

坂出ゆかりの作家シリーズ①



前田 襄「懐旧(油彩)」2011年 日展入選作品

前田 襄(1933坂出生)香川大学卒。市内で教壇に立ちながら公募「創元展」に出品。2006創元展で鈴木千久馬賞、2011日展入選。坂出市民美術館の第3代館長として鴨神社寄託の猪熊作品の修復を提唱し、珠玉の名品が甦る。また1995より旬会「麦の会」を主宰するなど俳人、指導者としても活躍。(市内在住)



讃岐国府跡が 国指定史跡になりました



▲讃岐国府跡碑
1925（大正4）年に建てられた記念碑で、地名や条里（区画）の痕跡などから推定された国府跡を示したもので、約100年前に推定した場所が、最近の発掘調査で判明した国府跡に極めて近いことは驚くほかない。

時を越えた 古のロマン



問 市文化振興課 ☎44・5036

概要

名称	讃岐国府跡
所在地	府中町5088番地2 外11筆
指定面積	10,896.94㎡
指定日	令和2年3月10日



▲多様な形態の陶製硯



▲多量に出土した瓦

讃岐国府跡 から発見された 出土遺物

讃岐国府跡からは、陶製の硯や施釉した陶器、瓦など古代の役所である国衙に特徴的な遺物が讃岐国内の他の遺跡に比べて多種・多量に出土しています。

特に希少な三彩土器や鍍金を施した銅鏡などが発見されたことは、高貴な身分の人物がこの地に存在したことを表しており、ここが国府跡を構成する重要施設であったことを裏付けています。



▲出土した金銅製龍頭

▼発掘調査の様子



▲現地説明会の様子

国衙
国司が地方政治を行った役所のこと



▲讃岐国府と開法寺の関係

国府には役人が仕事を行う国衙のほか、工房や市場、寺院などさまざまな施設が備わっていました。讃岐国府跡を語るうえで重要なのが、国府内にある「開法寺跡」で、菅原道真が著した『菅家文草』には、「開法寺は国衙（国府）の西に在り」という注釈文が存在し、地方寺院の所在が文献に明記された全国的にも珍しい例として注目されてきました。

開法寺のような寺院の建立に際しては高度な土木技術が求められ、また国府内で見つかった希少な遺物は特殊な技術によって作られています。このように国府には、当時の先進技術が流入していたことが垣間見られ、一般の集落とは異なる特別な場所として発展していたと言えるでしょう。

讃岐国府跡とは？

「国府」は奈良時代〜平安時代にかけて、日本各地に設置された古代の役所のことです。現在の県庁のような役割を担った施設です。府中町に置かれた「讃岐国府」は、古代讃岐の政治・経済の中心的な場所として、都から政治を指揮する役人として国司が派遣されました。

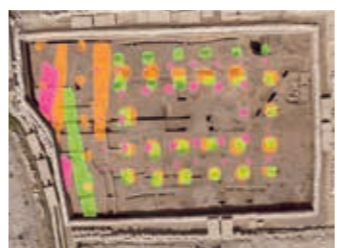
讃岐における歴代国司の中には、学問の神様として有名な菅原道真が赴任していました。一方で、崇徳上皇のような歴史上著名な偉人も讃岐国府にゆかりのある人物として挙げられ、讃岐の古代史上で重要視されています。

ここが凄い！讃岐国府跡
讃岐国府跡は、綾北平野の最奥に位置し、城山と綾川に囲まれています。一見、狭い平野の奥は不便に思われますが、国防上の重要施設である城山城や当時の主要道の南海道に近く、国府津（港）へのアクセスが良好な場所に位置しています。

中でも、開法寺東方地区では、7〜11世紀にかけて同じ場所でも少なくとも2回の建替えを行った建物跡が見つかっており、この地区が約600年にわたって重要な地位を占めていたと考えられます。

讃岐国府跡には奈良時代〜平安時代における、周辺施設を含めた国府の都市空間そのものが分かる遺構や活動の記録が残っており、他に例を見ない非常に珍しい遺跡であると言えます。

▼讃岐国府跡で最大規模の建物跡
同一地点の建替えを示す柱石跡
橙色：8世紀後半〜9世紀半ば
緑色：9世紀後半〜10世紀初め
桃色：10世紀前半〜11世紀前半



讃岐国府跡国指定答申記念展

「讃岐国府跡ヒストリア —過去、現在、そして未来—」

会期 5月13日（水）まで（9:00〜17:00）

（土・日・祝日 休館）

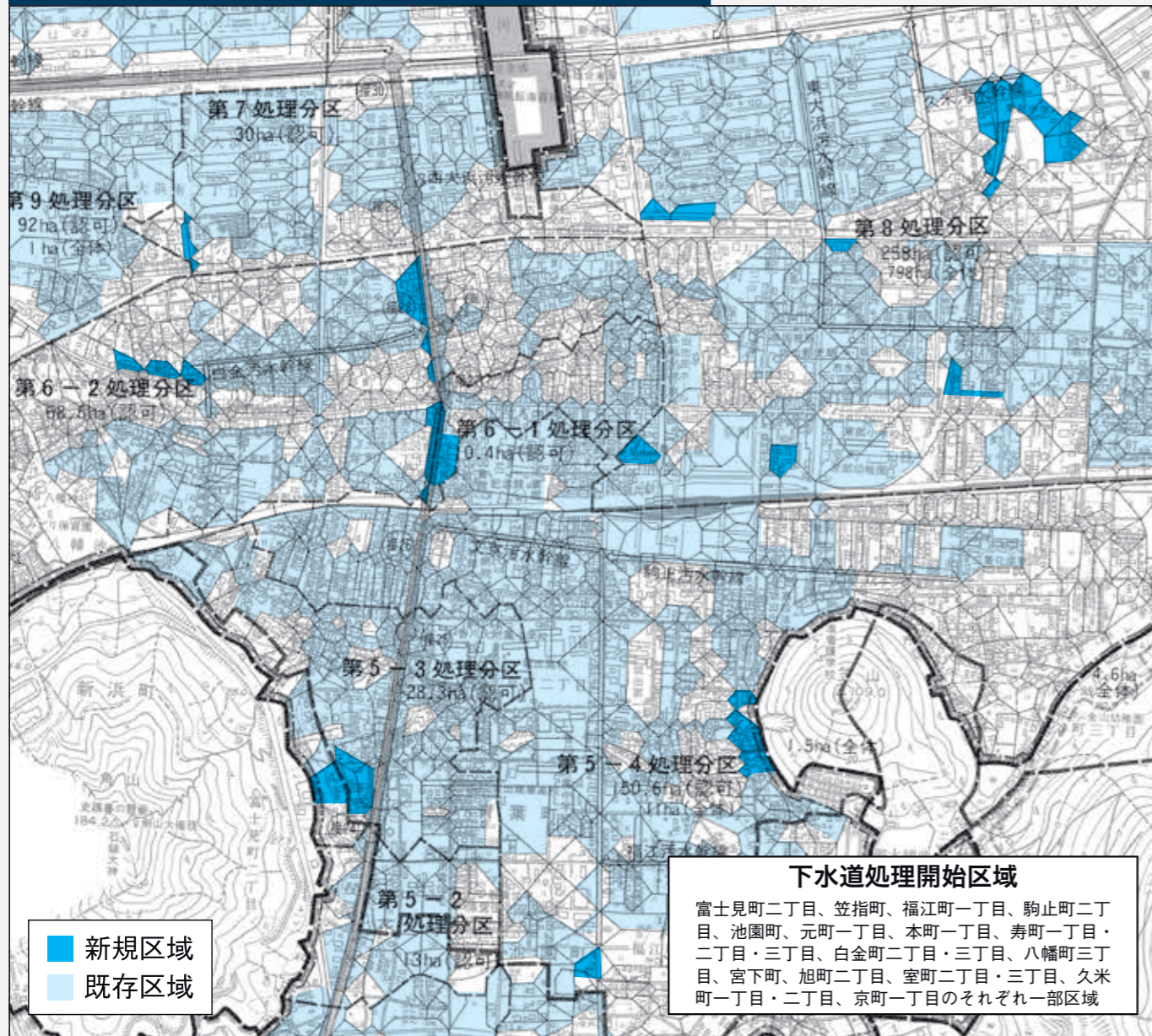
会場 香川県埋蔵文化財センター 第2展示室

（府中町字南谷5001-4）

料金 無料

■詳しくは、香川県埋蔵文化財センター
☎48・2191へ

下水道処理区域が拡大しました



市では、汚水（し尿と生活排水）と雨水を別々の下水道管で処理する分流式の下水道整備を進めています。今年度も5月1日から新たに9.87ヘクタールの汚水整備区域が使用可能になります。これにより、本市の事業認可区域678ヘクタールのうち335.24ヘクタールの汚水整備が完了しました。なお、今回処理開始の対象となる個々の土地所有者など関係のかたがたには、別途通知書でご連絡します。

■詳しくは、市都市整備課(☎44・5017)へ

工業統計調査にご協力ください
 総務省・経済産業省では、「工業統計調査」を6月1日時点で実施します。製造業を営むすべての事業所を対象に統計調査員が5月中旬から訪問し、従業員数や業務の内容等を伺う準備調査を行います。そのうち、本調査の対象となる従業員4人以上の事業所の皆さまには、統計調査員が調査票を持って伺います。または国から直接郵送します。
 回答方法はインターネット回答か郵送提出いずれかの方法となりますので、調査へのご回答をよろしくお願いたします。

■詳しくは、市政課(☎44・5000)へ

国勢調査2020

10月1日を調査日として、全国一斉に

国勢調査が実施されます。

国勢調査員を募集します

市では、国勢調査の調査員として、調査業務に従事していただく方を広く募集しています。業務期間は8月下旬～10月の予定です。薄謝ですが、報酬も支給されます。ぜひ、ご応募をお願いいたします。

応募資格

原則20歳以上で、責任を持って事務をできるかた

・調査で知り得たことなど、秘密保持ができるかた

・選挙、警察業務に従事していないかた

・暴力団その他の反社会的勢力に該当しないかた

■詳しくは、市政課(☎44・5001)へ

国勢調査員を募集します

10月1日を調査日として、全国一斉に

国勢調査が実施されます。

国勢調査員を募集します

市では、国勢調査の調査員として、調査業務に従事していただく方を広く募集しています。業務期間は8月下旬～10月の予定です。薄謝ですが、報酬も支給されます。ぜひ、ご応募をお願いいたします。

応募資格

原則20歳以上で、責任を持って事務をできるかた

・調査で知り得たことなど、秘密保持ができるかた

・選挙、警察業務に従事していないかた

・暴力団その他の反社会的勢力に該当しないかた

■詳しくは、市政課(☎44・5001)へ

国勢調査員を募集します

10月1日を調査日として、全国一斉に

国勢調査が実施されます。

国勢調査員を募集します

市では、国勢調査の調査員として、調査業務に従事していただく方を広く募集しています。業務期間は8月下旬～10月の予定です。薄謝ですが、報酬も支給されます。ぜひ、ご応募をお願いいたします。

応募資格

原則20歳以上で、責任を持って事務をできるかた

・調査で知り得たことなど、秘密保持ができるかた

・選挙、警察業務に従事していないかた

・暴力団その他の反社会的勢力に該当しないかた

■詳しくは、市政課(☎44・5001)へ

国勢調査員を募集します

10月1日を調査日として、全国一斉に

国勢調査が実施されます。

国勢調査員を募集します

市では、国勢調査の調査員として、調査業務に従事していただく方を広く募集しています。業務期間は8月下旬～10月の予定です。薄謝ですが、報酬も支給されます。ぜひ、ご応募をお願いいたします。

応募資格

原則20歳以上で、責任を持って事務をできるかた

・調査で知り得たことなど、秘密保持ができるかた

・選挙、警察業務に従事していないかた

・暴力団その他の反社会的勢力に該当しないかた

■詳しくは、市政課(☎44・5001)へ

国勢調査員を募集します

10月1日を調査日として、全国一斉に

国勢調査が実施されます。

国勢調査員を募集します

!!新型コロナウイルスが拡大しています!!

私たちが一丸となり、感染拡大を押さえましょう！感染は、**飛沫感染**と**接触感染**からおこります。大切なことは「ウイルスはすぐそこにある」とイメージすることです。不要不急の外出を避け、日々の予防意識を緩めないようにしましょう。

飛沫感染

感染者のくしゃみ・咳から飛沫を吸い込んで感染

咳など症状のあるかたは必ずマスクを！とっさの場合はハンカチや上着の内側などで押さえてください。手のひらに飛沫がついた場合、接触感染を防ぐため、すぐに手洗いをして下さい。



接触感染

感染者の手についたウイルスがドアノブなどを介し、他の人の手から目や口に入り感染

WHOによると、手洗いの励行や目・鼻・口など顔をむやみに触らないことこそが、最も効果的と言われています。無意識に触らないという意味でのマスクやメガネも有効です。また、物の消毒には塩素系漂白剤が有効です。家庭でも作れますので、是非作ってドアノブやスイッチなどの消毒にお使いください。塩素系漂白剤を使った消毒液のつくりかたについては回Pをご参照ください。

■詳しくは、市けんこう課(☎44・5006)へ

新型コロナウイルスにより影響を受ける企業のかたへ

新型コロナウイルス感染症で影響を受ける、またはその恐れがある企業に対し、さまざまな支援があります。

区分	内容	お問い合わせ先
相談窓口	新型コロナウイルスに関する経営相談窓口 新型コロナウイルスに関する相談を受け付けています。 開設時間 8:30~17:15(平日のみ)	坂出商工会議所 ☎46・2701
金融支援 (信用保証)	「セーフティネット保証制度4号、5号」、「危機関連保証制度」 一般の保証枠とは別枠で、最大2.8億円(両方の制度を利用する場合は5.6億円)の保証を受けることができます。 (市が発行する認定書が必要)	○保証について 香川県信用保証協会 ☎087・851・0062 ○認定書について 市産業課企業活力推進室 ☎44・5103
金融支援 (融資制度)	日本政策金融公庫「特別貸付制度」 要件を満たすことで、実質無利子で融資を受けることができます。	○日本政策金融公庫 高松支店 中小企業事業 ☎087・851・9141 ○日本政策金融公庫 高松支店 国民生活事業 ☎087・851・0181
財政支援 (補助金)	「小規模事業者持続化補助金」 市が発行する「新型コロナウイルス感染症の影響による売上減少の証明書」を提出すると加算措置を受けることができます。	○補助金について 坂出商工会議所 ☎46・2701 ○証明書について 市産業課企業活力推進室 ☎44・5103
財政支援 (給付金)	「持続化給付金」 中堅・中小企業のほか、フリーランスを含む個人事業者など幅広い事業者を対象とする予定。給付額上限は法人200万円、個人事業者100万円。	中小企業 金融・給付金相談窓口 ☎0570・783183
雇用関係	「雇用調整助成金」 特例措置によって、労働者に対して休業手当、賃金等を給付する際に、助成金を受けやすくなっています。 ※国の「雇用調整助成金」の支給決定を受けたかたは「香川県緊急雇用維持助成金」も追加で利用できます。	○雇用調整助成金 香川労働局職業対策課 ☎087・811・8923 ○香川県緊急雇用維持助成金 県商工労働部労働政策課 ☎087・832・3366

この他にも「マル経融資」、「坂出市中小企業融資」、「テレワーク導入相談」などさまざまな支援があります。詳しくは、坂出市のホームページをご確認ください。

こちらのQRコードからアクセス ➡





後期高齢者医療制度

■被保険者証について

年度途中で75歳になるかたには、誕生日までに被保険者証が香川県後期高齢者医療広域連合から特定記録郵便で郵送されますので、誕生日以降に使用してください。

■資格取得日について

- 年齢到達のかた・・・75歳の誕生日
- 転入したかた・・・転入により住所を定めた日
- 生活保護の停止または廃止・・・停止または廃止となった日
- 障がい認定・・・後期高齢者医療広域連合の認定を受けた日（65歳から74歳までの一定の障がいがあるかた）

■保険料について

最初は、納付書（普通徴収）で保険料を納めていただきます。保険料額については、資格取得日を含む月から月割りで算定します。国民健康保険税（料）が年金からの引き落とし（天引き）または口座振替になっていたかたでも、後期高齢者医療制度に加入された当初は、納付書での支払いに変更になります。

- 詳しくは、●被保険者証に関すること 市けんこう課☎44・5006 ●保険料のこと 市税務課☎44・5004
- 制度全般に関すること 香川県後期高齢者医療広域連合事務局☎087・811・1866



後期高齢者医療制度の保険料改正のお知らせ

後期高齢者医療の保険料の軽減については、世代間・世代内の負担の公平化を図り、すべてのかたが安心して医療を受けられるよう、能力に応じた負担を求める観点から見直しが行われます。

■保険料の計算方法

保険料は、被保険者全員が均等に負担する「均等割額」と、所得に応じて決まる「所得割額」の合計額からなり、被保険者が個々に納めます。なお保険料率は香川県内すべての市町で同じです。

$$\text{後期高齢者医療保険料(年額)} = \text{均等割額 } 49,800\text{円} + \text{所得割額}$$

所得割額 = 基礎控除後の総所得金額等 × 所得割率 9.78%

※賦課期日は4月1日ですが、年度途中で被保険者になられたかたは、資格取得日が賦課期日になります。
※限度額は、1人につき64万円です。

■保険料の軽減

●均等割額の軽減措置の拡充

所得要件	均等割の軽減率		
	本則	令和2年度(2020年)	令和3年度(2021年)
【令和元年度における8.5割軽減】 33万円以下	7割	7.75割	7割
【令和元年度における8割軽減】 うち世帯の被保険者全員の各種所得なし		7割	
33万円+(28.5万円×世帯の被保険者数)以下		5割	
33万円+(52万円×世帯の被保険者数)以下		2割	

賦課期日（4月1日）の世帯の被保険者全員と世帯主の総所得金額などの合計額で軽減割合を判定します。本年度から5割軽減と2割軽減の判定基準が緩和されました。65歳以上のかたは、公的年金所得から最大15万円を控除して判定します。

■詳しくは、市税務課(☎44・5004)へ

国民健康保険税の改正のお知らせ

●国民健康保険税率等の改正

区分	対象者	所得割		均等割		平等割		賦課限度額			
		所得に応じて計算		加入者に応じて計算		1世帯あたりの共通額		改正前		改正後	
		改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
医療分	加入者全員	8.1%	8.8%	27,000円	28,000円	26,000円	28,000円	61万円	63万円		
後期高齢者支援金分	加入者全員	2.7%	2.7%	7,600円	8,300円	6,800円	7,000円	19万円	19万円		
介護分	40歳以上 65歳未満	2.4%	2.4%	8,000円	9,000円	5,000円	5,500円	16万円	17万円		
合計(介護分を含む場合)		13.2%	13.9%	42,600円	45,300円	37,800円	40,500円	96万円	99万円		

●国民健康保険税均等割額・平等割額の軽減措置の拡充

賦課期日（4月1日）の世帯の被保険者全員と世帯主の総所得金額などの合計額で軽減割合を判定します。本年度から5割軽減と2割軽減の判定基準が緩和されました。65歳以上のかたは、公的年金所得から最大15万円を控除して判定します。

7割軽減	33万円以下
5割軽減	33万円+(28.5万円×世帯被保険者数)以下
2割軽減	33万円+(52万円×世帯被保険者数)以下

■詳しくは、市税務課(☎44・5004)へ

坂出市に生まれてきてくれた赤ちゃんへ

はじめましてBOXを贈ります

坂出市と生活協同組合コープかがわは、「安心して暮らせる地域づくり」を推進することを目的として、包括連携協定を締結しました。

その一環として、賛同する企業・団体と協力し、坂出市に生まれた赤ちゃんに「生まれてきてくれてありがとう」のメッセージとともに「はじめましてスクスクまるっ子BOX」をお届けします。

対象

坂出市在住で令和2年4月1日以降に生まれた赤ちゃんがいるご家庭が対象です。市の赤ちゃん訪問時に引換券つきのチラシを配布します。お申込みはコープかがわまで。

お届け方法

コープかがわが宅配します。(坂出市内に限ります)

協賛企業

- ・(株)タイヨー神戸屋
- ・コープかがわ虹の会



■詳しくは、市政課(☎44・5001)へ

5歳児健診

対象児 令和2年度に満5歳になるすべてのお子さま
(H27.4.2~H28.4.1生まれ)

この健診は、お子さまの健やかな成長や発達を促すとともに、ご家族のかたが安心して子育てができるように実施するものです。専門的な立場から、お子さまの発達の様子をみたり、この時期ならではの子育ての悩みや相談に応じたりします。

健診の主な内容

集団の中での活動の様子や個別健診の状況のみで、その結果をご家族のかたにお伝えします。

健診後の支援内容（一例）

希望するご家族のかたへ、お子さまの発達状況に応じた支援のアドバイスや子育て相談をします。また、相談機関の紹介もします。



■市内の幼稚園・保育所・認定こども園に通う対象児は

通園（所）している幼稚園・保育所・認定こども園で7月～12月に集団健診をします。

■市内に住所を有し、坂出市外の幼稚園・保育所・認定こども園等に通う対象児または在宅等の対象児は

令和2年6月～令和3年1月の主に第3木曜日の午後に市役所本庁舎3Fで健診・子育て相談が受けられます。(要予約)

■詳しくは、市こども課(☎44・5027)へ

戦没者等の遺族に対する 第十一回特別弔慰金の支給

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日時点で公務扶助料等を受けるかたがない場合に、所定の先順位のご遺族一人に対し、特別弔慰金（額面25万円、5年償還の記名国債）が支給されます。

請求期限 令和5年3月31日（金）

請求先 市ふくし課

（令和2年5～7月は市役所本庁舎3Fにて受付を行います。）

■詳しくは、市ふくし課(☎44・5007)へ

坂出市高齢者福祉計画等策定協議会委員を募集します

高齢者福祉および介護保険施策に関する計画の策定にあたり、市民の皆さまからご意見をいただくため、委員を募集します。

募集人員

1名

委嘱期間

委嘱の日から令和3年3月31日まで

応募資格

- ・本市に居住し、応募締切日現在の年齢が満18以上のかた
- ・本市の市議会議員または職員でないかた
- ・年5回程度、平日に開催する会議に出席できるかた

応募方法

指定の応募用紙に必要事項を記入のうえ、「本市の高齢者福祉および介護保険についての意見」をテーマとする400～800字程度の作文とともに市かいご課に郵送、FAX、電子メールまたは持参にて提出してください。

応募締切

5月22日（金）※当日消印有効

選考方法

書類選考（結果は本人宛に通知します）

■詳しくは、市かいご課(☎44・5090 ㊟44・5028

✉kaigo2@city.sakaide.lg.jp)へ

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。

「新緑ウォーキング」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。西庄地区の歴史スポットを、みんなで新緑を感じながらさわやかな気持ちでウォーキングしましょう!

日時 5月15日(金)9:00~12:00 ※雨天中止

集合場所 教育会館

持ちもの タオル・飲み物

コース 西庄公民館~醍醐古墳群~白峰宮
~八十場の泉~西庄公民館(約5.5m)

※教育会館~西庄公民館までの往復はバスで移動

定員 30人(先着順)

料金 無料

申込 5月1日(金)

~13日(水)

※定員に達し次第、申込を締め切ります。

歴史スポットのガイドつき



第7回 番の州公園バラ祭り

観覧無料

問 坂出緩衝緑地管理事務所(☎45・6820、☎43・5213)

リサイクルした漁網にツルバラを張り巡らせた「はなあみ」など、今までにない新しい技法で演出しています。

日時 5月8日(金)~10日(日)10:00~15:00

場所 番の州公園内



Check!

アンケートに回答すると抽選で20人に鉢植えバラを進呈!

○オープンセミナー「バラの手入れ方法」(無料)

8日(金)~10日(日)①11:00~ ②13:30~

○バラ苗・肥料販売

8日(金)~10日(日)10:00~15:00

※公園内駐車場が満車の場合、東隣の多目的広場駐車場をご利用いただけます。

セルフ貸出カウンターを導入しました

問 大橋記念図書館 ☎45・6677

図書館では、利用するかたがご自身で貸出手続きを行うことができるセルフ貸出カウンターを導入しました。ぜひご利用ください。

使い方は、次のとおりです。

①図書館利用カードのバーコードをバーコードリーダーで読み取ったあと、借りる本についている図書館のバーコードを読み取ります。

②「かんりょう」をタッチするとレシートが出ます。

※予約した本の受け取りは、従来の貸出カウンターをご利用ください。



霊峰五色台三霊場参り

問 81番 白峯寺 ☎47・0305

四国霊場80番國分寺、81番白峯寺(坂出市)、82番根香寺の3札所がスタートさせた「霊峰五色台三霊場参り」は、歴史的文化財や四季折々の豊かな自然に恵まれた五色台周辺を、お手軽に一日で本格的な遍路体験を楽しんでもらうことを目的に始めました。

専用の納経台紙(100円)やガイドマップを各寺で配り、3つすべてのお寺を参拝して納経を行うと記念の缶バッジをもらえます。※どこのお寺からでもスタートできます。



ガイドマップ

記念缶バッジ

納経台紙

健幸通信

Vol.37

健康寿命

問 市けんこう課 ☎44・5006

第2次坂出市健康増進計画の中間見直しにあたり、市独自の健康寿命を算出しました。自覚的健康から算出した健康寿命は平均寿命より男女とも約13年短く、最も差が大きくなっています。自覚的健康は一人一人が「自分にとっての健やかで幸せな生活(目指す姿)とは」を考え、実行することで健康寿命を延ばせます!

ぜひ、自分らしいチャレンジ「マイチャレ!」を実践しましょう!!

私のマイチャレ「健幸宣言」

綾 宏 坂出市長



規則正しい生活を送るため「朝食は必ず食べています」

生活リズムが不規則になりがちですが、朝食をしっかりとおいしく食べられるかが、その日の体調のバロメーターです。市民の皆さまも、ラジオ体操やウォーキングなど自分らしいチャレンジを実践しましょう。

【本市の平均寿命と健康寿命(H30年度算出)】

区分	男性(歳)	女性(歳)
平均寿命	79.49	86.17
自覚的健康による健康寿命	65.65	72.71
活動制限の有無による健康寿命	69.90	74.44
介護の必要の有無による健康寿命	78.43	84.10

6月1日は 人権擁護委員の日

人権擁護委員の活動を広く知っていただくため、人権擁護委員法が施行された6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、より一層の人権擁護委員制度の周知と人権啓発に努めています。

みなさんの身の周りで、差別、いじめ、嫌がらせなど人権に関する問題について、困っていることはありませんか。相談は無料で、人権擁護委員が適切なアドバイスを行います。また、相談内容等の秘密は固く守られますので安心してご相談ください。

○特設人権相談所開設

(毎月15日前後)

日時 5月14日(木)・6月1日(月)

午前10時~午後3時

会場 坂出合同庁舎3階

○専用電話相談(常設)

平日の午前8時30分~午後5時15分

・みんなの人権110番

☎0570・0003・110

・子どもの人権110番(通話無料)

☎0120・0007・110

・女性の人権ホットライン

☎0570・0700・810

■詳しくは、市人権課

(☎44・5008)へ

軽自動車税(種別割)の減免申請の手続きについて

身体などに障がいがあるかたで、一定の要件を満たすかたに対する軽自動車税(種別割)の減免を行っています。減免申請手続きには、個人番号(マイナンバー)が必要になります。なお、減免申請の期間は納付書が届いてから5月25日(月)までとなっています。申請の期間を過ぎますと今年度の減免が受けられませんのでご注意ください。

※軽自動車税は軽自動車税(種別割)に変更になりました。

■詳しくは、市税務課(☎44・5004)へ

J・アラートによる全国一斉情報伝達訓練放送を行います

緊急時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、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 5月20日(水) 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・5023)へ

空家に関する制度を活用してみませんか

問 市共働課(☎44・5009)

○老朽危険空き家除却支援事業補助金

倒壊などのおそれのある空家の除却を促進し、地域の住環境向上を図るため、空家の除却を行う所有者等に補助金を交付します。※事前にご相談ください。

対象者 補助対象住宅の所有者
またはその相続人等
対象住宅 老朽化し、放置すれば周囲に悪影響を及ぼすおそれのある空家
対象工事 補助対象住宅を市内業者が解体する工事
補助金額 補助対象経費の10分の8(上限160万円)
事前申込 5月7日(木)~29日(金)
(土・日・祝日を除く8:30~17:15)

○坂出市空家等管理事業者登録・紹介制度

空家等の適正な管理の促進を図るため、空家等の管理でお困りの皆さまに、空家等管理業務を行う登録事業者を紹介します。

空家等管理業務
外観調査、家屋の通風、水道の通水、雨漏りの確認、家屋内の清掃、庭木の剪定、除草、敷地内の清掃、その他空家を適正に管理するために必要な業務

登録事業者を募集しています
本市に主たる事業所または事務所を有する事業者のかたで、空家等管理事業者として登録を行いたい事業者のかたは市共働課(☎44・5009)までお問い合わせください。

○空家に関する相談窓口のご案内

空家の管理、改修、解体、売買、賃貸等に関して
公益社団法人 香川県宅地建物取引業協会
☎087・823・2300 平日9:00~17:00

空家の相続・登記、財産管理、成年後見等に関して
香川県司法書士会
☎087・821・5701 平日10:00~15:00

くらしの 情報

イベント

**2020綾川クリーンリバー
カヌーツーリング**
カヌー研修センター(☎48・1885)

**野鳥写真展
かがわの夏を彩る鳥たち**
五色台ビクターセンター
(☎47・2479、☎47・2048)
開催中～6月14日(日)午前9時～午後5時
五色台ビクターセンター
五色台や瀬戸内海、香川県に生息する
野鳥の写真展。鷹の渡り調査活動も紹介。

夏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)
7月25日(土)～8月15日(土)※
場 英国・豪州・シンガポール・サイパン
対 小学3年～高校3年生※
申 5月27日(水)・6月5日(金)申込締切※
他 5月23日(土)午後1時30分～3時、
サンポートホール高松(高松市)で説明会を開催
※コースにより異なります

相談・お知らせ
麦(稲)わらの有効活用を!!
中讃農業改良普及センター(☎62・1022)
わらの焼却は交通障害や地域住民に対する
被害被害の要因になります。わらは貴重な有
機資源物ですので、極力焼かずにすき込んで
水田に還元しましょう。



第110回さかいで楽市楽座五月市
同実行委員会(☎46・2701)
時 5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。

春の野鳥観察会
県みどり保全課(☎087・832・3227)
時 5月31日(日)①午前10時～正午
②午後1時30分～3時30分
場 満濃池森林公園 森林学習展示館集合
定 ①②各30人程度(応募者多数の場合抽選)
申 5月18日(月)申込締切

ノルディックウォーキング教室
四国医療専門学校(☎41・2320)
時 毎週火曜日①午前9時～②午前10時30分
場 同校別館(健民センター)(宇多津町)
料 1回100円(保険料)

**五色台自然楽校
梅の美で飲み物を作ってみよう**
休暇村讃岐五色台(☎47・0231)
時 6月7日(日)午前8時50分～午後3時
場 五色台ビクターセンター前集合
内 森の中の散策、森づくり体験、梅を使った
飲み物作り
定 40人
料 1人100円(保険料)+梅の飲み物作り
1セット1,000円
申 6月4日(木)申込締切
他 1セットにつき2リットル用瓶、野外活動
ができる服装・帽子、飲み物、タオル持参

特殊詐欺にご注意ください
香川県後期高齢者医療広域連合事務局
(☎087・811・1866)
市職員を装った電話で医療費や保険料を還付
するといったATMからお金を振り込ませよと
する詐欺事件が多発しています。市職員がATM
の操作をお願いすることは絶対にありません。
不審な電話があった際は最寄りの警察署や
広域連合、市けんこう課へご相談ください。

**第17回サウスリート市短期留学生
派遣事業中止について**
坂出市国際交流協会事務局(☎44・5000)
新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、今夏
に予定していた姉妹都市の米国サウスリート市
に留学生を派遣する事業を中止いたします。
今後新型コロナウイルス感染症の状況が改善
された場合、改めて来年同時期に本市より留学
生を派遣する予定です。

五色台の森で遊ぼう!
みんなでスポーツさかいで事務局(☎85・5354)
時 5月16日(土)午前9時30分～午後3時
場 五色台ビクターセンタークラフトハウス集合
内 竹を使って食器・箸づくり、流しそうめん、
バームクーヘンづくり
定 50人 料 700円
申 5月12日(火)申込締切

香川大学サテライトセミナー
市政課(☎44・5001)
時 5月27日(水)午前10時～11時30分
場 市民ふれあい会館
内 アンチエイジングの科学
料 無料(申込不要)
他 講師：創造工学部 教授 掛川 寿夫氏

**五色台体験教室
初夏の五色台でバードウォッチング!**
五色台ビクターセンター
(☎47・2479、☎47・2048)
時 5月23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 1人100円(保険料込)
申 5月13日(水)午後4時申込締切

募集・試験
令和3年4月採用職種・採用人員
坂出市立病院医療職員募集
市立病院(☎46・5131)

司法書士総合相談センター定期相談会
香川県司法書士会(☎087・821・5701)
時 5月23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(前日まで必要予約)

子育て相談
さかいで子育て支援センター
まろっ子ひろば(☎35・8119)
時 月曜～金曜の午前9時～午後5時
場 坂出市在住で妊娠中および0歳～就学前
の子どもの保護者ならどなたでも
対 子育て期の悩みや困りごとを一緒に考え
たり情報提供します。電話相談のほか、
予約で個別相談もお受けしています。
料 専用ダイヤル☎35・7374
無料

危険物取扱者試験(第1回)
市消防本部(☎46・0119)
時 (試験日)6月20日(土)乙種第4類
21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：5月7日(木)～18日(月)、
電子：5月4日(祝)～15日(金)に、
(二財)消防試験研究センターへ

防犯活動の自主企画募集
県(らし)安全安心課(☎087・832・3233)
自分たちで考え実施する防犯活動をテーマ
とした事業(1事業30万円以内)を委託します。
対 構成員5人以上、1年以上の活動実績
など一定の条件を満たす防犯ボランティア
ア団体など
申 8事業程度(書類審査)
定 申込用紙に必要事項を記入し、6月30日
(火)までに提出してください。(消印有効)

**香川県後期高齢者医療広域連合
懇話会の公募委員募集**
香川県後期高齢者医療広域連合事務局
(☎087・811・1866)
後期高齢者医療制度の施行および運営に対し
被保険者の代表者の一人として意見を述べて
いただく懇話会の委員を募集します。
対 県内に住所を有する満75歳以上のかた
2人
申 5月15日(金)までに広域連合へ郵送、F
AX、メールまたは持参にて。

多重債務でお悩みのかたに
四国財務局 多重債務者相談窓口
(☎087・811・7800)
四国財務局には借金を抱え悩んでいるかた
のための相談窓口があります。弁護士・司法
書士など専門家への引き継ぎも行います。
相談料は無料です。まずはお電話ください。

水道の漏水についてのお問い合わせ
道路上および道路からメーターまでの
間で漏水している場合
! 香川県広域水道企業団 中讃ブロック
統括センター 坂出支所(☎46・4300)
! メーターから家庭内の各蛇口等までの
間で漏水している場合
! お知らせの水道業者または
坂出市上下水道工業協同組合
(☎45・4633)

新型コロナウイルス対策
【日常生活で気を付けること】
・まずは**手洗い**が大切です。帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
・**咳エチケット**を行いましょう。咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものを介して他の人にうつす可能性があります。
・できるだけ人混みの多い場所を避けましょう。



【集団発生を防止するために】
3つの密を避けましょう!
①換気の悪い **密閉空間**
②多数が集まる **密集場所**
③間近で会話や発声をする **密接場面**

問 市けんこう課(☎44・5006)

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法に注意

「市役所職員を名乗った電話がかかってきた」「マスクを無料で送付するというメールがスマートフォンに届いた」など、新型コロナウイルスの感染拡大に關した相談が寄せられています。

不審な電話や心当たりのない送信元からの怪しいメールには、反応しないようにしましょう。今後も新たな手口が現れる可能性があります。根拠のない噂やデマなどに惑わされず、正確な情報に基づいて冷静な対応を。不安になった時、判断できない時は、消費生活センターにご相談ください。



問 香川県消費生活センター(☎087・833・0999)
消費者ホットライン(☎188)

今月の納税
税
固定資産税※……………1期
軽自動車税※……………全期
・納期限は、6月1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。
※(ストア)でもお納めいただけます。



人権だより

人権学習支援事業をご活用ください

差別や偏見のない、明るく住みよい社会を築くため、人権課では地域・企業・行政機関等による人権をテーマとする研究会や学習会等に対する支援事業を行っています。ご要望のテーマや形態にあわせて参加者の理解が深まるよう、幅広く支援を行っていますので、ぜひご利用ください。

■学習テーマ
「女性の権利（男女共同参画）」「子どもの権利」「高齢者の権利」「障がい者の権利」「同和問題」「パワハラ・セクハラ」「インターネットによる人権侵害」「性的少数者」等、さまざまな学習テーマが選べます。

■学習形態
①講演型学習
講話を中心とした学習形態です。人権課にて講師の派遣を行います。
②ビデオ・DVD視聴型学習
ビデオ・DVDを視聴して学習する形態です。人権課にて所蔵している幅広い作品の中から、学習テーマに合わせて、無料で貸し出しを行っています。

③意見交換型学習（参加体験型学習）
学習テーマに対する、講師や進行役、参加者の相互の意見交換を通して、理解を深める学習形態です。
④現地研修型学習
人権に関わりのある施設や場所に行き、説明を聞きながら学習します。自分の目で見て、感じることを大切にしたい学習形態です。

（例）西庄・川津文化センター、大島青松園、香川県人権啓発展示室等）
詳しくは、市人権課（☎44・5008）へ

学園だより



附属坂出中学校
女子バドミントン部
主将 岡崎 美咲さん



私たち女子バドミントン部には3年生9人、2年生6人が所属しています。4月には1年生を迎え、どの部員もそれぞれの個性を生かし、楽しく活動しています。私たちの学校は他の学校よりも部活動の練習時間が短く、使えるコートの数も少ないので、効率の良い練習が出来るよう、日々努力しています。

7月にある総体に向けての一番の目標は「1ポイントでも多く取る」ことです。勝つためにはもちろん相手よりも多くポイントを取る必要があります。たとえ負けたとしても、1点でも多く相手からポイントを取れるよう、必死にプレーしたいと思っています。チーム全員で力を合わせて頑張ります。

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。

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	14日(木) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	7日(水) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
記帳相談 IT相談 経営相談 労務相談 金融相談 法律相談 創業相談 事業承継相談 働き方改革推進相談	20日(水) 13:00~16:00 10:00~16:00 要相談 13:00~16:00 要相談 14:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00 13:30~15:30	商工会議所 (☎46・2701) ※商工業者を対象とした相談です。 (要予約)
年金相談	第2(木) (要予約) 10:00~15:00	本庁舎2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)
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) ※9:00~17:00
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) ※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	
土地家屋調査士相談 (6・9・12・3月実施)	第2(水) 9:30~12:00	
成年後見制度専門職相談 (弁護士・司法書士) ※3日前までに要予約	第2(木) 13:00~16:00	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	※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。
教育相談	毎週(月)~(金) 9:00~17:00	少年育成センター (☎46・2777)

minnano hiroba

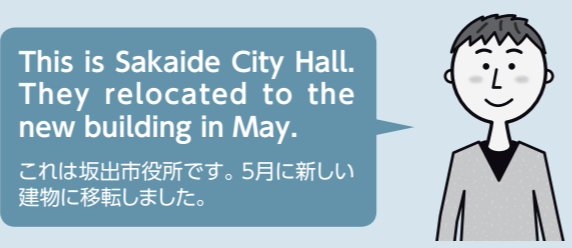
みんなの広場

挑戦！おもてなし英会話



東京オリンピック&パラリンピックが延期となりましたが、来るべき日に備えて引き続きおもてなし力アップに努めましょう。

今月は、坂出市役所の話題です。



日本語では主語を省略することが頻繁にあります。英語では原則、主語を省略しません。主語がはっきりしない時は、「一般的な人々全体」を指す we, you, they を意味に応じて使います。they は「話し手と聞き手を含まない第三者」を指すときに使います。会話では頻繁に使われる表現です。

Q ハンガリーの首都はどこでしょう？

- ①エゲル ②ブダペスト ③トカイ



正解…②**ブダペスト**
国土の中央北に位置する、ヨーロッパで最も美しいまちのひとつです。中央を流れる川「ドナウ」の名前をとって「ドナウの真珠」「ドナウのバラ」など、その美しさを象徴する呼称があるほどなんですよ。もともとは、川を挟んで東側がブダ、西側がペストというそれぞれのまちに分かれていましたが1873年に合併しました。ちなみに、「エゲル」と「トカイ」もハンガリーに実際にある都市の名前で、どちらもワインの産地として有名です。



讃岐〇〇跡 が国指定史跡に認定

ヒント：2~3ページ

はがきに、クイズの答え・住所・氏名・年齢・広報誌に対する感想を書いてお寄せください。

応募の宛先
〒762-8601 坂出市室町二丁目3番5号
市秘書広報課 宛

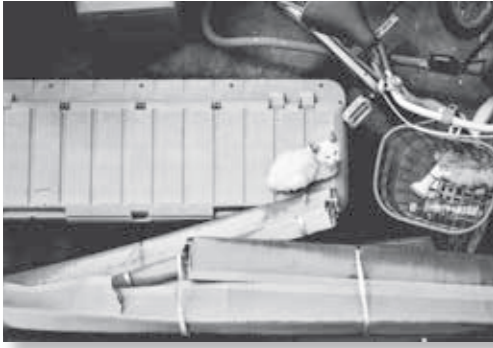
応募締切 5月13日(水)必着

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 キッズ(22人のご応募をいただきました)



新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。



「迷い猫」

坂出商業高校 2年 山地 里奈さん

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！

防災

131CHECK

LISTができました！

「備えが大切なのはわかっているけれど、何をそろえたらいいかわからない」「一応備えてはいるけれど、きちんと備えられているか不安」という人のために作成した、備えのチェックリストです。市の女性職員有志によって構成される防災チーム「さかいで131おとめ隊」令和元年度メンバーにて作成しました。

どんな特徴があるの？
一般的な備えについては「基本的な持ち出し品」「自宅に備えたいもの」「職場に備えたいもの」に分けて記載し、状況に応じた備えができるようにしています。また、高齢者・乳幼児・女性・ペットなど、それぞれに必要なと思われるものを分けて記載し、それぞれの状況に合わせて何が必要かいろいろな視点でチェックできるようにしています。

入手方法は
坂出市のホームページにて公開していますので、印刷してご利用ください。また、市危機監理室でも配布しております。

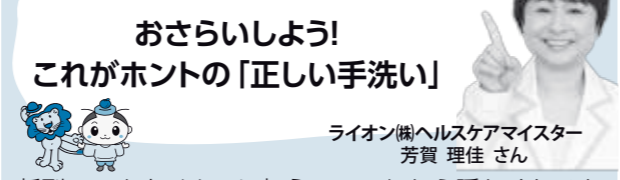
そもそもおとめ隊って？
女性の視点でさまざまな視点で楽しみながら防災ができるよう活動しております。詳しくは市HPをご覧ください♪

坂出 チェックリスト [検索](#)

坂出 おとめ隊 [検索](#)

問合先▷市職員課危機監理室(☎44・5023)

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信



おさらいしよう！
これがホントの「正しい手洗い」

新型コロナウイルスに加えて、これから暖かくなると食中毒のリスクも高まります。どちらの予防も手洗いが重要です。そこで、「洗い残しのない正しい手洗い」についておさらいしましょう！

- 1.流水で目立つ汚れを落とし、ハンドソープを泡立てる**
 - 2.手のひらと指を洗う**
手のひら、手の甲をこすり、指の間は手を組むように洗う。親指は、反対の手でねじるように洗う。
 - 3.指先と爪を洗う**
指先、爪の間は反対の手のひらの上で指先をこするように洗う。
 - 4.手首を洗う**
手首を反対の手でねじるようにして洗い、最後に流水で十分に洗い流す。
 - 5.手を拭くタオルは清潔なものを使いましょう！**
- しっかり「こすり」と「ねじり」を入れた手洗いは約30秒かかりますが、今日から意識してやってみましょう。
- 問合先▷市政策課(☎44・5001)

さかいで131おとめ隊 庄野真紀(危機監理室)
防災ひとくちメモ 今月の放送は 13日・27日(水)pm0:07～、7:07～(FM SUN 76.1MHz)

招くやみ

3月1日～31日 (ご遺族の申込みにより掲載しています)

Recommend 幼児向け

み～んなあくび! どんなあくび?
アニータ・ピスタポシュ 作 / パインターナショナル
ねこちゃん、へびさん、あらいくまくん…み～んなあくびをしているよ。お口のしかけをめくってみてね。ねんねの時間に親子で読みたい絵本。

Recommend 中高生向け

すごいぞ! はたらく知財
内田 朋子ほか 著 / 晶文社
暮らしのなかにある創造物と「著作権」や「商標権」などの権利は深く関係している。ものづくりの仕事につきたい中高生必読の知的財産入門書。

Recommend 一般向け

君がいないと小説は書けない
白石 一文 著 / 新潮社
「ほかならぬ人へ」で初の親子二代での直木賞を受賞した作家が、これまで明かすことのなかった日々を綴る自伝的小説。

キレイキレイのまち 坂出
Library
大橋記念図書館
火～金 9:00～18:00
土・日・祝 9:00～17:00

休館日
7日(木)
11日(月)
18日(月)
25日(月)
29日(金)



図書館で遊ぼう!

12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 読書週間展示 「本とコトバの瀬戸内海」

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、当面の間行事や館内利用について以下のようにさせていただきます。

- ・館内行事…中止
- ・館内閲覧…閲覧席の撤去、長時間のご利用の制限、インターネット閲覧用パソコンの利用停止、2階学習室閉室、新聞閲覧室閉室

今後の状況により急遽利用制限等させていただきます場合もあります。ご迷惑をおかけしますがご協力をお願いいたします。

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
8日(金)	附 属
12日(火)	府 中
13日(水)	加 茂
14日(木)	川 津
15日(金)	西 庄
19日(火)	松山・王越
21日(木)	金山・江尻
22日(金)	坂 出
26日(火)	島しよ部
27日(水)	林 田
28日(木)	府 中

図書館通信
教えて!みんなの好きな本

こどもの読書週間にあわせて、市民展示コーナーで「本とコトバの瀬戸内海」を開催しています。海の生き物をはりつけて、本でいっぱい瀬戸内海を完成させてね。

貸出 ランキング
(令和元年9月～令和2年2月)

順位	タイトル	著者
1	九十歳。何がめでたい	佐藤 愛子 著
2	センス・オブ・シェイム	酒井 順子 著
3	旅ドロップ	江國 香織 著
4	針と糸	小川 糸 著
5	のっけから失礼します	三浦しをん 著

Art Museum

市民美術館 開館時間 9:00～17:00 / 入館無料

美術館選/春のロビー展
会 期 5月5日(祝)～10日(日)

坂出市広報の表紙絵原画展
〈ごとうゆき「坂出12景」のスケッチ画〉



オリンピック復刻ポスター展
〈1976資生堂版/B4オリジナル〉



第8回 さかいでの四季 フォトコンテスト

市制施行70周年を記念して始まった公募展。「さかいで再発見」をテーマにした作品が展示される。
会 期 5月23日(土)～6月14日(日)

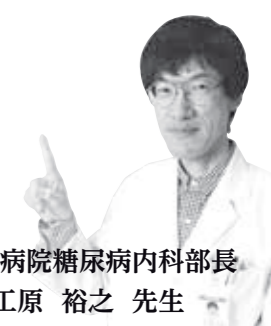
※今年は表彰式と作品講評会を中止し、各賞の伝達は個別に行います。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止の場合があります

薬の正しい飲み方その②

薬を飲むタイミングは大きく3つあります。ご存知のとおり「食前」「食後」「食間」です。最もポピュラーな「食後」から説明すると、これは「食事を終えてから30分以内」です。食事の後は胃の中に食べたものがあるので、胃への刺激が少なくなります。食べ物と一緒に飲むほうが吸収が良くなる薬や、空腹時に飲むと胃を荒らす薬など、飲み薬の中で最も多いのがこのタイプの薬です。「食後」を「食事を終えて30分経ってから」と思っている人もいますが、30分待っているうちにすっかり飲み忘れてしまうこともあります。むしろ食直後に飲んでいただく薬は問題がないようです。

30分という目安は「食前」も同じで、「食事を始める30分前」のことです。薬が溶けて吸収されるまで30分ほどかかりますから、これを逆算して30分前に胃に入れるわけです。胃の調子を整える食欲増進剤や、食べた後の吐き気を事前に抑える薬などは食前に飲むと効果的です。そして「食間」とは食事と食事の間という意味で、食事を終えてから約2時間後が目安です。食間II食べている最中、というのは間違いです。空腹の状態でも吸収が良い薬や、胃の粘膜を保護するための薬などは食間に飲みます。漢方薬の多くも食間の服用を指示されます。



市立病院糖尿病内科部長 大工原 裕之 先生

アルコールよりも有効! 新型コロナウイルス対策・次亜塩素酸ナトリウム液

手すり・ドアノブなど身近な物の消毒にはアルコールよりも塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)が有効です。ハイターやブリーチなどを濃度0.05%に薄めるだけで家庭でも簡単に作れます! 使用する際は、手袋をして十分に換気を行ってください。 ※金属は腐食することがあります。

水1Lにハイターをキャップ1杯または水1Lにブリーチをキャップ1/2杯 ペットボトルなどに常備しておき、使用する際にペーパータオルなどに浸して使用します。(次亜塩素酸ナトリウムを成分とする商品は多数あります。詳しくは商品パッケージやHPの説明をご確認ください。)



問合せ先 市けんこう課(☎44・5006)

休日当番院

3日(祝)	伊藤内科消化器科クリニック 川津町(☎44・1930)内 うちだ小児科医院 駒止町(☎46・2622)小 くわはら医院 宇多津町(☎49・3200)外
4日(祝)	香川成人医学研究所附属診療所ウエルクリニック 横津町(☎45・2312)内 まつむら内科クリニック 江尻町(☎44・1133)内 みのりクリニック 駒止町(☎59・0082)外
5日(祝)	北條クリニック 江尻町(☎46・2201)内 吉田内科医院 元町(☎44・1020)内 まえだ整形外科外科医院 室町(☎46・5056)外
6日(水)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131)内・小・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
24日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195)内・小・外
31日(日)	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 たかはし整形外科医院 笠指町(☎45・6121)外

健康教室

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
13日(水)	10:00~1h ● 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
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
21日(木)	9:30~1.5h ● 上半身の筋力アップ 池田 健康運動指導士	B
26日(火)	14:00~1.5h △ 「ズンゴールド」で楽しくフィットネス! 太田 健康運動指導士	B
27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
28日(木)	14:00~1.5h ● 上半身の筋力アップ 六車 健康運動指導士	B
勤労福祉センター(9:30~11:00) ※13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 森 健康運動指導士	B
22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(火)	☒ 消化器検査の今昔話 消化器内科医員 川西 竜輔	C
13日(水)	☒ 糖尿病教室「心臓のトラブル・・・」 糖尿病内科部長 大工原 裕之	C
27日(水)	☒ 健康寿命を延ばしましょう~脳卒中、フレイル予防など~ 薬局長 香川 雅俊	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)

健幸ライフの第一歩は「食事」から! 地域の食生活改善推進員さんから、坂出ならではのヘルシーレシピを教わりました!

玉ねぎステーキ風

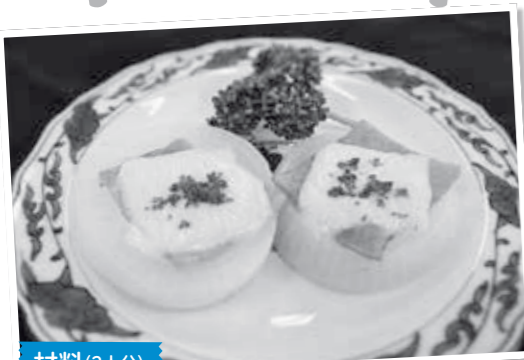


つくりかた

- 1 玉ねぎは皮をむいて横4つに切り、はずれないように楊枝をさしておく。
- 2 耐熱皿に玉ねぎを並べてこしょうをふり、電子レンジで2分加熱する。
- 3 玉ねぎに、切り分けたベーコンとチーズをのせて、さらに1分加熱する。
- 4 皿に盛り付け、パセリのみじん切りをふりかける。



さかいて健幸クッキング



材料(2人分)

- 玉ねぎ 中1個
- ベーコン 1枚
- スライスチーズ 1枚
- こしょう 少々
- パセリ 少々

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。

母子保健行事		場所: 地域保健センター (☎45・7437) 問合せ: 市けんこう課 (☎44・5006)
対象		
3~4ヵ月児健康診査	12日(火) 13:15~14:45	令和2年1月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	21日(木) 13:15~14:45	平成30年11月生まれ
2歳児相談	14日(木) 9:30~11:00	平成30年5月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	7日(木) 13:15~14:45	平成29年10・11月生まれ
3歳児健康診査	28日(木) 13:15~14:45	平成28年10月生まれ
パパママ学級(要予約)	10日(日) 10:00~11:30 13:30~15:30	妊婦のかたと家族
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
もくもく書いスクール(要予約)	22日(金) 10:00~11:30	1歳未満のお子さんと家族
離乳食講習	13日(水) 13:00~14:30	生後4~5ヵ月児とその家族
※場所: かがわ子ども・子育て支援センター 友愛館2階		

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	発達や育児に不安のあるかた	
	15日(金) 9:00~11:00 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	
	14日(木) 13:30~15:30	地域保健センター
献血	5日(祝)	総社社は中止となりました。

投稿写真募集中!

5/13 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
 5月といえば「こいのほり」
 坂出は、家紋入り鯉のほり発祥の地といわれているのでおじゃる!
 市役所ロビーには、まるの紋入り鯉のほりが飾っておるのでぜひ見てのう♪

News まろニュース

今年は4年に一度の「逆打ち」です

白峯寺七棟門

さかいでまるのてぬぐい 600円(税込)
 販売場所:
 坂出市観光案内所(JR坂出駅構内)
 坂出市観光協会
 問 坂出市観光協会 ☎35-8428



市内幼稚園・こども園の5歳児を対象に「幼児ふれあい茶道教室」が開かれ、参加した約200人の子どもたちは緊張しながらもお友だちと楽しく茶道を体験しました。

幼児ふれあい茶道教室



王越町出身の藤本勝美女さんによる万葉にちなんだ作品展覧会が万葉会館で開催されました。柿本人麻呂や小野小町など36人の歌人を描いた鎌倉時代の絵巻物「佐竹本三十六歌仙絵」を模した扇絵とともに万葉絵歌留多百首の展示が行われました。

三十六歌仙扇絵展

男女共同参画シンポジウム
 香川大学の山神 眞一 副学長による基調講演のほか、香川大生で陸上競技選手の田中 侘奈さん、山地里奈さんらと、スポーツにおける女性の地位向上などについてパネルディスカッションが行われました。



高校と図書館がコラボ!

坂出工業高校建築科の吉井 悠起さんと山下 旺雅さんが製作した本棚の引渡式が大橋記念図書館で行われました。「ティーンズコーナー」でさっそく中高生らにおすすめの本を展示しています。



第30回坂出天狗まつりが開催されました。1日目は松山小学校から白峯寺を往復する10.9kmのテングウォークが開催され、子どもから大人まで約700人が参加しました。翌日のマラソン大会では、ランナーが海沿いのコースをさわやかに駆け抜けました。

坂出天狗まつり



▲沿道からの声援をパワーに



▲完走後は天狗うどんのお接待♪



お世話になった園舎とお別れ



府中保育所では卒園生の保育証書授与式の後、閉所式を行い、70年の歴史に幕を下ろしました。

4月から府中幼稚園と府中保育所が統合し、初の坂出市立認定こども園へと移行することから、両園では閉園式が開催されました。



府中幼稚園では在園する園児4人が歌やダンスを披露し、85年間の思い出が詰まった園舎に感謝を伝えました。

