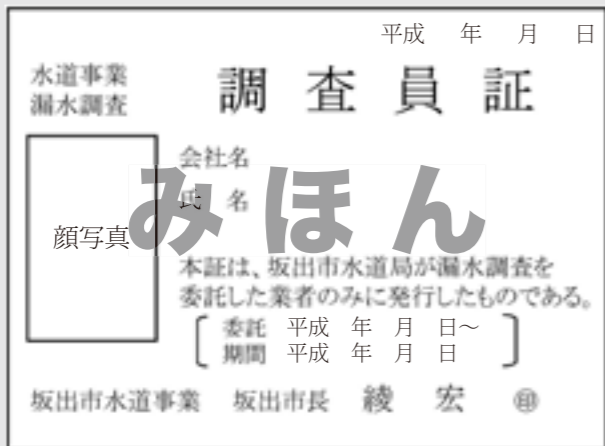
日時 6月1日(月)～5日(金) 午前9時～午後4時
会場 鴨川浄水場

■詳しくは、市水道局鴨川浄水場(☎48・0124)へ

漏水調査にご協力ください (無料)

水道局では、水道管の漏水箇所を早期に発見するために、専門業者に委託し道路内の配水管からお客さまの敷地内にある水道メーターまで、漏水調査を行います。調査員は、水道局発行の業者名・氏名を記した身分証明書を携行し調査を行っていますので、お伺いした際にはご協力をお願いします。なお、この調査でお客さまに調査費用等を請求することはありません。

調査区域 (全区域) 府中町、加茂町、神谷町 (一部区域) 林田町、西庄町、江尻町、高屋町



■詳しくは、市水道局工務課(☎46・4597)へ

おめでとうございます
本市ではそれぞれの分野に尽くされた次のかたがたが晴れの栄誉を受けられました。

春の叙勲

瑞宝双光章

今里 晃玄氏



新浜町
ルンビニ幼稚園園長

瑞宝単光章

富家 正光氏



林田町
元市消防団副団長

春の褒章

黄綬褒章

北濱 俊幸氏



八幡町一
北浜建設(株)代表取締役

藍綬褒章

宮井 文子氏



高屋町
坂出地区更生保護女性会会長

知事表彰

香月 正剛氏



池園町
坂出商工会議所常議員

河崎 春海氏



川津町
香川県母子寡婦福祉連合会会長

榎石ももて祭保存会



教育文化功勞

法務大臣表彰

塩瀬 敦子氏



常盤町二
元人権擁護委員

市議会議員20人決まる!

任期は5月2日から4年間

4月26日、市議会議員選挙の投票が行われました。投票率は59.26%で、平成23年に行われた前回63.93%から4.67ポイント下回りました。

敬称略。50音順
()内は投票日現在の満年齢。
略歴は住所、新旧別、当選回数、所属党派。

うえはら ゆたか 植原 泰 (57) 昭和町一 新① 市民と共に	うえじょう けいすけ 植條 敬介 (44) 林田町 現④ 市民グループ未来の会	いばら ともひと 茨 智仁 (42) 富士見町一 現② 新政会	いでた たいぞう 出田 泰三 (62) 川津町 現② 市民の声		
さいとう よしあき 斉藤 義明 (67) 林田町 現② 市民の声	くすい つねお 楠井 常夫 (54) 加茂町 現③ 新政会	おおまえ かんじょう 大前 寛乗 (58) 京町二 現④ 市民グループ未来の会	おおふじ まさふみ 大藤 匡文 (53) 西庄町 現③ 市民グループ未来の会		
まえかわ まさや 前川 昌也 (61) 江尻町 現③ 市民グループ未来の会	ひがしやま みつり 東山 光徳 (75) 高屋町 現⑨ 新政会	ひがしはら あきら 東原 章 (50) 王越町乃生 新① 市民グループ未来の会	のかく みつあき 野角 満昭 (71) 青海町 現④ 日本共産党議員会	とりかい としゆき 鳥飼 年幸 (58) 室町二 新① 市民グループ未来の会	さんじょう ただふみ 山条 忠文 (74) 西庄町 現⑦ 改進の会
わき よしみ 脇 芳美 (68) 府中町 現② 新緑	わかたに しゅうじ 若谷 修治 (43) 江尻町 現② 市民グループ未来の会	わかすぎ てるひさ 若杉 輝久 (58) 林田町 現⑥ 公明党議員会	よしだ こういち 吉田 耕一 (61) 御供所町一 現④ 新政会	むらい たかひこ 村井 孝彦 (60) 川津町 現② 市民グループ未来の会	まつなり くにひろ 松成 国宏 (63) 加茂町 現⑧ 公明党議員会

平成27年度の各種検(健)診が始まります!

- 40歳以上のかたには、5月末頃、右記の受診券をお送りしています。
- 20歳から39歳の女性には別の様式で子宮頸がん検診の受診券を送付しています。



<個人通知内容物>

- ・受診券(右記参照) ・検(健)診カレンダー
- ・質問票(特定健康診査、後期高齢者健診対象者のみ)

検診車による胃・子宮頸・乳がん検診は時間予約制で行います。

検(健)診の受け方

- ①自分が検(健)診の対象になっているか受診券で確認しましょう。(対象となる検(健)診に、氏名等が印刷されています)

医療機関での検(健)診を希望する場合

- ②同封されている検(健)診カレンダーで実施医療機関を探します。(実施機関には☆印または★印がついています)
- ③予約が必要かどうかを確認し予約をしましょう。(必要な場合★印がついています)
- ④受診します。
持参物 受診券、保険証、自己負担金
特定健診・後期高齢者健診対象者は質問票
- ⑤検(健)診結果を聞きに行きましょう。

検診車でのがん検診を希望する場合

- ②同封されている検(健)診カレンダーで希望する場所と日程を確認します。
- ③検診日の10日前までにけんこう課に申し込みましょう。
6月1日(月)から予約を受け付けます。
受付順に予約時間が決められます。
- ④検診日の約1週間前に問診票が届きます。
問診票に必要事項を記入しておきましょう。
- ⑤予約時間に受診します。
持参物 受診券、問診票、自己負担金
- ⑥けんこう課から検診結果が送られてきます。(約1ヵ月後)

※年齢・性別・受診歴・加入の医療保険等により対象とならない検(健)診は、受診券に「対象外」と印字しています。

がん検診推進事業 下記のかたには、無料で受診できるクーポン券を送付しています。ぜひご利用ください。

対象検診	大腸がん検診	乳がん検診	子宮頸がん検診
対象者 (4月1日現在)	40歳・45歳・50歳・55歳・60歳のかた	40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の女性	20歳・25歳・30歳・35歳・40歳の女性
	平成25年度クーポン対象者で過去5年間受診されたことがないかた		

■詳しくは、市けんこう課(☎44・5006)へ

■詳しくは、国民健康保険に加入のかた
市けんこう課(☎44・5006)
後期高齢者医療に加入のかた
市けんこう課(☎44・5006)
または
香川県後期高齢者医療広域連合
(☎087・811・1866)へ

●この届出(傷病届等関係書類の提出)は、法律で義務付けられていますので、ご協力をお願いします。

●加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると、医療保険で立て替えた医療費を加害者に請求できない場合がありますので、保険診療を受ける際には、必ず届出をお願いいたします。届出に必要な書類は、加入している各医療保険にお問い合わせください。

●交通事故など第三者の不法行為によって受けた傷病の医療費は、本来、加害者が負担すべきものですが、加入している医療保険に届け出ることにより保険診療を受けることができます。届出があったのち、各医療保険から一時的に立て替えた医療費を加害者に請求します。

●加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると、医療保険で立て替えた医療費を加害者に請求できない場合がありますので、保険診療を受ける際には、必ず届出をお願いいたします。届出に必要な書類は、加入している各医療保険にお問い合わせください。



交通事故にあったときの届出

国民健康保険 後期高齢者医療

子育て世帯臨時特例給付金の支給について



平成26年4月からの消費税率の引き上げに伴い、子育て世帯の家計への負担を減らし、消費の下支えを図るために、児童手当を受給しているかたに、「子育て世帯臨時特例給付金」を支給します。なお対象となると思われるかたには、6月上旬に申請書を送付します。

- 支給対象者** 平成27年5月31日において平成27年6月分の児童手当(特例給付を除く。)の受給者および受給要件を満たすかた
- 対象児童** 平成27年6月分の児童手当(特例給付を除く。)の対象となる児童
- 支給額** 対象児童1人につき 3,000円
- 申請手続き** 平成27年6月分の児童手当の支給を受ける市町村に対して、支給の申請を行ってください。(児童手当とは別に手続き必要)
申請書に必要事項を記入の上、市の窓口へ提出してください。申請書および添付書類等を確認後、指定口座への振り込みとなります。
なお、公務員のかたは申請書等が勤務先から配布されますが、申請手続きは5月31日現在の住民登録地で行ってください。

子育て世帯臨時特例給付金および児童手当の現況届を休日受付します!

日時 6月14日(日)
午前8時30分~午後5時
場所 本庁舎1階 玄関ホール

児童手当 現況届の提出を忘れずに

児童手当は、中学校卒業までの児童を養育しているかたに支給されます。児童手当を受けているかたは、毎年6月に「現況届」の提出が必要です。(公務員のかたは勤務先へ)6月上旬に「現況届」を郵送しますので、必要書類を添えて6月30日(火)までにご提出ください。なお、提出がない場合は6月分以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

■詳しくは、市こども課(☎44・5027)へ

坂出市子ども・子育て会議委員を募集します

子育て支援に関する幅広い分野からの意見を伺うため、学識経験者や各種団体の代表者など市の選任する委員とともに、本市の子育て支援策に関する事項について調査、審議を行っていただけるかたを募集します。

- 募集人員** 2人程度
- 募集期間** 6月8日(月)~7月3日(金)
- 委嘱期間** 平成27年8月1日から2年間
- 応募資格** ●本市に居住し、応募締切日現在の年齢が満20歳以上 ●本市の他の審議会委員として委嘱されていない
●子ども・子育て施策に関心があり、積極的に発言できる ●国・地方公共団体の議員または職員でない
●平日の日中に開催される会議(年2回程度)に出席できる
- 応募方法** 指定の応募用紙に必要事項を明記し、「子育て支援への考え方」を含む応募動機(400字程度)とともに、市こども課に持参するか、郵送・FAX・電子メールで提出してください。応募用紙は市こども課や各出張所・市ホームページからもダウンロードできます。

■詳しくは、市こども課(☎44・5027 ☎44・5014 ✉kodomom@city.sakaide.lg.jp)へ



坂出市まちづくり基本構想審議会委員を募集します

将来における市のあるべき姿と進むべき方向について、まちづくりの最も基本的な指針となる「坂出市まちづくり基本構想」の策定にあたり、「さらなる市民参加」の一環として広く市民のご意見を反映するため、審議を行っていただけるかたを募集します。

- 募集人員** 2人程度
- 募集期間** 6月1日(月)~12日(金)
- 委嘱期間** 委嘱の日から平成28年3月頃まで
- 応募資格** ●本市に居住し、応募締切日現在の年齢が満20歳以上 ●平日に開催される会議(3回程度)に出席できる
●まちづくりをはじめとする市政の推進に関心がある ●国・地方公共団体の議員または職員でない
- 応募方法** 指定の応募用紙に必要事項を明記し、「まちづくり」をテーマとする400字程度の作文とともに市政課に郵送または電子メールで提出してください。応募用紙は市役所受付および市政課、市ホームページからもダウンロードできます。

■詳しくは、市政課(☎44・5001 ✉seisaku@city.sakaide.lg.jp)へ

～ 6月28日は坂出市ラジオ体操の日～
第3回 ラジオ体操大会

今年のラジオ体操大会は東部小学校で開催！
 申し込みは不要です。どなたでも参加可能ですので、当日会場までお越しください。記念品もご用意しています。

開催日時 6月28日(日)
 午前10時～正午(開場 午前9時45分)
場所 東部小学校 体育館
駐車場 東部小学校 運動場
持ち物 屋内履き(体育館シューズ等)、タオル、飲み物
ゲスト ・さかいでまろ
 ・テレビでおなじみのNHK体操講師の多胡 肇先生とアシスタントに小森 由紀子さんをお招きしています。



■詳しくは、市生涯学習課(☎44・5025)へ

**第50回記念さかいで大橋まつり
 参加団体募集**

●**第50回記念限定イベント 獅子舞競演**
 地域のまつりなどで活躍する獅子舞を、さかいで大橋まつりの会場で披露してみませんか？
競演日時 8月1日(土) 午後5時～
応募資格 坂出市内に拠点を置き、活動している獅子舞保存会であること
謝礼 1団体あたり2万円
申込締切日 6月12日(金) 必着
募集团体数 10団体程度(応募多数の場合は抽選)

●**総おどり**
 坂出小唄の軽快なリズムにのって踊っていただける踊り子連(30人以上)を募集します！
日時 8月1日(土) 午後6時10分～
申込締切日 6月19日(金) 必着

●**ダンス&高校生バンド パフォーマンスステージ**
 灼熱の太陽にも負けず、まつりを盛り上げてくれるダンスチーム(1チーム10人以上)を募集します。
日時 8月2日(日) 午前9時～(1ステージ8分以内)
募集团体数 15団体(先着順)
 ※6月8日(月)午前8時30分より受付を開始します。また高校生バンドについては別に募集予定です。

■詳しくは、市産業課にぎわい室(☎44・5015)へ

「まるプレ」取扱店随時募集中!

坂出市プレミアム付き商品券「まるプレ」が利用できる取扱店を随時募集中です。

■**申込み・問合せは、坂出市プレミアム付き商品券事業実行委員会事務局(☎59・0666)へ**

ご利用ください 市の融資制度のご案内

融資名および対象者	限度額
◆中小企業融資 ・小口融資 ①市内に住所または主たる事業所を有し②同一事業を引き続き6カ月以上営む中小企業者③市県民税が賦課されている者④市税の完納者	運転資金 500万円 設備資金 700万円 利率(年) 2.0%
◆小売商業近代化資金融資 ①市内に住所および店舗を有し②同一事業を引き続き2年以上営んでおり③市税の完納者	500万円～800万円 利率(年) 2.0%
(注)利率については、平成27年4月1日現在のものです。保証協会の対象事業であること。完済後、利子補給または保証料相当の奨励金があります。	
■ 申込み・問合せは、坂出商工会議所(☎46・2701)へ	

**海上保安庁巡視艇による
 親子クルージング参加者募集**

開催日時 7月20日(祝)海の日
 1回目 午前9時/2回目 午前10時30分
 (天候や緊急出動等により中止になる場合があります)
対象者 小学生と保護者(大人1人と小学生2人まで)
定員 各回 親子20組
 (応募者多数の場合は抽選)
応募方法 往復はがきに参加者全員の住所・氏名・年齢・希望時間・電話番号を記入し、ご応募ください。
応募先 〒762-8601 坂出市室町二丁目3番5号 坂出港振興協会事務局 坂出市みなと課
応募締切 6月26日(金) 必着



■詳しくは、坂出港振興協会事務局 市みなと課(☎44・5010)へ

入居資格
 ・市内に住所または勤務先を有して現に住宅に困っているかた
 ・入居の際、同居の親族がいるかた(単身での申込みの場合は条件あり)
 ・市税の滞納のないかた
 ・収入が所定の基準に適合するかた
 ・暴力団員でないかた
 ■詳しくは、市建設課(☎44・5011)へ

今回募集する市営住宅一覧

	住宅名	建設年度	戸数	間取り	入居時の家賃(円/月)
公営住宅	八十場西団地	昭和52年度	1	3K	12,800～22,400
	八十場中団地	昭和54年度	1	3K	14,200～25,800
	緑町団地	昭和60年度	1	3DK	17,200～33,900
	新林田団地	平成4年度	1	3DK	21,100～41,400
改良住宅	新林田団地	平成7年度	1	3DK	21,600～42,400
	京町団地※	昭和60年度	1	2LDK	32,000

入居決定時には、市内在住の保証人が2人必要

※単身入居可

市営住宅入居者募集
 募集期間 6月1日(月)～9日(火)
 受付場所 市建設課

男女共同参画週間

6月23日(火)～29日(月)

平成27年度キャッチフレーズ

『地域力×女性力=無限大の未来』

街頭キャンペーン 6月24日(水) 午後3時30分～
 JR坂出駅周辺でオリジナルグッズの配布を行います。

ご相談ください 人権擁護委員

4月1日付で、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。

新任された委員(敬称略)	
三野 郁子 (八幡町三)	☎45・7226
在任中の委員(敬称略)	
神成 章 (京町一)	☎46・2592
中山香代子 (富士見町二)	☎45・8449
中村悠紀子 (西庄町)	☎46・6362
猪熊由利子 (林田町)	☎47・1828
井上 賀博 (加茂町)	☎48・0264
谷口 正行 (府中町)	☎48・0696
久保 勝是 (川津町)	☎45・1254
木下 恵子 (王越町)	☎42・0449

全国一斉「子どもの人権110番」

いじめや体罰、不登校や親による虐待など、子どもをとりまく人権問題の相談に時間を延長して応じます。通話料は無料で、秘密は厳守されます。

期間 6月22日(月)～28日(日)
時間 平日 午前8時30分～午後7時
 土・日 午前10時～午後5時
 ☎0120・007・110

※上記期間以外は平日 午前8時30分～午後5時15分

女性の人権ホットライン(☎0570・070・810)もご利用ください。

■詳しくは、市人権課(☎44・5008)へ

市消防団長の交代について
 大越氏の定年退団に伴い、4月1日より水本氏が市消防団長に就任しました。



新市消防団長
 水本 貞義 氏
 谷町一 61歳



前市消防団長
 大越 忠則 氏
 王越町乃生 66歳

平成27年度市民税・県民税の納税通知書を発送します
 課税対象 平成27年1月1日現在、本市に居住し平成26年中に所得のあったかた
 ■詳しくは、市税務課(☎44・5004)へ

不法投棄は犯罪です！絶対にやめましょう
 『全国でみ不法投棄監視ウィーク』(5月30日～6月5日)
 市では頻繁に不法投棄されている場所等の巡回パトロールを行っています。しかし、不法投棄を未然に防止するためには、市民のみなさんの監視の目も大切になります。土地所有者(管理者)は除草や見回りをするなど、こまめな管理を心掛けてください。
 ■詳しくは、市生活課(☎46・4503)へ

くらしの情報



スポーツ

シニア体力測定

市生涯学習課(☎44・50025)
 6月27日(土) 午前9時〜午後1時
 オアシス元町(元町商店街内)
 60歳以上のかた
 握力測定、長座体前屈、片足立ち等
 無料

第27回会長杯インディアアカ大会

市川(☎46・78667)
 6月27日(土) 午後5時30分〜
 市立体育館
 18歳以上で市内在住または在勤のかた
 1チーム2,000円
 6月24日(水) 申込締切

第36回市長杯少年剣道大会

坂出市剣道連盟事務局前田
 (☎090・4698・4329)
 7月19日(日) 午前9時〜午後3時
 市立体育館
 市内在住および市内各道場所属の小・中学生
 6月19日(金) 申込締切

城山クリーンハイキング

みなでスポーツさかいで事務局(☎45・6670)
 6月7日(日) 午前9時〜正午
 城山山頂集合 料 無料
 6月4日(木) 申込締切

カローリング教室 参加者募集

みなでスポーツさかいで事務局(☎45・6670)
 平成28年3月までの毎週月曜日
 市民武道場
 2,000円
 (小学生以下は1,000円)

募集

平成27年 国勢調査員募集

市政課(☎44・5001)
 8月下旬〜10月下旬(約2カ月間)
 20歳以上で、責任をもって調査事務に携わっていただけるかた
 各世帯への調査についての説明と調査票の配布・回収等
 6月30日(火) 申込締切

催し・イベント

平成27年教科書展示会

大橋記念図書館(☎45・6677)
 6月19日(金)〜7月2日(木)
 大橋記念図書館
 平成28年度に全国で使用される教科書の展示

演劇公演「シエラランドと偽りの夜」

株式会社エカブ(☎090・7572・6104)
 6月20日(土) 午後7時〜21日(日) 午後2時〜
 市民ホール
 前売チケットは、ホームページの特設ページから。

第57回坂出市吟詠剣詩舞道チャリティー大会

坂出市吟詠剣詩舞道友の会(☎46・9588)
 6月28日(日) 午前10時〜
 勤労福祉センター 料 無料

坂出囲碁研修会

坂出囲碁研修会田中(☎47・2901)
 6月13日(土)・7月11日(土) 午前9時30分〜
 中央公民館 料 1,000円(昼食代を含む)

その他

全国一斉労働相談ホットライン

香川県弁護士会(☎087・822・3693)
 6月10日(水) 午前10時〜午後4時

坂出子ども茶道教室 受講者募集

大橋記念図書館(☎45・6677)
 6月〜平成28年1月の第4日曜日
 午後2時〜(全7回)
 大橋記念図書館
 小学生〜高校生(連続受講の可能なかた
 10人(申込先着順)
 無料(別途テキスト代が必要)
 6月2日(火) 受付開始

ひとり親家庭交流行事

坂出市社会福祉協議会(☎46・5078)
 7月20日(祝) 午前8時30分〜
 市役所↓愛媛県総合科学博物館(愛媛県)
 ひとり親家庭の子どもと保護者
 6月15日(月) 申込締切
 坂出市母子寡婦福祉連合会主催

和紙のちぎり絵一日講座(たなばたさま)

勤労福祉センター(☎46・2463)
 6月14日(日) 午前9時30分〜午後1時
 勤労福祉センター
 20人(申込先着順)
 1,080円(材料費)
 6月2日(火)〜、参加料を添えて直接右記まで。

みなと歩き初夏編

坂出市観光協会(☎45・1122)
 6月20日(土) 午後1時〜3時
 坂出市シルバー人材センター横集合
 30人 料 無料
 6月19日(金) 申込締切

全国一斉女性の権利110番

香川県弁護士会(☎087・822・3693)
 6月23日(火) 午前10時〜午後4時
 電話相談
 (☎087・811・0106)(相談日のみ開設
 面接相談(予約制)

登記相談が予約制になりました

高松法務局民事行政調査官室
 (☎087・821・6342)
 登記相談をご利用の場合は、電話による事前の予約をお願いします。なお、相談は1回あたり30分以内です(無料)。
 高松法務局本局(高松市)
 (☎087・821・2103)
 高松法務局丸亀支局(丸亀市)
 (☎23・0229)

善意の贈り物

大橋記念図書館へ
 児童青少年向け図書(30万円相当)
 坂出シニアライオンズクラブ
 展示用図書資料一式 坂出育愛館

テレビ広報番組のお知らせ

坂出市政だより「平成27年の取り組み」
 放送日時 6月21日(日)
 午前7時15分〜(15分間)
 放送局 西日本放送(RNC)

キヤッチザ自然〜干潟の生き物を探そう〜

坂出市観光協会(☎45・1122)
 6月14日(日) 正午〜午後2時
 綾川河口
 40人(申込先着順)
 300円
 6月7日(日) 申込締切

五色台自然楽校 バケツで稲づくり

休暇村讃岐五色台(☎47・0231)
 6月7日(日) 午前8時50分〜午後3時
 五色台ビジターセンター前集合
 40人(申込先着順)
 500円
 6月3日(水) 申込締切

五色台で自然体験

五色台ビジターセンター(☎47・2479)
 6月28日(日) 午前9時〜正午
 五色台ビジターセンター
 鷹の仲間ミサゴ観察会
 20人(申込先着順)※小学生以下は保護者同伴
 1人100円(保険料含む)

ガーデンセミナー アジサイの管理

坂出緩衝緑地管理事務所
 (☎45・6820、☎43・5213)
 6月28日(日) 午後1時30分〜
 番の州公園管理事務所
 25人(申込先着順) 料 500円
 住所・氏名・年齢・性別・電話番号・セミナー名・質問事項を記入の上、郵便またはFAXで。6月7日(日) 受付開始

6月の水道当番店

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

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、瀬屋、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南

税

市・県民税 ※……………1期
 ・納期限は、6月30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。
 (※の付いているものは、「コンビニエンスストア」でも納められます。)

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	17日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	1日(月) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	8日(月) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
税務相談 IT相談(随時) 労務相談 金融相談 商工業者法律相談	17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。
視覚障がい者 支援相談	第2(火) 9:30~11:30 (3・6・9・12月実施)	(☎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)
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	
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開館日に 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)

学園だより

今月レポート
してくれるのは



東部中学校
バスケットボール部

3年 福岡 秀太 さん
3年 山地 響子 さん

私たちは東部中バスケットボール部です。男子チームは、技術向上をめざすとともに、周りの人々が気持ちよく応援してくださるチームになることを目標に、毎日練習に励んでいます。女子チームは、「一意専心」という言葉をモットーにし、時間を大切に頑張っています。ただ、部員数や経験者が少ないということもあり、思い切り練習ができない時もありますが、あきらめない心、協力する心を持って常に努力していきたいと思えます。そして、全員バスケで勝利をつかみたいです。

育成センターだより



東部小学校

6年 宮崎 すみれさん

一つ一つの情報を大切に

携帯電話はとても便利なものです。通話やメールがで、小さなインターネットを持ち歩いているようなもので、いつでもどこでも誰とでもつながれます。しかし、便利な道具が一瞬にして危険な道具へと変わってしまうことがあります。

最近、テレビを見てみると、携帯電話が原因のいじめや犯罪のニュースが多くなっているように思います。その中には最初はささいなけんかが大きくなり、人の命や笑顔をうばってしまったということも知りませんでした。携帯電話が身近にあるからこそ、自分の周りでそんな事件が起こるのだと思うと怖くなりました。

5年生の時に、インターネットが原因のいじめをテーマにしたビデオを見たり、携帯安全教室で携帯電話の使い方を学習したりしました。人の悪口、うその情報、個人情報などを絶対に書いてはいけないことが分かりました。携帯電話を持つ時には、おうちのひとと話し合ってから、メールを決め、それを守って使うことも大切だと分かりました。

私は、情報を流したり、自分が書き込んだりする前に、書いていいかどうかもう一度考えるべきだと思えます。そうすれば、人の笑顔や命などを救うことができると思います。人の気持ちを思い、笑顔になる情報を書いている人が携帯電話を「使いこなせている」と言えるのではないのでしょうか。私は大人になったら、一つ一つの情報を大切に、携帯電話の長所も短所も理解して使いたい人になりたいと思います。

minnana hiroba

みんなの広場

One Point 英会話

このコーナーでは、坂出市内の小中学校でALT(外国語指導助手)として活躍している先生に、日常生活で役立つ英会話について教えてもらいます。

今回は
ブロックスホーム先生

Don't mind! が通じない!?

日頃英語だと思って使っていた言葉の中には、外国では通じない和製英語がたくさんあります。例えば、失敗した仲間を励ます時によく使われる「ドンマイ!(Don't mind!)」という言葉。残念ながら、外国人には通じません。「気にしないで。」と励ます気持ちを伝えるときは、「Never mind!」や「Don't worry!」を使いましょう。

よく耳にする和製英語

和製英語	正しい英語表現
ハイテンション	→ excited
オールバック(髪型)	→ swept back hair
コンセント	→ plug socket / electric socket
バイキング(料理)	→ buffet
トレーナー(服)	→ sweatshirt

広報クイズ

まいまいこ(徘徊)高齢者
おかえり支援システム
支援サポーターの
登録者数は?

※平成27年5月14日現在
ヒント:3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 6月11日(木)必着

正解者の中から抽選で3名様に、市内共通商品券(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 まろブレ(15人のご応募をいただきました。)

いつまでも元気で健康づくり

参加者数でみる 人気講座

ランキング
でみる

1 毎月第2金曜日
ミュージック・ヒーリング

先生の伴奏に合わせて歌を歌ったり楽器を演奏したりします。

1回あたり参加者
125人

参加者の声

- ・歌う曲が演歌から童謡まで幅広く、飽きない。
- ・曲が流行った頃の話で盛り上がるのが楽しい。
- ・とにかく先生の話がおもしろい!

2 毎月第3水曜日
アンチエイジング教室

歌や演芸のほか、お口のケアなどに関する講話など数種のプログラムで体の内外両側から若返り♪

1回あたり参加者
51人



3 毎月第4木曜日
のびのび教室

転倒予防を目標に、膝・腰の痛みの予防・改善に関する講話や簡単なストレッチなども。

1回あたり参加者
47人

※参加者数は平成26年度実施結果より。

講座の日程等は、月によって一部変動します。[5]ページ参照。

坂出市

市では、毎月たくさんの方の介護予防講座を実施しています。地域とのつながりづくりのきっかけにもぜひ!



笠山からの夜景

坂出第一高校 3年 西野 想人さん

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！

PHOTO

防災 歩

梅雨前線って？

そろそろ梅雨の季節ですね。この季節は、テレビなどで「梅雨前線」という言葉をよく耳にするとと思いますが、今回はその梅雨前線についてご説明します。

まず、「前線」とは暖かく湿った空気(暖気)と冷たく乾いた空気(寒気)がぶつかることをいいます。前線付近では上昇気流が起こり、雲を発生させ雨を降らせます。時には、雷を伴った強い雨が降る場合もあります。

前線はその動きと構造によって、温暖・寒冷・閉塞・停滞の4種類に分けられますが、停滞前線※のうち梅雨の時期に発生するものを「梅雨前線」と呼んでいます。春の終わりから夏にかけては、南よりの暖気と北よりの寒気の勢力が日本付近でほぼ釣り合うため、停滞前線の発生回数が増え、梅雨となります。

梅雨を迎える前に、雨どいや側溝の掃除をして大雨に備えましょう。また、土砂災害の危険がある地区にお住いのかたは、土砂災害ハザードマップで土砂災害の特徴や前兆現象などを確認し、裏面の地図で避難経路や避難場所などを再確認しましょう。

※暖気と寒気の勢力がほぼ同程度の前線。他の前線よりも動きが遅く停滞しているように見えます。

問合せ先 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10・24日(水)pm0:07～、7:07～(FM SUN 76.1Mhz)

New 「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信

ライオン(株)ヘルスケアマイスター 山岸 理恵子 さん

普段の手洗い、ちゃんとできていますか？

～実験！こんなところが洗えていない～

「手洗い」は感染症予防の基本。食中毒が流行する時期には、特にていねいな手洗いを心がけたいものです。でもキッチンと手を洗ったつもりでも、意外に汚れが残っているのが「指先」「指の間」「手首」です。特に、小さな子どもは指先を口に入れてしまいがちなので注意が必要です。お子さんが手洗いをする際には、「石けんやハンドソープを使うこと」「指先や手首までキッチンと洗うこと」をしっかりと伝えてあげてください。

手洗い後に汚れが残りやすい場所

- 指と指の間
- 指先(爪)
- 手首
- 手の甲
- 手のひら

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト

坂出市とライオン(株)およびライオンケミカル(株)オレオケミカル事業所が市民への衛生習慣の浸透・定着を目的に平成26年1月から取り組んでいる活動

問合せ先 市政策課企業立地推進室(☎44・5001)

招きやみ

4月1日～30日 (ご遺族の申込みにより掲載しています)

Recommend 3歳から6歳向け



トイレこちゃん 有田 奈央 絵

見慣れているトイレのマークが、もしも勝手に動き出したら!? おもちゃ屋さんで繰り広げられるひと騒動。でも最後はほっこりするお話。

Recommend 一般向け



うれしいおくりもの 杉浦 さやか 著

贈り物のスペシャリストになろう。シーンや相手ごとのおすすめプレゼントやラッピングなどが、かわいイラストで紹介されています。読んでいただけでもハッピーに。

Recommend 一般向け



問いかける技術 エドガー・H・シャイン 著

仕事相手や部下とうまくコミュニケーションをとる秘訣は質問のしかたにあった! そして「謙虚な質問」とは? 経営者や上役のかたがたにこそ読んで欲しい、ビジネス書。

休館日

- 1日(月)
- 8日(月)
- 15日(月)
- 22日(月)
- 29日(月)
- 30日(火)

☎45・6677

Library 大橋記念図書館

火～金 9:00～18:00 土・日・祝 9:00～17:00



学校図書館支援員 (東部・金山小) 津久井 良子 さん

図書館で遊ぼう!

6日(出) 英語よみかかせ	11:00～
夕 映画の会	14:00～
7日(日) 本のリサイクル八日市	10:00～
9日(火) ゆりかごおはなし会	10:30～
10日(水) わらべうたであそぼう	10:30～
13日(土) おはなし会	14:00～
20日(出) おはなし会	11:00～
夕 坂出市史を読む会	14:00～
26日(金) 天体観望会	19:30～
27日(土) 紙芝居の会	11:00～
毎週(出) ばそこん寺子屋	9:00～
毎週(日) にほんご@坂出	14:00～
2日(火) ブックススタート (場所: 地域保健センター)	13:30～

今月の展示 仏像彫刻展

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
2日(火)	府中
3日(水)	加茂
4日(木)	川津
5日(金)	東部
9日(火)	松山・王越
10日(水)	瀬居
11日(木)	金山・江尻
12日(金)	附属
16日(火)	島しょ部
17日(水)	林田
18日(木)	府中
19日(金)	西庄
24日(水)	東部小
25日(木)	坂出小

図書館通信

ティーンズコーナーが新しくなりました

中高生向けの本を集めたティーンズコーナーがリニューアル! 本も増えて、さらに利用しやすくなりました。この機会にぜひご利用ください。一般のかたも大歓迎です。

貸出ランキング

(平成26年10月～平成27年3月)

食事療法の本

- 1 食事を変えれば病気は治る 鶴見隆史 共著
- 2 体を整える食事術 杏仁美友 監修
- 3 腎臓病の人のおいしい献立 富野康日 監修
- 4 糖質オフのレシピ 大橋陽一 著
- 5 症状別不調のときに食べたいごはん コウ静子 著

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)

坂出商業高等学校写真部写真展 (オリブガイナース&ファイブアローズ)

6月9日(火)～15日(月) 初日は9:00～、最終日は15:00まで

横津婦人会 すずらん 和紙ちぎり絵展

6月16日(火)～25日(木) 初日は13:00～、最終日は13:00まで

Hall

☎45・1505

市民ホール 火曜休館

日	曜	行事名
6・7	土・日	ヤマハ ピアノ・エレクトーンフェスティバル2015
13・14	土・日	
17	水	平成27年度 算定基礎届事務講習会
18	木	2015年大学・短期大学・専門学校 進学相談会
19	金	女性セミナー&人権学習講座
20・21	土・日	株式劇団マエカブ 2015年本公演
27	土	坂出北インターチェンジフル化実現に向けて～坂出の防災と地方創生～(シンポジウム)

Art Museum

☎45・7110

開館時間 9:00～17:00(入館は16:30まで) 市民美術館

坂出市民美術館 開館30周年記念

さかいでの四季 フォトコンテスト2015

会期 6月6日(土)～28日(日) (月曜日は休館)

入館料 無料

市内外からの応募作品312点の中から、受賞作品など150点を展示します。



水無月の里(神谷町) 寺西 信義

子育てのお悩み相談室

PICK UP

お兄ちゃん・お姉ちゃんになる
上の子どもへの対応

- ・ 困った行動は仕方ないと思える
- ・ 言葉で愛情を伝える
- ・ 一緒に下の子どもを迎える態勢を

Q

もうすぐ2人目の子供が生まれます。
上の子どもが駄々をこねるようになり、困っています。
(3歳児と妊娠9カ月のママ)



A

第2子の妊娠後期となり、ママのからだもしんどいし、出産への不安や出産後の2人の子育て等を負担に思うこともあるでしょう。すると余計に上のおさまは、わがママを言ったり、駄々をこねたり、あるいは赤ちゃん返りをするなど不安や満たされない思いを「困った行動」として表現することがあります。

この時期の「困った行動」は少し大目に見てあげましょう。そのためには、危険なものや大事なものは手の届かないところに置くなどの配慮をしたり、「抱っこ」と言ったら、膝の上に乗せて遊んであげてください。「あなたがいてくれてママはとってもうれしい。一緒に赤ちゃんを迎えようね。」と言葉で愛情を伝え、弟妹の存在を自然に受け入れられるように配慮してあげてください。

(市けんこう課)



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	問合せ先
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 栗田 京子	12日(金)14:00～15:30	市民ふれあい会館	地域包括支援センター
	アンチエイジング教室「今日からできる 健口生活」	歯科衛生士 青木 まゆみ	24日(水)14:00～15:30	〃	〃
	のびのび教室「家の中も危険！転倒予防」	作業療法士 石橋 常子	25日(木)14:00～15:30	〃	〃
	座談会 認知症家族会「ほほえみの会」		23日(火)14:00～15:00	市役所東館 2F	〃
	手洗いは世界を救う!!	小児科部長 谷本 清隆	9日(火)14:00～15:00	市立病院2F 講堂	市立病院
	糖尿病教室「今年もみんなで楽しみます！」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	10日(水)14:00～15:00	〃	〃
	乳がん検診のすすめ	診療放射線技師 樋井 あずさ	24日(水)14:00～15:00	〃	〃
実技	Let's 運動～かんたんエアロ～	運動指導士 太田 幸世	23日(火) 9:30～11:00	市民ふれあい会館	市けんこう課
	椅子に座って体操教室	運動指導士 安部 武矩	2日(火)14:00～15:30	〃	地域包括支援センター
	椅子に座って体操教室	運動指導士 池田 陽子	18日(木) 9:30～11:00	〃	〃
	音楽に合わせて体操教室	運動指導士 尾島 文子	24日(水) 9:30～11:00	〃	〃
	ヨーガで心も体もリラックス	ヨーガ講師 片山 鈴子	26日(金) 9:30～11:00	〃	〃
	男性はつらつ教室	運動指導士 吉田 美由紀	10日(水) 9:30～11:00	勤労福祉センター	〃

がん検診 (要予約)

市けんこう課(☎44・5006)

胃がん検診(午前)	乳がん検診	子宮頸がん検診	結核・肺がん検診
14日(日) 8:30～ 地域保健センター	10日(水) 9:15～・13:15～ 地域保健センター	14日(日)14:00～ 地域保健センター	15日(月) 9:00～14:40 東部・金山
29日(月) 8:30～ 府中公民館	29日(月)13:15～ 府中公民館		30日(火) 9:00～15:30 中央・西部

※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



7日(日) 福家内科クリニック **内**
加茂町(☎48・0331)
林内科呼吸器科医院 **内**
白金町(☎46・5302)
眞鍋外科内科医院 **外**
宇多津町(☎49・6611)

14日(日) 回生病院 **内 小 外**
室町(☎46・1011)
久保眼科歯科医院 **歯**
江尻町(☎46・5566)

21日(日) 坂出市立病院 **内 小 外**
寿町(☎46・5131)
川西歯科医院 **歯**
元町(☎46・4892)

28日(日) 聖マルチン病院 **内 小 外**
谷町(☎46・5195)
かがわ歯科医院 **歯**
久米町(☎46・3715)

「骨粗しょう症」を予防する

健康 **One** ポイント

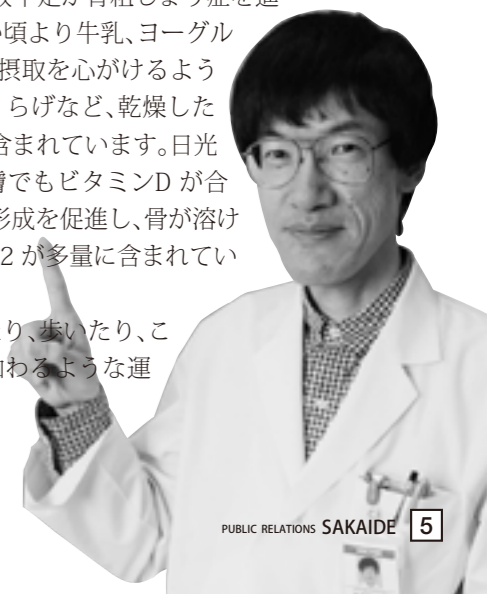
老化や閉経などで骨の新陳代謝のバランスが崩れ、骨に穴があいてスカスカになり、骨密度が減った状態が骨粗しょう症です。腰が曲がったり、背中や腰が痛んだり、骨折して寝たきり状態の原因にもなります。ひどくなると、くしゃみをしたたり、階段を下りたはずみで、“ボキッ”と折れることもあります。

骨は歯と違って、一度でき上がった骨が永久にそのままあるのではなく、いつも取り壊されたり、作り直されたりして、刻一刻と変化しています。2～3年で全身の骨がリニューアルされるというから驚きです。ただし、骨量がピークに達するのは20～40歳代で、それ以後は増えることなく、ただただ減少の道へ…。大切なことは若い頃からの骨の貯蓄です。

カルシウムやビタミンDの摂取不足が骨粗しょう症を進行させますから、特に女性は若い頃より牛乳、ヨーグルト、チーズ、小魚、大豆、海藻類の摂取を心がけるようにしてください。干し椎茸やきくらげなど、乾燥したきのこ類にはビタミンDが多く含まれています。日光に当たると、紫外線によって皮膚でもビタミンDが合成されます。また、納豆には骨の形成を促進し、骨が溶けるのを抑制してくれるビタミンK2が多量に含まれています。

そして日常生活の中で、立ったり、歩いたり、こまめに体を動かして、骨に力が加わるような運動も必要です。

市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生



母子保健行事

場所：地域保健センター ☎45・7437

対象


3～4カ月児健康診査	2日(火)13:15～14:45	平成27年2月生まれ
1歳6カ月児健康診査	18日(木)13:15～14:45	平成25年12月生まれ
2歳児相談	11日(木) 9:30～11:00	平成25年6月生まれ
3歳児健康診査	25日(木)13:15～14:45	平成23年11月生まれ
離乳食講習 ※場所：四国ガス ビボット坂出	9日(火)13:00～15:00	生後4～5ヵ月
子育てサークル	16日(火)13:30～15:00	生後3ヵ月～1歳
かもめ教室(要予約)	16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	15日(月) 9:00～12:00	地域保健センター
こころの健康相談 要予約	3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	19日(金)13:30～15:30	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	11日(木)13:30～15:30	地域保健センター

春バラ満開 5/9



info
6月11日(木)〜27日(土)
番の州公園で初のアジサイ祭りを開催

人工土地屋上と番の州公園のバラ園に、今年も県内外からたくさんのかたが鑑賞に訪れました。人工土地屋上庭園は、1日の来場者数が1,000人を超える日も。
また、番の州公園では、1輪が白と紫の2色に分かれたツートンカラーのバラが展示され、珍しい自然現象を写真に収めるお客さんの姿が多くみられました。

4月22日は 飯野山の日



讃岐富士マウンテンウィーク2015がスタートしたこの日、川津登山口ではパットライスのお接待やまるバッジプレゼントが行われました。また、今年初開催されたスタンプラリーでは、登山客はラリーポイントごとに足をとめて悠々たる讃岐平野の眺めを楽しんでいました。



▲頂上で行われた柴燈大護摩供
▼登山客に配布したバッチ



かりん
山地華凛ちゃん
(久米町二)
H25.12.15生
いっぱい食べて
大きくなあれ♡

取材後記



ERNTE会場の受付で、白衣姿の大岡さん・渡部さんから手渡された見覚えのある小袋。
お菓?? ーいいえ、これはこんべいとうが分包された「作品展のチケット」なのです。お客さんを楽しませる演出は帰りにも。
「お大事に。」玄関先で1人ひとりに声かけをする2人の丁寧なお見送りを受け、坂出を訪れたかたにもこんな気持ちで帰ってもらいたいと思う帰り道でした。



2人に聞いた坂出の印象
重厚感のあるかっこいい建物が多い!!
歩いているだけでも楽しい気分になります。



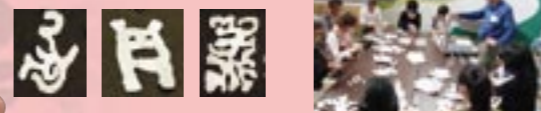
病院 de アート

旧藤田外科医院の建物で大阪を拠点に活動するアーティスト大岡弘晃さんと渡部真由美さんによる作品展「ERNTE」が開催されました。2人は昨年同医院で行われた坂出アートプロジェクトにお客として訪れた際にこの場所に「一目惚れ」したとか。
建物の雰囲気や壁の質感を生かしながら、影や光を使った造形物や絵画など、約20点が展示されました。



ワークショップ さとうさんの文様を作ってみる 4/29

和紙を手で自由にちぎって心地よいデザインを探す。できあがった文様はスキャナーで取り込んで紙に印刷したり壁や身体に転写してみたり。
無意識に現れる個性が楽しい!



美術館開館30周年記念 さとうゆうじ展 4/25-5/17

坂出市出身の彫刻家さとうゆうじさんによる個展が開催されました。3つの展示室でそれぞれ石・あかり・鉄を基調とした趣の異なる作品・空間を展示。2日の夜にはあかりの部屋で尺八と箏によるコンサートも行われ、観客は音楽と芸術の融合する贅沢な時間を過ごしました。



まる通信

Information ~まるのスケジュール帳~

- 6/6(土) AM9時頃
市内三校高等学校野球定期戦大会
@番の州球場
- 6/7(日) AM10時30分頃
坂出市歯つばいフェスタ
@イオン坂出店
- 6/21(日) AM9時頃
市子連ドッジボール大会開会式
@市立体育館
- 6/21(日) AM11時頃
楽市楽座 @坂出駅前
- 6/28(日) AM10時頃
ラジオ体操大会
@東部小学校体育館

※最新のまるの予定は、市ホームページ「まるの部屋」で見えてね。



4/18 緑のフェスティバル



4/29 万葉まつり



4/29 瀬戸大橋展望茶会

投稿写真募集中!

アイドル(平成25年12月~平成26年2月生)・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 yokouhou@city.sakaide.lg.jp
■詳しくは、市秘書広報課(☎44・5000)へ



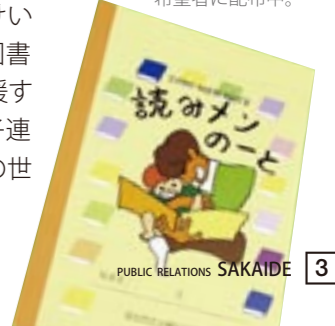
大人も楽しめる読み聞かせ 4/29

夜の路上で大人への読み聞かせを行っていたという異色の経歴を持つ「聞かせ屋。けいたろう」さんによる読み聞かせライブが図書館で行われました。読み聞かせパパを支援する図書館が企画したもので、参加した親子連れら250人は、けいたろうさんが読む絵本の世界へと引き込まれていました。



誰かに本を読んでもらえると大人だってうれしい。この幸せな気持ちをお子さんにも。

▼読んだ本の名前や内容を記録できるノート。図書館で希望者に配布中。



かわつ 花菖蒲園

2015.6.1開園



詳細は5ページ

ハナショウブ

切り花 プレゼント

6月14日(日) pm 3:00~

PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE



坂出市

検索

DATA

5月1日現在 ()内は前月比

人口 53,121人 (-36)
男 25,292人 (-34)
女 27,829人 (-2)
世帯 21,431世帯 (17)

(4月)
出生 39人 (5)
死亡 48人 (-24)
転入 176人 (-173)
転出 203人 (-195)
交通事故 42件 (死者0人)
救急 348件
火災 3件

※平成22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 92.51km²
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
抽選で市内共通商品券広報クイズ 9
ランキングでみる坂出市 9



坂出市ラジオ体操の日

ラジオ体操から始める健康週間

-9-

子育て 市民委員募集

あなたの意見をお聞かせください

-6-

子育て世帯臨時給付金

中学生以下の子ども1人につき3千円

-6-

市議会議員20人決まる

任期は平成27年5月から4年間

-4-

遠くの〇〇より身近な地域住民

認知症カフェ実施事業者を募集