

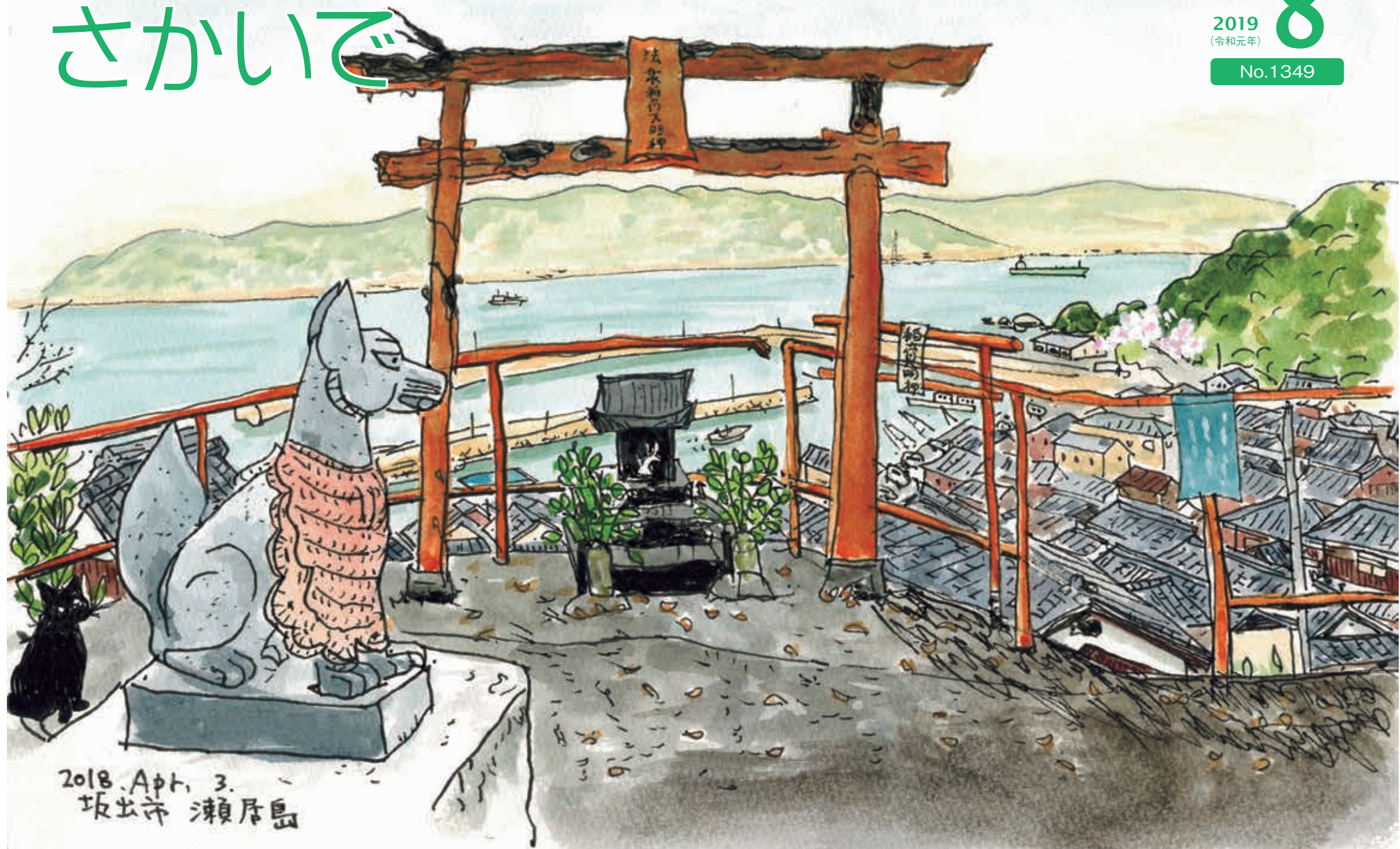
≡ 広報

さかいで

2019
(令和元年)

8

No.1349



2018. Apr. 3.
坂出市 瀬尾島

山を歩く 山を楽しむ



絶景! 城山山頂からの大パノラマ!!

いにしえ 点在する古の痕跡をめぐる

城山には、7世紀後半につくられた古代の山城の跡と考えられる遺構が、多く見られます。登山道の脇には、今も山頂部を中心に二重に巡らされた土塁や石塁が残されており、他の古代山城と比べても規模の大きいものとなっています。



不動の滝



古代山城の石塁跡



明神原

不動の滝はその名のとおりに、滝の横に不動明王が祀られ、水量が多い時期は特に見応えがあります。冬には凍ることもあり、普段とは違った迫力ある氷瀑を見ることができます。

また、明神原にある巨石群では、讃岐国司として赴任していた菅原道真が、大干ばつに際して雨乞いをしたとのいわれがあり、雨乞いの岩と呼ばれています。



ホロソ石

城山には凹形に挟まれたホロソ石と呼ばれる、人の手で加工された石が複数の場所で見つかっています。ホロソ石はマナイタ石やカガミ石とともに城門の礎石を構成していたと考えられています。

季節を感じ、自然を満喫する

季節は夏真っ盛り。夏休みやお盆休みを利用して、旅行やキャンプなど外に出てリフレッシュする計画を立てた人も多いのではないのでしょうか。遠くまで出かけなくても、市内には自然を満喫できる山歩きスポットがあります。今回、紹介する城山には歴史を感じる痕跡や自然を満喫できる場所がたくさん。山頂まで車道が整備されているため、トレッキング初心者でも安心です。



山頂からの眺め



北:瀬戸大橋方向



南西:飯野山方向



南東:府中湖方向

山頂からは瀬戸大橋を見ることが可能。目を南西に転じると飯野山越しに善通寺の象頭山、南東には府中湖、さらには遠く阿讃山脈が遠望できます。また、山頂から少し下った綾北平野展望からは、瀬戸内海や五色台、高松方面までが一望のもとに見渡せます。



綾北平野展望から見た眺め

山の息吹を感じる

城山にはツツジが多く群生していますが、今回訪れた7月の中旬にもところどころで花をつけているのが見られました。登山道の脇には、たくさん山野草を見つけたことができます。時おり、野鳥の鳴き声が聞こえる中、緑の木々や地面の間に見られる色鮮やかな花や野草。そこからは、生き生きとした生命力を感じることができます。山に自生する、四季折々の花や野草から季節を感じることも、山を楽しむひとつの方法ではないでしょうか。



斜面に咲くツツジ



※城山の史跡の中には、ゴルフ場の中にあるため、見学には事前の許可が必要な場合があります。

城山トレッキングマップが完成しました

滝や渓流をはじめとして、変化に富んだ山歩きを楽しめる城山の魅力を広く体感してもらおうと、「さかいで山の会」がトレッキングマップを作成しました。同マップでは、距離や難度の異なる7つのコースを掲載しており、これまであまり知られていなかった城山の史跡や景観を紹介しています。「さかいで山の会」はボランティア団体とも協力して古い登山道の復元や修復を進めており、案内看板の設置や下草等の伐採を定期的に行なっています。城山の魅力を情報発信するとともに、登山道の維持管理に努める同会では、会員の募集を行っています。

▼完成した城山トレッキングマップ



整備した登山口のひとつ明神原登山口



各所に見られる手書きの案内看板

問 さかいで山の会 ☎090-9778-1375

8月は「同和問題啓発強調月間」です

同和問題に正しい理解と認識を



8月は、同和問題啓発強調月間です。同和問題とは、同和地区・被差別部落と呼ばれる地域の出身であることや、そこに住んでいることを理由に、結婚を反対されたり、就職や日常生活の上でさまざまな差別を受けているという重大な社会問題です。

同和問題を解決するための取組みとして、1965年8月、「同和問題は人間の自由と平等に関する問題であり、日本国憲法によって保障された基本的人権にかかわる課題である。」その早急な解決こそ国の責務であり、同時に国民的課題である。」と提言した同和对策審議会答申が出されました。これを受けて香川県内では、この答申が出された8月を「同和問題啓発強調月間」と定め、さまざまな啓発活動を実施しています。

私たちは、誰であらうと生まれてくるときに、家や親、場所を選ぶことはできません。同和問題は、決して一部の人次だけの問題ではなく、人間が人間として尊重され、誰もが平等で明るく幸せに生活できる社会の実現のために私たち一人ひとりが取り組むべき問題なのです。部落差別について正しく理解することが大切であり、子どもたちにも正しく伝えていかなければなりません。お互いの人権を尊重し、みんなの力で、部落差別をなくしましょう。

『部落差別の解消の推進に関する法律』について

この法律は、部落差別は許されないと認識の下、部落差別の解消に関し、基本理念を定め、国および地方公共団体の責務を明らかにし、部落差別のない社会を実現することを目的として、2016年12月に施行されました。

『香川県部落差別事象の発生の防止に関する条例』について

この条例は、結婚や就職に際しての部落差別事象の発生を防止し県民の基本的な人権に寄与することを目的として、1996年7月に施行されました。

この条例では県・市町の責務として「相互に協力し、部落差別をなくすため必要な啓発を実施すること」、また、県民・事業者の責務として「特定の個人の結婚や

題の中から部落差別に関する設問の調査結果の一部を抜粋して掲載します。

さまざまな差別の解消に向けて

本市では、すべての市民の人権が尊重される社会をめざして1993年3月に「人権尊重都市宣言」を行いました。また、2003年12月に「坂出市人権教育・啓発に関する基本指針」を策定、2013年9月には「坂出市人権尊重のまちづくり条例」を制定しています。

「坂出市人権教育・啓発に関する基本指針」は、これまでに2013年と2016年の2回にわたって一部改訂を行っており、また、本年3月にも法制度の整備や社会情勢の変化などを反映させるため3回目の改訂を行いました。

『関心の高まった人権課題』 ・性的少数者について

ども、高齢者、障がい者、同和問題（部落差別）などさまざまな人権課題が存在しており、さらにヘイトスピーチやヘイトデモに見られるような排外的行為などに見られる外国人問題、また、インターネットなどの情報通信技術の発達に伴う新たな人権問題も発生しており、今後ますます複雑、多様化していくことが予想されます。今後とも、すべての行政施策の根底に人権がかかわっていると認識のもと、市民の皆さまとともに人権教育・啓発活動に取り組んでまいります。

性については多様なあり方が存在しています。自分の性別に違和感なく性的指向が異性に向う人、性的指向が同性に向

就職に際し、①同和地区に住んでいるか、または住んでいたかについて、自ら調査したり、調査の依頼や受託をする②調査のために、同和地区の所在が分かる地図や図書などの資料を提供する③調査に協力したり、同和地区であるかどうかを教えるなど、部落差別につながるおそれのある行為をすることを禁止」としています。

人権に関する市民意識調査を実施しました

市では現在の人権に関する市民意識を把握し、今後の人権教育・啓発のあり方を通じて人権に対する市民の関心を高め、意識向上につなげることを目的として、5年ごとに人権に関する市民意識調査を実施しています。



非核・平和を祈念して 児童絵画・習字展、原爆パネル展

核兵器の廃絶と世界平和は、人類共通の願いです。本市では、昭和59年9月、核兵器の廃絶を訴えて「非核平和都市」を宣言しました。世界で唯一の核被爆国として、核戦争の悲惨さを語り継いでいかなければなりません。

そこで、非核・平和を祈念して、市内の小中学生による児童絵画・習字展と原爆パネル展を開催します。ぜひ、ご覧ください。



児童絵画・習字展、原爆パネル展

日時 8月1日(木)～9日(金)
午前9時～午後5時
(9日は午後3時まで)
ただし、土・日曜日
はなし、土・日曜日は
午前9時～午後4時まで
場所 坂出駅市民サービスセンター
市民ギャラリーかもめ

詳しくは、市総務課 ☎44・5002へ

『登録型本人通知制度』 をご利用ください

近年、身元調査などを目的とした住民票の写しや戸籍謄本（以下「住民票等」という）の不正取得事件が起きている。住民票等からは家族構成、年齢や本籍地、また戸籍附票では、今までの住所履歴を知ることができ、結婚、就職における差別につながる身元調査や、人権侵害事件、ストーカー事件、詐欺事件などにつながるかねない重大な問題です。

「登録型本人通知制度」は、事前に登録しておけば、自分以外の人があなたの「戸籍や住民票」の交付を受けた際、市からその事実をお知らせする制度です。『戸籍や住民票の不正取得』があなたの身に発生した時、あなたが早く気づくことができ、早い対応が可能になります。

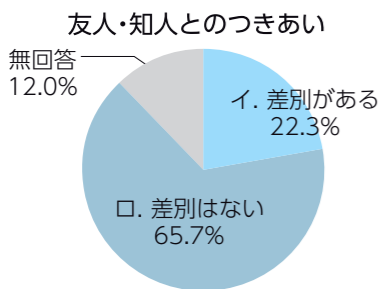
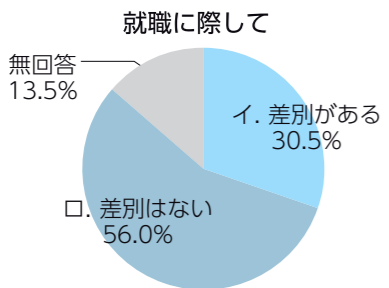
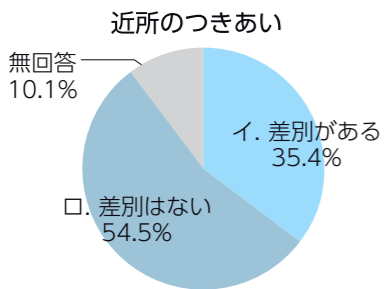
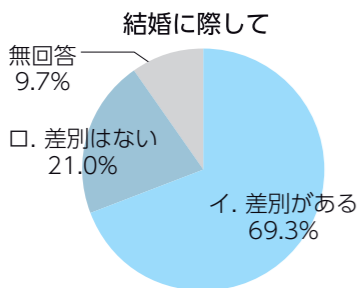
本制度は、簡単に登録手続きができ、一度登録すれば、更新などの手続きは不要です。

また、この制度を多くのおみなさんが利用することで、個人情報不正使用が防止でき、不正請求をしようとする者に対する抑止効果が期待できます。あなたの大切な個人情報を守りましょう。

詳しくは、市市民課 ☎44・5005へ

人権に関する市民意識調査から

問 部落差別等の同和問題に関し、現在、どのような差別があると思いますか。あるいは、差別はないと思いますか。



※「人権に関する市民意識調査」の全文については、市ホームページをご覧ください。https://www.city.sakaide.lg.jp

後期高齢者医療制度

○限度額適用・標準負担額減額認定証について(区分Ⅰ・区分Ⅱ)

住民税が非課税の世帯(区分Ⅰ・区分Ⅱ)の被保険者のかたは、市への申請により、医療機関等の窓口負担や入院時の食費等の軽減を受けるための「限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。

すでに前年度の認定証をお持ちのかたは、新しい認定証を7月下旬に郵送しますので、手続きは必要ありません。(ただし、世帯に所得未申告のかたがいる場合は、申告の上で再度申請が必要になります。)

○限度額適用認定証について(現役Ⅰ・現役Ⅱ)

住民税課税所得145～690万円未満(現役Ⅰ・現役Ⅱ)の被保険者および同一世帯に属する被保険者のかたは、市への申請により、医療機関等の窓口負担の軽減を受けるための「限度額適用認定証」が交付されます。

すでに前年度の認定証をお持ちのかたは、新しい認定証を7月下旬に郵送しますので、手続きは必要ありません。(ただし、世帯に所得未申告のかたがいる場合は、申告の上で再度申請が必要になります。)

【申請に必要なもの】

- ・印鑑および被保険者証
- ・運転免許証等の本人確認ができるもの
- ・本人または世帯員が**平成31年1月1日に市内に在住していなかった場合**、そのかたの令和元年度の住民税・課税所得証明書(または非課税証明書)

■詳しくは、市けんこう課(☎44・5006)、香川県後期高齢者医療広域連合(☎087・811・1866)へ

介護保険負担限度額の認定(介護保険施設入所者等の食費・部屋代の軽減制度)

介護保険施設※に入所されているかたやショートステイを利用しているかたの食費・部屋代の自己負担額を、所得段階によって引き下げる制度があります。利用される場合は、申請手続きが必要です。また、現在利用しているかたは、8月末までに更新の手続きが必要です。

○食費・居住費の負担限度額

利用者負担段階	食費(月額)	住居費(月額)				
		ユニット型個室	ユニット型個室の多床室	従来型個室(特養)	従来型個室(特養以外)	多床室
第1段階	生活保護受給者のかた等 300円	820円	490円	320円	490円	0円
第2段階	老齢福祉年金受給者 前年の課税年金収入額と非課税年金収入額および合計所得金額の合計が年間で80万円以下 390円	820円	490円	420円	490円	370円
第3段階	前年の課税年金収入額と非課税年金収入額および合計所得金額の合計が年間で80万円超 650円	1,310円	1,310円	820円	1,310円	370円
第4段階	一般 1,380円	1,970円	1,640円	1,150円	1,640円	370円 (特養840円)

○軽減の要件(次の3つのいずれにも該当するかた)

- (1) 本人および同一世帯のかた全員が住民税非課税であること
- (2) 本人の配偶者(別世帯、事実婚も含む)が住民税非課税であること
- (3) 預貯金等合計額が、単身者は1,000万円以下、配偶者がいる場合は両者で2,000万円以下であること

※介護保険施設
・介護老人福祉施設
・介護老人保健施設
・介護療養型医療施設
・介護医療院

【申請に必要なもの】

本人、配偶者の印鑑および預貯金等が確認できる書類(通帳・有価証券等)
※通帳は直近2か月の履歴が確認できるものを添付してください。

■詳しくは、市かいご課(☎44・5090)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)

- 中山 香代子(富士見町二)
 - 中村 修二(西庄町)
 - 在任中の委員(敬称略)
 - 久保 勝是(川津町)
 - 井上 賀博(加茂町)
 - 木下 恵子(王越町)
 - 野村 亮子(林田町)
 - 神成 章(京町一)
 - 谷口 正行(府中町)
 - 三野 郁子(八幡町三)
- 詳しくは、市人権課(☎44・5008)へ

麻しん風しん2期の予防接種は受けましたか？

感染症の予防のためには、ワクチンを接種し、免疫を獲得することが有効です。令和2年3月31日を過ぎると、全額自己負担になりますので、ご注意ください。まだ予防接種がお済みでないかたは体調の良い日に受けることをお勧めします。

対象者 2期(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)
※麻しん風しん1期は生後12月～24月までのかたが対象となります。
■詳しくは、母子保健課(☎44・5005)へ

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給されているかたへ

児童扶養手当を受給されているかたは「現況届」、特別児童扶養手当を受給されているかたは「所得状況届」の提出が必要です。提出がない場合は、手当を受給できなくなりますので、ご注意ください。該当するかたには8月上旬に文書を送付しますので、内容を確認し、必要書類を添えてご提出ください。

- 児童扶養手当**
ひとり親家庭(父子家庭・母子家庭)または父親・母親が重度の障がい状態である家庭等において、18歳に達した最初の年度末までの児童を養育しているかたに対して支給します。
 - 特別児童扶養手当**
20歳未満で、身体または精神に重度または中度以上の障がいのある児童を監護しているかたで、認定を受けたかたに対して支給します。
- 8月1日(木)～30日(金)
ただし、土・日曜日・祝日を除く
- 詳しくは、市こども課(☎44・5027)へ

夏休みは坂出市児童館に行こう！

対象 市内の幼児(保護者同伴)、小学生
料金 無料
申込方法 8月1日(木)～7日(水)の午前9時から午後5時の間に児童館備え付けの申込書に記入の上、直接児童館までお申し込みください。(先着順)



イベント名・日時
バルーンに挑戦 8/8(木)10:00～11:00
遊びの広場 8/20(火)13:30～15:00
みんなでゲーム 8/22(木)10:00～11:00
こどもの国がやってくる 8/28(水)10:00～11:00

※各回定員60人

■詳しくは、坂出市児童館(☎46・5078)へ

農薬は正しく使いましょよう

農薬を使用する際は、次のことを守って危害や事故を防ぎましょう。
・農薬使用基準を守りましょう
・住宅地周辺では農薬の飛散防止対策を立て、周辺住民のかたに配慮しましょう
・農薬の飛散を減らすため、散布時の基本的事項を励行しましょう

・農薬を販売するときには、登録のある農薬を扱うとともに、購入者が適正に使用するよう、正しく説明しましょう
■詳しくは、市産業課(☎44・5051)へ

ジェネリック医薬品(後発医薬品)差額通知について

後期高齢者医療制度の被保険者のかたへ、8月と来年1月に「ジェネリック医薬品差額通知書」を送付します。この通知書は、現在処方されている新薬(先発医薬品)からジェネリック医薬品に切り替えた場合の、自己負担額の差額(薬代がどれくらい軽減されるか)をお知らせするものです。

◆**ジェネリック医薬品とは？**
効き目や安全性が実証されている薬と成分や効果が同じであることなどが、厚生労働省により厳しく審査され、製造および販売が承認されている、安価な医薬品のことです。
■詳しくは、香川県後期高齢者医療広域連合(☎087・811・1866)へ

2019年全国計構造調査にご協力ください

総務省では、10月から11月にかけて、全国家計構造調査を実施します。この調査は家計における消費、所得、資産および負債の実態を総合的に把握し、世帯の所得分布および消費の水準、構造等を全国のおよび地域別に明らかにすることを目的とする調査です。調査の対象となった地域には、8月以降、統計調査員が調査依頼にお伺いしますので、みなさまの調査へのご理解とご協力をお願いします。

■詳しくは、市政課(☎44・5005)へ



第21回水のフェスティバルin府中湖 ドラゴンカヌー参加チーム募集

問 府中湖水のフェスティバル実行委員会 ☎48-0101

●ドラゴンカヌー大会参加チーム募集
開催日 10月6日(日) 8:30~
会場 府中湖カヌー競技場
募集 成年男子 50チーム 成年女子 20チーム
小学生 20チーム(先着順)
参加料 成年(1チーム) 10,000円 小学生 無料
申込期間 8月1日(木)~23日(金)



マリンドーム・フラフェスタ 2019 inさかいで

問 市産業課にぎわい室 ☎44-5015

瀬戸内海と瀬戸大橋を一望できるマリンドームでフラダンスステージを開催します。飲食ブースでは、地元特産品の販売もあり、坂出の味を楽しむことができます。
日時 8月31日(土)11:00~15:00
会場 瀬戸大橋記念公園内マリンドーム
料金 無料



働く女性の家講座・中央公民館市民講座 受講者募集(後期)

働く女性の家講座(勤労福祉センター)

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員
英会話	ブロックスホーム・ジェームズスタジオ	9/3~12/10	火	9:30~11:30	20
健康美	藤川 亜紀	9/3~12/10	火	9:30~11:00	50
ちぎり絵	中村千恵子	9/4~11/20	水	9:30~11:30	25
やさしいヨガ	吉田 愛	9/4~11/20	水	10:00~11:30	20
スローエクササイズ	塩津 陽子	9/4~11/20	水	19:00~20:30	50
カントリークラフト	柴島 みどり	9/5~11/14	木	9:30~11:30	20
初心者の手編み	黒川 由佳	9/5~11/14	木	13:30~15:30	15
フラダンス	榎本 静香	9/5~11/14	木	19:00~20:30	20
煎茶と礼法	大塚 律子	9/6~11/15	金	13:00~15:00	20
着装とマナー	中西 寿恵美	9/6~11/15	金	18:30~20:30	20

申込…先着順 受講料1,300円を添えて、8月27日(火) 9:00~勤労福祉センター(☎46-2463)へ

中央公民館市民講座

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員
つらとらんのバスケット	森林 文	9/2~12/2	月	9:30~11:30	15
ふるさとの民謡	阿部 桑佑	9/2~12/2	月	13:30~15:30	35
(初級)漢字書道	北條 雅僊	9/3~11/12	火	9:30~11:30	35
音楽で体ほぐし心ほぐし(トミン)	北條郁美・古田桂子	9/3~11/12	火	10:00~11:20	15
(初心者)山野草栽培法	大谷 徳・三木資之	9/3~11/12	火	13:30~15:30	30
陶芸	塩入美智子	9/4~11/6	水	9:30~11:30	20
男性料理教室	松永美恵子	9/4~11/6	水	18:30~21:00	25
女性料理教室	斉藤 恵子	9/6~11/15	金	10:00~12:30	25
げんだい書	眞鍋 草香	9/6~11/15	金	13:30~15:30	35
太極拳	後藤 満	9/6~11/15	金	14:00~15:30	15
絵手紙	佐藤 鈴子	9/13~12/13	金	9:30~11:30	30
(初心者)パソコン	小谷真由美	9/7~11/16	土	10:30~12:00	20

申込…先着順 受講料1,300円を添えて、8月26日(月) 9:30~中央公民館(イオン坂出店3階☎46-2422)へ
※一部講座は材料代が必要。なお、8月26日(月)のみ応募多数の講座は抽選とします。

令和元年度 坂出市職員募集

職種	予定人員	職種	予定人員
A 事務(大学)	4人程度	G 保育士・幼稚園教諭	4人程度
B 事務(大学) (障がい者対象)	1人程度	H 保健師	3人程度
C 事務(高校)	2人程度	I 消防士(大学)	1人程度
D 事務(大学) (UJI ターン)	2人程度	J 消防士(高校)	1人程度
E 土木(大学)	1人程度	K 環境衛生現業員	1人程度
F 建築(大学)	1人程度		

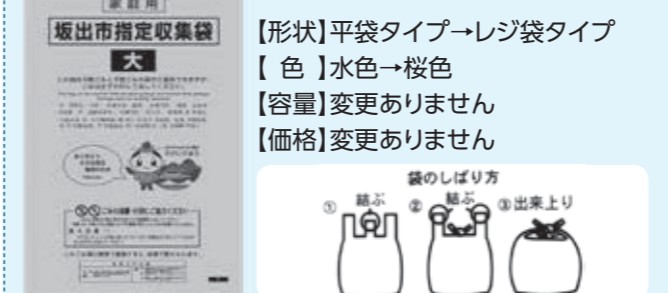
問 市職員課 ☎44-5003

第1次試験日 9月22日(日)
第2次試験日 第1次試験合格者のみに後日通知
申込期間 8月1日(木)~20日(火)
申し込みは郵送のみ受付(20日の消印有効)
採用予定日 令和2年4月1日
申込書・募集要項
ハローワーク坂出および市役所にて配布しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。なお、受験資格などの詳細については募集要項をご覧ください。



坂出市指定ごみ袋の形状と色が変わります

一般廃棄物指定収集袋(水色のごみ袋)の形状が、平袋タイプからレジ袋タイプ(持ち手・マチ付き)に変わり、袋の色も桜色になります。新しいごみ袋は、8月頃より各取扱店の在庫が無くなり次第、順次切り替えていきます。なお、大・中・小の各容量および販売価格はこれまでと変更ありません。※現行の収集袋は、お手元の在庫がなくなるまで通常どおり使用できます。



詳しくは、市生活課(☎46・4503)へ

香川オリーブガイナース 坂出市ホームタウンデー ~坂出市出身の三好選手・鈴木選手を応援しよう!~

香川オリーブガイナース VS 高知ファイティングドッグス
日時 8月12日(月) 18:00試合開始
会場 レクザムボールパーク丸亀 (丸亀市民球場)

●坂出市在住のかた、先着100名様 入場無料
※入場口で在住が確認できる書類を提示してください。
●坂出市出身の三好選手、鈴木選手の応援うちわを配布(来場者限定1,000名様)
●坂出市特産品、ガイナースグッズが当たる抽選会を開催!

詳しくは、香川オリーブガイナース(☎087・813・1466)へ



問 市けんこう課 ☎44-5006、県健康福祉総務課 ☎087-832-3261

受けよう、乳がん検診~かがわマンモグラフィサンの実施について~

マンモグラフィサンの実施について
乳がん月間の10月の休日等に協力医療機関で乳がん検診を実施します。
日頃多忙で、「平日の検診は難しい」というかたは、この機会にぜひ検診を受けましょう。

40歳以上の女性を対象に、休日の乳がん検診を実施します。
申込方法 8月5日(月)~検診実施日の原則1週間前までに希望される医療機関へ直接電話でお申込みください。(先着順)
自己負担金 70歳未満のかた 1,500円、70歳以上のかた 1,000円
(検診時には受診券、無料クーポン券(対象者のみ)も必要)

実施日	医療機関名	実施時間	定員	申込先(※直接医療機関へ)
10月20日(日)	香川成人医学研究所ウェルチェックセンター	8:30~12:00	30	☎0120-50-2311
10月27日(日)	聖マルチン病院	9:00~12:00	12	☎46-5195(外科外来)

緊急時における迅速かつ確実な情報伝達に資するため、防災行政無線を使用した訓練放送を流し、Jアラートの起動確認を下記の日程で行います。ご理解、ご協力をお願いします。なお、FMサン緊急割込み放送にも配信します。
日時 8月28日(水) 午前11時頃
内容 「これはJアラートのテストです」を3回放送
エリア 市内全域
※災害発生時などは、遅れたり中止する場合があります
詳しくは、市危機管理室(☎44・5003)へ

令和2年4月採用
坂出市立病院医療職員募集
申込期間 8月5日(月)~9月5日(木)
※郵送のみ受付(当日消印有効)
試験日 10月6日(日)
職種・採用人員
・看護師 10人程度
受験資格
受験する職種の資格免許を有し、平成3年4月2日以後に生まれたかた
詳しくは、市立病院(☎46・5131)へ

くらしの情報



スポーツ

カラオキング・スラックライン教室

みんなでスポーツさかいで事務局 (☎45・6670)

時 8月6日(火)午前9時〜正午
場 市立体育館
定 市立体育館
40人(申込先着順)
料 1組3,000円(2人1組、1人追加ごとに1,000円追加)
申 8月2日(金)申込締切

坂出市テニス教室

ローランギヤロ内
坂出市テニス協会事務局 (☎46・4008)

時 8月16日〜10月4日の毎週金曜日
午後7時30分〜9時30分(全8回)
場 市営テニスコート
対 市近郊在住・在勤のかた(小学5年生以上)20人

講座・セミナー



ガーデンセミナー「バラの夏剪定」

坂出緩衝緑地管理事務所
(☎45・6820、☎43・5213)

時 8月25日(日)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20人
料 5,000円
申 郵便、FAXまたはメールで申込受付中。

外国語講座

坂出市国際交流協会事務局 (☎44・5000)

●英会話トレーニング中級
時 9月4日〜12月11日の毎週水曜日
午前10時〜11時15分(全15回)
場 市民ふれあい会館
料 12,500円(会員9,500円)(資料代込)
やさしい基礎英語
時 9月5日〜12月12日の毎週木曜日
午後1時30分〜2時45分(全14回)
場 勤労福祉センター
料 10,500円(会員7,500円)テキスト代別途
若干名(申込先着順)

キャッシュレス消費者還元事業セミナー

坂出商工会議所 (☎46・2701)

時 8月19日(日)午後2時〜4時
場 坂出商工会館
定 20人
料 無料
申 坂出商工会議所HPにて申込受付

申 料 5,000円
8月12日(月)申込締切

第30回ソフトバレーボール大会

市生涯学習課 (☎44・5025)

時 8月25日(日)午前8時30分〜
場 市立体育館
対 市内在住・在勤(学生除く)、1チーム6人(選手4人・補欠2人)以内
男子の部、女子の部、混成の部
(それぞれ39歳以下、40歳以上の部)
※女子の部のみ50歳以上の部もあり
料 無料
申 8月15日(木)必着

イベント

府中湖ダンボールカヌー大会

坂出市カヌー研修センター (☎48・1885)

時 8月18日(日)午前8時30分〜
場 カヌー研修センター
定 先着15組(2人1組)
1チーム2,000円
申 8月1日(木)〜16日(金)

五色台自然楽校 提灯を作って夜の森を歩こう

休暇村讃岐五色台 (☎47・0231)

時 9月7日(土)午後6時〜8時30分
場 休暇村讃岐五色台ロビー集合
定 40人
料 無料
申 9月5日(木)申込締切

まろっ子ひろば「家計講座」

さかいで子育て支援センター
まろっ子ひろば (☎35・8119)

時 8月25日(日)午後2時〜4時
場 まろっ子ひろば
対 未就学児を育てるシングルのかた、離婚を考えているかた
内 家計に関する心配事等について情報提供
料 無料(要予約)
他 協力:坂出市社会福祉協議会

点訳ボランティア養成講習会(初級)

香川県視覚障害者福祉センター
(☎087・812・5563)

時 9月5日(金)令和2年2月20日の毎週木曜日
午後1時30分〜3時30分(全20回)
場 香川県視覚障害者福祉センター(高松市)
定 10人
料 3,100円
申 8月22日(木)必着
他 8月8日(木)午後1時30分から同センターで説明会があります。

募集・その他



**土器川の刈り草 無料提供
〜堆肥・飼料等に〜**
香川県河川国道事務所土器川出張所 (☎22・8318)

時 8月より受付開始、順次配布
場 土器川沿川全域
対 提供条件(同事務所HPに掲載)に同意いただけるかた
内 ロール状(重さ25kg)

駅近ブリリ旅〜久米通賢はすごい人〜

みんなでスポーツさかいで事務局 (☎45・6670)

時 8月24日(土)午前9時〜
場 坂出市観光案内所(JR坂出駅構内)集合
定 30人
料 700円(保険料・飲食代含む)
申 8月16日(金)申込締切

五色台体験教室 夏の終わりの昆虫観察会

五色台ビジターセンター (☎47・2479)

時 9月14日(土)午前9時30分〜正午
場 五色台ビジターセンタークラフトハウス
定 20人程度(小学生以下保護者同伴)
1人200円(保険料込)
申 8月10日(土)午前10時〜31日(土)午後4時
8月3日(土)から9月16日(祝)まで
他 写真展「かがわのトンボたち」を開催。

第101回さかいで楽市楽座八月市

同実行委員会 (☎46・2701)

時 8月18日(日)午前9時〜午後2時
場 駅前およびその周辺
※出店者やパフォーマンス披露希望者も随時募集中。

歌のおごっつお〜介護予防音楽療法〜

野方 (☎090・7626・6807)

時 8月20日(火)午後1時30分〜3時
場 中央公民館
定 先着25人
料 500円
申 8月1日(木)〜19日(月)電話にて
他 講師:認定音楽療法士野方國枝氏

下水道排水設備工事責任技術者 資格認定共通試験

市都市整備課 (☎44・5017)

時 10月15日(火)午後2時〜4時
場 サンメッセ香川(高松市)
申 8月1日(木)〜30日(金)の平日
他 登録有効期間は市が定めた日から令和5年3月31日まで
※現在すでに責任技術者として登録されているかたは受験する必要はありません。

自衛官候補生募集

自衛隊丸亀地域事務所 (☎23・6420)

場 8月中、毎日採用説明会を行っています。
自衛隊丸亀地域事務所(丸亀市)
対 18歳以上33歳未満

「司法書士の日」記念無料相談会

香川県司法書士会 (☎087・821・5701)

時 8月17日(土)午後1時〜4時30分
場 丸亀市生涯学習センター(丸亀市)
内 相続関係・不動産登記・成年後見・身近な法律問題等の相談(申込不要)

テレビ広報番組のお知らせ

放送局 瀬戸内海放送 (KSB)
放送日時 8月24日(土)午前9時30分〜(15分間)
ふるさと坂出

祭礼百態・香川・瀬戸内の風流

県立ミュージアム (☎087・8222・0002)

獅子舞や奴・太鼓台など県内の祭礼行事を紹介。喜佐波神社の奴道具のうち挟み箱や、岩黒中学校生徒が製作した獅子頭の展示があります。
時 8月3日(土)〜9月7日(土)
場 県立ミュージアム(高松市)
料 一般1,000円、高校生以下・65歳以上・障がい者手帳をお持ちのかたは無料

第29回坂出市長杯囲碁大会

坂出市囲碁研修会沼田 (☎080・3880・6188)

時 8月10日(土)午前9時〜
場 中央公民館
料 1,000円

香川サマーコンサート

同実行委員会入谷 (☎090・2896・5027)

時 8月25日(日)午後3時〜
場 サンポートホール高松(高松市)
料 大人2,000円、高校生以下1,000円(当日はプラス500円)
他 入谷麻友(電子オルガン)、入谷早紀(ピアノ)、宮野聖子(クラリネット)、植田華也子(ピアノ・電子オルガン)

目の見えないかた見えにくいかたのための福祉フェスタ2019

香川県視覚障害者福祉センター
(☎087・812・5563)

時 8月4日(日)午前10時〜午後3時
場 香川県社会福祉総合センター(高松市)
料 無料(一部要予約)

8月の水道当番店

区域	大池、小山、川津	その他	石黒島、小島	王越	長尾環境設備	46-38863
1〜5日	小林水道 46-5977	多田羅水道 46-3053	森崎工業 46-1371	光産業 46-5096	昇栄水道 48-0358	キトロ工業所 42-0126
6〜10日	中山住設 46-4427	藤沢住設 46-2192	中條電機水道 46-4261	十河電機水道 47-0328	高橋産業 46-4984	
11〜15日	山田管工業 46-1894	ナニワヤ 46-5656	旭電機水道 46-2898	ナカトミ 47-0729	長尾環境設備 46-3863	
16〜20日	小林水道 46-5977	田中水道 46-2807	ニシオ 45-0051	大信総業 46-1530	藤堂設備 48-2860	
21〜25日	中山住設 46-4427	中川設備機器 46-2901	鈴木設備商会 46-2021	大屋富工作所 47-0252	昇栄水道 48-0358	
26〜月末	山田管工業 46-1894	山田水道 46-3794	高倉工業所 46-3057	光産業 46-5096	高橋産業 46-4984	

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、瀬居、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南

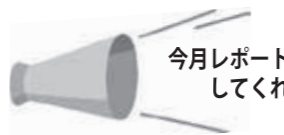
今月の納税

税種	納付期間	納付方法
市・県民税	2期	納期限は、9月2日(月)です。
国民健康保険税	2期	市税は納期限内に納めましょう。
介護保険料	2期	お支払いは便利な口座振替です。
後期高齢者医療保険料	2期	※の付いているものは、コンビニATM(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	21日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44-5002)
人権相談	15日(木) 10:00~15:00	本庁舎2階 (☎44-5008)
定例農家相談	7日(水) 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(随時) 商工業者法律相談 創業相談 事業承継 働き方改革推進相談	21日(水) 13:00~16:00 10:00~16:00 13:00~15:00 10:00~15:00 13:00~16:00 13:00~16:00 10:00~16:00 13:30~15:30	商工会議所 (☎46-2701) <small>※商工業者を対象とした相談です。 (要予約)</small>
年金相談	第2(木)(要予約) 10:00~15:00	本庁舎2階 <small>※ご予約は、街角の年金相談センター高松 (☎087-811-6020)</small>
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 <small>※事前に電話で実施の確認を お願いします。</small> (☎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) まろっ子ひろば内(☎35-7374) <small>※9:00~17:00</small>
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	坂出市社会福祉協議会 福祉総合相談センター (☎45-1133)
法律相談(弁護士相談日) <small>※事前に福祉総合一般相談を受けてください</small>	第3(木) 13:00~16:00	
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	<small>※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。</small>
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



今月レポート
してくれるのは

岩黒中学校
バドミントン部
2年 岩中 楓 さん



岩黒中バドミントン部は、今年度部員が1名となりました。毎日の練習では、いろいろなステップを取り入れた体作りとスマッシュやカット等の基本を中心に行っています。また、前日の振り返りや先生のアドバイスを参考に課題を見つめ直し、昨日よりも「プラスα」となるように心がけています。特に今年は、コントロールに重点を置いた練習も積み重ね、4月の大会ではその手応えを少し実感することができました。次は夏の総体に向け、自分の目標をしっかりと見据え、限られた時間の中で最善の準備をして大会に臨みたいと思っています。

「伝える勇氣」
あなたは将来、自分自身が非行をすることを思いませんか？こう問われた時、きっとほとんどの人が自分はいないと思うでしょう。しかし私は、誰にでも非行をする可能性はあり得ると考えています。
私は中学の時、人間関係でとても悩んでいた時期がありました。家で泣くことも多くありました。そんな時、悩みを聞き救ってくれたのが、両親や親友、親戚、学校の先生でした。面と向かって信頼できる人に自分の気持ちを打ち明けると、このことがSNSを利用することや趣味に没頭するなど、他のどんなことよりも心を軽くしてくれました。自分の性格を理解した上で考え、返してくれた言葉に心が救われました。あの時、勇氣を出せず相談していなければ、非行をしていたかもしれない。文字ではなく言葉で面と向かってコミュニケーションをとることの大切さを実感しました。
勇氣を出すことで自らの非行行為を防止でき、自らの行動で誰かの非行を防ぐこともできます。自分自身が誰かを救えること、自分の心に寄り添ってくれる人がいることを、忘れないで。



坂出高校
2年 鎌田 麻歩さん

育成センターだより

minnano hiroba

みんなの広場

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1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、今こそ勇氣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、イベントについて質問された場面です。



Are there any upcoming events in Sakaide?

坂出で近々開催される行事は何かありますか？

We have a big fireworks display on the second Sunday of August. It's a must-see.

8月の第2日曜日に大きな花火大会があります。必見ですよ。



花火大会は花火のfireworkを複数形にして、fireworks displayやfireworks showといいます。must-seeは、「～しなければならない」を意味する助動詞mustと、seeの原形をハイフン(-)でつないだもので、「必見のもの」という意味です。



坂出市指定ごみ袋が
○色のレジ袋タイプ
に変わります
ヒント：8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 8月13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 とんぼ(20人のご応募をいただきました。)

坂出弁クイズ

初級 **できだち** (正解率75%)

【用例】できだちで食べなうもない。

中級 **せんぐり** (正解率58%)

【用例】せんぐり港に船が入ってくる。

上級 **おことい** (正解率17%)

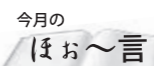
【用例】おこといとこ来ていただいた。

答えは枠下に



坂出弁講座

vol.50 (最終回)



今月の
ほお～言

とこ(量)を表す方言

数量を表す方言はたくさんあります。
全部 → まんで(がん)、みながん、まるた、もどごて(元も入れて全部)、少しだけ → ちょびっと、ちっとこば、少しも～ない → どればも～ない、一つも～ない → いっちょも～ない、ひとつちゃ～ない など。

また、程度を表す方言もたくさんあります。
たくさん・大いに → がいに、よおけ、ものすご、ものっそ、ごじゃに、たるば(十分に)、それほど → へど、ちよ～うど → ちょっしき など。
方言だと思わずに自然と口に出ているかたがほとんどかもしれません。それが生きた方言ということなのだと思えます。



クイズの答え 初級)できだちく 中級)次々と 上級)お忙しい (正解率は、秘書広報課アンケート結果より。)

休館日

- 5日(月)
- 13日(火)
- 19日(月)
- 26日(月)
- 30日(金)



姉妹

坂出商業高校 3年 山本 未央さん

市内の高校写真部より毎月とおきの1枚が届きます。来月は坂出第一高校！



PHOTO

防災はっすの vol.86 歩

「さかいで131カード」を
ご紹介します！



さかいで131おとめ隊*
加藤 由梨(産業課にぎわい室)
*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。

「さかいで131カード」は、大規模な地震がおきたときを想定して、備えや適切な行動がとれるように、5段階に分けてチェックできるほか、必要な連絡先や自分の情報を書き込めます。また、裏面は坂出市津波ハザードマップとなっています。

5段階チェックリスト

- ①「いつも」の131 日頃から備えておきましょう。
- ②緊急地震速報が届いたら身を守ろう 大事な頭を守る「ダンゴムシのポーズ」! 屋外にいるとき・車の運転中など、場所によってとるべき行動を考えましょう。
- ③揺れが収まったらどうする? 避難時に持ち出すために必要なものを自分の持てる重さで事前に準備しましょう。
- ④津波がこない区域に逃げよう まず自分はどこに逃げるか、家族とはどこで会うかを決めておきましょう。
- ⑤無事を知らせよう あらかじめ安否確認の方法を相談しましょう。

カードは、折りたたむとコンパクトになりますので、財布などに入れて持ち歩くのがおすすめです。市危機監理室で配布しているほか、市HPから印刷もできますのでぜひご家族でご利用ください。

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 14日・28日(水)pm0:07～、7:07～(FM SUN 76.1MHz)

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信

イベントで市民のみなさんに
手と口の清潔習慣
についてお伝えしました

手洗いチェック

6月1日(土) 瀬戸大橋記念公園にて開催された「親子体力づくり」で、親子約500人の『手洗いチェック』を行いました。



災害時の清潔・健康ケア

6月2日(日) イオン坂出店で開催された「歯っぴいフェスタ」にプロジェクトとして初出展。災害時に水道が止まった場合の手と口の清潔・健康を保つための方法を約400人にお伝えしました。



問合せ先▷市政策課企業立地推進室(☎44・5001)
市けんこう課(☎44・5006)

Recommend 幼児向け



イワシ
大片 忠明 作 / 福音館書店

数えきれないくらいたくさんのイワシが集まって、群れを作って泳いでいる。イワシの生活から海の生態系が学べる科学絵本。

Recommend 小学校 高学年向け



キャプテンマークと銭湯と
佐藤 いつ子 著 / KADOKAWA

移籍してきたばかりの大地にキャプテンの座を奪われた周斗。チームから孤立する周斗は古ぼけた銭湯にたどりつく。

Recommend 一般向け



やさしいバナナのお菓子
若山 曜子 著 / 誠文堂新光社

おいしくて値段も手ごろ、一年中手に入るうえに不足しがちな栄養もたっぷりのバナナで作るスイーツ。

主任司書 京野 さん



図書館で遊ぼう!

3日(出)	古代のモノづくり体験	9:30～
◇	英語よみかきせ	11:00～
7日(休)	わらべうたであそぼう	10:30～
8日(休)	本のリサイクル八日市	10:00～
9日(金)	天体観察会	19:30～
16日(金)	赤ちゃんタイム	9:00～
◇	天体観察会	19:30～
20日(火)	ゆりかごおはなし会	10:30～
25日(日)	読書会 bibluv	10:00～
毎週(出)	ばごん寺子屋	9:00～
毎週(水)	映画の会(第5水曜は除く)	10:30～
毎週(木)	太陽黒点観察会(第5木曜は除く)	10:00～
毎週(金)	紙芝居の会(第5金曜は除く)	10:30～
毎週(日)	にほんご@坂出(第5日曜は除く)	14:00～
6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 読書会 bibluvさんによるおすすめ本の展示

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
1日(休)	川 津
2日(金)	東 部
6日(火)	府 中
7日(休)	加 茂
8日(休)	金山・江尻
15日(休)	府 中
16日(金)	西 庄
20日(火)	島しょ部
21日(休)	林 田
22日(休)	東 部
27日(火)	松山・王越
29日(休)	坂 出

図書館通信
読書会で紹介された本を
展示しています!

毎月テーマにあわせておすすめの本を紹介している読書会 bibluvさん。市民展示コーナーでは、おすすめの本を展示しています。

貸出 ランキング	1	2	3	4	5
(平成30年12月～令和元年5月)	そして、バトンは渡された	沈黙のパレード	一切なりゆき	ノースライト	機捜235
	瀬尾 まいこ 著	東野 圭吾 著	樹木 希林 著	横山 秀夫 著	今野 敏 著

Gallery ☎44・5057

市民ギャラリーかもめ

●非核平和祈念
児童絵画・習字展

8月1日(木)～9日(金)
初日は9:00～
最終日は15:00まで

●四鉄の変遷
および模型展示

8月25日(日)10:00～15:00

●県高校文化祭
写真作品展示

8月26日(月)～9月2日(月)
初日は12:00～
最終日は16:00まで

☎45・7110

開館時間 9:00～17:00

●瀬戸内国際芸術祭2019「県内連携事業」／～郷土の作家シリーズ⑨～
南条嘉毅展『透ける表層、漂う大地』

南条氏は今年の「瀬戸芸」春会期で坂出市出身アーティストとして沙弥島に初出品し注目を集めた作家です。坂出の塩田を舞台にした絵画や空間演出が紹介されます。

会 期 8月6日(火)～9月1日(日)
休館日 月曜日(ただし12日開館、13日休館)
入館料 一般300円(無料特典は要問合せ)
※初日のみ10:00開館し午前中の入館は無料です。



水流シリーズより「桑の木滝」2015

関連行事 (参加無料)	日時	内容
	8月 6日(火) 10:00～11:00	オープニング+ギャラリートーク
	8月11日(祝) 13:30～14:30	スライド上映+ギャラリートーク
	8月31日(土) 13:30～14:30	ギャラリートーク

6月1日～30日 招くやみ (ご遺族の申込みにより掲載しています)

8月10日はハート(心臓)の日

8月10日が810(ハート)と読み取れることから、日本心臓財団が1985年にこの日を「健康ハートの日」と定めました。

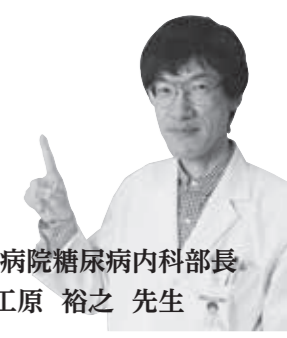
心臓は胸のやや左側にあり、大きさは握りこぶしくらい。心臓の筋肉(心筋)が昼夜休みなく、平均して1分間に70回伸び縮みして全身に血液を送るポンプの働きをしています。

心臓が働き続けるためには心筋自体にもエネルギー源となる酸素や栄養が必要で、それを届けるのが冠状動脈と呼ばれる血管です。この血管にトラブルが起きると、心筋への酸素と栄養の補給がストップして、命が危険にさらされます。

高血圧、脂質異常症、糖尿病、喫煙、肥満、運動不足、精神的ストレスなどが、冠状動脈を詰まらせて心筋梗塞や狭心症が発症し、突然死の原因にもなることが明らかにされています。

今、日本の子ども達は動物性脂肪や糖分、食塩を多く摂っている一方で、運動量は減っています。日本の小学生の血液中コレステロール濃度は、アメリカの小学生よりも高くなっていると言われます。

自分の身体は自分で守る。誰もが自分の「ハート」を大切にして、どんな生活習慣をとれば心臓病が予防されるかを考えてもらうための8月10日であってほしいと思います。



市立病院糖尿病内科部長 大工原 裕之 先生

ダニや蚊が媒介する感染症に注意!

ダニ媒介脳炎や日本紅斑熱、デング熱やジカウイルス感染症などから身を守るためには、ダニや蚊に咬まれないことが重要です。

- ★ダニ・蚊に咬まれないポイント**
- ・肌の露出を少なくする。(長袖・長ズボン)
 - ・足を完全に覆う靴を履く(サンダル等は避ける)
 - ・明るい色の服を着る。
 - ・虫よけ剤を使用する。

問合先
市けんこう課 (☎44・5006)

集団がん検診(要予約)

市けんこう課(☎44・5006)

胃がん検診	
21日(水)9:30~	檀石新港(東側岸壁)
子宮頸がん検診	
29日(木)14:00~	地域保健センター
30日(金)14:00~	西庄公民館
15:00~	加茂公民館

休日当番院

医療Netさめぎ(☎0120・979・199)

4日(日)	松山医院 宇多津町(☎49・0706)内 西山脳神経外科病院 加茂町(☎48・3366)内・外
11日(祝)	回生病院 室町(☎46・1011)内・小・外
12日(月)	峯小児科医院 寿町(☎46・4315)小 つちだ内科クリニック 川津町(☎46・8451)内 みのりクリニック 駒止町(☎59・0082)外
18日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131)内・小・外
25日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195)内・小・外

健康教室

実技 講話

市民ふれあい会館			
1日(木) 9:30~	1.5h	正しい姿勢を維持しよう	池田 健康運動指導士 B
2日(金) 14:00~	1.5h	ミュージック・ヒーリング	大浦 音楽療法士 B
7日(水) 10:00~	1h	子育て世代のためのyoga教室(既児は要予約)	福岡 ヨガ講師 A
8日(木) 9:30~	1.5h	音楽に合わせて体操教室	尾島 健康運動指導士 B
16日(金) 9:30~	1.5h	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(水) 15:00~	1h	子育て世代のためのyoga教室(既児は要予約)	福岡 ヨガ講師 A
22日(木) 14:00~	1.5h	正しい姿勢を維持しよう	田中 健康運動指導士 B
28日(水) 14:00~	1.5h	楽しく作ろう 夏小物♪	夢*ゆめクラブ B
勤労福祉センター(9:30~11:00)			
9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
14日(水)		男性はつらつ教室	渡里 健康運動指導士 B
23日(金)		脳とからだの若返り教室~運動教室~	リハビリ専門職 B
坂出市立病院2階講堂(14:00~15:00)			
12日(月)		一般市民のみなさんのための心肺蘇生講習会	市立病院 ACLSチーム C
13日(火)		夏の健康 注意点	総合内科部長 藤田 憲弘 C
14日(水)		糖尿病教室「女性のライフステージと糖尿病」	糖尿病内科部長 大工原 裕之 C
28日(水)		受けよう「がん検診」みんなで始めよう「人生会議」	がん化学療法認定看護師 大森 美紀 C

☎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 離乳食のフリージングポイントを教えてください。(10ヵ月児のママ)

A

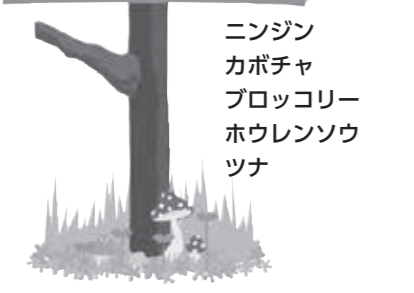
離乳食がすすむと、食べる量も食材の種類も増えていきます。空いた時間にまとめて下ごしらえをして冷凍庫に保存するフリージングを活用しましょう。

- ① 鮮度が高いうちにフリージング**
食材の鮮度は時間がたつにつれて落ちてきます。時間のあるときにまとめて買い、その日のうちに下ごしらえをしてフリージングしましょう。
- ② しっかり冷ましてから冷凍庫へ**
下ごしらえをして温かまま冷凍庫に入れると、庫内の温度が上がって、雑菌が繁殖しやすくなります。食品を傷める原因にもなりますので、金属トレーなどの上のせてしっかり冷ましてみましょう。
- ③ フリーザーバッグに日付を書いて**
フリージング食材は1~2週間を目安に使い切ります。冷凍した日付を書いて、使い残しを防ぎましょう。
(市けんこう課)

Child Care

子育てのお悩み相談室

PICK UP
フリージングに
おすすめの食材



ニンジン
カボチャ
ブロッコリー
ホウレンソウ
ツナ

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

3~4ヵ月児健康診査	6日(火) 13:15~14:45	2019年4月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	15日(木) 13:15~14:45	2018年2月生まれ
2歳児相談	8日(木) 9:30~11:00	2017年8月生まれ
3歳児健康診査	22日(木) 13:15~14:45	2016年1月生まれ
離乳食講習	13日(火) 13:00~14:30	生後4~5ヵ月児とその家族 ※場所：四国電力坂出事業所 ふれあいサロン
子育てサークル	20日(火) 13:30~15:00	生後3ヵ月~1歳児とその家族
かもめ教室(要予約)	20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)	23日(金) 10:00~11:30	1歳未満のお子さんと家族
ベビーマッサージ(要予約)	19日(月) 10:00~11:30	1歳未満のお子さんと家族 ※場所：中央公民館

対象

相談・献血

市けんこう課 ☎44・5006

栄養相談 要予約	場 所
19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	
7日(水) 14:00~17:00	地域保健センター
子ども相談 要予約	発達や育児に不安のあるかた
16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
8日(木) 13:30~15:30	地域保健センター



まる通信

Information
~まろのスケジュール帳~

- 8/2(金) 17:15頃
さかいで大橋まつり 前夜祭
@JR坂出駅前
- 8/3(土) 18:00頃
さかいで大橋まつり 土曜デー
@坂出商店街
- 8/4(日) 9:30頃
ボランティア体験フェス
@勤労福祉センター
- 8/18(日) 11:00頃
楽市楽座 @JR坂出駅前
- 8/18(日) 18:30頃
中央地区盆おどり大会
@鉄砲町児童公園
- 8/24(土) 19:00頃
親子ふれあい夏祭り
@池之宮神社
- 8/31(土) 13:00頃
マリンドームフラフェスタ2019
in さかいで
@瀬戸大橋記念公園マリンドーム
- 8/31(土) 18:00頃
ニュータウン江尻夏まつり
@ニュータウン江尻第3公園



市民のかたを対象に新庁舎の免震構造についての説明会が開かれ、参加者は実際に建設現場で免震装置の見学を行った後、免震体験車で揺れ方の違いを体験しました。

新庁舎免震装置説明会

5/25



にっぽん丸坂出港寄港

約1年ぶりにクルーズ船「にっぽん丸」が坂出にやってきました。鴨川福神太鼓保存会による歓迎太鼓やさかいでブランドの販売が行われ、出港時には東梶獅子舞保存会による獅子舞が披露されました。

5/26



坂出歯っぴいフェスタ

坂出歯っぴいフェスタに親子連れが大勢訪れ、ゲームを楽しんだり、正しい歯のみがき方を教わったりしていました。

6/2



かわづ花菖蒲園一般開放

浄水施設の一部を再利用したかわづ花菖蒲園が一般開放されました。芸能発表やバザーを行うお祭りやお茶会も開催され、訪れたたくさんの方が約3万本の花菖蒲を楽しんでいました。

6/1-14

夏にぴったりのデザイン



さかいでまる扇子
1個 700円(税込)

問 坂出市観光協会 ☎35・8428



さかいでの四季フォトコンテスト

「さかいで再発見」をテーマとした「さかいでの四季フォトコンテスト」に364点の応募があり、入賞作品168点の展示が5月25日から6月16日まで市民美術館で行われました。

6/9

投稿写真募集中!

アイドル(平成30年2~4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。hisyakouhou@city.sakaide.lg.jp
■ 詳しくは、市秘書広報課(☎44・5000)へ

8/13 締切



第20回記念展 書の美

県内の書道選抜展「書の美」が市民美術館で開催されました。開催20周年の記念に寄贈を受けた作品が初公開されたほか、オープニング鑑賞会が行われ、小森秀雲先生から作品に対する思いや鑑賞のポイントについて解説がありました。

6/22



第6回ラジオ体操大会

「坂出市ラジオ体操の日」に合わせてラジオ体操大会が今年度は加茂小学校で開催され、参加者は全国ラジオ体操連盟指導委員の先生と一緒にラジオ体操の動きなどについて学びました。

6/30



七夕飾りつけ

加茂幼稚園の園児16人が自分たちで作った短冊や笹飾りを大きな笹に飾りつけ、歌とダンスを元気に披露してくれました。

7/3



瀬戸芸沙弥自治会 売上金一部寄付

沙弥自治会より、瀬戸内国際芸術祭2019で販売したお弁当などの売り上げの一部が寄付されました。

7/8

ごとうゆきさんの **さかいでスケッチさんぽ**

旅のスケッチ画家ごとうゆきさんが描いた今月のスポットは「法楽稲荷」。瀬居町竹浦地区に港を見下ろす赤鳥居があります。なんとこの鳥居、地域のかたの手作りなんだそうです。

1968年に陸続きとなった瀬居町。今なお残る島らしい風景を楽しんでみては。



ACCESS



PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE

坂出市

検索

DATA

7月1日現在 () 内は前月比

人口 51,235人(-49)

男 24,506人(-17)

女 26,729人(-32)

世帯 21,485世帯(-21)

(6月)

出生 26人(2)

死亡 56人(-15)

転入 103人(-77)

転出 122人(-7)

交通事故 26件(死者0人)

救急 311件

火災 8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

※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。

健やかで幸せに暮らす **健幸通信** -9-

誰かに伝えたいくなる **坂出弁講座** 9

市内 **高校写真部** 作品 6



新時代「令和」のまちづくり

令和元年度坂出市職員募集

-9-

坂出市にぎわい創出認定事業

マリンドーム・フラフエスタ



-9-

ホームタウンデー

坂出市出身の選手を応援しよう

-8-

正しい理解と認識を

同和問題啓発強調月間

-4~5-

トレッキング初心者にもオススメ

城山山頂からの大パノラマ



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
(☎ 44・5000)