

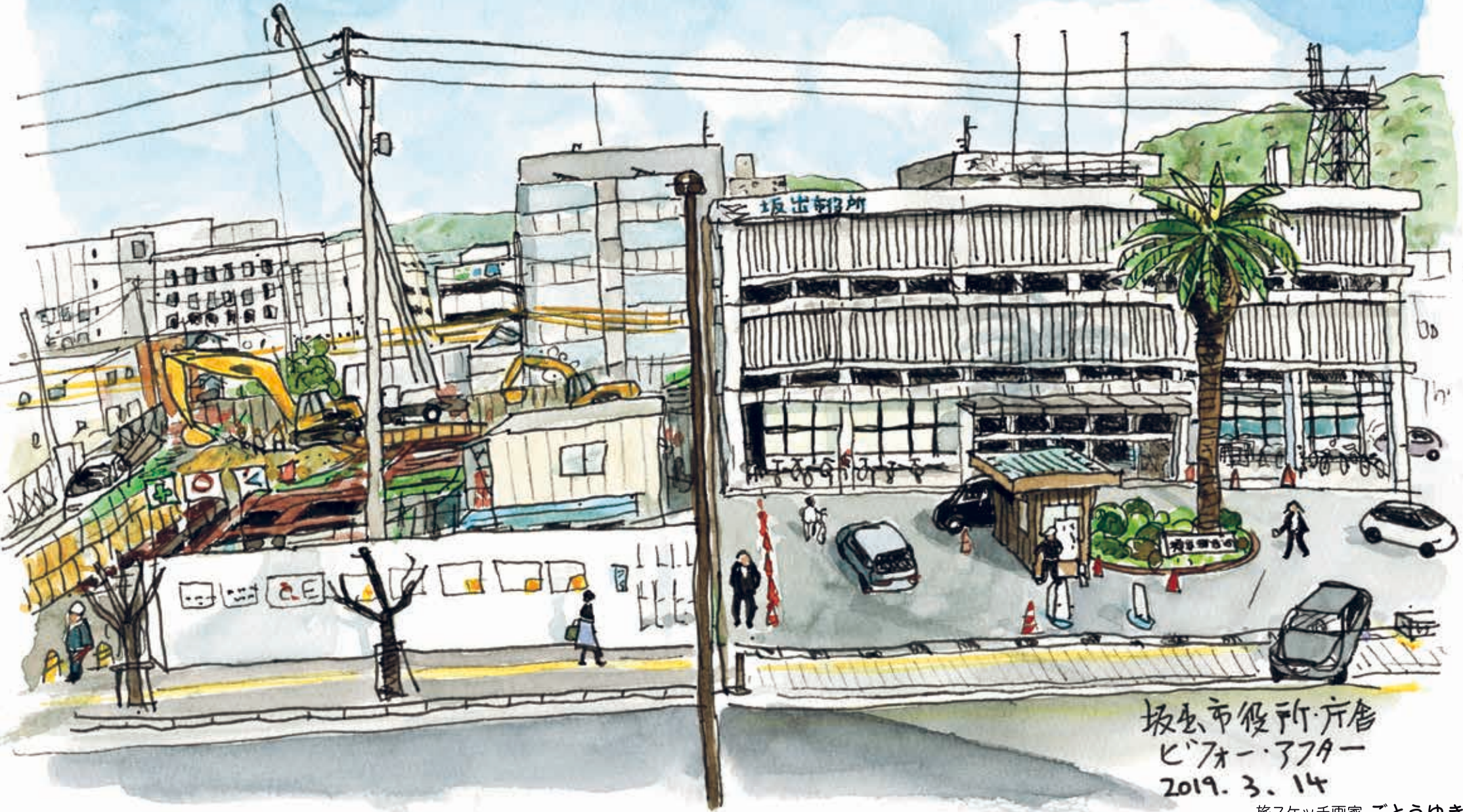
広報

さかいで

2020
(令和2年)

1

No.1354





成人式のご案内

問 市生涯学習課 ☎44・5025

1月12日(日) 市立体育館

今年、成人式を迎えるのは、平成11年4月2日から平成12年4月1日までに生まれたかたがたです。坂出市では、男性243人、女性238人が晴れて大人の仲間入りをします。

13:30～ 記念式典 (12:30～ 受付)

14:00～ はたちの祭典「繋ぐ～平成から令和へ～」

※スライド上映、抽選会あり(新成人代表企画)

※祭典終了後、中学校区ごとに記念撮影を行います。



※ 駐車場は数に限りがありますので、公共交通機関等をご利用ください。また、会場内は暖房設備が整っていませんので、なるべく暖かい服装でおこしください。

※ 案内状をお持ちでないかたも参加できます。なお、会場への一般のかたの入場はご遠慮ください。



新成人からのメッセージ



林田地区
伊藤 和哉 さん

成人式への想い

成人式を迎えるにあたり、改めて私たちがたくさんの人に支えられているということが分かりました。支えてくれた人たちのためにも立派な成人式にしたいです。また、これまでとは違う新たな会場での式になるため、私たち新成人代表12人のメンバーで知恵を出し合い、より良い成人式を作り上げていきたいです。



加茂地区
松本 彩那 さん

成人式を迎えて

本日、成人式を迎えられたことを大変嬉しく思います。今までの20年間を振り返ると、いろいろなことがあったように思います。その中でも、中学校、高校、大学と環境が変わっていく中で、たくさんの人と出会えたことに、本当に感謝しています。また、今年から新しい会場となったため、市立体育館にある限られた設備の中で企画を考えなければなりませんでしたが、新成人代表のみなんで意見を出し合い、話し合いを何度も重ねることは、とても大変でしたが、私にとって良い経験になりました。最後に、20歳を機に大人として自覚や責任感を持って過ごしたいと思います。



市長 綾 宏

明けましておめでとうございます。市民の皆さまがたにおかれましては、令和初となる新春を健やかに迎えのこ
とと謹んでお慶び申し上げます。
また、日ごろから市政の運営に對しまして、格別のご理
解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。
さて、昨年、本市は坂出創生に向けた基礎固めの年とな
りました。
まず、都市計画に関する基本的な方針を示す「坂出市都
市計画マスタープラン」と、コンパクトシティ形成を推進
するための「坂出市立地適正化計画」、そして、坂出港の
競争力向上と、利用しやすい港づくりを推進し、坂出港の
振興・発展に資する「坂出ニューポートプラン」を策定す
ることにより、本市の目指すべき将来像を明らかにいたし
ました。
また、国の文化審議会により、讃岐国府跡の一部を国の
史跡に指定するよう答申が出されたことから、讃岐国府跡
保存活用検討会の意見を基に、古代寺院跡の「開法寺跡」
も含め、歴史的遺産の積極的な保存活用の検討を開始いた
しました。
さらに、これまで進めてまいりました「健幸(けんこ
う)のまちづくり」においては、ラジオ体操広場の開設や
健康遊具の設置をはじめ、市民の皆さまが主体的な健康づ
くりに取り組めるよう、市内全域26コースのウォーキング
マップ(健幸マップ)を作成いたしました。
そして、ついに今年にはオリンピックイヤーを迎え、本市
はカヌー強豪国ハンガリーカヌースプリントチームの事前
合宿を受け入れます。
本市としては、こうした機運をさらなる地域発展の好機
ととらえ、今後はより一層地勢を活かし、市民との共働で
魅力を進化させる都市へと築き上げてまいれる所存です。
市民の皆さまにおかれましては、今後も、市政運営に對
し、より一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し
上げ、年頭の挨拶といたします。



坂出市議会議長
村井 孝彦

令和2年の年頭にあたりまして、謹んで新春のお慶びを
申し上げます。
また、市民の皆さまには市議会に對し深いご理解を賜
り、心から感謝申し上げます。
昨年は、瀬戸内国際芸術祭2019が開催され、県内外
からたくさんのかたにご来場いただきました。地域とのつ
ながりやふるさとの素晴らしさ、また市民と共に創りあげ
た感動と絆を、市民の皆さまと分かち合い、にぎわいの創
出に貢献するものとなりました。
また、改元が行われ、多くの国民が期待と希望に胸を膨
らませた新たな時代が始まりました。令和という元号には、
典拠となった万葉集に描かれている、厳しい寒さの後に春
の訪れを告げ、見事に咲き誇る梅の花のように、一人一人
の日本人があすへの希望とともに、それぞれの花を大きく
咲かせることができる日本でありたいとの願いが込められ
ています。
さて、迎えました本年は、東京2020オリンピック・
パラリンピックの年であり、大会への期待や機運の高まり
を感じています。しかしながら、少子高齢化や人口減少な
ど取り組むべき課題も山積しております。これらの課題に
向き合い、市議会としての責務を再認識し、市政発展のた
め取り組んでまいれる所存です。
市議会では、議会報告会や各常任委員会と各種団体との
意見交換会を通して、引き続き、より多くの市民の皆さま
のご意見を市政に反映できるよう努めてまいります。
どうか本年が皆さまにとりまして、よい年になりますよ
う心からご祈念申し上げ年頭の挨拶とさせていただきます。

市長	綾 宏
副市長	加藤 悟史
教育長	國重 英二
議長	村井 孝彦
副議長	楠井 常夫
市議會議員	植原 泰
	丸岡 豊和
	脇 芳美
	東原 章
	鳥飼 年幸
	山条 真嗣
	寒川 佳枝
	若杉 輝久
	若谷 修治
	齊藤 義明
	大藤 匡文
	野角 満昭
	茨 智仁
	吉田 耕一
	前川 昌也
	植原 敬介
(議席順)	大前 寛乘



マイナンバーカードを作ってみませんか？

問 市民課 ☎44-5005

■カード作成をお手伝いします

マイナンバーカードの申請を希望されるかたに、タブレット端末を利用して申請に必要な顔写真の撮影を行い、職員がオンライン申請のお手伝いをします。なお、オンライン申請には事前予約が必要です。

- 受付時間 9:00~16:00 (平日)
※1月22日以降の日時を事前予約してください。
- 受付場所 市民課1番窓口
- 対象者 市内に住民登録があるかた
※必ず申請者ご本人が来庁してください。
※15歳未満のかたは法定代理人の同行が必要。

●持参するもの

- ・マイナンバー通知カード
- ・本人確認書類
運転免許証やパスポートなど顔写真付きの公的身分証明書を1点、または健康保険証・介護保険被保険者証・年金手帳・年金証書・社員証などから2点

■休日に交付事務の受付をします

平日に来庁できないかたを対象に、2月以降、第2日曜日の午前中にマイナンバーカードの交付を行います。マイナンバーカードの受け取りに来るかたは、事前の予約をお願いします。

- 交付時間 9:00~12:00
(2月以降の第2日曜日)
※平日9:00~17:00にお電話で予約を受付します。



- 受付場所 市民課1番窓口
- 取扱業務 マイナンバーカードの交付等
※必ず申請者ご本人が来庁してください。
※15歳未満のかたは法定代理人の同行が必要。
※各種証明書の発行や住所変更の受付はできません。

●持参するもの

- ・個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書 (ハガキ)
- ・マイナンバー通知カード
- ・本人確認書類
- ・住民基本台帳カード (持っているかた)

詳しくは、市青少年育成センター(☎46・2777)へ



西山 遙稀 (松山小4年)



平田 理菜 (附属中3年)



喜瀬 裕成 (坂出商1年)

- 作文の部 106点
- 田中 美祐 坂出小4年
 - 齊藤 文咲 附属小4年
 - 國重 惺 川津小6年
 - 沖田 絢音 瀬居中2年
 - 古川 智晴 白峰中3年
 - 丸山 頌一朗 附属中3年
 - 三野 希音 坂一高1年
 - 三木 愛華 東部中2年
 - 寒川 千春 東部中3年
 - 大喜多 楽都 西庄小6年
 - 山内 創太 附属小5年
 - 橋本 香永 松山小4年
 - 小川 依茉莉 林田小4年
 - 相坂 美琴 東部小1年

- ポストの部 160点
- 武井 璃玖斗 加茂小2年
 - 森 勇人 坂出小4年
 - 山中 恋 東部小4年
 - 三野 愛佳 林田小6年
 - 溝淵 友聖 東部中1年
 - 森 真 東部中3年
 - 池田 那緒 瀬居中3年
 - 松岡 璃空 附属中3年

市青少年育成センターでは「秋の青少年健全育成強調月間」の事業の一環として、市内の小・中・高等学校を対象に、青少年の健全育成に関するポスター・作文・標語を募集しました。応募総数は618点です。ご協力ありがとうございました。(敬称略)

青少年の健全育成に関する優秀作品入賞者特選作品の発表

さかいでブランドに 新商品を認定

問 市産業課 ☎44-5012

【あのゆりこさんシリーズ】

農家の猪熊由利子さん手作りの優しいおいしさのお菓子です。坂出三金時をはじめとする地元の食材を使用しており、素材そのものの味が生きています。子どもからお年寄りまで幅広い年齢層のかたに喜ばれる逸品です。ぜひ一度ご賞味ください！



あのゆりこさんのおせんべい



金時にんじん食パン



金時みかん大福

すずめのお宿
☎43-7799

坂出市規格葬儀利用料金を 2月1日より改定します

問 市生活課 ☎46-4503

坂出市規格葬儀は消費税5%であった平成24年7月1日からAプラン10万円、Bプラン5万円(各税込)の料金で始まりまして。その後、消費税は平成26年4月1日に8%に、令和元年10月1日に10%となりましたが、税込みの料金は据え置きのままであり、増税分は規格葬儀取扱店が負担しておりました。

今後も規格葬儀を継続するため、令和2年2月1日告別式執行分からAプラン10万円、Bプラン5万円とも税別の料金に改定させていただきますのでご理解ください。

料金	仕様
Aプラン 100,000円 (税別)	祭壇(3段)・祭壇の飾りつけ・幕一式 お棺(布団および枕等含む) 霊柩車(自宅等から火葬場) 位牌(白木)・骨壺(金欄骨袋付) 仏衣(特上箱入・白数珠付) 印刷物一式(香典帳・買物帳・その他案内) 一般焼香台・焼香具・経机
Bプラン 50,000円 (税別)	Aプランのうち、 祭壇(3段)・祭壇の飾りつけ・幕一式を除く

※寝台車(病院等から自宅)、納棺、受付、司会、ドライアイス、会葬品、礼状などは上表に含まれないものとして別途料金の支払いが必要です。

観光スキルアップ塾 「体験型観光と 民泊で地域を元気に」

問 市産業課にぎわい室 ☎44-5015

多くの外国人観光客が訪れている体験型宿泊施設「UDON HOUSE」を運営する原田佳南子氏から、地域資源を活かした観光拠点創造の取り組みについて、また、父母ヶ浜で「宗一郎珈琲」を経営し、地域の魅力を発信している今川宗一郎氏に、観光客と地域の人々との関係について伺います。



講師：原田佳南子 講師：今川宗一郎

- 日時 1月19日(日) 14:00~16:00
- 会場 市民ふれあい会館2階
- 定員 100人
- 参加費 無料(事前申込不要)
- 駐車場 旧坂出市立病院駐車場

消防出初式

問 市消防本部庶務課 ☎46-0119

消防団・職員の士気高揚を図るとともに、市民の火災予防に対する認識を一層深めるために消防出初式を開催します。

- 日時 1月12日(日) 10:00~11:30
- 会場 林田町 雲井橋下綾川河川敷
- ※雨天の場合は白峰中学校体育館で式典のみ行います。
- 参加者 消防団員・職員、番の州地区特別防災協議会、婦人防火クラブ、幼少年消防クラブなどの消防関係者約650人、車両約65台、子ども消防車
- 内容 分列行進、優良消防団員等の表彰、祝賀放水
※特別演技として、林田分団ポンプ車操法(香川県消防操法大会出場)



坂出税務署からのお知らせ

問 坂出税務署 ☎46・3131

税務署の確定申告会場は、2月17日（月）開設！

所在地 坂出市京町二丁目6番27号 坂出合同庁舎1階（坂出税務署）

開設期間 2月17日（月）から3月16日（月）まで（土、日曜日を除く。）

受付時間 8：30～16：00まで【相談開始は9：00から】

※ 会場の混雑状況により、16：00前であっても受付を終了させていただく場合があります。

ご注意 ① 申告相談会場の開設期間前は、申告相談を行っておりません。

申告相談を希望されるかたは、2月17日（月）以降にお越しください。

② 駐車場が大変混雑しますので、極力、公共交通機関をご利用ください。

※ 税務署は大変混雑し、長時間お待ちいただくことが予想されます。ご自宅で申告書が作成できる国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を是非ご利用ください。

なお、スマートフォンでも所得税の確定申告書が作成できます！

スマホではじめるスマート申告！

申告書の作成はこちらから！



【スマホで便利に確定申告】

- いつでもどこでも、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で簡単に申告書が作成できます。
- 作成した申告書データはそのままe-Taxを利用して送信できるほか、印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。

※1 スマホからe-Taxをする場合は、マイナンバーカードかID・パスワードが必要となります。

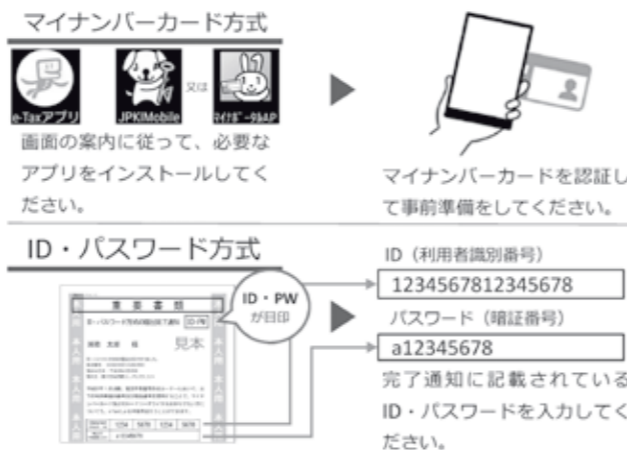
※2 ID・パスワードは、税務署で即日発行します（申告されるご本人が運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。）

※3 マイナンバーカードを使ってe-Taxをする場合は、スマートフォンがマイナンバーカードの読み取りに対応している必要があります（詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。）

【「スマホ専用画面」で更に使いやすく】

- 令和2年1月から、スマートフォンで申告する場合に表示される「スマホ専用画面」の利用対象範囲が大幅に拡大されます。

- 給与所得のあるかたで、医療費控除や寄付金控除の申告をされるかたはもちろん、年金所得などの雑所得や一時所得のあるかたも利用できるようになります。



市・県民税 所得税



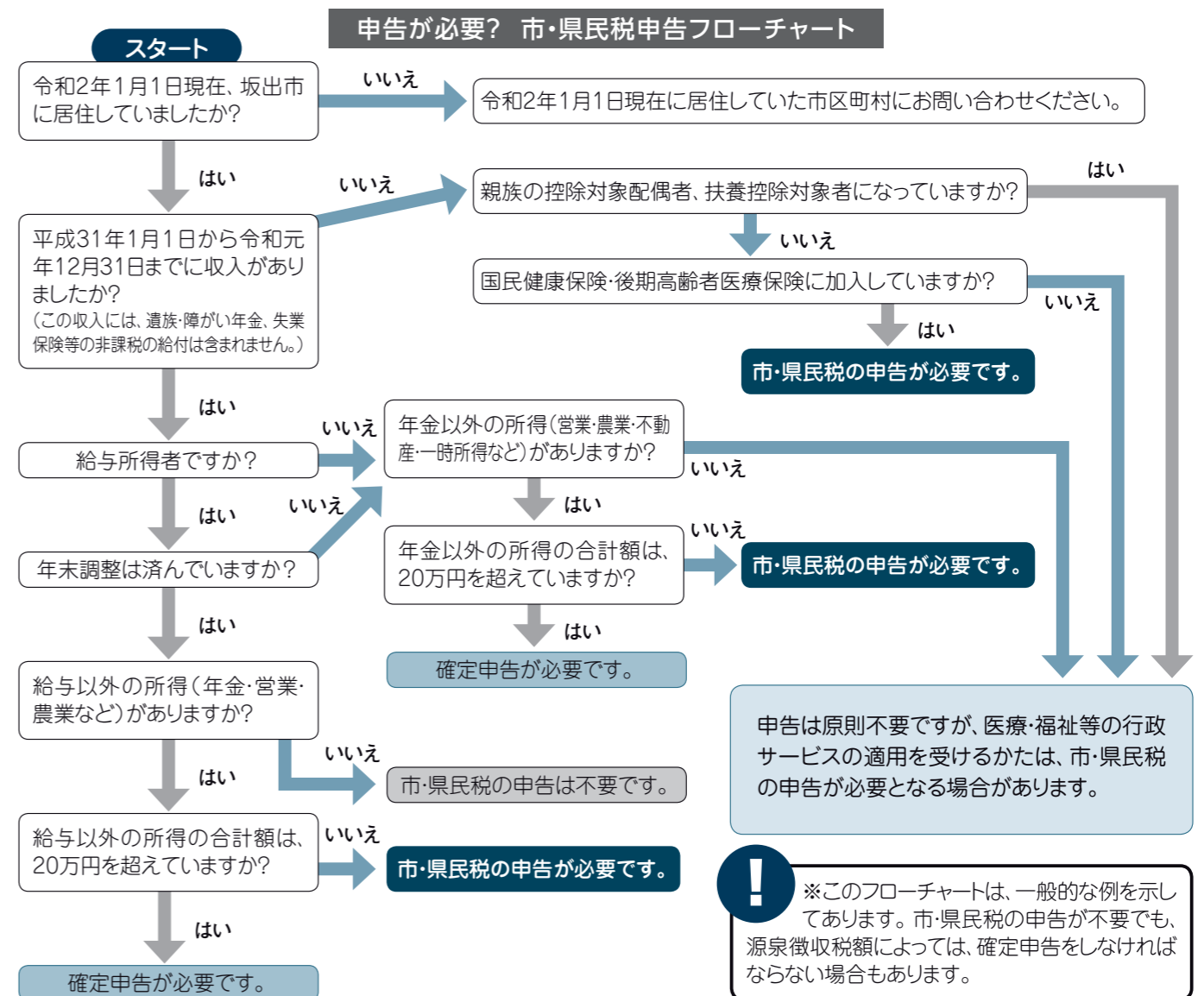
の申告がはじまります

申告準備はお早めに！

問 市税務課 ☎44・5004

市・県民税の申告は、令和2年度の市・県民税（個人住民税）を算定するための基礎資料となります。申告が必要と思われるかたには1月末頃に申告相談の案内はがきを送付しますので申告に必要な資料は、お早めに準備しておいてください。また、案内はがきを送付していないかたも、所得課税証明書を発行する場合や、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の算定資料等に必要となりますので、下記のフローチャートを参考に必要な手続きをしてください。

〈申告相談日〉 2月17日（月）～3月16日（月）※日程や会場等の詳細は、2月号広報に掲載します。



申告は原則不要ですが、医療・福祉等の行政サービスの適用を受けるかたは、市・県民税の申告が必要となる場合があります。

※このフローチャートは、一般的な例を示してあります。市・県民税の申告が不要でも、源泉徴収税額によっては、確定申告をしなければならない場合もあります。

公的年金等に係る確定申告不要制度について

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ、公的年金等以外の所得金額が20万円以下である場合は、所得税の確定申告をする必要がありません（所得税の還付を受ける場合は必要です）。ただし、市・県民税において生命保険料控除や医療費控除などの各種控除を受けようとする場合や、公的年金等に係る雑所得以外の所得がある場合は、市・県民税の申告が必要です。

おめでと〜ございませす

厚生労働大臣表彰



佐藤 融司 氏
駒止二
市福祉事務所
嘱託医

令和元年度

明るい選挙啓発ポスター展

子どもたちが政治や選挙に関心を持ち、選挙が明るく正しく行われるよう呼びかける明るい選挙啓発ポスター展を開催します。



日時 1月21日(火)〜26日(日)
午前9時〜午後9時

場所 イオン坂出店1階セントラルコート

展示作品 県審査入選作品 約180点

および坂出市応募作品 約180点
詳しくは、市選挙管理委員会事務局
(☎44・50020)へ

有効期間は1年間です 入札参加申請の追加受付について

市が令和2年度中に発注する建設工事、測量・建設コンサルタント業務等およびそれ以外の契約(物品供給など)に係る指名競争入札に参加されるかたを受け付けますので、入札参加資格審査申請書を提出してください。
なお、中間年は紙の申請のみです。かがわ電子入札システムの入力には本市が行います。



受付期間 1月27日(月)〜2月7日(金)
受付方法 郵送または持参
受付場所 市総務課

※申請要領、電算入力票、市指定様式は、市ホームページの手続き案内からダウンロードできます。
詳しくは、市総務課(☎44・5002)へ

「国の教育ローン」(日本政策金融公庫)のご案内

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さま1人につき350万円以内を、固定金利(年1.66%) (令和元年11月1日現在)で利用でき、在学期間内は利息のみのご返済とすることができます。
詳しくは、教育ローンコールセンター
(☎0570・008656)または
(☎03・5321・8656)へ

小・中学校へ入学する児童・生徒を 持つ保護者のかたへ

●就学援助制度について
経済的な理由で小・中学校への就学が困難であると認められるときは、学校で必要となる費用の一部を援助する制度があります。
新入学生については入学周知案内文書に資料を同封しています。

入学予定の学校で手続きしてください。
詳しくは、市学校教育課
(☎44・5024)へ

学校給食用物資の納入登録業者募集

学校給食用物資の納入を希望する業者は、次のとおり登録業者申請用紙を提出してください。なお、現在の登録業者についても更新が必要となります。
受付期間 1月7日(火)〜31日(金)
午前9時〜午後4時(土・日・祝日除く)
受付場所 (公財)坂出市学校給食会事務所
※登録業者申請用紙は、受付窓口へ準備付けています。
詳しくは、(公財)坂出市学校給食会
(☎46・5748)へ

1月10日は110番の日

110番通報は警察への緊急電話です。緊急の事件・事故の場合には、落ち着いてすぐに110番してください。緊急の対応を必要とする各種相談などは、警察相談専用電話(☎9110)をご利用ください。
詳しくは、坂出警察署(☎46・0110)へ

2020年農林業センサスにご協力ください

農林水産省では、2月1日現在で、全国一斉に「2020年農林業センサス」を実施します。この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために、5年ごとに実施される極めて大切な調査です。
1月中旬から調査員が農林業を営んでいる世帯や会社等を訪問して聞き取りを行い、調査対象となるかどうかを確認します。調査対象となった世帯や会社等には調査票の記入を依頼しますので、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・5001)へ

香川県の最低賃金

件名	時間額	効力発生日
香川県最低賃金 すべての労働者(臨時、パート、アルバイトなどを含む)	818円	令和元年10月1日
冷凍調理食品製造業	819円	令和元年12月15日
はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業	940円	令和元年12月15日
船舶製造・修理業、船用機関製造業	953円	令和元年12月15日
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	883円	令和元年12月15日

詳しくは、香川労働局賃金室
(☎0877・811・8919)へ

SOMPO BALL GAME FESTA ボールゲームフェスタ in 坂出

問 市生涯学習課 ☎44・5025

日時 1月25日(土)
場所 市立体育館(入船町2-1-59)
●ボールであそぼう 9:00~11:30(8:30~受付)
ご自宅でも気軽に実施できるような、いろいろなあそびをお子さんと一緒に楽しみましょう!
対象 年中~小学2年生と保護者・引率者 60組120人
●キッズチャレンジ 13:00~17:00(12:30~受付)
バレーボール・ラグビー・ハンドボール・バスケットボールの4競技を順番にチャレンジして、ボールゲームを楽しく体験しよう!
対象 小学3~6年生 120人
ゲスト 塚原 直貴 氏
(元陸上競技日本代表)
講師 4競技それぞれ元日本代表などのトップアスリート



新春(初詣)ウォーク

問 みんなでスポーツさかいで事務局 ☎45・6670

新春のウォーキングを開催します。一緒に初詣へ行ってみませんか。
日時 1月26日(日)
9:00~12:00(8:40~受付)
集合場所 川津出張所
内容 8km程度のウォーキング
川津出張所→黒岩天満宮→三谷寺→川津出張所
定員 40人(申込先着順)
参加料 300円(保険料等)
申込 1月17日(金)
申込締切



まちあるき 城山城址と氷結の滝

問 市観光案内所 ☎45・1122

極寒の城山城址を郷土史家と歩きます。少し下れば目を見張る15mの氷結の滝。意外性の感動をお楽しみください。
日時 2月2日(日) 8:50集合
※雨天中止
集合場所 市観光案内所(JR坂出駅構内)
定員 20人
参加料 2,000円(昼食付)
対象 小学生以上
※小学生の参加は保護者の同伴が必要
時間/距離 約4時間/約3km
(健脚コース)
※気温・天候により滝が凍結していない場合もあります。



~府中ダム&崇徳上皇ゆかりの地巡り~ 早春の里山ハイキング

問 みんなでスポーツさかいで事務局 ☎45・6670

普段はあまり見ることのない府中ダム内部の見学と崇徳上皇ゆかりの地を巡ります。
日時 2月1日(土)
9:00~12:00(8:40~受付)
集合場所 城山神社
内容 4km程度のウォーキング
城山神社→府中ダム→開法寺跡→崇徳上皇ゆかりの地→城山神社
定員 40人(申込先着順)
参加料 300円(保険料等)
申込 1月28日(火)
申込締切



健康通信 Vol.33

人は口から衰える!? 気を付けよう「オーラルフレイル」

問 市けんこう課 ☎44・5006

「フレイル」とは、高齢になり筋力や認知機能など心身の活力が低下した状態をいいますが、筋力などの身体機能の低下より先に、社会参加など他者との交流が減ったり、口の機能が衰える「オーラルフレイル」から始まります。

~「オーラルフレイル」につながる 些細な変化を見逃さないで~

- ①むせたり食べこぼしが増え、柔らかいものばかりを食べていないか。
- ②滑舌が悪くなったり、口が乾いて口臭が気になるようになっていないか。
- ③かかりつけ歯科医を持ち、定期的にお口の中をチェックしているか。

以上のことに気を付けて、健康長寿をめざしましょう。
※「オーラルフレイル」に早く気付くためにも歯科検診は重要です。歯科検診については、回ページをご覧ください。



くらしの 情報



イベント

五色台自然楽校く小正月の行事体験

休暇村讃岐五色台 ☎47・0231

時 2月2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

場 五色台ビジターセンター前集合

内 冬の森歩き、森作り体験

定 40人(申込先着順)

料 無料

申 1月30日(木)申込締切

災害！そのときあなたはin坂出

坂出市手をつなぐ育成会 ☎46・5078

時 2月11日(祝)午前10時～正午
勤労福祉センター

場 勤労福祉センター

内 基調説明・ワークショップ

料 無料

申 1月31日(金)までに坂出市社会福祉協議会 ☎46・5078 に電話にて。

医療事務・調剤事務のお仕事をめざしませんか

アクセス ☎22・0121

時 3月3日(火)～6月2日(火)
午前9時30分～午後4時10分

場 アクセス(丸亀市)

定 15人

料 無料(テキスト代別途)

申 事前にハローワークに相談し1月31日(金)までに申込書を持参または郵送

剪定教室(松)とお庭の管理方法教室

満濃池森林公園管理事務所 ☎57・6520

時 1月19日(日)午前8時30分～正午
午後1時30分～5時

場 同公園 森林学習展示館(まんのう町)

定 各30人(申込先着順)

料 無料

申 1月5日(日)～8日(水)

第3回市民公開セミナー

香川労災病院 ☎23・3111

時 1月25日(土)午後2時～3時30分
丸亀市生涯学習センター

場 丸亀市生涯学習センター

内 ①B型肝炎の制御、②C型肝炎の撲滅

他 講師：①同病院 出口 章広 部長
②香川大学 正木 勉 教授

健康教室「笑いヨガで新年を健やかに」

四国医療専門学校 ☎41・2345

時 1月16日(木)午後2時～3時30分

場 同校附属鍼灸治療院・接骨院(宇多津町)

料 無料

外国人住民のための防災訓練

坂出市国際交流協会事務局 ☎44・5000

時 2月2日(日)午前10時～午後3時30分
勤労福祉センター

場 勤労福祉センター

内 非常食の試食、起震車体験、災害への備えや日本語を学ぶなど

定 外国人出身者30人(申込先着順)

料 無料

申 1月20日(月)申込締切

第106回さかいで楽市楽座初市

同実行委員会 ☎46・2701

時 1月19日(日)午前9時～午後2時

場 駅前およびその周辺

他 ※出店者やパフォーマンス披露希望者も随時募集中。

プレミアム&赤ちゃんひろば

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16日(木)午前10時30分、午後1時30分
②1月31日(金)午前10時30分、午後1時30分
まろっ子ひろば2階

場 まろっ子ひろば2階

対 保護者と就園前の子ども(0～3歳や妊婦さん)

内 ①ふれあいあそび・ママ体操
②定型アート

料 無料

高齢者や障がい者のあんしん相談会

香川県社会福祉協議会 ☎087・861・8883

時 1月18日(土)午後1時30分～4時30分

場 サンポートホール高松(高松市)

料 無料

募集・その他



危険物取扱者試験(第3回)

市消防本部 ☎46・0119

時 (試験日)2月29日(土)乙種第4類
3月1日(日)甲種・丙種・乙種(第4類以外)

場 香川大学創造工学部(高松市)

申 書面申請：1月14日(火)～23日(木)
電子申請：1月11日(土)～20日(月)

「満タン&灯油プラス1缶」運動にご協力を

香川県石油商業組合 ☎087・833・9665

東日本大震災などの経験を踏まえ、3月31日まで「満タン&灯油プラス1缶」運動に取り組んでいます。日頃から「車のタンクは満タン」、「灯油は1缶余裕を持って保管」を習慣づけ、大規模災害に備えましょう。

相続登記はお済みですか月間 司法書士無料相談会

香川県司法書士会 ☎087・821・5701

時 2月1日(土)午前10時～午後3時

場 中央公民館

内 相続相談(登記、遺産分割、遺言)など

料 無料(申込不要)

春休み海外研修交流事業参加者募集

国際青少年研修協会 ☎03・6417・9721

時 3月25日(水)～4月5日(日)※

場 英国・豪州・カナダ・サイパン等

対 小学3年生～高校3年生※

申 1月31日(金)申込締切

※コースにより異なります

社会人学校見学会

香川短期大学 ☎49・8035

時 1月11日(土)午前10時30分～11時30分

場 香川短期大学(宇多津町)

対 介護福祉士等の資格取得を目指すかた

他 社会人優遇制度があります

歌のおごっこ〜介護予防音楽療法〜

野方 ☎090・7626・6807

時 1月14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 1月4日(土)～13日(祝)電話にて

他 講師：認定音楽療法士野方國枝氏

五色台体験教室

令和2年の干支(子)をつくらう!

五色台ビジターセンター ☎47・2479、☎47・2048

時 1月13日(祝)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(小学生以下保護者同伴)

料 1人200円(保険料込)＋1セット6000円

申 1月4日(土)午後4時申込締切

他 1月11日(土)から2月9日(日)まで「かがわの冬鳥展」を開催。

シアタータンク2019

四国学院大学 S-I P A ☎62・2324

時 1月23日(木)～25日(土)

場 四国学院大学(善通寺市)

内 教員と学生が創作した作品の上演

予備自衛官補募集

自衛隊丸亀地域事務所 ☎23・6420

時 (試験日)4月18日(土)～22日(水)

対 18歳以上34歳未満(技能公募は例外あり)

申 1月6日(月)～4月10日(金)

石綿による健康被害を受けたかたのご遺族のみなさんへ

香川労働局労災補償課 ☎087・811・8921

石綿健康被害が原因で業務上死亡した場合、遺族補償給付の請求権が5年の時効で消滅していても、特別により令和4年3月27日まで特別遺族給付金の請求ができます。

パソコンなどのサポート契約

香川県消費生活センター ☎087・833・0999

「量販店でパソコンを購入した際、勧められるままに長期サポートサービスを契約。後日、解約を申し出たら高額な違約金を請求された」という相談。契約すると、一方的に解約できないのが原則です。特に長期間にわたる契約は、長く続けられるか・支払期間や支払総額・中途解約の可否や違約金の条件などに注意が必要です。契約する場合は、渡された書類には必ず目を通し、理解した上で契約しましょう。

善意の贈り物

大橋記念図書館へ

児童図書(50万円相当)

株式会社たまや

講座・セミナー

ガーデンセミナー「バラの冬剪定(実習)」

坂出緑地管理事務所 ☎45・6820、☎43・5213

時 1月26日(日)①午前9時30分～11時45分
②午後1時30分～3時45分

場 番の州公園管理事務所

定 ①各20人

料 500円

申 郵便、FAXまたはメールで申込受付中。

古文書講座

坂出市史編さん所 ☎44・4044

時 1月11日(土)・2月1日(土)・3月7日(土)午後2時～

場 勤労福祉センター

香川大学サテライトセミナー

市政策課 ☎44・5001

時 1月15日(水)午前10時～11時30分

場 市民ふれあい会館

内 地域の災害特性を知ろう

料 無料(申込不要)

他 講師：創造工学部教授長谷川修一氏

放送大学2020年度1学期生募集

同大学香川学習センター ☎087・877・9877

テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)

申 3月17日(火)申込締切

1月の水道当番店

石黒島小与島 権与 ナカトミ 47・0729

区域	大池、小山、川津	その他	京、久米、江津、笠指、旭、福江、福江	林田、高屋、大屋、神谷、青海	西庄、加茂、府中	王越	石黒島小与島 権与
4～5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	長尾環境設備 46-3863	キトロ工業所 42・0126	ナカトミ 47・0729
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	藤堂設備 48-2860		
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	昇栄水道 48-0358		
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	高橋産業 46-4984		
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	長尾環境設備 46-3863		
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	藤堂設備 48-2860		

その他=元、本、寿、白金、御街所、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



じんけん愛坊の 人権だより



附属坂出中学校
3年 竹下 結万さん

日本パラリンピアンズ協会
会長 河合 純 先生の話聞いて

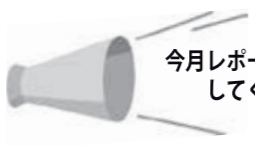
私が今回の講演で最も心に残ったのは「共生社会」という言葉です。障がい個人側の側にあるのではなく、社会によってうみだされているということに、はっとさせられました。

私は今まで障がいと自分は無関係だと思っていました。しかし「社会」に原因がある障がいは自分が行動を起こすことでなくすことができるようになりました。

個性をいかしつつも共に生きることのできる社会の実現のために、自分にもできることがある、そして障がいや障がいの者のかたがたに関心を持ち、さまざまなことを知るべきである。それらのことがこの講演を通じてわかったことは、私にとって大きな転機となると思います。

また今回の講演を通して、あまり関心の無かった障がい者スポーツに興味をもつことができ、また努力できるのは今しかないということを学ぶことができました。

学園だより



今月レポート 附属坂出中学校 文芸部
してくれるのは 3年 山下 京香さん



私たち文芸部は、小説を書いたり、百人一首をしたりして活動をしています。書いた小説は、毎年、学校で開かれる文化祭で販売しています。また、百人一首は、短歌に込められた意味や日本語の美しさなどを考えたり、感じとったりしながら競技かるたをするなど楽しく行っています。私は主に百人一首の方を活動していますが、歌を詠んだ人が見た風景や、思ったことなどが感じとれるようになり、和歌がとても好きになりました。

私は文芸部の活動をとおして、「言葉」は難しいけれど、さまざまな思いが込められるとても大切で、美しいものだと感じました。小説を書く時も言葉を上手に使うことは難しいし、百人一首で言葉を読み取ることも難しいです。でも、それができれば、おもしろい文章を作ることができるし、作者の伝えたい思いを理解することもできます。普段何気なく使われている言葉には、大きな意味があると感じました。これからもたくさんの方の言葉を知って、大事に使っていきたいと思います。

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	15日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	15日(水) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	7日(火) 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	15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2・4(木)(要予約) 9:00~12:00	<small>※相談日が変更となる場合があります。 *第4(金)9:00~15:00は うたづ安全安心ステーションで 出張相談を実施。</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半年。訪日外国人の波はますます地方にも！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。

今月は、初詣の慣習を知ってもらいましょう。



What do you do when you visit a shrine or a temple in the New Year?
お正月に神社やお寺に初詣に行って、何をしますか。

We make a wish for the New Year. We also buy Omamori lucky charms and draw fortune-telling slips.



新年の願いをします。そしてお守りを買ったり、おみくじを引いたりします。

外国のかたにとって、神社などにつるされている絵馬(wishing board)も興味深いようで、その意味を聞かれることがあります。People write down their prayers and wishes on an ema wishing board. (祈り事や願い事を絵馬に書きます。)と説明してあげられるといいですね。

minnana hiroba

みんなの広場

スイア 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！！

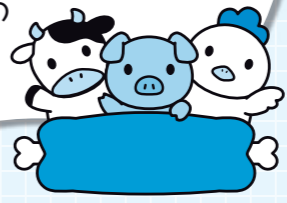
Q ハンガリーで年末年始に食べると幸福になると言われる食べ物は何でしょう？

- ①魚 ②鶏肉 ③豚肉



ガブリエツラさん

正解…③豚肉
ハンガリーでは、豚は運を振り当てる生き物とされ、年末年始に豚肉を食べると幸福になるという言い伝えがあります。他にも、「レンズ豆」を食べるとお金がたまると言われていて、逆に、魚や鶏肉は運を他のところに運んでしまうと考えられているので、年末年始にはあまり食べられません。ちなみに、ハンガリーの学校は大体12/23~1/2が休みですが、社会人の多くは12/31と1/1の2日間しか休みがないので旅行をする人は少ないです。



広報クイズ

現在の坂出市役所庁舎は
昭和〇年に竣工しました

ヒント：裏表紙

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 1月14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 マイナンバー(18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

- 1日(祝)～4日(土)
- 6日(月)
- 14日(火)
- 20日(月)
- 27日(月)
- 31日(金)

PHOTO

栄輝

坂出高校 2年 伊勢 麻菜果さん



市内の高校写真部より毎月とおきの1枚が届きます。来月は坂出商業高校！

Recommend

幼児向け



巨大空港

鎌田 歩 作 / 福音館書店

朝早くから人でにぎわう巨大空港。集まってくるのは人だけではありません。荷物もたくさんやってきて、世界中に運ばれます。そして、夜になると…

Recommend

小学校・中学校から



54字の物語 史

氏田 雄介・西村 創 著 / PHP 研究所

9マス×6行の54字につづられた超短編小説シリーズ第4弾。縄文土器、聖徳太子など小・中学校で学習する史実と人物を空想を交えて物語る。

Recommend

一般向け



無意味のススメ

川崎 昌平 著 / 春秋社

情報、数字、言葉であふれる現代社会。「それ、意味あるの?」とふと疑問に思ったら、「無意味」を受け入れるトレーニング。



防災

はっすの

vol.91

歩

大地震に備える。
家具を固定しましょう



さかいで131おとめ隊*
宮本 晶子(監査委員事務局) 問合せ▷市職員課危機監理室(☎44・5023)
*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 8日・22日(水)pm0:07～、7:07～(FM SUN 76.1Mhz)

阪神・淡路大震災では、死者数は6,434人におよび、うち80%以上が家屋の倒壊や家具等の転倒による圧迫死でした。

『自分の命、安全を自分で守る』ために、必ず家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておきましょう。

■安全空間の確保 (家具類の配置・レイアウトなどを工夫する)

- ・寝ている場所、よくいる場所(ダイニング・キッチン・子ども部屋等)、避難経路(出入口付近・廊下・階段等)の妨げとなる場所にはなるべく家具を置かない。
- ・家具や家電製品が倒れる方向を考えてレイアウトを変更する。
- ・家具類の上に、落下すると危険なものは置かない。
- ・重いものを下の方に収納し、倒れにくくする。

■家具類を固定する

- ・原則は、L型金具等で壁下地(柱・間柱・胴縁等)にネジで固定する。それが難しければ、ポール式器具(つっぱり棒等)とストッパーないしマット式器具を組み合わせるとよい。冷蔵庫も忘れずに!
- ・最近では、さまざまな固定器具が販売されています。ぜひ、各ご家庭で検討し実施してください。

避難生活も心配ですが、まずは揺れから命を守ること、ケガをしないことが大切です。一度、職場や自宅を点検しておきましょう。

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信



「かんで食べる」でいつまでも健やかに



ライオン(株)オーラルケアマイスター 平野 正徳 さん

健康な歯は健康なからだ作りの柱

自分の歯が多く残っていると、歳をとってもしっかりとかんで食べることができ、健康のために必要な栄養をとりやすくなります。また、よくかむことで脳に流れる血液の量が増え、良い刺激を与えてくれるとも言われています。

〈よくかめるようにお口の健康を守る4つのポイント〉

- ①日頃のセルフケア
普段の歯磨きに加えて歯間ブラシやデンタルフロスを使う
- ②歯医者さんでのプロフェッショナルケア
年2～3回の定期健診でむし歯や歯周病のチェックや歯石除去を行う
- ③入れ歯のケア
入れ歯の周りの歯や歯ぐきの健康のため、入れ歯を清潔に保つ
- ④良い生活習慣
栄養バランスの良い食事や適度な運動、十分な睡眠を心がける



いつまでも元気であるには、「かんで食べること」がとても大切です。

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

図書館で遊ぼう!

7日(火)	ゆりかごおはなし会	10:30～
8日(水)	本のリサイクル八日市	10:00～
◇	わらべうたであそぼう	10:30～
11日(土)	英語よみかきせ	11:00～
◇	おはなし会	14:00～
17日(金)	赤ちゃんタイム	9:00～
18日(土)	おはなし会	11:00～
25日(木)	紙芝居の会	11:00～
26日(金)	読書会 biblurv	10:00～
毎週(木)	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～
7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 絵手紙サークル「かもめ」さんによる絵手紙の展示

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
7日(火)	府 中
8日(水)	加 茂
9日(木)	川 津
10日(金)	東 部
15日(水)	瀬 居
16日(木)	金山・江尻
17日(金)	附 属
21日(火)	松山・王越
22日(水)	林 田
23日(木)	府 中
24日(金)	西 庄
28日(火)	島しよ部
29日(水)	東 部
30日(木)	坂 出

図書館通信

ビジネス書を寄贈いただきました。
公益社団法人坂出法人会さまより寄贈いただいたビジネス書の特集コーナーに展示しています。あなたのお仕事にお役立てください。

貸出ランキング	絵本
1 もったいないばあさんのてんごくといごくのはなし 真珠まりこ 作	3 ノンタンぶらんこのせて キヨノ サチコ 作
2 かいじゅうたちのいるところ モーリス センダック 作	4 100万回生きたねこ 佐野 洋子 作
5 つまんないつまんない ヨシタケ シンスケ 作	

Gallery

☎44・5057

市民ギャラリーかもめ

令和元年度 交通安全意識高揚に関するポスター作品展

1月9日(木)～15日(水)
初日は9:00～
最終日は13:00まで



☎45・7110

開館時間 9:00～17:00 / 入館無料

新春のロビー展 『伝統の意匠美・西陣織』展

新天皇の即位にちなみ、西陣織と皇室とのゆかりを解説し、西陣織の色や柄に込められた歴史を織物で魅せます。
会 期 1月7日(火)～19日(日) (14日(火)は休館)

第49回 幼児画展

「みて！みて！ ぼくの絵、わたしの絵」

市内13保育所の全児童(0歳～5歳児)が感動や思いを絵画にした作品展
会 期 1月24日(金)～26日(日) 最終日は15:30まで



Art Museum

市民美術館



おこやみ

11月1日～30日

(ご遺族の申込みにより掲載しています)



市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生

『毎日がスベシヤル』

「歳をとると、体のあちこちにガタがきて嫌になるよ」と思うかもしれませんが、「長年こき使ってきた体だから、多少ガタがきても仕方ないよ。おかげで病院でいろいろな検査を受けて、大難を小難で済ますことができるというもんだ」とちよっと無理して前向きに受け止めてみてはどうでしょうか。

日常生活のちょっとした場面や会話についても、マイナス思考をプラス思考に修正する癖をつけてみませんか。面白いもので、プラス思考の癖をつけていくと、気分が明るくなるのが自覚できます。お天気の日もあれば、雨の日もあるし、嵐や悪いことがいつまでも続くはずはないのです。

竹内まりやさんの『毎日がスベシヤル』という曲があります。憂鬱なことがあっても、朝目覚めた時に息をしているだけでどんなにか幸せなこと。人生は心の持ち方でどうにでもなること。みんな平等に歳をとっていくから、平凡な一日が実はすごく大切なこと。そんな内容の曲です。

物の見方、考え方をちよっと変えるだけで、毎日が活き活きしてきます。「元気で毎日が過ごせるだけで十分なんだよね。」このコラムを読んでくださる市民のみなさんへの応援として、新年を迎え、明るく前向きに過ごしていきたいものです。

Q 子どもの学校での様子が心配で「今日、学校で嫌なことはなかった?」といつも聞くのですが、何も話してくれません。どうすればよいのでしょうか? (小学校4年生の母より)

A 小学校中学年になると、親のことをうっとうしく感じる時期があります。そういうときは、話してくれなくても、無理強いをするのではなく我慢して待つ必要があります。でも、少し考えてみてください。「学校で嫌なことはなかった?」と聞くのは心配する親心からですが、聞かれた子どもは、そこで「嫌なこと」はなかったらどうかと一生懸命思い出そうとします。でも、嫌なことを思い出すのは心の苦痛を伴います。だから、一度乗り越えている嫌なことをもう一度思い出さなくてはならないから、話すのを躊躇するのだとは考えられないでしょうか。「嫌なことはなかった?」と聞くよりも、「今日、楽しかったことを教えて!」と声をかける方が、子どもは笑顔で嬉しそうに話してくれると思います。嬉しかったことを一緒に喜んでくれる親を嫌う子どもはいません。子どもの立場に立って声かけをするようにしていただけたらいいのではないのでしょうか。(市学校教育課)

Child Care

子育てのお悩み相談室

PICK UP

どんな声かけ
していますか

- ①無理強いをせずに
- ②まずは、子どもが笑顔で話せる話題から
- ③子どもの立場に立って声かけを

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	7日(火) 13:15~14:45	2019年9月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	16日(木) 13:15~14:45	2018年7月生まれ
2歳児相談	9日(木) 9:30~11:00	2018年1月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	15日(水) 13:15~14:45	2017年6・7月生まれ
3歳児健康診査	23日(木) 13:15~14:45	2016年6月生まれ
離乳食講習 ※場所：四国電力坂出事業所 ふれあいサロン	14日(火) 13:00~14:30	生後4~5ヵ月児とその家族
子育てサークル	21日(火) 13:30~15:00	生後3ヵ月~1歳児とその家族
パパママ学級(要予約)	12日(日) 10:00~11:30 13:30~15:30	妊婦のかたと家族

相談・献血

市けんこう課 (☎44・5006)

場 所

栄養相談 要予約	20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	8日(水) 14:00~17:00	地域保健センター
こども相談 要予約	発達や育児に不安のあるかた	
	17日(金) 9:00~11:00	地域保健センター
	13:30~15:30	
ことばの相談 要予約	言葉の遅れや発音が気になるかた	
	9日(木) 13:30~15:30	地域保健センター

集団がん検診(要予約)

市けんこう課(☎44・5006)

胃がん検診

13日(祝)	8:30~	地域保健センター
29日(水)	8:30~	地域保健センター

無料歯周疾患検診は受けましたか?

対象年齢：40・50・60・65・70・75・80歳

検診実施医療機関：委託医療機関

持参物：令和元年に送付した受診券

【問合先】

40~70歳のかた：市けんこう課 (☎44・5006)

75・80歳のかた：香川県後期高齢者医療広域連合事務局 (☎087・811・1866)

※オーラルフレイルについて、健幸通信 (p9) をご覧ください。

無料検診対象者

対象者	受診期限
40歳 S54.4.2~S55.4.1生	1/31(金)
50歳 S44.4.2~S45.4.1生	
60歳 S34.4.2~S35.4.1生	
65歳 S29.4.2~S30.4.1生	
70歳 S24.4.2~S25.4.1生	
75歳 S18.4.2~S19.4.1生	2/29(土)
80歳 S13.4.2~S14.4.1生	

休日当番院

医療Netさめぎ(☎0120・979・199)

1日(祝)	北條クリニック 江尻町(☎46・2201)内 西山脳神経外科病院 加茂町(☎48・3366)内・外
2日(木)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131)内・小・外
3日(金)	吉田内科医院 元町(☎44・1020)内 国重まこと医院 笠指町(☎46・5501)内・小 くわはら医院 宇多津町(☎49・3200)外
5日(日)	小林内科胃腸科医院 富士見町(☎45・9595)内 上里医院 江尻町(☎45・8111)内 高尾医院 元町(☎46・5111)外
12日(日)	回生病院 室町(☎46・1011)内・小・外
13日(祝)	いけうち小児科医院 宇多津町(☎49・2100)小 まつむら内科クリニック 江尻町(☎44・1133)内 たかはし整形外科医院 笠指町(☎45・6121)外
19日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131)内・小・外
26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			☎
9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(水)	14:00~ 1.5h	「笑いヨガ」で健康的な日々を! 山本 柔道整復師	B
17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
22日(水)	15:00~ 1h	子育て世代のためのyoga教室(託児は要予約) 福岡 ヨガ講師	A
23日(木)	14:00~ 1.5h	冷えを解消!からだぽかぽか体操 田中 健康運動指導士	B
29日(水)	14:00~ 1.5h	ミュージック・ヒーリング 三崎 音楽療法士	B
30日(木)	9:30~ 1.5h	冷えを解消!からだぽかぽか体操 池田 健康運動指導士	B

勤労福祉センター(9:30~11:00)			☎
8日(水)		男性はつらつ教室 渡里 健康運動指導士	B
10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
24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)			☎
8日(水)	☒	糖尿病教室「ジーンとくる話 Part2」 糖尿病内科部長 大工原 裕之	C
14日(火)	☒	かぜ・インフルエンザ・肺炎~予防と治療~ 副院長 中村 洋之	C
22日(水)	☒	食事内容を見直そう 栄養管理科管理栄養士 清岡 雅加	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)

投稿写真募集中!

1/14 締切

募集内容
 ・アイドル(1歳半のお子さま)
 ・ペット ・キャラ弁
 ・自慢の逸品(盆栽、手芸作品など)

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)

郵送でもメールでも、持参していただいてもOKです!
 記念に1枚応募してみませんか?

〒762-8601
 香川県坂出市室町2-3-5
 ☒his yokouhou@city.sakaide.lg.jp
 ☎44・5000



まる通信

**さかいでまる基金に
ご寄付をいただきました!**

**協和化学工業株式会社さま
ありがとうございます。**

※さかいでまる基金は、TEAMさかいでまるが、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~

1/11(土)9:30頃
 加茂保育所マラソン大会
 @加茂保育所

1/19(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。



生涯学習フェスタ

勤労福祉センターと中央公民館で開催された生涯学習フェスタでは、歌やダンスなどのステージ発表のほか、作品展示や生け花、木工、小物作りなどの体験が行われました。



市内の病院・介護事業所のリハビリ専門職からなる「坂出リハ連携会」有志が考案した転倒予防のためのご当地体操「ころばんで体操」のお披露目会が開かれました。また、「さかいで健幸まつり&介護の日」で運動や食事について楽しく学びました。

ころばんで体操お披露目!



万葉集講演 わたつみ

新元号「令和」を考案したとされる万葉集研究の第一人者 中西 進さんに日本人と海の関わりについてユーモアをまじえながらお話していただきました。



ふるさとの親子まつり

瀬戸大橋記念公園でふるさとの親子まつりが開かれ、たくさんの親子連れのかたがたが小物作りやバザーを楽しんでいました。

ハンガリー大学生と交流

9ページのハンガリー講座を担当してくれているハンガリーの大学生トロスト・ガブリエッラさんが、坂出小学校と瀬居中学校を訪れ、ハンガリーの文化について紹介してくれました。



海の清掃船「美讃」一般公開

海ごみに関心を持ってもらおうと、坂出港振興協会が初めて四国地方整備局の協力のもと、海面清掃兼油回収船「美讃」を一般公開し、港湾環境監視船「しらみね」で海上調査を行いました。



みかん収穫体験

林田幼稚園と坂出保育園の園児らが真っ赤な小原紅早生みかんの収穫体験を行い、しぼりたてジュースをおいしそうに飲んでいました。



東直子さん講演会

作家・歌人の東直子さんから短歌を創作するようになったきっかけや裏話などを伺い、短歌と短編小説を朗読していただきました。



ヨタの「家船」進水式



瀬戸内国際芸術祭2019春会期に参加した作家Yotta(ヨタ)のアート作品「家船」が完成しました。「ワンダーえびす丸」と命名された作品の進水式を行い、地域のかたがたと完成を喜び合いました。



震災対策避難防災訓練



地域防災力を向上するため、南海トラフを震源とする地震を想定した避難防災訓練が中央地区を対象に坂出小学校で実施されました。参加者は土のう作りや間仕切り段ボール設置、初期消火訓練などを体験しました。



4港合同保安総合訓練

坂出港林田地区林田B号岸壁で坂出港・丸亀港・多度津港・詫間港4港合同の保安総合訓練が行われ、国際的なテロ犯罪を想定し、各機関の連携を確認しました。



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「坂出市役所ビフォーアフター」。鉄筋コンクリート造3階建ての現庁舎は昭和32年竣工以来60年以上もの間、坂出市政を見守り、広く市民のかたに親しまれてきました。となりで建設が進む新庁舎は今年4月に完成予定です。新旧の庁舎が並び立つ姿が見られるのも、あと少しとなりました。



ACCESS



PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE

坂出市

検索

DATA

12月1日現在 ()内は前月比
人口 51,109人(-61)
男 24,462人(-6)
女 26,647人(-55)
世帯 21,515世帯(-9)

(11月)
出生 23人(-2)
死亡 80人(14)
転入 146人(-13)
転出 150人(6)
交通事故 19件(死者2人)
救急 321件
火災 1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 **健康通信** -9-
Szia!ハンガリー 9
市内 **高校写真部** 作品 6



歴史と自然を巡る
冬のウォーキングを楽しもう -9-

フロアチャートで早わかり
税の申告がはじまります -6~7-

ますます便利に!
マイナンバーカードを作ろう -5-

体験型観光と民泊で地域を元気に
観光スキルアップ塾 -4-

471人が大人の仲間入り
令和2年成人式のご案内



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)