

▼ 広報

さかいで

2019
(令和元年)

11

No.1352





令和2年度にぎわい創出事業を募集します

問 市産業課にぎわい室 ☎44-5015

本市の魅力をアピールし、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、書類審査および審査会において選考された団体の活動を支援します。

令和元年度の採択事業例

- ①元気いっぱいフェスティバル in 坂出
(元気いっぱいフェスティバル in 坂出実行委員会)
- ②八十場まちおこし お宮でライブ! (八十場青壮年交流会)
- ③マリンドーム・フラフェスタ2019 in さかいで (フラ・オ・レア)
- ④坂出アートプロジェクト2019「地蔵通りアートの散歩道」
(坂出アートプロジェクト)



補助金額

1事業につき、上限50万円

審査方法

一次審査(書類選考)通過団体には二次審査の審査会でプレゼンテーションを行っていただき、決定します。

応募方法

所定の申請用紙に必要事項を記入の上、12月20日(金)16:00までに市産業課にぎわい室へ提出してください。

一次審査

令和2年1月頃に開催予定

秋のまち歩き特集

木々が色づき、そよ風が心地よい季節になりました。歩きやすい靴にはき替えてまちの魅力探しに出かけましょう。

問 市観光案内所 ☎45-1122

加茂山樋古墳群と 国宝神谷神社をめぐる

1300年前から現存する史跡をめぐる、アドベンチャー体験を味わう。

日時 11月9日(土)
9:00(8:50集合)

要予約

集合 JR坂出駅構内観光案内所
料金 2,000円(飲み物・お土産付)
定員 20人

時間/距離 約5時間/約2km

～城山城址を巡る～ プラスしめ縄作り体験

唐の侵攻に備えた砦跡、城山城跡を郷土史家のガイドと巡ります。

日時 11月10日(日)
9:00(8:50集合)

要予約

集合 府中小学校運動場
料金 1,500円(温かい味噌汁昼食付)
定員 20人(小学生以上対象)

時間/距離 約5時間/約3km

第13回 木の実アート展

木の実アート作者12人による約250点の作品展示、物販展、ブルーベリー苗販売、犬猫迷子づくりを行います。

日時 11月8日(金)～17日(日)
10:00～15:00

場所 番の州公園管理事務所

●木の実アート作者指導による「作り方教室」(無料)

11/9(土)、10(日)、16(土)、17(日)
10:30～12:00

※小学3年以上、各回10人(先着順)

●ブルーベリー苗販売と育て方相談

11/17(日)10:00～15:00(有料)

●犬猫迷子づくりワークショップ

11/17(日)10:00～15:00(1個500円)

問 坂出緩衝緑地管理事務所 ☎45-6820

秋の遍路道をおるく

81番白峯寺から82番根来寺への遍路道を秋の気配を感じながら歩きます。

日時 11月23日(祝)
9:00(8:50集合)

要予約

集合 JR坂出駅構内観光案内所
料金 2,000円(昼食・飲み物付)
定員 20人

時間/距離 約4時間/約5.5km



～府中・加茂大型古墳群巡りと 讃岐うどん人気店での昼食～ プラス正月用寄せ植え作り体験

ガイドと県下有数の大型古墳群巡り。

日時 12月1日(日)
9:00(8:50集合)

要予約

集合 府中小学校運動場
料金 1,000円(昼食代別途必要)
定員 20人(小学生以上対象)

時間/距離 約4時間/約4km



12月2日(月)から 循環バス 中ルートの 実証実験運行が始まります

坂出駅と総合病院をコンパクトに巡る循環バス中ルートの実証実験運行が12月2日から始まります。一周約25分で運行し、総合病院等へスムーズに移動できますので、ぜひご利用ください。

※写真のバスは東・西ルートのものです。

問 市都市整備課 ☎44-5017

運行期間 12月2日(月)から令和2年2月29日(土)まで

※ただし、日・祝日および12/31～1/3は連休

料金 1乗車100円(東・西ルートと同一)

(小学生未満無料、障がい者および運転免許証返納者は50円)

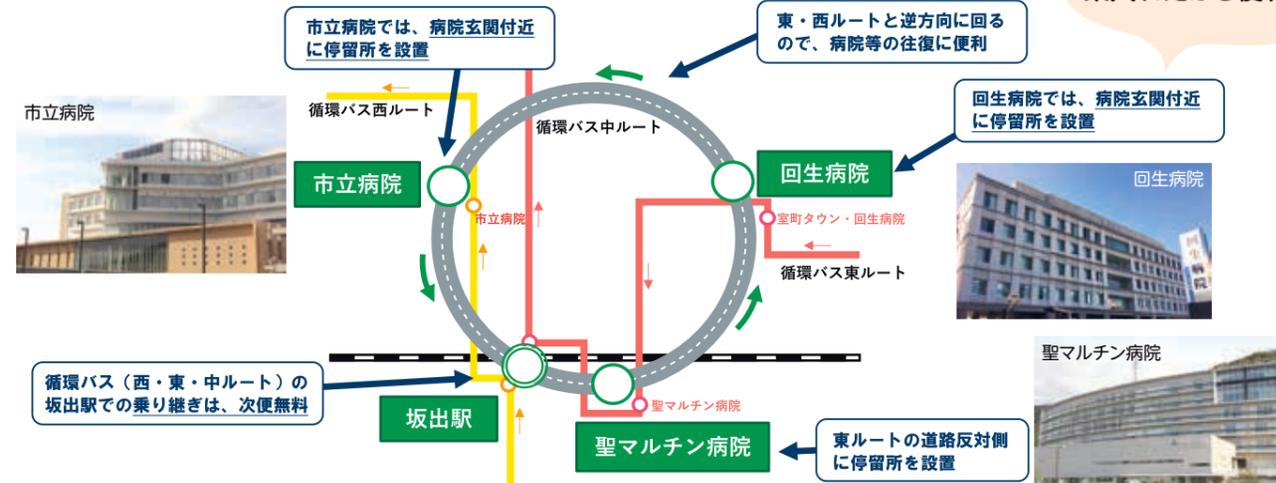
※回数券、定期券は東・西ルートと共通です。

※坂出駅での東・西・中ルート間の乗り換えは、次便のみ無料となります。

運行ルート 坂出駅を起終点に、聖マルチン病院、回生病院、市立病院を巡る1周25分のルートで、運行の順路は東・西ルートと逆方向。

市立病院、回生病院の停留所は病院入口付近に設置します。

病院入口近くまでの 乗入れたから便利!



運行時刻・便数 坂出駅7:45発を第1便として、1日13便を運行

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
坂出駅	7:45	8:25	9:05	9:45	10:25	11:05	11:45	12:25	13:45	14:25	15:05	15:45	16:25
聖マルチン病院	7:49	8:29	9:09	9:49	10:29	11:09	11:49	12:29	13:49	14:29	15:09	15:49	16:29
回生病院	7:55	8:35	9:15	9:55	10:35	11:15	11:55	12:35	13:55	14:35	15:15	15:55	16:35
市立病院	8:03	8:43	9:23	10:03	10:43	11:23	12:03	12:43	14:03	14:43	15:23	16:03	16:43
坂出駅	8:10	8:50	9:30	10:10	10:50	11:30	12:10	12:50	14:10	14:50	15:30	16:10	16:50

※東・西ルートへの乗り換えは10分後に接続

問 市危機監理室 ☎44・5023

Jアラートによる 緊急地震速報訓練の実施について



緊急時における市民の皆さまへの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、全国瞬時警報システム（Jアラート）の起動確認を下記の日程で行います。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。なお、FMサン緊急割込み放送にも配信します。

日 時：11月5日（火）10：00頃
内 容：同報系防災無線を使用し、緊急一斉放送として放送
「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です。」を3回放送
エリア：市内全域 ※災害が発生した場合などには、遅れたり中止する場合があります。

また、この緊急地震速報訓練と同時刻に『香川県シェイクアウト～県民いっせい地震防災行動訓練～』を実施します。



これは、訓練時刻にそれぞれのい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。子どもから大人まで気軽に参加でき、日ごろの防災対策を確認するきっかけづくりにもなります。訓練放送に合わせて、それぞれの場所で安全確保行動をとりましょう。

訓練は3つの安全確保行動を”その場”で行う！



令和元年度 坂出市震災対策避難防災訓練を開催

市の防災訓練を今年は中央地区を対象に開催します。地区外のかたも見学可能ですので、ぜひお越しください。

日 時 11月10日（日）8：50～11：40
場 所 坂出小学校運動場 およびその周辺
対象地区 中央地区
内 容 ●救出・救護訓練
●初期消火訓練
●警察・消防・水道車両展示等



令和元年 秋の火災予防運動

ひとつずつ いいね!で確認 火の用心

(2019年度 全国統一防火標語)

問 市消防本部予防課 ☎46・0983

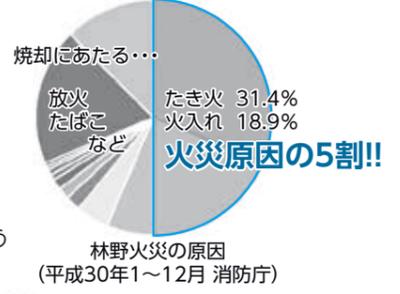
焼却は原則禁止です！

枯草の整理や田畑の手入れを行いやすい時季になり、屋外焼却による火災が多く発生いたします。火災予防のため、屋外での火の取扱いには十分注意してください。

- ・法令上、廃棄物の屋外焼却処分は禁止されています
- ・家庭から出るゴミは設備の整った施設で処理しましょう
- ・やむを得ず焼却する場合には、以下の点に十分注意して行いましょう



- ①燃えやすい物のそばでしない
- ②目を離さない
- ③風の強い日はしない
- ④水バケツ等を事前に準備する
- ⑤終了後は水をかけて確実に消す



やむを得ない場合の焼却

- ・国または地方公共団体がその施設の管理を行うために必要な廃棄物の焼却
- ・風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却
- ・農業、林業または漁業を営むためにやむをえないものとして行われる廃棄物の焼却
- ・たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であって軽微なもの
- ・震災、水害、火災、凍結害その他災害の予防、応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却



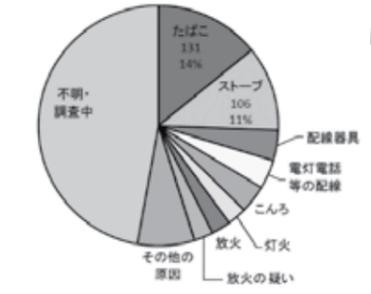
ひとたび火災が発生すれば、近くにお住まいの皆さんの生活環境に被害を与えるだけにとどまらず、建物への延焼など甚大な被害が発生する場合があります。

周りのかたのご迷惑にならないよう、環境と安全に配慮をお願いします。

本年、坂出市では焼却と思われる火災が11件発生し（9月10日現在）、内1件は建物が全焼しています。

住宅用火災警報器を設置しましょう

住宅火災の出火原因別死者数（放火自殺者等を除く。）
926人の内訳



死者の発生した住宅火災の原因の多くはたばこやストーブで、これらの火災は寒くなる時季にかけて発生件数が増加します。

住宅用火災警報器をまだ設置されていないご家庭は、ぜひ設置するようにしてください。



定期的な作動確認

古くなったら交換

住宅用火災警報器は10年を目安に交換することをおすすめします。

コミュニティ助成で整備
（二財）自治総合センターの「宝くじの助成金」を受けて、坂出市消防団員の安全確保を図るヘルメットおよび耐切創手袋を整備しました。また、中央地区連合自治会では、コミュニティ活動に必要なテレビ、テレビなどを整備しました。



中央地区連合自治会 テント、テレビ等



坂出市消防団 耐切創手袋



坂出市消防団 ヘルメット

第21回 中河与一文芸賞・幹子賞

坂出市出身の作家中河与一と妻の歌人幹子の功績をたたえ、子どもに文学への関心を高めてもらおうと坂出市内の児童生徒を対象に作文と短歌を募集し、作文103編、短歌127首の応募がありました。上位入賞者は以下のとおりです。(敬称略)

●中河与一文芸賞(作文)

小学校生活、最後の日に

東部小6年 佐藤 紀代

優秀賞

ぼくの大切な時間

川津小6年 薄井 悠斗

八月の楽しみ

東部小6年 寒川 汐莉

祖母の運転免許

白峰中2年 竹内 妃桜

音を紡いだ三年間

坂出中3年 郡 遥花

●中河幹子賞(短歌)

少しだけ高めに結ったポニーテール

いつもよりゆれてほほをくすぐる

附属中3年 青井 桜

優秀賞

一位 まっ白な画用紙とどんぐりせまりくる

迷路みたいな自由研究

坂出小4年 好井 祐晴

二位 水できでぼやけて見える愛犬の

とてもいとおしい眠った顔が

坂出中2年 高橋 知也

三位 春一番に押されて赴く父の背を

点になるまで姉と見送る

附属中3年 香川 夏月

佳作 13編

入選 12名

●表彰式・記念講演(入場無料)

日時 11月17日(日)午前10時～

行事 ・表彰式 午前10時～11時

・対談 午前11時～11時40分 『私の好きな万葉歌』

東 直子(歌人・作家)／田山 泰三(短歌史研究者)

場所 万葉会館(沙弥島70-1)

○短歌教室(要参加費)

日時 11月16日(土)午後1時30分～

内容 東 直子氏を講師に、市内の小中学生を対象とした短歌教室

詳しくは、中河与一・幹子顕彰会事務局(☎46・53001)へ

令和2年度 市立幼稚園・保育施設等 新入園(所)児募集



支給認定区分について

1号認定	満3歳以上で教育を希望する場合	幼稚園・認定こども園
2号認定	満3歳以上で保護者の就労等により保育が必要な場合	保育所(園)・認定こども園
3号認定	満3歳未満で保護者の就労等により保育が必要な場合	保育所(園)・認定こども園・事業所内保育所

市立幼稚園

入園資格

- 3歳児：平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ
- 4歳児：平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ
- 5歳児：平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ

申込受付

各幼稚園11月5日(火)～15日(金)(土・日除く) 8:30～17:00
保護者のかたの印鑑をお持ちいただき、直接各幼稚園にお申し込みください。ただし、瀬居幼稚園については市こども課までご連絡ください。

※平成31年1月1日に本市に住民登録がないかたは、マイナンバーが分かる書類および身分証明書が必要です。

募集幼稚園

坂出中央幼稚園	☎46・3989
林田幼稚園	☎47・0290
加茂幼稚園	☎48・0105
川津幼稚園	☎46・2772
松山幼稚園	☎47・0210
瀬居幼稚園	☎44・5027(市こども課)

詳しくは、市こども課(☎44・5027)へ

保育所・認定こども園・事業所内保育所

入所資格

- 坂出市内に住所を有する小学校就学前の乳幼児で、保育が必要な児童
 - 公立保育所・公立認定こども園は1歳以上児(南部保育所のみ生後6ヵ月以上児)
 - 私立保育所・事業所内保育所は生後8週間以上児
 - 私立認定こども園の2号認定は満3歳以上児、3号認定は生後8週間以上児～満3歳未満児(ルンビニ幼稚園は満2歳後の次の4月からの入所)
- ※申込は児童の出生前および5月以降の途中入所希望も可能。

申込受付(期間厳守)

- 各保育施設等(保育所・認定こども園・事業所内保育所) 11月5日(火)～15日(金) 9:00～17:00(土・日除く)
- 市こども課(本庁2階) 12月2日(月)～6日(金) 9:00～17:00

必要な書類

- 坂出市教育・保育給付支給認定申請書 兼 現況届 兼 保育施設等入所申込書
※市内保育施設等または市こども課にあります。
- 0～2歳児の保育料および副食費免除対象判定のための資料(平成31年1月1日に本市に住民登録がないかた)マイナンバーが分かる書類および身分証明書
- 家庭で保育できないことを証明する書類 就労証明書や診断書等
- その他 幼稚園在籍証明等ご家庭の状況に応じて必要な書類

募集保育施設等

公立保育所	
江尻保育所	☎46・4339
松山保育園	☎47・0584
南部保育所	☎45・0140
川津愛児園	☎46・1217
西部保育所	☎46・5925
加茂保育所	☎48・2801
私立保育所	
坂出保育園	☎45・5528
愛集苑保育所	☎45・2822
みどり保育園	☎46・4363
育愛館	☎46・5812
林田保育園	☎47・0709
公立認定こども園	
府中こども園(2・3号認定)	☎48・0880
私立認定こども園	
坂出一高幼稚園(2号認定)	☎45・2141
ルンビニ幼稚園(2・3号認定)	☎46・9775
きんかこども園(2・3号認定)	☎46・8747
事業所内保育所(地域枠)	
オリーブガーデン	☎59・4330

※認定こども園(1号認定)の入園申し込みは直接園にお申し込みください。

※府中幼稚園・府中保育所は令和2年4月1日の府中こども園移行に向けて申請中です。府中こども園(1号認定)は府中幼稚園にお申し込みください。

詳しくは、市こども課(☎44・5027)へ

ごみに関する作品入選発表

市では、環境衛生意識の高揚のため、市内の小・中学生を対象にごみに関する標語とポスターを募集し、ポスター141点、標語216点の応募がありました。各作品につきましては、リサイクルプラザ4階に令和2年8月末日まで展示しておりますので、ぜひご来館ください。(敬称略)

ポスターの部入選(小学生)



田中 希実(坂出小6)



福田 悠大(坂出小4)



末包 莞慈(加茂小6)



松岡 まとい(附属小6)

ポスターの部入選(中学生)

- 原岡 翔瑛(東部中1) 小林 璃奈(東部中2)
- 大河内 星那(東部中3) 伊瀬 大翔(東部中3)
- 田中 咲姫愛(東部中3)

標語の部入選(小学生)

- 伊賀 瑛玲(坂出小4) 菅原 旬(坂出小4)
- 石川 麗奈(東部小6) 内田 敦士(金山小5)
- 藤井 秀磨(金山小6) 小林 渚(林田小5)
- 山下 一翔(川津小4) 山内 創太(附属小5)

標語の部入選(中学生)

- 山中 咲来(坂出中1) 山内 彩子(坂出中2)
- 谷本 結衣(坂出中3) 館野 斗躍(東部中2)
- 井筒 令皇人(東部中2) 有田 歩生(東部中3)
- 香川 萌音(白峰中1) 末包 りいな(白峰中2)
- 瀬尾 光(白峰中3) 須鼻 泰生(瀬居中1)

詳しくは、リサイクルプラザ(☎44・2320)へ



中村 龍之介(林田小5)



寒川 汐莉(東部小6)



谷江 竜ノ助(東部小4)



上乃 香穂(加茂小4)



伊瀬 海翔(金山小6)



菊池 乗登(東部小4)

さかいで健幸まつり & 介護の日2019

詳しくは、
市けんこう課 ☎44・5006
市かいご課 ☎44・5091へ

11月16日(土) 10:00~12:30 (受付は12:00まで)

会場 市民ふれあい会館

ご自身やご家族、地域のかたみんなが、健やかに幸せに暮らせるために
楽しく学べるイベントです。

アンケート記入者には
万歩計をプレゼント☆

坂出のご当地体操がついに完成
9:30~
ころばんで体操 お披露目会
坂出リハ連携会が考えてくれた転倒
予防体操で介護予防に取り組もう！
まるちゃんと一緒に踊ろう！

2F

- ・体操コーナー
- ・さかいでオレンジかふえ
- ・まいにち健康チャレンジ
マイチャレかがわ
- ・1日3食まず野菜
- ・食事のバランスチェック
- ・みんなの広場



4F

- ・計測、相談コーナー
- ・骨密度測定
- ・自分のバランスの限界に挑戦！



3F

- ・歯科コーナー
- ・ホントに大丈夫!? 新型タバコ
- ・デンタルリンスを体験
- ・「自分でも作れるよ!! 朝ごはん」
活動報告
- ・おり紙でサンタを作ろう♪
- ・学校給食コーナー

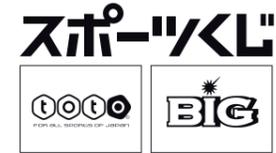
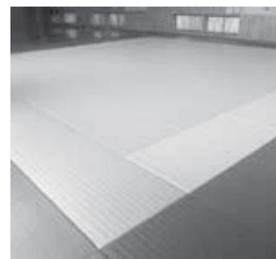
ライオンちゃんも
来場!



教育委員会委員に漆原氏
市教育委員会委員に漆原恵子氏(加茂町63歳)が9月28日付で任命されました。任期は令和5年9月27日までです。
詳しくは、市教育総務課 ☎44・5026へ

プレミアム付商品券の申請はお済みですか
市では、7月下旬にプレミアム付商品券の申請書を対象となる可能性のあるかたに送付しています。まだ申請されてないかたは支給要件をご確認のうえ、お早めに手続きをお願いします。
申請受付期限 11月29日(金)まで
詳しくは、市プレミアム付商品券発行事業実施本部 ☎85・7100へ

市民武道場柔道畳が新しくなりました
独立行政法人日本スポーツ振興センターの実施するスポーツ振興くじ(500)の助成を受け、市民武道場の柔道畳を張り替えました。



詳しくは、市生涯学習課 ☎44・5025へ

市営住宅入居者募集
募集期間 11月1日(金)~12日(火)
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	八十場南団地※	昭和48年度	1	2DK	9,500~10,700
	八十場西団地	昭和52年度	1	3K	12,800~21,100
	緑町団地	昭和60年度	1	3DK	17,300~33,300
	新林田団地	平成元年度	1	2DK	18,000~38,200
	常盤団地	平成3年度	1	3DK	21,400~42,200

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

入居資格

- ・市内に住所または勤務先を有して現に住居に困っているかた
 - ・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

人権を守る 坂出・綾歌ブロック集会および人権講演会

問 市人権課 ☎44・5008

日時 11月8日(金) 13:30~15:30(開場13:00)
場所 市立体育館 ※上履きをお持ちください。
※乗り合わせ等でのご来場をお願いします。

料金 無料(事前申込不要)
第1部 ブロック集会 13:30~14:00
第2部 人権講演会 14:00~15:30
講師 ロバート キャンベル氏
演題 「ちがいを持つ人々との
素敵な日々に向けて」



「ちがいを」を受け入れ、誰もが自分らしく、多様な生き方が尊重される社会のために必要なことについて、日本文学研究者であるロバート キャンベル氏に自身の経験を踏まえてお話いただきます。

中西進氏 講演会 万葉集講演 わたつみ(海神/海若)

問 市文化振興課 ☎44・5036

文化勲章受章者・中西進氏による、万葉集にまつわる講演会を開催します。

日時 11月25日(月) 13:30~14:30(開場13:00)
場所 万葉会館(沙弥島70番地1)

定員 先着250人(当日受付)
料金 無料
その他 坂出駅北口から万葉会館まで無料送迎バスを運行。(要事前申込、各便先着20人)
受付は11月1日(金)9:00より電話にて。



【往路】坂出駅北口 万葉会館 【復路】万葉会館 坂出駅北口
1便 12:00 ⇒ 12:20 1便 14:45 ⇒ 15:10
2便 12:50 ⇒ 13:10 2便 15:40 ⇒ 16:05

11月12日(火)~25日(月) 女性に対する暴力をなくす運動

問 市人権課 ☎44・5008

女性への暴力は、女性の人権を侵害するもので、決して許されません。ひとりで悩まず、ご相談ください。

- ・市こども課 ☎44・5027
- ・香川県警察本部警察総合相談センター
全国共通短縮ダイヤル(#9110)または ☎087・831・0110
※警察署でも相談できます。緊急の場合は110番へ
- ・香川県子ども女性相談センター ☎087・835・3211
- ・かがわ男女共同参画相談プラザ ☎087・832・3198
- ・性暴力被害者支援センター「オーブかがわ」 ☎087・802・5566



全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

日時 11月18日(月)~24日(日)
平日8:30~19:00 土・日10:00~17:00
相談先 全国共通ナビダイヤル ☎0570・070・810

第26回 坂出天狗マラソン大会参加者募集

問 同事務局(市産業課にぎわい室内) ☎44・5015

日時 令和2年2月9日(日)
15km 10:00スタート 5km 10:30スタート

コース 林田運動公園⇄大屋富町馬返し

参加料・参加資格
[15km] 4,000円/18歳以上 [5km] 3,000円/小学生以上
※小学生は保護者同伴(保護者は別途申込が必要)
※5kmの高校生以下の参加料は2,000円

定員 両コース合わせて1,300人程度(先着順)
申込方法

※11月22日(金)申込締切

①大会公式ホームページ

右記QRコードからアクセス

②RUNTES(インターネット)

https://runnet.jp/

③大会専用郵便振替用紙



健幸通信 Vol.31

「みかん狩りウォーキング」を開催します!! 問 市けんこう課 ☎44・5006

坂出市健康づくりをすすめる市民の会(身体活動・運動グループ)主催のウォーキングイベントを開催します。みんなでウォーキングとみかん狩りを楽しみましょう!ひとり2~3kgのみかんのお土産つきです(みかん狩り農園でお渡しします)。

日時 11月30日(土) 9:00~13:00 雨天の場合は中止

集合場所 坂出市役所

持ちもの タオル・飲み物・レジャーシート(必要なかた)・リュックサック(必要なかた)

コース 松山公民館 ~ みかん狩り農園~松山公民館(約5.5km)

※市役所から松山公民館までの往復はバスで移動

定員 30人(先着順)

料金 500円(小学生以上)

申込期間 11月1日(金)~15日(金)



くらしの情報



スポーツ

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。
11月11日(月)～22日(金)
※11月23日(祝)より通常どおり開館します。

第43回坂出マラソン大会

市生涯学習課(☎44・5025)

時 12月1日(日)午前7時50分～午後4時
場 番の州公園・番の州球場
対 小学生以上
内 ジュニア・中学生・一般タートルの部
定 1,000人(申込先着順)
申 11月15日(金)申込締切
他 当日午前8時～午後4時は、番の州公園全体に通行規制がかかります。

高松矯正展

高松刑務所(☎087・821・6119)

時 11月9日(土)午前9時～午後4時
10日(日)午前9時～午後3時
場 高松刑務所(高松市)
内 パネル展示・施設見学・作業製品展示
即売・地域住民によるステージイベント

みんなの天体観測会

附属坂出中学校(☎46・2695)

時 12月14日(土)午後7時～9時
場 同校理科室および屋上天体ドーム
対 天体観測に関心のあるかた
内 流星観測や望遠鏡で月・惑星などを観察
50人程度(家族での参加可)
料 無料
申 11月29日(金)までに電話にて(教頭まで)

講演・講座

働く女性の家「日講座ちぎり絵」(千支・子)
勤労福祉センター(☎46・2463)

時 11月23日(祝)午前9時30分～
場 勤労福祉センター
定 20人(申込先着順)
料 1,760円
申 11月1日(金)～8日(金)

坂出一高クリスマス料理講習会

坂出第一高校食物科(☎46・2157)

時 12月6日(金)午前8時50分～午後0時30分
場 坂出第一高校
定 20歳以上のかた30人

イベント

第104回さかいで楽市楽座十一月市

同実行委員会(☎46・2701)
時 11月17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。

ダンスで学ぼうシエイフアウトって何!? Withチームコスモス

さかいで子育て支援センター
まろっ子ひろば(☎35・8119)
時 11月6日(水)午前10時30分～11時30分
場 まろっ子ひろば2階子育てひろば
内 坂出市消防団女性分団「チームコスモス」と一緒にシエイフアウトを学ぼう!
料 無料(要予約)

五色台自然学校クリスマスリース作り

休暇村讃岐五色台(☎47・0231)
時 12月1日(日)午前8時50分～午後3時
場 五色台ビクターセンター集合
内 クリスマスリース作り、森の散策
定 40人
料 無料
申 11月28日(木)申込締切

紅葉ライトアップ

満濃池森林公園管理事務所(☎57・6520)
時 11月22日(金)～12月1日(日)日没後～午後9時
場 同公園ふれあいの森まんのう町)
料 入園料・駐車場無料

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(水)必着で郵便にて(〒762-0032坂出市駒止町2-1-13)

国際理解講座「アメリカのサンクスギビングデーの料理と文化を学ぶ」

坂出市国際交流協会事務局(☎44・5000)
時 11月28日(木)午前10時～午後1時
場 四国電力坂出事業所ふれあいサロン
定 24人(申込先着順)
料 1,000円(会員600円)
申 11月1日(金)から受付開始

正しく備える認知症講座

大橋記念図書館(☎45・6677、☎45・6678)
時 12月7日(土)午前10時～11時30分
場 大橋記念図書館
内 認知症サポーター出前講座、司法書士による相続・資産管理のおはなし
定 一般30人(先着順)
料 無料
申 11月6日(水)から図書館カウンターまたはFAXで申込受付

商品の海外展開をお考えの事業者様へ「EPA活用セミナー」入門編in坂出

県産業政策課(☎087・8332・3353)
シエトロ香川(☎087・851・9407)
時 11月18日(月)午後2時～4時30分
場 教育会館2階大会議室
定 30人程度
料 無料
申 11月15日(金)午後5時申込締切

みかん狩り体験と紅葉見学 for 在住外国人

坂出市国際交流協会事務局(☎44・5000)
時 11月24日(日)午前10時～午後3時
場 坂出市役所集合
内 みかん狩り、西行法師の道、白峯寺・根香寺散策
定 外国出身者やその家族 先着20人
料 1,000円
申 11月18日(月)申込締切

五色台体験教室「草木染め」

五色台ビクターセンター(☎47・2479)
時 12月7日(土)午前9時30分～正午
場 五色台ビクターセンタークラフトハウス
定 20人(小学生以下保護者同伴)
料 200円(保険料込・白布代別途)
申 11月1日(金)午前10時～23日(祝)午後4時

青少年の健全育成に関する優秀作品展

坂出市少年育成センター(☎46・2777)
時 11月20日(水)～25日(月)午前9時～午後6時(土日祝は午後4時まで、最終日は午後1時まで)
場 ギャラリーかもめ
内 市内小・中・高の児童・生徒による健全育成に関するポスター・標語作品の展示

司法書士総合相談センター定例相談会

香川県司法書士会(☎087・821・5701)
時 11月16日(土)午後1時～4時
場 丸亀市生涯学習センター
内 一般相談、法テラス相談、成年後見相談
料 30分無料(前日までに要予約)

募集・その他

11月はねんきん月間です

高松西年金事務所(☎087・822・2840)
時 11月27日(水)～29日(金)午前10時～午後6時
場 イオンモール高松(高松市)
内 年齢・遺族・障害年金等の相談、年金見込額の試算
※本人確認書類をお持ちください。

海難防止川柳コンテスト2019

第六管区海上保安本部(☎082・253・8475)
内 海難防止をテーマにした川柳を募集します。詳しくは「第六管区川柳」で検索。
申 11月30日(土)締切

陸上自衛隊高等工科学校生徒募集

自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)
●一般採用試験
時 (試験日)令和2年1月18日(土)
申 11月1日(金)～令和2年1月6日(月)
●推薦採用試験
時 (試験日)令和2年1月5日(日)または6日(月)
申 11月1日(金)～29日(金)
対 15歳以上17歳未満の男性

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 11月23日(祝)午後3時55分～(15分間)
ふるさと坂出

歌のおごっつお〜介護予防音楽療法

野方(☎090・7626・6807)
時 11月12日(火)午後1時30分～3時
場 中央公民館
定 25人(申込先着順)
料 500円
申 11月1日(金)～11日(月)電話にて
他 講師・認定音楽療法士野方國枝氏

第23回坂出市社会福祉大会

坂出市社会福祉協議会(☎46・5078)
時 11月22日(金)①式典：午前10時30分～11時40分、②講演：午後1時30分～3時
場 市民ふれあい会館
内 ②アーチエリーパラリンピックアスリート江口舞氏による講演
※一般参加は②のみ。(要事前申込)

坂出菊花同好会 作品展示

市産業課にぎわい室(☎44・5015)
時 開催中～11月20日(水)
場 坂出市役所中庭

佐藤勝彦先生講演会

中央公民館(☎46・2422)
時 12月1日(日)午前10時～11時30分
場 坂出ブランドホテル
内 坂出市出身の宇宙物理学者で東京大学名誉教授の佐藤勝彦氏による我々の住む宇宙の始まりについての講演
定 100人(先着順)
料 無料
他 中央公民館にて入場整理券を配布

11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	林田、高屋、神谷、青海	西庄、加茂、府中	森崎工業	大信総業	長尾環境設備
1～5日	小林水道 46-5977	多田羅水道 46-3053	長尾環境設備 46-33063	キトロ工業所 420126	大信総業 46-1530	長尾環境設備 46-3863	森崎工業 46-1371	大信総業 46-1530	長尾環境設備 46-3863
6～10日	中山住設 46-4427	藤沢住設 46-2192	長尾環境設備 46-33063	キトロ工業所 420126	大屋富工作所 47-0252	藤堂設備 48-2860	中條電機水道 46-4261	大屋富工作所 47-0252	藤堂設備 48-2860
11～15日	山田管工業 46-1894	ナニワヤ 46-5656	長尾環境設備 46-33063	キトロ工業所 420126	光産業 46-5096	昇栄水道 48-0358	旭電機水道 46-2898	光産業 46-5096	昇栄水道 48-0358
16～20日	小林水道 46-5977	田中水道 46-2807	長尾環境設備 46-33063	キトロ工業所 420126	十河電機水道 47-0328	高橋産業 46-4984	ニシオ 45-0051	十河電機水道 47-0328	高橋産業 46-4984
21～25日	中山住設 46-4427	中川設備機器 46-2901	長尾環境設備 46-33063	キトロ工業所 420126	ナカミ 47-0729	長尾環境設備 46-3863	鈴木設備商会 46-2021	ナカミ 47-0729	長尾環境設備 46-3863
26～月末	山田管工業 46-1894	山田水道 46-3794	長尾環境設備 46-33063	キトロ工業所 420126	大信総業 46-1530	藤堂設備 48-2860	高倉工業所 46-3057	大信総業 46-1530	藤堂設備 48-2860

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、池田、花、青葉、文京、富士見、瀬居、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南

納税	納期	納期限
固定資産税	5期	4期
国民健康保険税	5期	4期
介護保険料	5期	5期
後期高齢者医療保険料	5期	5期

納期限は、12月2日(用)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(インス)ストアでも納められます。



人権だより

みんなが幸せな社会をめざして



坂出小学校
6年 谷澤 夢梨乃さん

坂出小学校では、九月を人権月間として、「人を大切にすること」について全校生で考えて取り組んでいます。私が今年六年生として学んだことは二つあります。一つは社会科の歴史学習やハンセン病の学習のなかで、「差別」という絶対にあってはならないものを自分がなくすために何が必要かを考えたことです。人は「知らないこと」と「分らないこと」、「自分と違うと感じたこと」に対して、心の中で勝手にイメージをつくりあげてしまうことや、それをよく確かめせずに悪いと決めつけて相手を傷つけてしまうことがあるということに気付きました。だから私は相手を一人の人間としてしっかり見て、その人のよさを見つけて、間違った判断をなくすことを心がけたいです。

二つ目に私が学んだことは、相手のよいところをお互いに見つけ合う活動の中で、自分がよりよく成長をすることができるといことです。帰りの会で見つけた、友だちのよいところを紹介し合うことで、今まで見えていなかったその人のよさを知ったり、自分がみんなのために具体的に何をすればよいかに気付いたりすることができました。この人権月間に学んだことを生かして、自分自身の心を常にチェックし、これから新しく出会う人と幸せな人間関係を築ける力をつけていきます。

学園だより



今月レポート
してくれるのは
東部中学校
女子バレーボール部
部長 2年 濱本 一夏さん



東部中学校女子バレーボール部は、新チームとなり2年生3人、1年生6人で活動しています。ほとんどが初心者のため、基礎・基本を大切にみんなで声をかけ合いながら、技術の向上をめざして練習に取り組んでいます。

引退した3年生からは、技術はもちろん礼儀や態度など多くのことを学びました。その3年生に追いつけるよう、みんなで力を合わせて努力していきます。また、チームの課題である、『すばやい行動』と『大きな声』を克服し、周りの人から応援してもらえるチームになりたいと思います。

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	20日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44-5002)
人権相談	15日(金) 10:00~15:00	本庁舎2階 (☎44-5008)
定例農家相談	7日(木) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44-5013)
記帳指導相談 IT相談(随時) 労務相談 金融相談(随時) 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	20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 <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	
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	坂出市社会福祉協議会 福祉総合相談センター (☎45-1133)
社会保険労務士相談	第1・3(水) 9:30~12:00	
土地家屋調査士相談 (6・9・12・3月実施)	第2(水) 9:30~12:00	
成年後見制度相談	第2・4(金) 13:00~15:00	成年後見センター 坂出市社会福祉協議会内 (☎46-5038)
交通事故相談	毎週(水)・(木)・(金)* 8:30~17:00	交通相談所 勤労福祉センター内 (☎46-5511)
交通事故相談(弁護士相談日)	第1・4(木)(要予約) 9:00~12:00	<small>※相談日が変更となる場合あり。 *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。</small>
教育相談	毎週(月)~(金) 9:00~17:00	少年育成センター (☎46-2777)

挑戦! おもてなし英会話



東京オリンピック&パラリンピックまであと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、今こそ勇気をだして外国人とのコミュニケーションに挑戦しましょう。

外国のかたにも、日本の行楽の秋を楽しんでもらいたいですね。



When is the best time to go see the autumn leaves near here?

この辺で紅葉はいつが見ごろですか。

It's from mid-November to early December. The leaves turn red and yellow.



11月の中旬から12月初旬です。葉っぱが赤や黄色に色づきます。

紅葉は autumn leaves / fall leaves 等と表現されます。autumn はイギリス英語、fall はアメリカ英語ですが、アメリカでは両方使う人もいます。

minnano hiroba

みんなの広場

Szia!ハンガリー

ハンガリーのホストタウンとして、ハンガリーについて知識を深めましょう!!

Q ハンガリーはどこにある??

- ①アジア大陸
- ②ヨーロッパ大陸
- ③アフリカ大陸



シャーラさん

正解...②ヨーロッパ大陸

ハンガリーはヨーロッパの中央に位置しています。緯度は北海道と同じくらいなので、日本と同じように四季があります。日本とハンガリーの距離は約9,000kmで、日本からハンガリーに行くには飛行機で十数時間もかかります。

9月に来たカヌーチームのみなさんも長い時間をかけて坂出までやってきてくれたのですね!!



ホストタウンとは、東京2020大会を機に、地域の活性化等を推進するため大会参加国と地域との人的・経済的・文化的な相互交流を図る地方公共団体のことです。



広報クイズ

市内3つの病院を巡る
循環バス○ルート
実証実験運行が始まります

ヒント: 2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 11月11日(月)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 26(19人のご応募をいただきました。)

☎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
5日(火)
11日(月)
18日(月)
25日(月)
26日(火)～28日(木)
臨時休館
29日(金)



図書館司書 濱田さん

図書館通信 臨時休館のお知らせ

11月26日(火)～28日(木)の間、図書館システム更新および駐輪場工事に伴い臨時休館いたします。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

貸出 ランキング (平成31年3月～令和元年8月)	短歌の本
1 短歌ください 双子でも片方は泣く夜もある篇 穂村弘 著	3 今日放課後、短歌部へ! 千葉聡 著
2 図説百人一首 石井正己 著	4 しびれる短歌 東直子・穂村弘 著
	5 皇后美智子さまの御歌 皇后 著

Recommend 東直子さん講演会開催特集



歌集
回転ドアは、順番に
穂村弘・東直子 著 / 筑摩書房

短歌界注目の歌人ふたりによる恋愛問答歌。ある春の日に出会ったふたりの想いが、短歌と詩に紡ぎ出され、響きあい絡み合う。

小説
いとこの森の家
東直子 著 / ポプラ社

団地暮らしの加奈子は、山々に囲まれた小さな村に引っ越すことに。福岡・糸島を舞台に、深い森がはぐくんだ命の記憶を、瑞々しく描く物語。

エッセイ
七つ空、二つ水
東直子 著 / キノブックス

自身の歌や生活、過去の文人たちの歌や逸話など、著者の日常と文人の過去を行き来するようなエッセイ集。

図書館で遊ぼう!

2日(出) 英語よみかきせ	11:00～
◇ 子ども映画の会	14:00～
8日(金) 本のリサイクル八日市	10:00～
◇ 天体観望会	19:00～
9日(出) おはなし会	14:00～
12日(火) ゆりかごおはなし会	10:30～
13日(水) わらべうたであそぼう	10:30～
15日(金) 赤ちゃんタイム	9:00～
16日(出) おはなし会	11:00～
17日(日) 東直子氏講演会 (場所:市民ふれあい会館)	13:30～
23日(祝) 紙芝居の会	11:00～
24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日曜は除く)	14:00～
5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 読書週間企画展示「わたしの本棚」

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(金)	東 部
6日(水)	加 茂
7日(木)	川 津
8日(金)	附 属
12日(火)	府 中
13日(水)	瀬 居
14日(木)	金山・江尻
15日(金)	西 庄
19日(火)	松山・王越
20日(水)	林 田
21日(木)	府 中
22日(金)	松 山 小
26日(火)	島 しょ 部
27日(水)	東 部
28日(木)	坂 出 小

Gallery ☎44・5057

市民ギャラリーかもめ

●税の絵ハガキコンクール
11月1日(金)～7日(木)
初日は10:00～ 最終日は16:00まで

●防火作品展
11月8日(金)～14日(木)
初日は10:00～ 最終日は17:00まで

●青少年の健全育成に関する
優秀作品展
11月20日(水)～25日(月)
初日は9:00～ 最終日は13:00まで

●坂出市人権展覧会
11月26日(火)～12月2日(月)
初日は13:00～ 最終日は18:00まで

☎45・7110

開館時間 9:00～17:00 / 入館無料

第31回 MOA 美術館中讃児童作品展 坂出会場
会 期 11月9日(土)～10日(日)

第36回香川県高等学校総合文化祭写真展
会 期 11月13日(水)～17日(日) 初日は13:00～

Art Museum

市民美術館

募集

坂出市美術展覧会 出品作品募集

11月30日(土)～12月8日(日)開催の
第57回坂出市美術展覧会への出品作品を募集します!

- 会 場** 市民美術館
- 募集作品** 絵画・彫刻・美術工芸・書・写真等
- 対 象** 市内在住・在学・在勤のかた
- 作品搬入日** 11月23日(祝)・24日(日)
問合先:中央公民館 (☎46・2422)

PHOTO

親子二代

坂出商業高校 1年 上野 智広さん



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!

防災

はっすの vol.89

歩

災害時の体験をしてみたいけれども、長時間は大変! そんなかたに、夜だけ災害時の体験をして、災害対応を学ぶ「サバイバルナイト」を紹介します。せっかく準備した非常食が賞味期限切れになったり、非常グッズの使い方を知らないのはもったいないですよね。非常時に備蓄しているものを活用し、災害時にライフラインが復旧するまでのサバイバル方法を実践してみましょう。

今夜は「サバイバルナイト」

- STOP! 電気**
 - ・電気代わりにランタンで生活する。
 - ・テレビがわりにラジオを使う。
 - ・スマホをモバイルバッテリーのみで充電する。
- STOP! ガス**
 - ・カセットコンロで調理する。
 - ・お風呂の代わりに、洗い流さないシャンプーや体拭きシートを使う。
- STOP! 水道**
 - ・賞味期限の近い保存水を使う。
 - ・食器の上にラップを引いたり、割りばしを使うなどして、洗い物を出さない工夫をする。
 - ・洋式便座にゴミ袋を2重にし、凝固剤を使って固める簡易トイレを使う。

※このサバイバル方法は一例です。

サバイバルナイトを通して、備蓄場所を再確認したり、用意しておく便利なものを発見でき、災害時の生活イメージを持つことができます。秋の夜長、家族で休みの日の夜を活用して、災害対応を学ぶ「防災」をしてみませんか?

問合先▷市職員課危機監理室(☎44・5023)

さかいで131おとめ隊*
猪熊 理恵(都市整備課)

*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。

防災ひとくちメモ 今月の放送は 6日・20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

「歯の着色汚れ」、 気になりませんか?

ライオン(株)オーラルケアマイスター
平野 正徳 さん

色素沈着(ステイン)の原因とは

ライオンの調査(2018年)では、10～60代女性の76%が「自分の歯の白さを気にする」と答えました。歯に蓄積した着色汚れ(ステイン)は、タバコのヤニのほかに、コーヒーやお茶類、赤ワイン、カレーなど色の濃い飲食物に含まれる色素などが主な原因です。それらを食べたあと、早めに歯をみがければ良いですが、すぐに歯をみがけないときは、水などですすいで、お口に残さないようにするとよいでしょう。



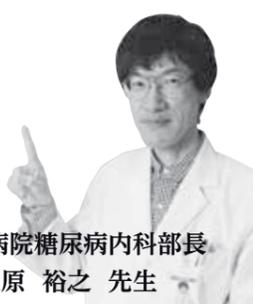
特に強くこびりついてしまった着色汚れは、家庭でのブラッシングだけで落とすのは難しいので、歯科医院で歯石とともにクリーニングしてもらうことをおすすめします。

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

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)

食べた後すぐ走ると横腹が痛くなります



市立病院糖尿病内科部長 大工原 裕之 先生

口から飲み込んだ食べ物や飲み物が一時的に貯まる場所が胃です。成人の胃の容積は1,200〜1,400ミリリットルですが、最大に拡張すると2,000〜2,400ミリリットルにまで達します。胃の中で食べ物を消化するのに要する時間は、ご飯で1〜1.5時間、肉、ゆで卵で2〜3.5時間、焼き魚で1.5〜2時間など食べ物によります。飲み込んだ食べ物の全てが十二指腸に行き、胃が空になるには4〜5時間かかります。

食後すぐに走ったり運動すると、胃が上下左右、前後に揺さぶられて動きます。もともと胃は入口と出口が固定されていますが、その他の部分は固定が緩やかになっています。食後すぐに、胃の中にまだ食べ物がいっぱい残っている状態で走ると、重みで胃が下に引っ張られて、お腹の痛みの原因になります。

また、食事の時間が十分取れない時や急いでいる時に早食いをすると、食べ物といっしょに無意識のうち空気を飲み込んでしまい、空気で胃が余計に膨れます。炭酸飲料などを飲み過ぎると胃腸の中にガスがたまって、胃だけでなく腸管も膨らんだ状態になります。これも走って揺さぶられるとお腹の痛みの原因になります。

したがって、運動前には食べ過ぎにならないよう、消化の良いものをよく噛んで、胃腸の負担を軽くしてあげましょう。

Q お肉やお魚を食べてもらえず、困っています。(1歳児のママ)

A これから身体を大きくしていかなければならない子どもたちには欠かせない栄養素、たんぱく質を多く含む食品ですね。お肉やお魚以外にも卵や豆腐などの大豆製品にも同じようにたんぱく質が含まれており、身体をつくるものになる栄養素です。

食べにくさの原因として、食品の硬さや水分量の少なさが考えられます。繊維を断つように小さく刻んだり、汁物に入れたりしてみましょう。ハンバーグのようなひき肉は硬さや繊維は感じにくいですが、パサパサとして水分が少なければ、飲み込みづらく、苦手としやすいです。とろっとしたソースやあんをかけて水分をプラスしてあげましょう。

また、食事の環境や食具の小さな変化で食べるきっかけとなります。お友達と一緒に食べる機会を設けたり、大人用の食器を使ってみるのもいいでしょう。

せっかく用意した食事を食べてもらえないのはさみしいですが、少しでも食べられたという経験を重ねることを目標に、少しずつ変化をつけてみましょう。(市こども課)

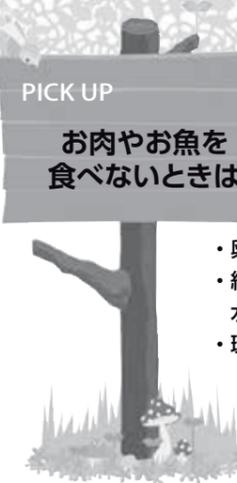
Child Care

子育てのお悩み相談室

PICK UP

お肉やお魚を食べないときは

- ・卵や大豆製品をとる
- ・細かく刻んだり、水分を増やす
- ・環境や食器を変えてみる



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	5日(火) 13:15〜14:45	2019年7月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	21日(木) 13:15〜14:45	2018年5月生まれ
2歳児相談	14日(木) 9:30〜11:00	2017年11月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	7日(木) 13:15〜14:45	2017年4・5月生まれ
3歳児健康診査	28日(木) 13:15〜14:45	2016年4月生まれ
離乳食講習	12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	19日(火) 13:30〜15:00	生後3ヵ月〜1歳児とその家族
ババママ学級(要予約)	10日(日) 10:00〜11:30 13:30〜15:30	妊婦のかたと家族
もくもく書いっしょ(要予約)	22日(金) 10:00〜11:30	1歳未満のおさんと家族
ベビーマッサージ(要予約)	18日(月) 10:00〜11:30	1歳未満のおさんと家族 ※場所：中央公民館和室2

相談・献血

市けんこう課 (☎44・5006)

場所

栄養相談 (要予約)	18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)	13日(水) 14:00〜17:00	地域保健センター
こども相談 (要予約)	15日(金) 9:00〜11:00 13:30〜15:30	地域保健センター 発達や育児に不安のあるかた
ことばの相談 (要予約)	14日(木) 13:30〜15:30	地域保健センター 言葉の遅れや発音が気になるかた

休日当番院

医療Netさぬぎ(☎0120・979・199)

3日(祝)	国重まこと医院 笠指町(☎46・5501)内・小 西山脳神経外科病院 加茂町(☎48・3366)内・外
4日(月)	三木内科胃腸科医院 宮下町(☎46・3658)内 赤沢病院 府中町(☎48・3200)内・小 みのりクリニック 駒止町(☎59・0082)外
10日(日)	回生病院 室町(☎46・1011)内・小・外
17日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131)内・小・外
23日(金)	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 くわはら医院 宇多津町(☎49・3200)外
24日(土)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195)内・小・外

健康教室

● 実技 □ 講話
前回と場所が変更になっています。

東大浜緑地公園(14:00〜15:30)※集合場所:坂出市民武道場 ☎			
1日(金)	● Hop Step ウォーキング①	尾島 健康運動指導士	A
22日(金)	● Hop Step ウォーキング②	尾島 健康運動指導士	A
市民ふれあい会館 ☎			
1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(木)	9:30〜1.5h ● 肩こり解消体操	池田 健康運動指導士	B
13日(水)	10:00〜1h ● 子育て世代のためのyoga教室(既見は要予約)	福岡 ヨガ講師	A
14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
15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
20日(水)	14:00〜1.5h □ 備えあれば憂いなし〜認知症について知ろう〜	医 師	B
27日(水)	15:00〜1h ● 子育て世代のためのyoga教室(既見は要予約)	福岡 ヨガ講師	A
28日(木)	14:00〜1.5h ● 肩こり解消体操	田中 健康運動指導士	B
勤労福祉センター(9:30〜11:00)※21日は14:00〜15:30 ☎			
1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
13日(水)	● 男性はつらつ教室	渡里 健康運動指導士	B
21日(木)※	● 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日は16:00〜17:00 ☎			
12日(火)※	□ 前立腺癌について	泌尿器科部長 林田 有史	C
13日(水)	□ 糖尿病教室「さまざまな働きをする神経」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	C
27日(水)	□ 放射線検査のすすめ	放射線科技師 小林 弘治	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)

まる通信

さかいでまる基金にご寄付をいただきました!

株式会社 白峯工業 さま
ありがとうございます。



※さかいでまる基金は、TEAMさかいでまろが、これからの坂出市を担う子どもたちに、より坂出市に馴染みをもってもらうため、ノベルティグッズの配布やPRイベント等の実施に活用します。

Information ~まろのスケジュール帳~

11/1(金) 10:00頃
イオン坂出店親子交通安全教室
@イオン坂出店

11/2(土) 11:15頃
坂出市友愛のつどい
@こころの医療センター五色台ブルミエ

11/3(祝) 13:00頃
ふるさとの親子まつり
@瀬戸大橋記念公園芝生広場

11/9(土) 13:00頃
生涯学習フェスタ2019
@勤労福祉センター

11/16(土) 9:30頃
転倒予防体操お披露目会および
介護予防サポーター表彰式
@市民ふれあい会館

11/17(日) 11:00頃
楽市楽座 @JR坂出駅前

※最新のまろの予定は、市ホームページ「まろの部屋」で見てください。

香風園 観月会



中秋の名月に合わせて香風園観月会が開催され、来場者はライトアップされた会場にて、期間中日替わりで行われた邦楽や吹奏楽などの演奏会を楽しみました。また入口には、市内在住の彫刻作家さとうゆうじさんの作品が展示され、多くの人を惹き付けていました。



防災&王越自然観察キャンプ



交流の里 おうごしで、わくわく!さかいでっこ探検隊「防災&王越自然観察キャンプ」が開催されました。参加した子どもたちは、王越の豊かな自然や星空を観察したり、防災食やダンボールハウス作りを通して防災についても学びを深めました。



2組の夫婦をパネリストに招き、ワーク・ライブ・バランスを考える「男女共同参画シンポジウム」が開催されました。



「第54回さかいで大橋まつり」フォトコンテストの表彰式が行われました。(グランプリ:「坂出の輝き」中川 浩司さん(高松市))

投稿写真 募集中!

アイドル(平成30年5~7月生まれのお子さま)・ペット・キャラ弁・自慢の逸品のお写真を募集しています。
記入事項:住所・氏名(ペットの名前)・生年月日・連絡先・コメント(24文字以内)
※メールでも投稿していただけます。his yokohou@city.sakaide.lg.jp
■詳しくは、市秘書広報課(☎44・5000)へ

ハンガリーカヌースプリント事前合宿2019

ハンガリーカヌースプリントチームが「東京2020テストイベント」に合わせて、府中湖カヌー競技場で6日間のトレーニングを行いました。地元の学生が選手らと交流したり、コーチや選手の皆さんから指導を受けたりする機会も設けられ、とても貴重な経験となりました。



シンプルで 斬新な 音楽 人形演劇



「勘緑さん&木偶舎」の公演が万葉会館で行われました。今回は作家で作詞家の高橋 久美子さんや作曲家の平本正宏さんと音楽人形がコラボした音楽人形演劇「老人と宇宙少年」が上演され、より親しみやすい心温まる作品を楽しむことができました。



全国高校総体結果報告会



全国高校総体カヌー競技(坂出工業高校)
C-1 第1位:池口 黎於さん、K-2 第2位:蒲生 斎樹さん、角 裕二郎さん、K-4 第3位:松本 仁心さん、蒲生 斎樹さん、角 裕二郎さん、池田 健人さん、WK-1 第3位:福田 りんさん、WK-2 第3位:福田 りんさん、三島 唯郁さん
学校対抗 男子総合1位、女子総合3位

マリンドーム・フラフェスタ



にぎわい創出事業として「マリンドーム・フラフェスタ2019 in さかいで」が開催されました。瀬戸大橋をバックに、県内外から集まった10グループがフラダンスを披露。来場者はゆったりと楽しいひと時を過ごしていました。

ヤドン マンホール出現!



「うどん県PR団」ヤドンをデザインした世界に一枚のオリジナルマンホールふたがポケモンから県内16市町に寄贈されました。坂出市のマンホールは瀬戸大橋をモチーフにした鮮やかなデザインで、坂出駅南口に設置しています。

©2019 Pokémon. ©1995-2019 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.

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「池田商店」。明治29年の創業以来、地域のかたに長く愛されている福江町の駄菓子屋さんです。周辺には、近くの金山からとれる「サヌカイト」を石垣に用いた家が多く建ち並んでいます。



PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE

坂出市

検索

DATA

10月1日現在 ()内は前月比
人口 51,196人(27)
男 24,497人(10)
女 26,699人(17)
世帯 21,519世帯(34)

(9月)
出生 26人(0)
死亡 67人(0)
転入 179人(66)
転出 111人(-24)
交通事故 28件(死者0人)
救急 287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
市の花木・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**
S z i a / ハンガリー
市内高校写真部作品 **6**
9 -9-



2月9日開催
坂出天狗マラソンランナー募集
-9-

ころばんで体操お披露目！
さかいで健幸まつり&介護の日
-8-

市立幼稚園・保育施設等
令和2年度新入園(所)見募集
-7-

今年は中央地区で開催
防災訓練に参加しましょう
-5-

紅葉と歴史を楽しむ
秋のまち歩き特集



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)