

December



光輝里フェスティバル

≡ 広報

# さかいで

No.1304

2015  
(平成27年)

# 11

Maro Film

November



演劇大学

子育て支援センター  
合同運動会

October さかいで市民健康づくりの日



- あの感動が再び沙弥島で ..... 2P
- まろ投票16日で締切 ..... 5P
- 検(健)診、受けられましたか? ..... 6P
- 天狗マラソン参加者募集 ..... 9P

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

Film

Maro Film

瀬戸内国際芸術祭2016

あの感動が再び  
沙弥島で

会期 春 2016年3月20日(祝)〜4月17日(日)



来年の3月に開催される瀬戸内国際芸術祭2016は、アート作品の公開やイベントの開催に加えて、「瀬戸内の『食』を味わう」、「アジアを中心とした世界との文化的交流」、「県内や瀬戸内の他地域との連携」に特に力を入れてプロジェクトが展開されます。



**瀬戸内国際芸術祭2016に参加しませんか!**  
「しま・しまワークショップ」  
「想像上の島」や「行ってみたい島」を描いてその島にまつわるお話を考えてみたり、巨大な海の絵に島を描き作品を作製する神戸芸術工科大学によるアートワークショップ。ぜひご参加ください。(裏表紙参照)  
日程  
1回目 11月15日(日) 午後1時〜  
2回目 12月5日(土)・6日(日) 午後1時〜  
定員 小学生20人(先着順)  
※1〜3年生は保護者同伴  
申込締切 11月10日(火)  
■申込・問合せは、市産業課にぎわい室 (☎44・5015)へ

**坂出アートプロジェクトボランティア募集**  
瀬戸芸2016にあわせ、旧藤田外科で「坂出アートプロジェクト」を開催します。運営を支えていただくボランティアスタッフを募集します。  
募集人員 10人程度  
期間 平成28年3月13日(日)〜5月8日(日) (週3日程度で可)  
時間 ①11:00〜14:30  
②14:30〜18:00  
■申込・問合せは、坂出アートプロジェクト 角谷(☎46・3484)へ

■詳しくは、市生涯学習課(☎44・5025)へ

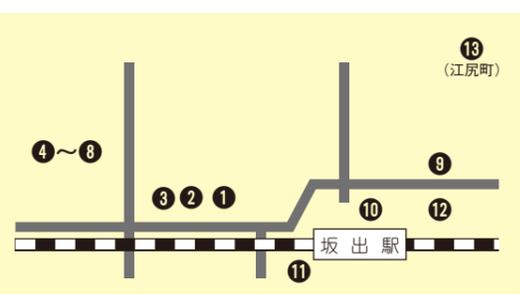


まなとくん

2015さかいで  
まなとピアフェスティバル

今年も生涯学習の祭典「まなとピアフェスティバル」が11月7日(土)・8日(日)に開催されます。日頃の活動の成果の発表や展示、体験などたくさん催しがあります。ぜひ家族連れでにぎわうまなとピアフェスティバルに足を運んでみませんか。

- ① 香風園 8日 万葉茶会
- ② 鎌田共済会郷土博物館 7・8日 「婦人雑誌付録にみる女たちの戦中・戦後」展
- ③ 市民ふれあい会館 7日 人権アニメ・バルーンショー  
8日 芸能まつり・健康まつり  
7・8日 華道展、子ども(親子)生け花教室



- ④ 大橋記念図書館 8日 木育教室・本のリサイクル八日市 命の重みを問いかける映画「迷宮カフェ」上映会 アフリカのおはなし アフリカの文化や歴史を知る講演会
- ⑤ 郷土資料館 1〜29日 さかいで古代探検隊V ~讃岐国府跡を探る6~
- ⑥ 市民美術館 7・8日 公民館・働く女性の会講座生・自主グループの作品・展示等
- ⑦ 市民美術館芝生広場・東側道路 8日 ふるさとの親子まつり (体験、飲食、販売コーナー)
- ⑧ 郷土資料館周辺 8日 竹パンづくり

- ⑨ 中央公民館 (イオン坂出店) 7・8日 子ども(親子)体験教室 青少年の健全育成に関する作品の展示
- ⑩ ハナミズキ広場 8日 フェスティバルセレモニー
- ⑪ 市民ギャラリーかもめ 7・8日 山野草展
- ⑫ 市民広場 8日 展示、体験 相談、飲食 販売コーナー
- ⑬ リサイクルプラザ 8日 午前9時〜正午 リサイクルフェア



**暮らしの便利帳を発行**  
「さかいで暮らしの便利帳2015」を(株)サイネックスと共働で発行しました。11月末までに、サイネックスの配布員が市内全世帯に無料で配布します。  
暮らしの便利帳は、市役所の窓口業務や各種手続き等の行政情報や生活、医療情報、市内の観光や歴史、文化、特産品等の地域情報など、生活に密着した情報を一冊にまとめております。  
また、転入してこられたかたにも、市民課窓口にて配布しています。なお、12月に入っても自宅に届かない場合は、秘書広報課までご連絡ください。  
■詳しくは、市秘書広報課 (☎44・5000)へ

**平成27年度採択事業例**  
平成28年度にぎわい創出事業募集  
坂出に新たなにぎわいを  
本市の魅力のアピールし、集客力が高まるような事業やにぎわいを創出する効果が高いと認められるイベント事業を公募し、審査会において選考された団体の活動を支援します。

- バル in SAKAIDE (坂出商工会議所青年部)  
●街なかになぎわいコンサート(ピアノ・ピース・プロジェクト)  
●演劇公演 アラビアンナイト(株式劇団マエカブ)  
●人工土地ローズガーデン整備事業(人工土地ローズガーデン友の会)
- Big Band Jazz Concert in 坂出 (SKGジャズオーケストラ)

補助金額 1事業につき50万円を上限  
応募方法 所定の申請用紙に必要事項を記入の上、12月25日(金)午後4時までに市産業課にぎわい室へ  
審査会 平成28年2月開催予定  
■詳しくは、市産業課にぎわい室 (☎44・5015)へ





筒井 弘 氏  
文京町  
元松山小校長

住基カード向け電子証明書の発行終了について

個人番号カードの利用開始に伴い、住基カード向け電子証明書の発行および更新を行うことができなくなりました。住基カードに搭載される電子証明書を更新を希望された方は、終了日時までに手続きをしてください。

終了日時 12月22日(火)午後5時

※終了日時を過ぎますと住基カードでの電子証明書の発行・更新はできません。平成28年1月から交付される個人番号カードを取得していただくこととなります。なお個人番号カードは即日交付ができません。かなりの日数がかかることが予想されるため、確定申告を控えた時期に電子証明書の有効期間満了を迎えるかたは、特にご注意ください。

詳しくは、市市民課

(☎44・5005)へ

国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入されているかたへ

検(健)診、受けられましたか?

特定健診・後期高齢者健診

6月～8月中に受診できなかったかたに受診していただくために11月中に受診期間を設けています。ぜひ受診して健康状態をチェックしましょう。

実施期間 11月2日(月)～30日(月)



がん検診

がん検診の集団検診は、時間予約制になり、待ち時間が短縮されています。ぜひ受診しましょう。また集団検診で受診できなかったかたは、11月中であれば各医療機関において個別に受診できます。

医療機関での実施期間

11月2日(月)～30日(月)

※胃・乳・子宮頸がんの集団検診は、平成28年2月まで実施しています。



詳しくは、市けんこう課

(☎44・5006)へ

子育て世帯臨時特例給付金の申請はお済みですか?

市では、6月に子育て世帯臨時特例給付金の申請書を対象になる可能性があるかたに送付しています。まだ申請されていないかたは、支給要件をご確認の上、早めの申請をお願いします。

なお、公務員のかたは、職場で児童手当の受給状況等に関する証明済みの申請書を受け取り、5月末時点の住民登録地に申請してください。

申請受付期限 12月1日(火)  
※受付期限は市町村によって異なります。

詳しくは、市こども課

(☎44・5027)へ

水道メーターの一斉取替

水道メーターの一斉取替を行います。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

- 御供所町・宮下町・中央町・築港町
- 寿町・室町・久米町・昭和町
- 富士見町・文京町・青葉町・池園町
- 花町・小山町・駒止町・笠指町・谷町
- 福江町・江尻町・西庄町・林田町
- 加茂町・府中町・川津町・神谷町
- 高屋町・大屋富町・番の州町・沖の浜
- 西大浜北・西大浜南の各町の一部

期間 11月5日(木)～25日(水)

費用 無料

取替業者 市内指定給水装置工事業者

詳しくは、市水道局監理課

(☎46・4300)へ

計量器の定期検査を実施します

取引や証明に使用するばかりは、計量法に基づき2年に1回定期検査を受けなければなりません。はかりの定期検査を左記の日程で実施しますので、必ずいずれかの会場で検査を受けてください。



検査日	時間	場所
11月 4日(水)		香川県農協松山支店
11月 5日(木)		香川県農協林田支店
11月 9日(月)		坂出市役所
11月10日(火)	10:00～15:00	坂出市役所
11月11日(水)		坂出市役所
11月12日(木)		坂出市役所
11月16日(月)		坂出市役所
	10:00～10:15	櫃石小中学校
	10:30～10:45	岩黒小中学校
11月17日(火)	11:00～11:30	与島出張所

詳しくは、香川県計量検定所

(☎087・881・2517)へ

市営住宅入居者募集

募集期間 11月2日(月)～11日(水)

受付場所 市建設課

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51年度	1	2DK	11,300～17,900
	八十場西団地	昭和52年度	1	3K	12,800～22,400
	緑町団地	昭和60年度	1	3DK	17,200～33,900
	新林田団地	昭和63年度	1	3DK	19,200～37,700
	新林田団地	平成7年度	1	3DK	21,600～42,400
改良住宅	常盤団地	平成5年度	1	3DK	22,400～43,900
	京町団地※	昭和60年度	1	2DK	32,000
	京町団地※	昭和60年度	1	2DK	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

個人で事業を行っているかたの記帳・帳簿等の保存について

個人の白色申告のかたで事業や不動産貸付等を行うすべてのかたは、平成26年1月から記帳と帳簿書類の保存が必要となっております。

「青色申告」は、日々の取引を所定の方法により記帳し、その帳簿に基づいて正しい申告をすることで、税金面で有利な特典を受けることができる制度です。青色申告をするためには、申告をしようとする年の3月15日までに、「所得税の青色申告承認申請書」に必要事項を記載して、所轄税務署に提出する必要があります。

詳しくは、坂出税務署個人課税第1部門(☎46・3133)へ

「年末調整」説明会を開催します

日時 11月19日(木)午後2時～4時

場所 市民ホール

対象者 給与等を支払っている、源泉徴収義務者

その他 年末調整関係書類を事前にお送りしますので、ご来場の際には必ずご持参ください。

詳しくは、坂出税務署法人課税第1部門(☎46・3131)へ

※音声ガイダンスに従い、②をダイヤルまたはプッシュしてください。

- 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

香川県シェイクアウト 県民いっせい地震防災行動訓練

シェイクアウト訓練は、訓練時刻にそれぞれの居る場所で自分の身を守る行動をとるというシンプルな訓練です。小さな子どもから大人まで気軽に参加でき、日頃の防災対策を確認するきっかけづくりになります。

日時 11月5日(木) 午前10時(他の時間帯でも可)

対象 どなたでも参加可能

参加方法

11月4日までに専用webサイト(上記QRコード)または県危機管理課へ申込書をFAXしてください。

訓練方法

訓練時刻に、その場で頭などを守って身をかがめるなどの「安全行動1-2-3」を1分間行ってください。また、それと併せて避難訓練などを行いましょう。



詳しくは、香川県危機管理課 (☎087・832・3243、☎087・831・8811)へ

必ずチェック最低賃金! 使用者も 労働者も

香川県最低賃金

時間額 719円

平成27年10月1日から!

※産業によっては、これとは別に特定最低賃金が定められているものがあります。

最低賃金の引き上げにより影響を受ける中小企業事業主のみならずへ!

「業務改善助成金制度」があるのをご存じですか?

この助成金は、事業場内の時間給800円未満の労働者の賃金を40円以上引き上げを図るため、労働能率の増進に資する設備・器具等の導入した経費の4分の3(企業全体の労働者数が30人以上の場合は、2分の1)を国が助成(40円引き上げの場合上限100万円)する制度です。

詳しくは、香川労働局賃金室 (☎087・811・8919)へ



瀬戸大橋 トワイライトブリッジツアー Twilight Bridge Tour

Place / 与島パーキングエリア集合

Capacity / カップル 10 組 (応募者多数の場合抽選)

Price / 3,000yen/人 (ジャズ鑑賞・夕食代含む)

問合先 坂出市観光案内所(☎45・1122)

くらしの情報



スポーツ

第39回坂出マラソン大会

市生涯学習課(☎44・5025)

時 12月6日(日) 午前7時50分~午後3時
場 番の州公園・番の州球場
対 小学生以上
(ジュニア・中学生・一般タートル)

定 1,000人(申込先着順)

申 11月20日(金)申込締切
他 当日午前8時~午後2時30分は、番の州公園全体に通行規制がかかります。

角山運動公園温水プールの休館について
角山運動公園温水プール(☎49・4770)
塗装工事および水の総入れ替え等のため、休館します。
11月1日(日)~30日(月)

催し・イベント
久米通賢の偉業を体感
「阪出聖田(江戸参勤の地図)」を読み解くセミナー
市政課(☎44・5001)
11月11日(水) 午前10時~11時30分
市民ふれあい会館
無料(申込不要)
講師 香川大学名誉教授 田中健二氏



満濃池海こんぼらしあわせツデーウォーク
同実行委員会(☎79・1700)
時 ①12月5日(土) 午前7時30分
②12月6日(日) 午前7時30分
場 国営讃岐まんのう公園(まんのう町)
内 ①10・25・35kmコース
②15・20・30kmコース
申 2,000円(小中学生は1,500円)
11月16日(月) 申込締切

専集

国際理解講座「スペイン&パエリアづくり」
坂出市国際交流協会事務局(☎44・5000)
時 11月30日(月) 午前10時
場 中央公民館(イオン坂出店3階)
定 20人(申込先着順)
申 800円
11月2日(月) 受付開始

命の重みを問かける映画「迷宮カフエ」上映会
大橋記念図書館(☎45・6677)
時 11月8日(日) ①午前10時30分
②午後1時30分
場 大橋記念図書館
料 無料(申込不要)

みなと歩き 晩秋編
坂出市観光案内所(☎45・1122)
時 11月29日(日) 午後1時~3時
場 坂出市シルバー人材センター横集合

介護のしごと就職フェア
坂出公共職業安定所(☎46・5545)
時 11月9日(月) 午後1時30分~3時30分
場 オークラホテル丸亀(丸亀市)
対 介護・福祉分野で就職を希望する方(大学卒業予定者も可)

おとなことも囲碁道場開設記念集会
日本棋院讃棋支部沼田(☎0833・8355・6188)
時 11月3日(祝) 午前10時~午後5時
場 日本棋院讃棋支部囲碁道場(四国カス西隣)
内 小学生以上で、囲碁に興味のある方
料 無料(事前申込要)

第13回健康講演会「健康を求めて」
健康を考えるつどい(☎45・8441)
時 11月22日(日) 午後0時30分~5時
場 ユープラザうたつ(宇多津町)
内 講演、オカリナ・二胡等の演奏

県立保健医療大学公開講座「健やかに生きよう」
県立保健医療大学事務局(☎087・8701212)
時 11月13日(金) 午後1時30分~4時
場 県立保健医療大学(高松市)
申 11月6日(金) 申込締切

思春期精神保健研修会
精神科医師によるネット・スマホ依存の講演会
県精神保健福祉センター(☎087・8045566)
時 11月26日(木) 午後1時30分~3時30分
場 香川県薬剤師会朝日町会館(高松市)
料 無料(事前申込要)

30人程度
無料
11月28日(土) 申込締切

坂出一高クリスマス料理講習会
坂出第一高校食料科(☎46・2157)
時 12月8日(火) 午前8時50分~午後1時
場 坂出第一高校
対 20歳以上の方
料 無料
往復はがきに、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、11月27日(金) 必着で郵便にて。
〒7620032 坂出市駒止町2-1-3

和紙のちぎり絵一日講座「千支(せんし)」
勤労福祉センター(☎46・2463)
時 11月15日(日) 午前9時30分~午後1時
場 勤労福祉センター
定 20人(申込先着順)
申 1,850円(材料費)
11月1日(日)~10日(火)に、参加料を添えて。

市美術展覧会・出品作品募集
中央公民館(☎46・2422)
時 12月5日(土)~13日(日)
場 市民美術館
●出品作品募集
時 11月28日(土)・29日(日) (搬入日)
対 市内に在住・通学・通勤の方
申 11月29日(日) 申込締切

第19回いいお産の日
香川県助産師会(☎087・8444131)
時 11月8日(日) 午前10時~午後3時
場 ひまわりセンター(丸亀市)
対 出産予定のかた、子育て中のかた、お産や育児に興味のある方

その他
11月はねんきん月間です
高松西年金事務所(☎087・8222842)
時 11月17日(火)・18日(水) 午前10時~午後6時
場 イオンモール綾川(綾川町)
内 老齢年金・遺族年金・障害年金手続き、老齢年金見込額の試算、国民年金の後納制度等のご相談
※本人確認書類をお持ちください。

全国一斉奨学金問題ホットライン
香川県弁護士会(☎087・82223693)
時 11月18日(水) 午後1時~4時
内 電話相談(☎0120・4597783)
相談日のみ開設

テレビ広報番組のお知らせ
放送日時 11月28日(土) 午前10時55分~(15分間)
放送局 瀬戸内海放送(KSB)

シニア向け技能講習「介護補助」
坂出市シルバー人材センター(☎46・1488)
時 平成28年2月1日(月)~9日(火)
場 ニチイ学館宇多津教室(宇多津町)
対 原則60歳以上のかたで、シルバー人材センターでの就労を希望する方
申 10人程度
料 無料
11月9日(月)~12月11日(金)

パソコン講習(パワーポイント)
県立高等技術学校丸亀校(☎22・2633)
時 11月30日(月)~12月3日(木)
午後6時~9時(全4日)
場 県立高等技術学校丸亀校(丸亀市)
在職者 定 15人
申 3,000円(別途テキスト代が必要)
11月15日(日) 申込締切

家族のためのひきこもり研修会
県中讃保健福祉事務所(☎24・9963)
時 12月18日(金) 午後2時30分
場 県中讃保健福祉事務所(丸亀市)
申 30人
料 無料
12月15日(火) 申込締切

使用済みの鉢土(古土)回収します
坂出緩衝緑地管理事務所(☎45・6820、☎43・5213)
時 11月18日(金) 午後2時30分
場 市内在住のかたで、使用済みの鉢土やプランターの土をお持ちのかた(最大100Lまで)で、ゴミや雑草が混じっているもの(清土は不可)

11月の水道当番店

Table with 4 columns: 区域, 大池、小山、川津, その他, 林田、高屋、神谷、大屋、青海. Rows list dates and corresponding water utility companies.

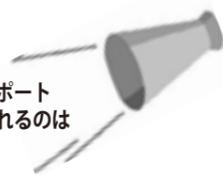
今月の納税
納期限は、11月30日(月)です。
市税は納期内に納めましょう。
お支払いは便利な口座振替で。
(※の付いているものは、コンビニエンスストアでも納められます。)

# 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	18日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	13日(金) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	9日(月) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
記帳指導相談 IT相談(随時)	18日(水) 13:00~16:00 10:00~16:00	商工会議所 (☎46・2701)
労務相談	13:00~15:00	※商工業者を対象とした相談です。 (要予約)
金融相談	10:00~15:00	
商工業者法律相談	13:00~16:00	
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)
視覚障がい者 支援相談	第2(火) 9:30~11:30 (4・8・12月実施)	
身体障がい者相談員 (当事者)による相談	第1(木) 10:00~12:00	福祉会館2階 (☎46・5078)
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



附属坂出中学校  
茶道部

部長 3年 吉川千香さん

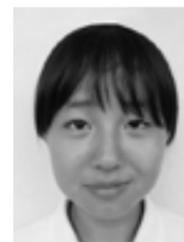
私たちがいつも大切にしている言葉は「和敬清寂」という千利休の言葉です。和は調和、敬は尊敬、清は心を清める、寂は物に動じない心を意味しています。部活動中は日常のことを忘れて茶道に集中し、自分自身の心と向き合うことができます。

11月に開催される文化祭のお茶会では、日頃の練習の成果を友だちや家族、先生方にご披露します。お茶会を成功させるために、お点前、お運び、水屋、それぞれの役割をしっかりと果たせるよう練習に励みたいと思います。



## 人権だより

大島青松園で学んだこと



瀬居小学校

6年 山地 莉礼さん

「人のぬくもり、痛みが分かる人になってほしい。」大島青松園で、ハンセン病回復者のかたが話された言葉です。13歳の時に、大島青松園に来て、ずっと生活をしてきたそうです。

ハンセン病は、「らい菌」という細菌による感染症です。「らい菌」の感染力は非常に弱く、入浴や食事などの日常生活を通して、感染することはほとんどなく、感染しても発病するのはまれです。そして、「プロミン」という治療薬によって治る病気です。

しかし国は、1953年に「らい予防法」を制定し、ハンセン病の人たちを強制かくりしました。そのため、ハンセン病は恐ろしい病気だと思われ、ハンセン病回復者のかたは、より偏見をもたれ、差別され、人権を侵害され続けました。

2001年になり、ようやく裁判所が国の責任を全面的に認める判決を下したことで、国は、人権侵害に対して補償金を払ったり、謝罪広告を出したりしました。でも、ハンセン病回復者のかたたちの人権と尊厳が完全に回復したわけではありません。

私はハンセン病回復者のかたから、ハンセン病や人権について学び、正しく理解していくことができます。これからは人権について学び、人のぬくもりや痛みが分かる人になっていきたいです。

## minnanao 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  
マリリン先生

### “What's new?”と聞かれたら…

“What's new?”(最近何してる?)と聞かれたときに、“I'm fine.”と答えてしまう日本人をよく見かけます。あいさつの際の質問には、“How”と“What”を使った2つの種類があります。“How”は、どう感じているかを聞かれているので、“I'm fine.”と答えても構いません。しかし、“What”で聞かれたら、近況や話のきっかけとなるようなことを答えます。そのため、“I'm fine.”は間違いです。2つの種類の質問の答えを混同しないように気を付けてください。

#### 1 “How”を使った質問

A: How are you? (ご機嫌いかが?)  
B: I'm fine. (元気です。)  
他の言い方) How's it going? (調子どう?)

#### 2 “What”を使った質問

A: What's new? (最近何してる?)  
B: I just started going to an English lesson.  
(英語を習いに行き始めたんだ。)  
他の言い方) What's up? (何かあった?)

これらの質問は一般的にあいさつとして、気軽な会話のスタートに使われます。今度友達に会ったら、趣向を変えて“What”を使った質問に挑戦してみてください。

## 広報 クイズ

### ゆるキャラグランプリ 投票締切はいつ?

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 11月10日(火)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 277位(20人のご応募をいただきました。)

## 坂出弁クイズ

初級 **じょんならん** (正解率92%)

【用例】この箱は重くて私では**じょんならん**。

中級 **ひょうげる** (正解率33%)

【用例】あの人は**ひょうげる**て人を笑わせる。

上級 **きどい** (正解率8%)

【用例】一日中**きどい**仕事でくたびれた。

## 坂出 弁 講座

vol.5

今月の  
ほお〜言

〇〇がこわい…

坂出の食卓でしばしば使われる表現です。といっても、坂出市民がいつも恐怖におびえながら食事をしてい…わけではありません。食べ物などが固いと感じた時に坂出では「こわい」を使います。他県の人には驚かれそうな表現ですが、「こわい」を怖い以外の意味で使う地域は他にもあるようです。



坂出弁クイズの答え 初級)手に余る 中級)おどける 上級)根気のいる



## 視線

坂出商業高校 3年 城 彩弓さん

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。来月は坂出第一高校！

# PHOTO

## 防災

はつるの

vol.41

## 歩

### 防災対策に

### 体力づくり！



防災において、自分の命は自分で守ることが基本です。室内家具の転倒防止や食糧等の備蓄、そして、意外に重要なのが、避難所まで歩いていくための体力づくりです。

今回は、体力づくりの方法として注目を集める「ノルディックウォーキング」についてご紹介します。

ノルディックウォーキングとは、両手に2本のポール(ストック)を持ち、地面を突きながら歩く運動です。クロスカントリースキーチームが、夏場のトレーニング方法として行ったのが始まりで、現在、世界40を超える国で親しまれています。ノルディックウォーキングは全身の筋肉を刺激するので、通常のウォーキングと比べて上半身も鍛えられますし、エネルギー消費量も多くなります。ポールを使うので高齢者もバランスを取りやすく安全に始められるでしょう。

また、実際の避難の際にも、浸水の深さを確認したり危険物をよけたりするのにポールを使うと便利です。ぜひ、自主防災組織の訓練や日々のダイエットメニューにノルディックウォーキングを取り入れてみてはいかがでしょうか。夜間歩くときは、安全対策としてヘッドライトや夜光タスキを使用しましょう！

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11・25日(水)pm0:07~、7:07~(FM SUN 76.1Mhz)

## 招くやみ

9月1日~30日

(ご遺族の申込みにより掲載しています)

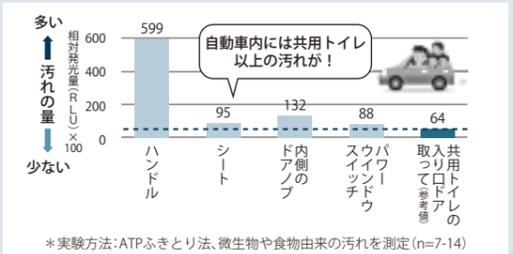
## 「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信



### 行楽シーズン到来！ ドライブ中の手の衛生、どうしていますか？

ライオン(株)ヘルスケアマイスター  
山岸 理恵子 さん

秋の行楽シーズン、ドライブの合間に車内で食事をしたり、おやつを食べたりする機会もありますが、その際の「手の衛生ケア」はどうしていますか？ライオンが自動車内部の汚れの程度を調べたところ、下の図のように、ハンドルやシート、内側のドアノブやパワーウィンドウスイッチには、なんと「共用トイレのドアの取っ手以上の汚れ」がみついていることがわかりました。ドライブ中におやつや食事をする前には、水がなくても使えるお手ふきシートを活用して手の清潔を心がけましょう。



イベント告知: 11月15日(日)さかいで産業展示交流フェア(駅北口市民広場)にヘルスケアマイスターがやってくる！

問合せ先 市政策課企業立地推進室(☎44・5001)

☎45・6677

## Library

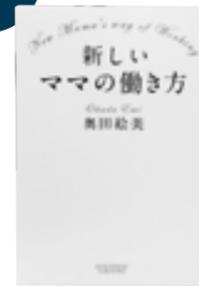
大橋記念図書館

火~金 9:00~18:00 土・日・祝 9:00~17:00

### 休館日

- 2日(月)
- 9日(月)
- 16日(月)
- 24日(火)
- 27日(金)
- 30日(月)

Recommend 一般向け



新しいママの働き方  
奥田 絵美 著

日本最大級のママコミュニティを運営している著者。新しい働き方の提案から家族とのコミュニケーション術まで、ママにとって参考になるアイデアが満載。

Recommend 一般向け



なんちゃって育児休暇でパパ修行  
成澤 廣修 著

「自分でできることから始めよう」育児取得で話題になった文京区長のドタバタ奮闘記。初めての育児に戸惑いながらも得たかけがえのない収穫とは？

Recommend 一般向け



子どもが変わる怒らない子育て  
嶋津 良智 著

つい子どもにイライラ怒って自己嫌悪…。そんな繰り返しの毎日に悩んでいませんか？感情をコントロールできる簡単なコツを教えてください。

図書館司書  
岡西 尚美 さん



### 図書館で遊ぼう！

7日(土)	英語よみきかせ	11:00~
〃	映画の会	14:00~
8日(日)	本のリサイクル八日市	10:00~
〃	アフリカのおはなし	13:00~
〃	アフリカの文化や歴史を知る講演会	14:00~
〃	命の重みを問うける映画「迷宮カフェ」	①10:30~ ②13:30~
11日(水)	わらべうたであそぼう	10:30~
14日(土)	おはなし会	14:00~
〃	ママのための再就職セミナー	14:00~
17日(火)	ゆりかごおはなし会	10:30~
20日(金)	天体観望会	19:00~
21日(土)	おはなし会	11:00~
28日(土)	紙芝居の会	11:00~
29日(日)	読書会bibluv	10:00~
毎週(土) 毎週(日)	ぼぞこん寺子屋	9:00~ 14:00~
10日(火)	ブックスタート(場所:地域保健センター)	13:30~

### 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
4日(水)	加茂
5日(木)	川津
6日(金)	東部
10日(火)	松山・王越
11日(水)	瀬居
12日(木)	金山・江尻
13日(金)	附属
17日(火)	島しょ部
18日(水)	林田
19日(木)	府中
20日(金)	西庄
25日(水)	東部小
26日(木)	坂出小

### 図書館通信

#### ママのための再就職セミナー開催！

仕事復帰を考えているママのための再就職セミナーを、11月14日(土)図書館で開催！関連する本やチラシも置いてあります。詳細は図書館まで。

### 貸出ランキング

- 1 さあ、育児後からはじめよう 山口理栄 著
- 2 しごととわたし 梶山ひろみ 著
- 3 女性の仕事全ガイド'16年版 成美堂出版編集部 編著
- 4 ママの仕事復帰のために ファザーリングジャパン 編
- 5 アジアで花咲け！なでしこたち たかぎなお 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)

- 防火作品展  
~11月5日(木) 最終日は15:00まで  
2015さかいでまなとピアフェスティバル(山野草展)  
11月7日(土)・8日(日) 初日は8:30~ 最終日は15:30まで
- 税に関する作品展  
11月11日(水)~17日(火) 初日は11:00~ 最終日は18:30まで
- 青少年の健全育成に関する優秀作品展  
11月20日(金)~29日(日) 初日は8:00~ 最終日は17:00まで
- 坂出市人権展覧会  
11月30日(月)~12月7日(月) 初日は13:00~ 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
1	日	坂出市民芸術祭(坂出市民歌謡愛好会の会)
3	祝	坂出市民芸術祭(坂出市民吟剣詩舞道の会)
7	土	坂出市民芸術祭(ジュニアコンサート・市民音楽会)
14	土	花岡コレクション2015(坂出第一高校ファッションショー)
15	日	坂出市民芸術祭(坂出みんなの会)
18	水	第35回 私の考えを語る会・第30回人権展覧会
19	木	平成27年分 年末調整説明会
20	金	大学・短期大学・専門学校進学相談会
21	土	ヤマハ英語フェスティバル KIDS&ENGLISH
25	水	こども音楽ひろば
29	日	坂出市民芸術祭(坂出三曲協会)

☎45・7110

## Art Museum

開館時間 9:00~17:00

市民美術館

### 2015さかいで まなとピアフェスティバル

会期 11月7日(土)・8日(日) 8日は15:30まで

入館料 無料

### 第27回 MOA美術館坂出市・中讃児童作品展

会期 11月14日(土) 10:00~17:00

15日(日) 10:00~15:00

入館料 無料

### 第32回 高等学校総合文化祭写真展

会期 11月19日(木)~23日(祝)

ただし、初日は13:00開館 最終日は12:00閉館

入館料 無料

### トールペイント作品展

会期 11月26日(木)~29日(日)

入館料 無料



# 子育てのお悩み相談室

PICK UP

## お手伝いを してもらう時のコツ

- ・子どもが簡単にできそうなことをしてもらう
- ・技術を求めすぎない
- ・感謝の気持ちを伝える

Q

お手伝いをしたがって困ります。どうしたらいいですか？  
(2歳児のママより)

A

まずは子どもがやりたいことを見守りながら、できそうなことをやらせてあげましょう。何も言わない子どもも何かやりたいと思っていることがあるはず。「やってみる？」と声をかけてみて、のってくることをさせてみましょう。

最初からお手伝いが完璧にできる子どもはそうそういません。思いやりで手伝ってくれることなので失敗しても基本的には叱らず、「ありがとう」「助かったわ」と感謝の気持ちを伝えてください。やりたい気持ちを大切にしないと子どもは落ち込みます。お手伝いを経験しているうちにスキルも上がりますから、気長にみていきましょう。小さいころからお手伝いをしていると、小中高校生になっても親との会話が途切れないので、いい関係を保つことができるでしょう。ぜひ、小さなことからでもお手伝いさせてあげてくださいね。(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～音楽でコロロいきいき、カラダはつらつ～	音楽療法士 大浦 美樹	13日(金)14:00～15:30	市民ふれあい会館	地域包括支援センター
	座談会 認知症家族会「ほほえみの会」	社会福祉士 殿畑 和子	24日(火)14:00～15:00	市役所東館2F	〃
	アンチエイジング教室「思い出語り～あの日、あの時～」	思い出語りの会	25日(水)14:00～15:30	市民ふれあい会館	〃
	のびのび教室「坂出発祥!!自彊術～健康体操～」	自彊術講師 佐野 典子	19日(木)14:00～15:30	〃	〃
	なぜ、今さら色覚？	眼科部長 大垣 修一	10日(火)14:00～15:00	市立病院2F 講堂	市立病院
	糖尿病教室「くつ下の重ねばき？」	糖尿病内科部長 大工原裕之	11日(水)14:00～15:00	〃	〃
	冬こそ、ラジオ体操！！	理学療法士 宮前 佳世	25日(水)14:00～15:00	〃	〃
実技	ダンスエアロでメリハリボディ	運動指導士 太田 幸世	10日(火) 9:30～11:00	市民ふれあい会館	市けんこう課
	体力向上トレーニング	運動指導士 安部 武矩	10日(火)14:00～15:30	〃	地域包括支援センター
	体力向上トレーニング	運動指導士 池田 陽子	19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	25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	27日(金) 9:30～11:00	〃	〃
	男性はつらつ教室	運動指導士 吉田 美由紀	11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
4日(水) 8:30～ 地域保健センター	8日(日) 9:30～ まなとピア (駅前市民広場)

乳がん検診を **無料** で受けられます

40歳以上のかたで、これまでに市の乳がん検診を受診したことがないかたは、「国際ソロプチミスト坂出」の協力により無料で受けいただけます。

問合せ先 市けんこう課(☎44・5006)

※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)

1日(日)	高橋内科医院 文京町(☎46・3315) 内 鶴野医院 宇多津町(☎49・0431) 内 眞鍋外科内科医院 宇多津町(☎49・6611) 外 香西歯科医院 林田町(☎47・0357) 歯
3日(祝)	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 たかはし整形外科医院 笠指町(☎45・6121) 外
8日(日)	回生病院 室町(☎46・1011) 内・小・外 あきやま歯科医院 室町(☎43・3668) 歯
15日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131) 内・小・外 いぬい歯科医院 江尻町(☎44・1181) 歯
22日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195) 内・小・外 かねこ歯科医院 林田町(☎47・4150) 歯
23日(祝)	三木内科胃腸科医院 宮下町(☎46・3658) 内 峯小児科医院 寿町(☎46・4315) 小 永井整形外科医院 川津町(☎45・1177) 外
29日(日)	つちだ内科クリニック 川津町(☎46・8451) 内 小林内科胃腸科医院 富士見町(☎45・9595) 内 井上胃腸科肛門科クリニック 宇多津町(☎49・1700) 外 つたに歯科医院 本町(☎46・4180) 歯

## 健康的な入浴のポイント

ほんわか温かいバスタブに身をまかせて体をのばしていると…。お湯の浮力によって体中の筋肉の緊張がほぐれてきます。その日あった嫌なことも、失敗したことも、何もかも忘れて、体中の疲れが癒されて明日への活力がわいてきます。この感覚は残念ながらシャワーでは味わうことができません。

子供の頃、「首までつかってゆっくり30数えたら出ていいよ」なんてよく言われました。でも実際に首までお湯につかると体全体に大きな水圧を受けることになって、心臓病や高血圧の人には良くありません。

お湯の温度は38℃くらい、湯量はみぞおちくらいまでにして、肩が冷えないようにタオルなどをかけてつかっていると、ゆっくり温められた血液が体中をくまなくめぐって、体が芯から温まります。上半身が圧迫されないので、心臓への負担が減り、疲れたりのぼせることも少なくなります。

入浴すると血液の大部分は皮膚へ回って消化器系には回りません。したがって食直前に入浴すると、入浴後すぐに胃に入ってくる食物を消化しにくい状態になります。また食直後に入浴しても食べたばかりの食物を消化しにくい状態になっています。したがって入浴のタイミングは食前、食後とも30分以上空けるのが賢明です。

飲酒後の入浴も不整脈や心不全、脳貧血を起しやすく危険です。

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ヵ月児健康診査	10日(火)13:15～14:45	平成27年7月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	19日(木)13:15～14:45	平成26年5月生まれ
2歳児相談	12日(木) 9:30～11:00	平成25年11月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	19日(木) 9:30～11:00	平成25年4・5月生まれ
3歳児健康診査	26日(木)13:15～14:45	平成24年4月生まれ
離乳食講習	30日(月)13:00～15:00	生後4～5ヵ月
※場所：四国ガス ビポット坂出		
子育てサークル	17日(火)13:30～15:00	生後3ヵ月～1歳
ババママ学級(要予約)	15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)	17日(火) 9:30～11:30	子育てに不安のあるかた
もくもく書いスクール(要予約)	13日(金) 9:30～11:30	1歳未満のお子さんと家族

## 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	11日(水)14:00～17:00	地域保健センター
こども相談 要予約	育児に不安をお持ちのかた 20日(金) 9:00～11:00 地域保健センター 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 12日(木)13:30～15:30	地域保健センター
献血	29日(日) 9:00～12:00	王越出張所



わが家の  
アイドル

いおり  
香川 伊織ちゃん  
(福江町二)  
H26.4.25生

わが家のいたずら息子!  
毎日元気いっぱいです!!

## 健康づくりは正しい運動から



スポーツによる健康増進を目的として、市体育協会が企画した「さかいで市民健康づくりの日」が市立体育館で開催されました。

午前・午後の2部構成で、参加者はラジオ体操の一つひとつの動作の意味や効果を学んだり、カローリング・スラックラインなどのニュースポーツを体験したりしました。

## 大きな月をめでながら



香風園で15回目となる観月会が行われました。今年は邦楽・ジャズ等の音楽演奏に加え、キャンドルアーティストによる会場プロデュースが行われ(26日)、やさしい灯りがゆらめく東側芝生広場ではキャンドル制作ワークショップに参加する親子連れの姿がたくさん見られました。

## 宇宙の謎を解いて

本市出身の宇宙物理学者で東京大学名誉教授の佐藤勝彦さんが、瀬戸大橋記念館で高校生対象の講演会を行いました。「どんなことも理由や原理が気になった」という学生時代のエピソードや自身の研究内容について紹介し、いまだ多く残された宇宙の謎を解明してほしいと次代を担う学生たちに呼びかけていました。



## 投稿写真募集!

アイドル(平成26年5月~7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

## 木管五重奏



昨年の金管五重奏に引き続き、今年はN響・東響・都響の首席奏者らによる木管五重奏団コンサートが市民ホールで開催されました。季節をテーマにした曲をメドレー形式にした「四季」の演奏には、観客からこの日1番の大きな拍手が送られました。

## 応募60点の頂点決まる



5回目の開催となる「第50回記念さかいで大橋まつりフォトコンテスト」表彰式が市役所で行われました。色鮮やかな花火と瀬戸大橋を写し、見事グランプリに輝いた松木功さん(江尻町)をはじめ、入賞した12人に賞状や記念品等が贈られました。



松木功さん

## 演劇をもっと身近に

# 演劇大学

演劇の基礎を学ぶ「演劇大学inさかいで」が、3日間にわたって市民ふれあい会館・勤労福祉センター・香風園で開催され、子どもから高齢者まで延べ330人が演劇の魅力に触れました。



演劇大学inさかいで  
岡田敬弘 実行委員長



- 演劇体験
- 短編戯曲づくり
- ダンス体験
- 声優アフレコ体験
- パントマイム体験
- 朗読
- 発表会
- シンポジウム

## カンカンSUN

@金山けいの里 9/22

綾市長も楽器製作者の役で出演

少年少女の繊細な心情を描く映画「がらくた」の撮影が沙弥島等で行われました。監督は坂出市出身の名倉良祐さん。坂出の海が物語の重要な舞台として登場します。

(来春公開予定)

## 市内で映画撮影

## がらくた

@沙弥島ナカダ浜 8/27



## まる通信

## ゆるキャラグランプリ



最後のお願いで

投票締切 迫る  
11月16日

## 県勢の中間速報

(H27.10.15 現在)

ラブちゃん	58位
とり奉行骨付じゅうじゅう	129位
あーなちゃん	135位
さかいでまる	245位
ときたま	322位
うどん脳	371位

## Information

- 11/1(日) AM10時30分頃  
聖マルチンの園 バザー・作品展  
@特別養護老人ホーム聖マルチンの園
  - 11/1(日) PM1時30分頃  
健康と福祉のつどい  
@府中小学校体育館
  - 11/3(祝) AM11時15分頃  
坂出市友愛のつどい  
@ブルミエ (五色台病院横)
  - 11/8(日) AM10時30分頃  
「税を考える週間」街頭宣伝活動  
@JR坂出駅南口周辺
  - 11/8(日) PM1時頃  
まなとピア「親子まつり」  
@図書館・美術館東通路
  - 11/15(日) AM11時頃  
楽市楽座 @JR坂出駅前
  - 11/15(日) PM1時頃  
木の実アート展 @番の州公園
  - 11/21(土)~22(日)  
世界キャラクターさみっと in 羽生  
@羽生水郷公園 (埼玉県)
- ※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。

海のキャンパスに

あなただけの **島** を描こう

- shimashima workshop -

瀬戸内国際芸術祭2016

作品鑑賞パスポート

前売券販売開始



販売場所：坂出市観光協会・観光案内所

販売料金：一般 4,000円 高校生 2,500円 (香川・岡山県以外)  
中学生以下無料

※香川・岡山県の高校生は学校を通じて無料のパスポート引換券を配布します。

問

坂出市観光協会(人工土地内) ☎35・8428  
坂出市観光案内所(坂出駅内) ☎45・1122

PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE

坂出市

検索

DATA

10月1日現在 ( )内は前月比

人口 52,950人 (-32)  
男 25,243人 (-7)  
女 27,707人 (-25)  
世帯 21,462世帯 (13)

(9月)  
出生 35人 (1)  
死亡 59人 (13)  
転入 136人 (-3)  
転出 144人 (8)  
交通事故 46件 (死者0人)  
救急 299件  
火災 2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 92.51km<sup>2</sup>  
市の木 珊瑚樹  
市の花・草花 桜・コスモス



坂出弁講座 9  
抽選で市内共通商品券 広報クイズ 9  
市内高校写真部作品 6

女性が輝く地域づくり講演会

-8-

内閣官房企画官と綾市長らが登壇

市営住宅入居者募集

-7-

申込締切は今日11日

ゆるキャラグランプリ

-5-

今年16日で投票締切

にぎわい創出事業募集

-2-

坂出をあなたのアイデアで盛り上げよう

しま・しまワークショップ

瀬戸内国際芸術祭2016に向けて

アプリ「i広報紙」  
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

この広報誌は、資源保護のために  
再生紙を使用し、環境にやさしい  
大豆油インクを使用しています。

