

坂出ゆかりの作家シリーズ⑤



さとうゆうじ「もんけいのあかり」2016年香風園観月会

さとうゆうじ(1958～) 坂出生。高松工芸高校から東京造形大学へ、彫刻科卒。帰郷後y工房(さとうゆうじ+ゆき)を設立し、展示会のほかアートを中心に幅広い活動を続ける。坂出では県道貞光線拡幅工事に伴う歩道灯デザインや姉妹都市サウサリートのArt Festivalに出展、写真の香風園観月会には2016年から毎年あかりを灯す。また20代から続く遺跡倣遊は13ヶ国を超え、特にメキシコは4回の倣遊を重ね様々な形で影響を受けている。



一緒に清掃活動を続けてきた頼れる「相棒」

▶一緒に写るのは、東山さんの清掃活動を共に支えてきた「相棒」!



多い時で週に5日は清掃活動をしているという東山さん。いつもの愛用のスクーターに乗り、発泡スチロールで作った手製の椅子を携えて現場に向かいます。ずっと清掃していると腰が痛くなるので、発泡スチロールで作った椅子を腰に固定し、座って作業できるようにしました。こうした工夫が長く活動を続ける秘訣です。



▲ごみを一カ所に集めた後、種類ごとに分別してから運びます



▶ごみのないきれいな浜

集めたごみは、スクーターでゴミ集積所まで運びます。集めて持ち込んだごみと、既に集積所にあるごみを見比べると、島から出るごみよりも外から漂着するごみの方がずっと多いことに気付かされるといいます。

「櫃石が起源ではないごみのせいで、ごみの島と言われたくない。」清掃活動を続ける東山さんには、そんな複雑な心境があります。



国土交通省四国地方整備局長より表彰



▲表彰状を手渡す池町高松港湾・空港整備事務所長



櫃石島の海岸海浜に漂着するごみの回収を行い、海浜等の環境整備に尽力したとして、東山福さんに国土交通省 地方整備局長から表彰状が贈られました。

この表彰は、東山さんの長年にわたる環境美化活動を称え、海をきれいにするための一般協力者として表彰するもので、与島漁業協同組合櫃石事務所で8月6日に表彰式が行われました。



櫃石の浜で続ける清掃活動

きれいな海を見せたくて地道に続けた7年間

拾った分だけごみが減る

きっかけは、夏休みやお盆の時期に島に帰ってくる島民の家族に「櫃石のきれいな海を見せてやりたい。」と思ったことでした。

そう話すのは、櫃石島東側の海岸や砂浜に漂着するごみの回収を平成25年から行っている東山福さん。

「昔は潮干狩りができて、島の人もよくこの浜に来ていました。けど今では、島から岡山なんかの県外に行く人も増えて、たまに海水浴をしに帰ってくるだけになりました。掃除を続けることで、少しでも昔のきれいな浜に近づけて、たくさんの方がもっと頻繁に戻ってきてくれたらなと思います。今は車で島に来れるんだから。」

ごみを集めていて感じるのは、ごみの種類が変わってきていること。

「私が子どもの頃は、ごみはあっても流木だけ。今でも台風の後には流木が多いけれど、やっぱりプラスチックごみが目立つようになってきました。発砲スチロールの破片なんかは風で飛ばされて木々の間に吹き込むので、一人で拾うのは大変です。」

東山さんによると、以前は魚を入れるト口箱が木製で、古くなれば燃料にして燃やしていました。発砲スチロール製になったことで軽くなった反面、細かい破片がごみになり、残ってしまうようになったそうです。

確かにプラスチック製品やプラスチック包装材料の普及で生活は便利になりました。しかし、ごみとして捨てられると分解せずに残ってしまいます。それに、最近では個包装の商品も多く、捨てられるプラスチックごみが細かくなり、量も増えてしまっています。

「漂着するごみを見ると、プラスチック消費への意識を変えないといけないと感じます。毎日、ごみを拾った場所に新しいごみが流れてきますが、自分が拾った分だけでも海がきれいになったと思えることがやりがいですね。」

きれいな浜を支えているのは地道な清掃活動。暑い日が続く中、浜のごみを減らしたいという想いととも、今日も続いています。



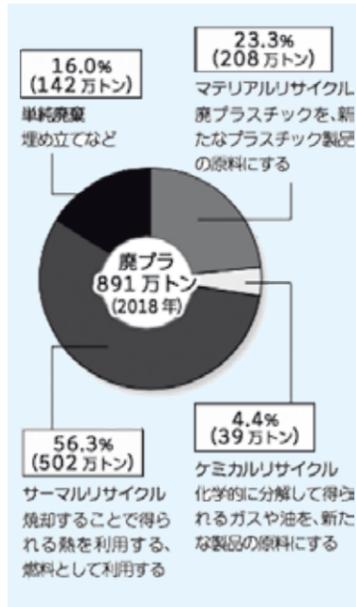
プラスチック消費を考える 私たちの暮らしと海のごみ

県下では、7月1日からレジ袋の有料化が始まり、皆さんもエコバッグを使うなどの取り組みをしているのではないのでしょうか。プラスチックが私たちの暮らしを便利にした一方で、自然環境にどのような影響を与えているのかを考えてみましょう。

① 使用量は毎年増加

プラスチックは形状の加工や着色がしやすい素材です。また、軽量・丈夫で錆びたり腐ったりせず衛生的、そして安価に製造できる素材であるため、飲料や食品などの容器包装、文房具、電化製品など多くの製品に使われています。このように、とても便利なプラスチックの使用量は年々増加しており、世界のプラスチック生産量はこの30年で4倍以上に増えています。

私たちの暮らしはなくてはならないものになっていく一方で、廃プラスチックの有効利用やプラスチックごみの「海洋流出」が国際的な問題となっています。



出典：(一社)プラスチック循環利用協会

海を漂うプラスチックの大部分は陸で出ています

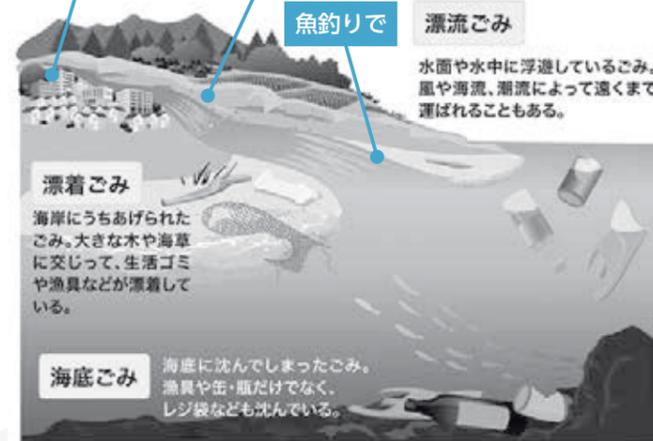


ごみ集積所から風に飛ばされて

河原のバーベキューで

魚釣りで

漂流ごみ



イラスト出典：政府広報オンライン

② 資源循環と地球温暖化

日本では、廃プラスチック有効利用率が84%（2018年）となっており、十分なりサイクルが行われているような印象を受けます。しかし、廃プラスチックが新たなプラスチック製品に再生される割合は全体の23%程度で、残りは廃プラスチックを焼却して得られる熱エネルギーを再利用する、サーマルリサイクルと呼ばれる利用方法です。プラスチックを燃やすと二酸化炭素が発生し、地球温暖化につながります。プラスチック製品として再利用する、マテリアルリサイクルの割合を高め、資源循環を推進することが大切です。

③ 海洋プラスチックごみ問題

レジ袋やペットボトル、漁具などが海に流出し、漂流ごみになる問題が「海洋プラスチックごみ問題」です。海の生き物がプラスチックごみを餌と間違えて食べてしまったり、生き物の体に絡まったりして死んでしまったりすることがあります。また、マイクロプラスチック（※）に吸着した有害物質が食物連鎖を通じて濃縮され、生態系や人体に影響を及ぼす可能性が指摘されています。風や潮流により、ごみが溜まりやすい場所では、水がせき止められるなど災害の原因になることもあります。

注目ワード

マイクロプラスチック（※）って何？

プラスチックは、一旦自然界に流出すると、極めて長い間分解されずに残ります。一説には数十年～数百年も存在し続けるともいわれています。特に厄介なのがマイクロプラスチックです。これは、レジ袋やペットボトル、漁具などのプラスチックごみが風や波、紫外線などによって砕かれ、少しづつ形を変えて細くなったもので、5mm以下の微小なプラスチックごみを指します。回収が非常に困難で、長く海を漂うため、海の生き物や生態系に深刻な影響を与えると考えられています。

④ ごみの分別を徹底して

プラスチック製容器包装のうち、資源ごみとして出されているのは一部で、可燃ごみとして出されているものがあります。分別すればリサイクルされ、資源として有効に活用されるものが、一部ごみとして捨てられているのが現状です。

食品などの容器や、野菜が入っているネット、ペットボトルのキャップやラベル、発泡スチロールなど「プラマーク」の表示があるものは、可燃ごみではなくプラスチック容器・包装として分別してください。



プラマークの表示

日本の一人当たりのプラスチック製容器包装の廃棄量は世界で2番目に多いと言われています。

⑤ SDGs 14.海の豊かさを守ろう

最近、よく耳にするSDGs（エスディージーズ）。皆さんは何のことかわかりますか。一言でいえば、2030年までに世界が達成すべき17の目標を表しています。

日本語では「持続可能な開発目標」と表現されますが、プラスチックごみ削減に努めることもSDGsの取り組みです。

- ① プラスチックの使用を控える
・マイバッグ・マイ箸・マイボトルを使う
- ② プラスチックのリサイクルに努める
・プラスチック製容器・包装は汚れを洗って分別を徹底する
- ③ プラスチックを流出させない
・ごみが散乱しないよう注意してごみを出し、ポイ捨ては絶対にしない。
・海の豊かさを守るために、自分ができることから始めてみませんか。



リフレッシュ瀬戸内



瀬戸内海沿岸の地方自治体等で構成される瀬戸内・海の路ネットワーク推進協議会では、海浜の清掃活動という、誰もが参加しやすい活動を通じて美しい瀬戸内海を守っていくことを目的に、「リフレッシュ瀬戸内」事業として、毎年、瀬戸内海沿岸域で清掃活動を行っています。昨年の一斉清掃でも、参加いただいた住民や企業の皆さんのご協力で、多くのごみを回収することができました。

海のお掃除船「美讃」

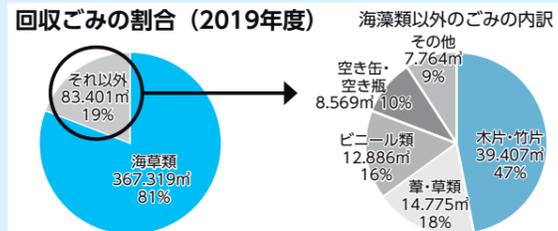
国土交通省四国地方整備局に配備されている海洋環境整備船「美讃」は、漂流するゴミや油の回収作業を日々実施し、坂出港を母港として美しい瀬戸内海の環境や航行船舶の安全を守っています。「美讃」は船体中央にコンテナ式のゴミ回収装置を設け、また長尺の流木等を積み込む多関節クレーンを装備しており、大小さまざまなゴミを回収できます。船体後部にある油回収装置で流出した油の回収も行うことが可能。海面に漂うゴミは「美讃」がゴミに向かって進むことで、双胴船の中央部の回収コンテナに回収されます。



2018年7月豪雨の際に流出したごみを回収する美讃 (写真提供：国土交通省 四国地方整備局)

1. 航行中の美讃。双胴船であることが分かる。
2. 回収のしくみを説明するイラスト
3. ごみ回収コンテナと多関節クレーン

(写真・イラスト提供：国土交通省 四国地方整備局 高松港湾・空港整備事務所)



(データ提供：国土交通省 四国地方整備局 高松港湾・空港整備事務所)

「美讃」が昨年度に回収したごみ約450m³の大部分は海藻類ですが、それ以外にもビニール類や空き缶・空き瓶など不燃物が回収されており、プラスチックごみだけでも12m³以上が回収されています。海のプラスチックごみは長期間にわたって海中を浮遊し、海を汚染し続けることになるため、「美讃」による回収が瀬戸内海の美しい環境を守っているとと言えます。



身につけよう応急手当!!

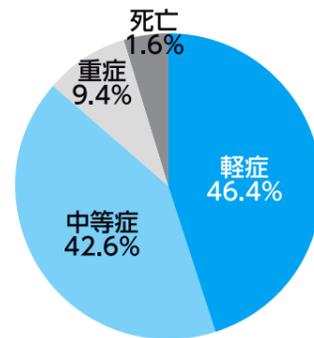
昨年の7月28日、坂出市沙弥島海水浴場で遊泳中に溺れ、心肺機能停止状態に陥った3歳男児に対して、バイスタンダー（現場に居合わせた人）の2人が的確な救命手当を実施し、救急隊到着前に蘇生、後遺症もなく社会復帰した事例に対して、バイスタンダー2人を同年の9月26日に表彰しました。

119番通報してから救急車到着までにかかる時間は、全国平均で約8.7分。このことから、迅速かつ的確な応急手当が生命の危機を回避することにつながります。新型コロナウイルス感染症の影響で、受講人数や開催日などに制限がかかる可能性はありますが、講習は適宜受け付けていますので、是非この機会に応急手当を身につけてみませんか？ご相談ください！

救急車の適正利用にご協力をお願いします!!

令和元年（平成31年）の救急搬送人員は3,672人で、そのうち入院を必要としない軽症者は全体の約46%となっています。

自分たちの力で医療機関へ受診できる人が救急車を利用してしまうと、重篤な傷病者や緊急性の高い傷病者の元へ到着する時間が遅れてしまう可能性があります。



本当に救急車が必要な人のもとへ救急車を!

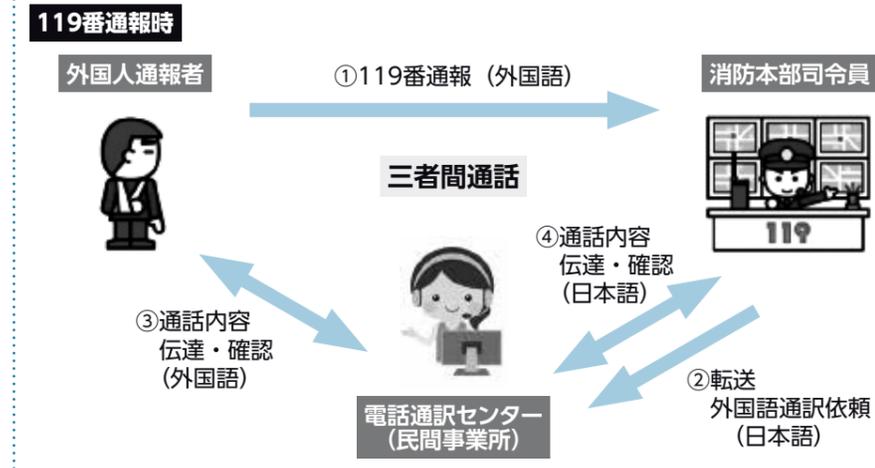


救急車を呼ぶかどうか迷ったときは

香川県救急電話相談 ☎087・812・1055
 小児救急電話相談 ☎#8000
 (ダイヤル回線・IP電話からは) ☎087・823・1588

119番通報への多言語対応が可能に!

三者間同時通訳の流れ



外国人からの119番通報時や救急・火災現場で迅速に対応できるように「多言語通訳サービス」を導入し、7月より運用を開始しています。

【対応言語 (11か国語)】

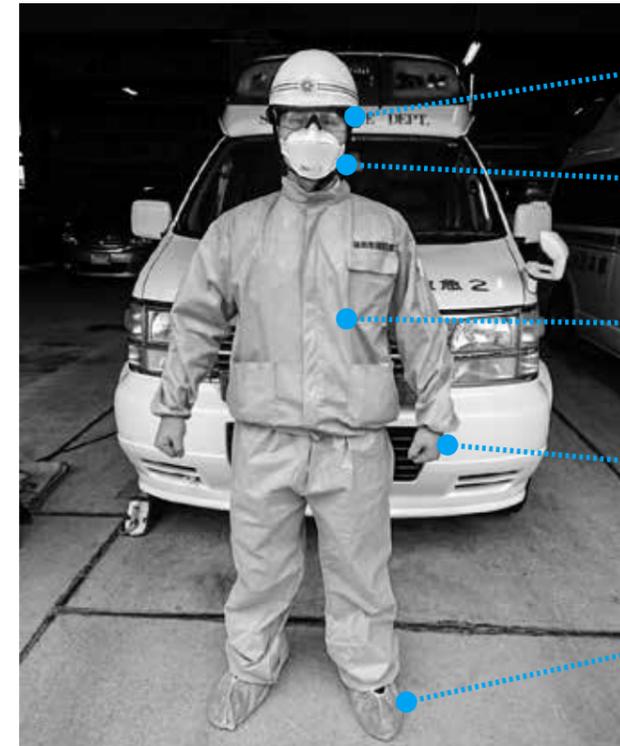
英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、タイ語、ベトナム語、ロシア語、フランス語、タガログ語、ネパール語

9月9日は救急の日

本年は新型コロナウイルス感染症により、例年以上に感染予防が注目されています。濃厚接触については『距離や時間』などについて注意されていますが、救急隊員はどうしても感染が疑われる患者と接触し病院に到着するまで会話をすることもあります。

ここでは、救急隊員がお互いの感染を避けるために、どのような対策を行っているのかをご紹介します。

問 市消防本部 ☎46・0119



ゴーグル

目の粘液から感染するのを防止します。

マスク

サージカルマスクやN95マスクを着用し、体内にウイルスや菌が侵入するのを防ぎます。

感染防止衣

血液やウイルスに直接隊員が接触しないように守っています。

ゴム手袋

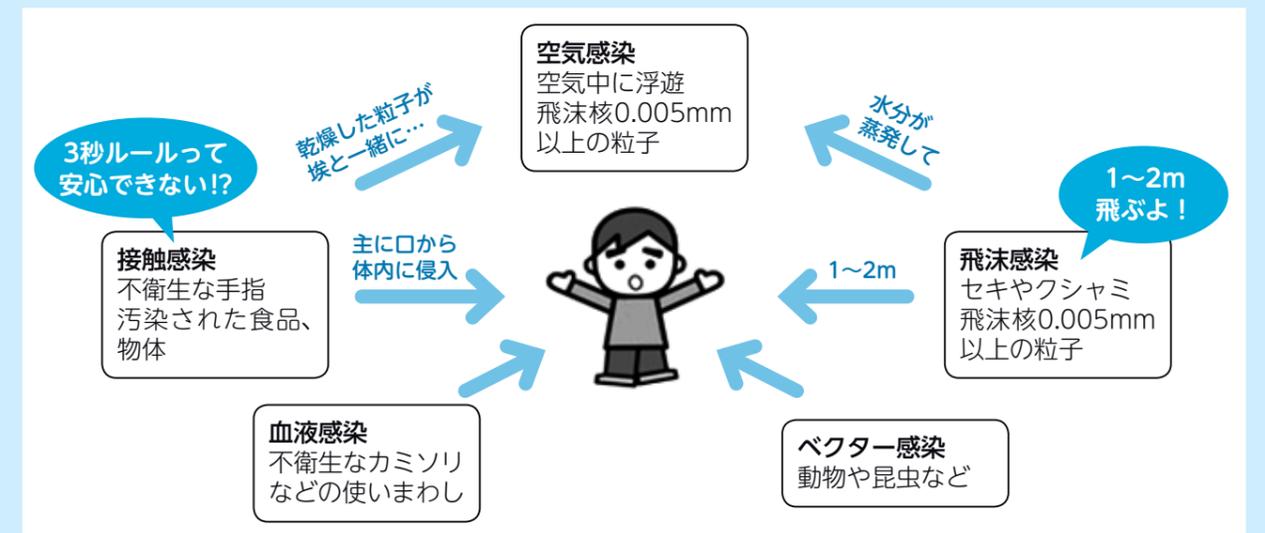
患者や器材に触れても違和感のないように薄手で丈夫な物を使用。救急用のスマートフォン操作もできます。

シューズカバー

靴下または直接靴の上に履いて、足下からの感染を防ぎます。

感染経路について

皆さんは、ウイルスや細菌がどうやって体の中に入ってくるかご存知ですか？実はさまざまな経路から、口や鼻などの粘膜を通して、私たちの体の中に入ってきます。ここでは、おもな感染経路についてご紹介します。



救急隊員は救急現場から帰ってきたら、感染経路を断つためにしっかりと手洗いうがいを実施し、救急車内の消毒を行って次の現場に備えています。

「さかいで暮らしの便利帳」 についてのお詫びと訂正

現在、市内の各世帯に配布中の「さかいで暮らしの便利帳2020」59Pの介護保険制度の施設サービスに記載しております、「介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）の要介護度」について、誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

●さかいで暮らしの便利帳の訂正箇所

ページ	59	
区分	福祉・介護	
項目	施設サービス	
訂正内容	要介護度の訂正	
誤/正	誤	正
	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）要介護1～5	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）要介護3～5

■詳しくは、市秘書広報課(☎44・5000)へ

Net119緊急通報システムの 登録説明会を開催します

～音声を使わない119番通報～

聴覚や発話の障がいにより音声による119番通報が困難な方が携帯電話等のインターネット機能を利用し、119番通報を行うことができるシステムです。

対象

市消防本部管内（坂出市・宇多津町）在住または在勤・在学中で音声による119番通報が困難な方
※聴覚や発話の障がいにより身体障害者手帳をお持ちのかたには、案内文書を発送しています。

日時 10月4日（日）①10:00 ②13:00

※要事前申込み

場所 市役所本庁舎2階 大会議室

申込み方法

市ホームページより申込書をダウンロードし、FAXでお申込みください。

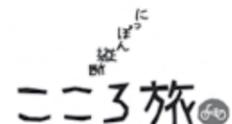
申込書は、市消防本部、市ふくし課にもあります。

登録費 無料 ※通信料は別途必要

■詳しくは、市消防本部(☎46・0119、FAX46・4491)へ



にっぽん縦断こころ旅～2020秋の旅～ あなたのこころの風景&エピソード募集中!



NHK-BSプレミアムで放送する『にっぽん縦断こころ旅』。俳優の火野正平さんが、番組に寄せられたエピソードをもとに、地元の人々とふれあいながらこころの風景を訪ねます。
“2020秋の旅”は、北海道をスタートし、香川・愛媛・そして高知を目指す12週間の旅をします。その旅のルートは、皆さんから寄せられたお手紙で決まります！
皆さんの心にある坂出市の思い出の風景や情景を、エピソードを添えて出してみませんか？

香川県の放送予定 12月7日(月)～11日(金)

応募方法

①住所 ②名前 ③電話番号 ④性別 ⑤年齢 ⑥思い出の場所・風景 ⑦場所にまつわるエピソードを記入して下記まで。

ファックス 03・3465・1327

はがき・封書 〒150-8001

NHK「こころ旅」係（住所不要）

締め切り 10月19日(月) 必着

▼応募の方法については番組ホームページをご覧ください

http://nhk.jp/kokorotabi または「こころ旅」で検索！

■詳しくは、NHKふれあいセンター

(☎0570・066・066(ナビダイヤル)または☎050・3786・5000)へ



(写真提供NHK)

キャッシュレス・ポイント還元事業 がんばろう坂出!!スマホ決済で最大20%戻ってくるキャンペーン

問 市政策課 ☎44・5001



PayPay利用で最大20%のポイント還元



「新しい生活様式」に対応した感染防止対策として、事業者と協力してキャッシュレス決済の普及を推進し、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた地域経済の回復と市内の消費喚起につなげることを目的として、スマートフォン決済「PayPay」と連携したポイント還元キャンペーンを実施します。

キャンペーンの期間中に市内の対象店舗でPayPayを利用して支払いをすると、利用金額の最大20%分のポイントが還元されます。

キャンペーン期間 10月1日（木）～31日（土）

対象となる店舗 坂出市内のPayPayが利用できる店舗のうち、飲食業・小売業・サービス業等を中心に市が対象として指定する店舗等

ポイント還元率

最大で**20%**

決済1回あたりの付与上限額

1,000円相当

期間中の付与上限額

5,000円相当

一般のお客様

PayPayの登録方法と

使いかた→

※PayPayの利用に関するお問い合わせは下記まで

■PayPayカスタマーサポート窓口

電話番号：0120・990・634

24時間受付/土日祝日を含む365日



導入を検討している店舗は下記までご連絡ください。

■PayPay株式会社 高松拠点 メール：shopinfo-takamatsu@paypay-corp.co.jp

店舗名、お名前、ご連絡先をいただきましたら担当営業よりご連絡します。

(仮称)坂出市中小企業支援センターの ロゴマークデザインを募集します

問 市企業活力推進室 ☎44・5103

坂出市では、行列のできる中小企業の相談所として全国的に注目を集める「Bizモデル」に基づき、「(仮称)坂出市中小企業支援センター(Biz)」を来年2月に開設します。そこで、センターの認知度向上や利用者の愛着醸成を図るため、センター関連のプロモーションや看板等に使用するロゴマークデザインを募集します。

●Bizの特徴

- ・提案解決型の支援（課題を指摘するだけでなく、売上向上につながる提案を行います）
- ・継続的な支援（単発の支援でなく、チャレンジの効果を継続的に追いかけます）
- ・相談者（企業）の強みを生かした提案（お金をかけず、知恵で勝負します）

●デザインの条件について（一部抜粋）

- ・「Saka-Biz」または「さかBiz」の文字が使われていること
- ・青色（瀬戸内海のイメージ）が使われていること
- ・企業や地域に元気を与える印象であること
- ・下地は白地で作成すること

●応募方法・期間

応募方法：クラウドワークスにおいて本市が掲載する仕事情報より（会員登録無料）

応募期間：9月15日（火）～28日（月）

※その他、詳しくは募集要項をご覧ください。



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。

はだしで大地を感じて! はだしフェスタ in 坂出2020

問 はだしフェスタin坂出実行委員会 ☎46・4088

裸足を通じた健康増進をメインテーマに、裸足で運動をする良さや楽しさを伝えるはだしフェスタを開催します。

当日は各アクティビティやスタンプラリーなどの楽しい企画が満載。

日時 **9月6日(日) 10:00~15:00** ※雨天中止

場所 瀬戸大橋記念公園 芝生広場

定員 300人限定

料金 大人 500円
小人 300円



当日エントリー・
途中参加もOK

現代童画とオペラ歌手のコラボレーション バス・バリトン村山岳サロン・リサイタル

問 市文化振興課 ☎44・5036

—Reisen mit Musik—音楽と共に旅をする
～歌とトークで綴るコンサート～

香川県出身で、国内外で活躍しているオペラ歌手の村山岳氏が市民美術館の現代童画作品に囲まれて演奏します。ピアノは坂出高校出身の藪内利枝子氏。秋の夜の美術館に響く歌声に酔いしれてみませんか。

日時 **10月17日(土)
18:00開演(17:30開場)**

場所 市民美術館

定員 先着35人

料金 一般 1,000円
学生(高校生以上) 500円

申込 9/7より電話受付
(平日9:00~17:00)



令和2年度にぎわい創出事業 八十場まちおこし お宮でライブ!

問 市にぎわい室 ☎44・5015

松山千春さんのモノマネでおなじみ、高松千春さんの音楽ライブを白峰宮からお届けします。

9月1日から会場に岡山富男さんの作品である擬人化したユーモアあふれる動物たちの展示を行います。

日時 **9月1日(火)~10月4日(日)**

※高松千春さんの無観客ネット配信ライブは
10月4日(日) 14:30~15:30

ライブ配信は
You Tubeチャンネル
高松千春「今日を生きる」

場所 白峰宮(西庄町1719)
料金 無料



令和2年度にぎわい創出事業 フラフェスタ2020 inさかいで

問 市にぎわい室 ☎44・5015

本市で活動するフラダンスグループによるフラダンスステージを開催します。今年は坂出駅北口の市民広場に会場を変更して行います。

日時 **9月20日(日) 11:00~14:00**

場所 市民広場

※雨天の場合は中央公民館多目的ホール

料金 無料



健幸 通信

Vol.41

「孤食」から「共食」へ

問 市けんこう課 ☎44・5006

近年、核家族化やライフスタイルの多様化により、家族がそろって食事をする「団らん」の機会が減り、一人で食事をする「孤食」が増えています。一人で食事をする、食べるものが偏って、栄養バランスを取りにくくなりがちです。

家族みんなで食卓を囲む団らんの場で、子どもは正しい食生活の基礎や、食事のマナーを学び、コミュニケーション能力をはぐくんでいきます。家族や仲間と共に毎日の食事をおいしく味わいながら食べる「共食」がこころから健康のために重要です。

●食事を毎日1人で食べる割合(%)

	小学5年	中学2年	高校2年	成人
朝食	15.9	26.6	32.6	34.2
夕食	10.3	7.7	10.5	26.0

※第2次坂出市健康増進計画中間見直し版より

私のマイチャレ「健幸宣言」



かなさき にらいさん
金崎 仁徠衣さん

プロ野球選手になるぞ!!

ぼくは野球が大好きで、将来はソフトバンクホークスの選手として活躍したいです。そのために、毎日素振りをし、お父さんと家でも練習をしています。

そして、大きくなるために、ごはんもたくさん食べています。毎日お母さんがおいしいご飯をたくさん作ってくれて、おじいちゃん、おばあちゃん、お父さん、お母さん、妹と一緒に楽しく食べています。家族みんな野球が大好きで、応援してくれるので、これからもたくさん練習して、プロ野球選手になります!

第20回 香風園 観月会

中秋の名月にあわせ、ライトアップされた日本庭園「香風園」を会場に、幻想的な雰囲気の中で、中秋の名月を鑑賞しながら、ゆったりと音楽を楽しみませんか。

日程	時間	演奏
9/29(火)		一般開放のみ
9/30(水)		一般開放のみ
10/1(木)	19:00~20:00	邦楽演奏会 今藤 長由利 先生ほか
10/2(金)	19:00~20:00	サヌカイト演奏 シンシア ピアノ三重奏 トリオ・ルーナ
10/3(土)	19:00~20:00	ジャズサクソフ 四重奏 TANT

問 市観光協会 ☎35・8428

期間 **9月29日(火)~10月3日(土)**
開園時間 **18:00~20:30**
場所 **香風園**



※各演奏会当日が雨天の場合、香風園西隣の市民ふれあい会館にて開催します。場内では必ずマスクを着用してください。(警報発令時は全行事中止)

第26回一日子育て支援センター

問 市こども課 ☎44・5027

「子育て支援」よく耳にする言葉ですが、以前は地域みんなで子育てをするのはあたりまえのことでした。

子どもは、家族以外の人たちからたくさんを学び、心豊かな人間に育ちます。地域の人々とふれあいたい子育て奮闘中のかたは、お気軽にお越しください。

●子育て支援センター 開催時間 10:00~11:00 内容 育児相談、親子あそび、情報交換、地域のかたとのお話

日 時	場 所	日 時	場 所
9月1日(火)	東部老人いこいの家	9月17日(木)	林田公民館
9月9日(水)	松山公民館	10月16日(金)	勤労福祉センター
9月10日(木)	金山集会所	10月28日(水)	西庄公民館
9月15日(火)	南部公民館	11月18日(水)	川津老人いこいの家
9月16日(水)	府中公民館		

※コロナウイルス感染拡大防止のため、参加人数を制限させていただきます場合があります。また、当日はマスク着用(大人のみ)での参加をお願いします。



地域子育て支援センター(2ヵ所)や、各地区の保護者で結成した子育てサークルへのご参加もお待ちしております。育児不安についての相談や、子ども・親同士のふれあいや情報交換等を行っています。

- 坂出子育てふれあいセンター みどり保育園内 ☎46・4363、44・3930
- きんか子育てふれあい教室 きんかこども園内 ☎46・8747

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会巡回展

問 市生涯学習課 ☎44・5025

東京2020大会の延期開催に向けた機運醸成のため、オリンピック聖火リレートーチ等を活用した巡回展が開催されます。

日 程 **9月25日(金)、9月28日(月)~10月1日(木)**

時 間 8:30~17:15

場 所 市役所本庁舎1階 市民ロビー

内 容 オリンピック聖火リレートーチ、東京2020公式アートポスターの展示

※展示スペースの都合上、日によって東京2020公式アートポスターの展示作品が変わる可能性があります。

その他 いずれの展示物も写真撮影は可能ですが、手を触れることはできません。

オンライン舞台芸術ワークショップを開催します

問 市文化振興課 ☎44・5036

台本の読み方や殺陣などの舞台芸術をZOOMを使ったオンラインレッスンで学びます。

募集期間 **9月1日(火)~10日(木)**

定 員 50人

参加費 無料

内 容 各プログラムを下記の日程で開催

- ①「刀を使って踊ってみよう」10:30~12:00(90分×3回)
- ②「オンラインで台本を読んでみよう」13:00~14:30(90分×3回)
- ③「殺陣を学ぼう」15:00~16:30(90分×3回)

開催日 **9月13日(日)、9月21日(祝)、10月4日(日)**

そ の 他 パソコン(カメラ・マイク)、インターネット環境等は、受講者でご準備ください。

申 込 電話で市文化振興課(☎44・5036)へ

令和2年度敬老会について

敬老会は、坂出市から婦人会や自治会への委託により、9月を中心に各地区で開催されていますが、今年も新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、例年通りの対象者が一堂に会した会合形式の開催は困難であると判断しました。つきましては、婦人会や自治会から対象者への記念品の配布等をもって、敬老会の開催に代えさせていただきます。

また、これまで敬老会の会合の中で実施しておりました「ご夫婦どちらかが80歳以上表彰」の記念品についても婦人会や自治会に配布をお願いしていますが、一部、市より直接対象者に配送する場合があります。

■詳しくは、市ふくし課(☎44・5007)へ

交通死亡事故ワースト上位からの脱却!!

9月21～30日まで「秋の全国交通安全運動」が行われます。

■スローガン

車より人が優先 讃岐マナー

■運動重点

- ①子供を始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
- ②高齢運転者等の安全運転の励行
- ③夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転の防止
- ④全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ⑤横断歩道利用者の安全確保

■詳しくは、市共働課(☎44・5000)へ

情報開示の状況

坂出市情報公開条例第25条の規定により、令和元年度の行政文書の公開の実施状況を公開します。

内 訳		公開請求の件数
全部公開決定の件数	45件	70件
一部公開決定の件数	23件	
非公開決定の件数	2件	

■詳しくは、市総務課

(☎44・5002)へ

個人情報の開示

坂出市個人情報保護条例第52条の規定により、令和元年度の個人情報の開示等の実施状況を公開します。

利用停止請求の件数	内 訳			開示請求の件数	個人情報取扱事務の登録件数
	訂正請求の件数	一部開示決定の件数	全部開示決定の件数		
0件	0件	1件	20件	16件	37件
0件	0件	1件	20件	16件	516件

■詳しくは、市総務課

(☎44・5002)へ

9月10日は「下水道の日」

「マンホール町をきれいにするとびら〜」

Q 下水道って、なぜ必要なの？

A 発生した汚水をそのまま流すと川や海が汚れます。下水道が整備されると、蚊やハエのいない衛生的な生活環境が確保でき、海や川の水質汚濁が解消され、美しい自然環境を取り戻すことができます。

Q 下水道の日ってなんですか？

A 下水道施設の全国的な普及を図るため、下水道の大きな役割の一つである「雨水対策」を念頭に、台風シーズンである210日を過ぎた220日(立春から数えて)が適当であると考え、9月10日を下水道の日としたものです。

汚水整備事業の効果を最大限發揮させるためには、汚水管敷設置地域の各家庭が水洗便所、台所、洗濯、風呂などの排水設備を汚水管に接続していただく必要があります。

下水道整備工事に際しましては、騒音や振動、交通規制などご不便・ご迷惑をおかけしますが、ぜひとも下水道の意義をご理解いただき、ご協力をお願いします。

※排水設備工事は、坂出市排水設備指定制事店へお申し込みください。

■詳しくは、市都市整備課

(☎44・5017)へ

空き家を考えよう〜手遅れになる前に

令和2年度空き家対策セミナー

空き家の適切な管理や活用方法、相続する際の注意点などについて、専門の講師によるセミナーを開催します。

講師 NPO法人 空家・空地管理センター 代表理事 上田 真一 氏



日時 10月7日(水)

13時30分～16時30分

(15時30分～支援制度の紹介)

会場 香川県庁東館2階 香川県庁ホール

※中讃・東讃・西讃・小豆の各地域にサテライト会場を設置予定です。

定員 150人(先着申込順)

参加費 無料

申込方法 FAXまたはメールに住所・氏名・連絡先を記入の上、お申込みください。

申込期間 9月23日(水)まで

■詳しくは、香川県土木部住宅課

(☎087・862・3588)

☎087・806・0247

✉jutaku@pref.kagawa.jp

令和2年10月から 乳児のロタウイルスワクチンが定期接種になります

問 市けんこう課 ☎44・5006へ

乳児のロタウイルスワクチンが令和2年10月から定期接種(無料)になります。

■ロタウイルス胃腸炎とは

口から侵入したロタウイルスが腸管に感染して発症します。感染力が非常に強く、手洗いや消毒などをしっかりしても、感染予防をすることが難しいため、乳幼児のうちにほとんどの子どもが感染します。乳幼児の急性胃腸炎の入院の中で、もっとも多い感染症です。



■接種対象者

令和2年8月1日以降に出生したお子さんと、接種期間と回数はワクチンごとに以下のとおりです。

接種期間と回数

ワクチン名	【ロタリックス】	【ロタテック】
接種時期	生後6週から24週まで	生後6週から32週まで
接種回数	2回接種(4週間以上の間隔をあける)	3回接種(4週間以上の間隔をあける)

※令和2年10月1日からの接種が定期接種(無料)の対象となります。

任意接種(有料)として生後6週0日後となる日から初回接種は可能ですが、9月30日以前の接種は定期接種(無料)の扱いとはなりません。ただし、任意接種(有料)として1回目を9月30日以前に接種した場合でも、2回目以降は定期接種(無料)として接種が可能です。

最近よく聞くけど おとなの発達障がいって何なん?

問 市ふくし課 ☎44・5007へ

発達障がいとは……

複数のことに注意が払えない、説明されたことのイメージがうまく作れないなど、生まれながらに持つ特性であり、本人の性格や保護者のしつけが原因ではありません。発達障がいにはいくつかの種類があり、それらの間に明確な境界線はありません。



大切なのは、特性を知り、生活にもたらす影響と必要な対応策などを検討することです。

このような特性があると、日常生活で右のような状態が見られます。



- どの職場でも注意されることが多くて仕事が続かない
- 高校は卒業したが、就職が決まらず、家にいる
- 育児、家事、仕事を要領よくこなすことが難しく、周りに迷惑をかけてしまう
- 入学後、大学になじめず欠席が続いているため、留年が心配だ
- 職場で仕事の話はできるが、日常会話が苦手で、職場の人間関係がうまくいかない
- 家族に相談せずに衝動買いをしてしまい、家族に迷惑をかけてしまう

障がい療育 相談

毎月第2火曜日 9:30~11:30

下記日程については発達障がいの専門家が同席し、上記のようなことでお困りのかたの巡回相談を行っております。お気軽にご利用ください。(事前に電話での予約をお願いします。)

9月8日(火)・12月8日(火)

くらしの情報



イベント

第41回体力づくり壮年ソフトボール大会

市生涯学習課 ☎44・5025

時 9月20日(日)午前8時～
場 総社グラウンド
対 坂出市在住、1チーム15人以上(監督含む)
内 30歳以上の部、40歳以上の部、50歳以上の部
料 無料
申 9月14日(月)必着

五色台自然楽校 ～秋の美りをいただきよう～

休暇村讃岐五色台 ☎47・0231

時 10月4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 自然観察、森づくり、木の美でデザート作り
料 フルグループ
申 10月1日(木)申込締切

相談・その他

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 9月19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)

無料調停相談会

丸亀調停協会 ☎28・5985

時 9月10日(木)午前10時～午後3時
場 丸亀市生涯学習センター
内 交通事故・損害賠償・土地建物・家庭問題・遺産相続等の相談
他 当日はマスク着用をお願いします。

第63回坂出市王座決定卓球大会

坂出市卓球連盟事務局 ☎090・4339・4403

時 10月4日(日)午前9時～
場 市立体育館
対 県内在住のかたのみ
料 【一般・高校生】シングルス8000円
【中学生】シングルス6000円
申 9月17日(木)必着
他 無観客試合となりますのでご注意ください

第111回さかいで楽市楽座九月市

同実行委員会 ☎46・2701

時 9月20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。

マームとジプシー 演劇公演

四国学院大学パフォーミング・アーツ研究所 ☎62・2324

時 9月26日(土)・27日(日)
場 同大学ノーススタジオ(善通寺市)

みんなで健幸ウォーキング

みんなてスポーツさかいで事務局 ☎85・5354

時 ①9月13日(日)②24日(木)
午前9時～正午(受付8時50分)
場 府中ダム駐車場集合
内 日本有数のカヌー競技場・府中湖を歩く(さかいで健幸マップのコース⑩)
料 1000円(保険料・会費無料)
申 ①9月10日(木)②18日(金)
他 ※今回から事前予約が必要となりますので、ご注意ください。

「法の目」三土業合同無料相談会

香川県土地家屋調査士会 ☎087・821・1836

時 10月3日(土)午前10時～午後3時
場 市民ふれあい会館
内 相続等の不動産登記・商業登記・成年後見、土地建物の調査・測量・分筆等の登記および境界問題、その他法律相談
料 無料(予約不要)

暮らしの相談会

香川県弁護士会 ☎087・822・3693

時 9月10日(木)午前10時～午後1時
場 香川県弁護士会館(高松市)
内 面接相談(要予約)または電話相談
料 相談電話番号 ☎087・802・5228 (相談口のみ開設)

四国学院大学オープンキャンパス

同入学課 ☎0120・459・433

時 9月22日(祝)午後1時～4時30分(予定)
場 四国学院大学(善通寺市)
内 キャンパスツアー、モデル授業、オンラインセミナー※など
他 ※オンラインセミナーに参加すると受講証明書が発行され、総合型選抜の「体験報告型」の受験の際に利用できます。

講座・募集

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 9月14日(月)午前10時30分～正午
場 まろっ子ひろば
対 0歳～5歳くらいまでの子どもと保護者、妊婦さん
内 家計に関する心配事などについて情報提供、個別相談
料 無料(個別相談は要予約)
他 協力：坂出市社会福祉協議会

五色台でフラフト体験

五色台ビクターセンター ☎47・2479

自然由来のおもちゃやお部屋のインテリアなど家庭で楽しめるものづくり体験をご用意して皆さまをお待ちしています。メニューはいろいろあるので、気軽にお問い合わせください。
例：バターナイフ、ゴム鉄砲、グライダー、竹とんぼ、キャンドル、万華鏡、マイ箸作り、手芸かご、ハーバリウムなど

オンラインゲームで高額な請求が！

香川県消費生活センター ☎087・833・0000
消費者ホットライン ☎188(局番なし)

子どもが、無断で親のクレジットカードを使ってオンラインゲームで課金し、高額な請求が届いた「無料だと思っていたゲームのアイテムが、実際には有料だった」などの相談が寄せられています。
周囲の大人は、ゲームの課金の仕組みや支払い方法を理解しておきましょう。日頃から親子でゲームの利用ルールをよく話し合っておくことが大切です。
以前、端末に入力したクレジットカード情報が、登録されたままになっていることがあり、クレジットカードやキャリア決済の暗証番号などの管理を徹底しましょう。
困った時は一人で悩まずに香川県消費生活センターへお電話ください。

新版坂出市史を読む会

坂出市史編さん所 ☎44・4044

時 9月5日(土)・10月3日(土)午前10時～
場 勤労福祉センター
内 坂出の歴史を一緒に読んでみませんか

令和3年度 准看護学生募集

坂出市医師会附属看護学院 ☎45・4080

時 (試験日)10月8日(木)午前9時～
定 20人
申 10月6日(火)必着

危険物取扱者試験(第2回)

市消防本部予防課 ☎46・0119

時 (試験日)11月22日(日)乙種第4類
23日(祝)甲種・丙種・乙種(第4類除く)
場 香川大学創造工学部(高松市)
申 書面：10月6日(火)～15日(木)
電子：10月3日(土)～12日(月)に、
(一財)消防試験研究センターへ

ガーデンセミナー

坂出緩衝緑地管理事務所 ☎45・6820、☎43・5213

①家庭菜園冬野菜基礎編②ハーブの育て方と利用方法
時 9月27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 ①②各12人(申込先着順)
料 ①5000円②1,0000円
申 8月30日(日)から郵便、FAXまたはメールで申込受付

国勢調査2020

国勢調査坂出市実施本部 ☎85・7100
市政課 ☎44・50001

今回の国勢調査では、新型コロナウイルス対策のため、調査員はインターホン越しに説明を行い、調査書類を郵便受けなどに投函します。インターネットまたは郵送での回答にご協力をお願いします。

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

お問い合わせの水道業者または
坂出市上下水道工業協同組合 ☎45・4633

税

固定資産税※……………3期
国民健康保険税※……………3期
介護保険料……………3期
後期高齢者医療保険料……………3期

今月の納税

納期限は、9月30日(水)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。
※(ストアでも納められます)

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。

9月は「健康増進普及月間」

『1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～健康寿命の延伸～』

健康で長くいきいきと暮らすために、毎日の生活の中で『運動』『食事』『禁煙』を考えてみませんか。

1に運動 プラス10分で健康寿命を延ばしましょう
普段から元気に体を動かすことで、糖尿病・心臓病・脳卒中・がん・ロコモティブシンドローム・うつ・認知症になるリスクを下げることができます。

2に食事 毎日野菜をプラス1皿
大人が一日に必要な野菜の摂取量は350gといわれています。意識しておいしく野菜をとることで、バランスのよい食生活につながります。

しっかり禁煙 タバコの煙はマイナス
望まない受動喫煙の防止を図るため、2020年4月から屋内全面禁煙となっています。この機会に禁煙を始めませんか。

マイチャレかがわ! に挑戦★
毎日の生活に取り入れた「運動」「食事」などで、ポイントを貯めて、ステキなごほうびをGetしよう!
☎市けんこう課 ☎44・5006

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

毎年全国で約2万人余りのかたが自ら命を絶っており、坂出市では平成30年に11人のかたが亡くなっています。いま、新型コロナウイルス感染症拡大において、不安や悩みを抱えていることもあると思います。まずは身近にいる大切な人の悩みに気づくことが大切です。気づいたら、声をかけ、支え合うことが自殺予防につながります。自殺予防週間にあわせて全国一斉の『暮らしとこころの相談会』が実施されます。市けんこう課でも、毎月臨床心理士による個別相談『こころの健康相談』を実施しています(要予約・相談料無料)。1人で抱え込まないでご相談ください。家族や知人からのご相談も受け付けています。
☎市けんこう課 ☎44・5006

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	16日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	15日(火) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	7日(月) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
記帳指導相談 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	16日(水) 13:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00 13:00~15:00 13:00~15:00 14:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00 12:30~16:30	市農工会議所 (☎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3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 (発達障がい含む)	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) きんかこども園内(☎46・8747) まるっ子ひろば内(☎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) 9:30~12:00	
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	
成年後見制度専門職相談 (弁護士・司法書士) <small>※3日前までに要予約</small>	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)* 8:30~17:15	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)

学園だより



岩黒中学校
バドミントン部
3年 岩中 楓さん



岩黒中学校バドミントン部の部員は、3年生の私一人です。毎日、限られた時間の中で、一つ一つの練習を丁寧に取り組んでいます。今年度は、自分で課題を見つけ、直していくことを大切にしています。練習で良かった点と改善点を、

先生方のアドバイスを参考に振り返り、翌日の練習に生かしています。自分のプレーを見つめ直すことで、自分の強みや弱点に気がつき、試合でも成長を感じられるようになりました。7月の交流大会を最後に引退することになりますが、悔いの残らないように全力で大会に臨みたいです。

居心地のよい環境をつくること

いじめを生まないために大切なことは何だと思いませんか。私は、気づきと居心地のよい環境を作り出すことだと思います。私は、気づくということ、自らを改めて知り、心が動くことだと思います。

私が小学生の頃、グッドカード活動がありました。これは、誰かにしてもらったことやその人のすごいと思ったことをカードに書き、お昼の放送で紹介し合い伝えるという活動でした。私は、この活動をするまでは、人を褒めることが苦手で、どちらかというと人の嫌な面を見てしまいがちでした。しかし、これ以降は前より褒めることが上手にできるようになりました。そして、中学生になった今、友だちの良さに気づけるようになりました。私自身は学校生活で一度も、いじめを受けたことはありません。それは、私たちがこのような環境作りによって人々の良さを実感したからではないでしょうか。そして、それに気づけたからだと思えます。私は今、中学三年生ですが、高校生になると新たな環境で生活していかなくてはなりません。そのときには、新しい環境の中で気づき、居心地のよい場づくりができるような人になりたいと思っています。



人権だより



瀬居中学校
3年 荻野 ひかりさん

minnano hiroba

みんなの広場

挑戦！おもてなし英会話



今月も、先月に続いて市役所新庁舎の話題です。

What is in this showcase?

このショーケースの中は何ですか。



It is a collection of gifts from Sausalito. It's a sister-city of Sakaide. It's located just north of San Francisco across the Golden Gate Bridge.

サウスリート市から贈られた贈り物のコレクションです。サウスリートは坂出の姉妹都市で、サンフランシスコから金門橋を渡った北側に位置しています。

道案内によく出てくる単語 across は、「～の向こう側へ、～を渡って」という意味です。locate は、「ロケーション」から想像されるように「位置づける、場所を特定する、本拠地を置く」の意味があります。

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 世界でも珍しいハンガリー特有のユニークな税制度は何でしょう。

- ①自転車税 ②マスク税 ③ポテトチップス税



レベカさん

正解…③ポテトチップス税
「ポテトチップス税」は俗称で、正しくは「国民健康製品税」と言います。国民の肥満防止のため2011年からこの税制度が導入されました。対象となるのはポテトチップスだけでなく、糖分や塩分、炭水化物やカフェインを多く含み、大量に摂取すると健康に害を及ぼす恐れのある食品や飲料、調味料の一部などです。課税割合は品目によって異なり、製造業者が納税義務を負っています。



10月1日~31日
「がんばろう坂出!!スマホ決済で最大〇%戻ってくるキャンペーン」を実施します
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 9月9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 まろっ子(10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。



PHOTO

「光の橋」

坂出第一高校 2年 細谷 和也さん

市内の高校写真部より毎月とおきの1枚が届きます。来月は坂出高校！

キレイキレイのまち 坂出

Library

☎45・6677

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(月)
14日(月)
23日(水)
28日(月)～10月5日(月)
特別整理期間

防災

はっすの

vol.99

歩

「大地震発生！そのとき子どもを迎えに行けますか？」



さかいで131おとめ隊* 山田 愛莉(子ども課)

*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。

ママやパパは職場へ、子どもは保育園や学校へ。そんないつもの生活シーンで大地震が起こったら…。共働き家庭の防災対策は予想以上に準備が必要です。

職場から徒歩でお迎えに行けるよう準備

車や公共交通機関は使えないかもしれません。徒歩での経路や所要時間、危険箇所を考えておくに必要な準備がより具体的にみえてきます。普段とは違う人にお迎えを頼む場合はあらかじめ先生に伝えておきましょう。

家族間の連絡手段を複数決めておく

普段の連絡方法が使えないかもしれません。安否やお迎えの確認方法としてNTT災害用伝言ダイヤル171や携帯電話会社の災害用伝言板、遠方の親戚・友人を中継地点にする三角連絡法など複数の方法を試しておきましょう。

親子の対話で防災力アップ

子どもに対しては「先生の話をよく聞くこと」「まずは自分の命を守ること」など日頃から話し合っておきましょう。一緒に避難訓練や防災キャンプに参加するのもいいですね。

問合せ先▷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



歯を失うとどうなるのでしょうか？



ライオン(株)オーラルケアマイスター 平野 正徳 さん

健康に深く関わる噛み合わせ

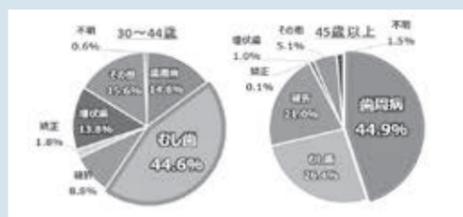
もし歯を失って、そのままにしていると「噛み合わせ」が悪くなります。すると、食べられるものに制限が出てきて、健康維持に必要な「栄養バランス」が崩れやすくなります。このように「噛み合わせ」は人々の健康に深く関わります。

《歯を失わないためのポイントは予防歯科》

歯を失う原因は、30～44歳では「むし歯」、45歳以上では「歯周病」が最も多いため※、「毎日のセルフケアと最低でも半年に1回の歯科医院でのプロケア」でしっかり予防していきましょう！

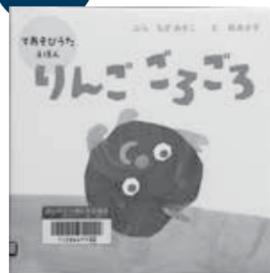
※公益財団法人8020推進財団：永久歯の抜歯原因調査2018年

【歯を失う原因】



問合せ先▷市政策課(☎44・5001) 市けんこう課(☎44・5006)

Recommend 0歳から



りんごごごろごごろ

もぎあきこ文・森あさ子絵 / 世界文化社

りんごごごろごごろ、みかんかーかん…カラフルな貼り絵と擬音のリズムが楽しい手遊びうた絵本。

Recommend 一般向け



こんぱるいろ、彼方

椰月美智子著 / 小学館

スーパーで働く平凡な主婦、真依子には秘密があった。娘の海外旅行をきっかけに家族に秘密を伝えることに…。

Recommend 一般向け



うおつか流食べつくす！

魚柄仁之助著 / 農村漁村文化協会

「残さず食べる」食育から、調理加工して美味しく「食べつくす」食育へ…。食品廃棄ゼロへ、一生使える台所術。



主任司書 岡西 さん

図書館で遊ぼう！

5日(出) 子ども映画の会	14:00～
◇ 英語よみかきせ	15:00～
8日(火) 本のリサイクル八日市	10:00～
11日(金) としょかんカンガルータイム	10:00～
12日(出) おはなし会	14:00～
16日(水) わらべうたであそぼう	10:30～
19日(出) おはなし会	11:00～
25日(金) 天体観察会	19:00～
26日(出) 紙芝居の会	11:00～
27日(日) 読書会biblurv	10:00～
毎週(出) ぼそこん寺子屋	9:00～
毎週(日) にほんご@坂出(第5日曜は除く)	14:00～

1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「発掘された讃岐国府跡」展(文化振興課)

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(火)	府中
2日(水)	加茂
3日(木)	川津
4日(金)	東部
8日(火)	松山・王越
9日(水)	瀬居
10日(木)	金山・江尻
11日(金)	附属
15日(火)	島しょ部
16日(水)	林田
17日(木)	府中
18日(金)	西庄
24日(木)	坂出
25日(金)	東部

図書館通信 特別整理期間につき休館します

9月28日(月)～10月5日(月)は蔵書点検のため図書館がお休みになります。返却期限が過ぎていた本はありませんか？遅れている本があればお早めにご返却ください。ご協力をお願いします。

貸出ランキング (令和2年1月～6月)	小説
1 まよい道	佐伯 泰英 著
2 検事の信義	柚月 裕子 著
3 夏の騎士	百田 尚樹 著
4 蜜蜂と遠雷	恩田 陸 著
5 ノースライト	横山 秀夫 著

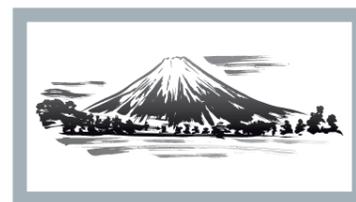
Gallery

☎44・5057

市民ギャラリーかもめ

第15回 墨遊会 水墨展

9月19日(土)～27日(日)
初日は10:00～
最終日は15:00まで



☎45・7110

開館時間 9:00～17:00 / 入館無料

第29回 てんさらばさら絵画展 (第3展示室)

坂出中讃の絵画グループ14人による油彩画展
会期 9月19日(土)～27日(日) 最終日は16:00まで 休館日 23日(水)

ふしぎなたね2020展 (第1・第2展示室)

障がいをもった人たちの自由で創造性あふれるアート展
会期 9月19日(土)～27日(日) 最終日は16:00まで 休館日 23日(水)

※3密回避のため平日のご来館を推奨し、各展示室が10人超になった場合には入館制限を実施します。



Art Museum

市民美術館

7月1日～31日

招くやみ

(ご遺族の申込みにより掲載しています)

パパの明日を、まもりたい。

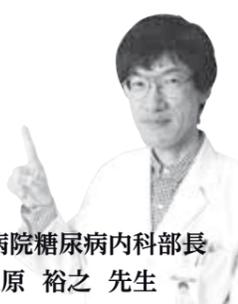
前立腺は男性だけに存在する臓器で、膀胱のすぐ下、尿道を取り囲むように位置し、通常はクルミ程度の大きさです。中心部にある内腺と、辺縁部の外腺から成ります。

前立腺肥大は内腺が大きくなる良性的病気で、腫大した内腺が尿道を圧迫・刺激して、「尿が出にくい」、「トイレの回数が多い」、「尿をした後すっきりしない」などの症状が現れます。

前立腺が多くの多くは尿道から離れた外腺にできるため、がんが大きくなっても、症状が出ないため、気づきにくいのです。さらにがんが大きくなり、尿道に浸潤すると血尿や前立腺肥大症のような症状が出ますが、無症状のまま骨に転移して腰痛などの症状が現れることもあります。

前立腺がんを早期発見するための血液検査がPSA検査です。これを受けることで、早期発見の可能性が高まり、治療の選択肢が増えます。また最近の研究結果から、PSA検査を受けることで、前立腺がんによる転移、死亡のリスクが低くなる事が証明されています。

PSA検査は、①住民検診、②人間ドック、③一般医療機関で受けることができます。特に50歳を過ぎたかたは、ご自身の健康管理のために、是非前立腺がんに関心を持っていただき、定期的にPSA検査を受けることが、前立腺がん対策の第一歩として大切です。



市立病院糖尿病内科部長 大工原 裕之 先生

さかいて健康クッキング

健康ライフの第一歩は「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！

きゅうりそうめん

つくりかた

- 1 きゅうりをピーラーでスライスし、なるべく細くそうめんのようにせん切りにする。
- 2 卵を薄く焼き、細長く切って1の上のにのせる。
- 3 大葉も細く切り、2の上のにのせる。
- 4 梅干しの種を除き、細く切り3の上のにのせる。
- 5 ごまドレッシングを作り、上からかける。



- 材料(2人分)
- きゅうり 小2本
 - 卵 1個
 - 大葉 3枚
 - 梅干し 1個
- ★ごまドレッシングの材料
- すりごま 大さじ1
 - マヨネーズ 大さじ1
 - しょうゆ 小さじ1
 - 砂糖 小さじ1

ワンポイント!

他のドレッシングや麺つゆで自由にアレンジ!



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)
問合先：市けんこう課 (☎44・5006)

対 象	日 時	備 考
3~4ヵ月児健康診査	1日(火) 13:15~14:45	令和2年5月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	17日(木) 13:15~14:45	平成31年3月生まれ
2歳児相談	10日(木) 9:30~11:00	平成30年9月生まれ
3歳児健康診査	24日(木) 13:15~14:45	平成29年2月生まれ
パバママ学級(要予約)	13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	15日(火) 13:30~15:00	生後3ヵ月~1歳児とその家族
離乳食講習	2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	日 時	備 考
栄養相談 要予約	28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	2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	
	18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	
	10日(木) 13:30~15:30	地域保健センター
献血	12日(土)	松山公民館は中止となりました。

腸管出血性大腸菌感染症に注意!

大腸菌のなかには、腸の粘膜を破壊したり、溶血性尿毒症症候群や脳症などを引き起こし、死に至ることがあります。下痢や腹痛などの症状があれば、自分の判断で薬を服用せずに、医師の指示に従いましょう。

- 【感染を防ぐために】
- 食品は75℃以上で1分以上加熱
 - 生野菜は流水で十分に洗う
 - せっけんをよく手を洗う
 - まな板・包丁などは熱湯や塩素系漂白剤で消毒
- 問合先 市けんこう課(☎44・5006)

休日当番院

医療Netさぬき(☎0120-979-199)

6日(日)	吉田内科医院 元町(☎44・1020)内 なかの循環器内科クリニック 林田町(☎85・9200)内 高尾医院 元町(☎46・5111)外
13日(日)	回生病院 室町(☎46・1011)内・小・外
20日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131)内・小・外
21日(祝)	国重まこと医院 笠指町(☎46・5501)内・小 三木内科胃腸科医院 宮下町(☎46・3658)内 たかはし整形外科医院 笠指町(☎45・6121)外
22日(祝)	赤沢病院 府中町(☎48・3200)内・小 永井循環器内科医院 川津町(☎44・1177)内 永井整形外科医院 川津町(☎45・1177)外
27日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195)内・小・外

健康教室

市民ふれあい会館	日 時	内 容	講 師	備 考
3日(木)	9:30~ 75歳以上 10:40~ 74歳以下	あたまとからだの体操	池田 健康運動指導士	B
9日(水)	10:00~11:00	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
10日(木)	9:30~ 75歳以上 10:40~ 74歳以下	音楽に合わせて体操教室	尾島 健康運動指導士	B
16日(水)	14:00~15:30	誰でも簡単!パステルアート	田邊 さやか	B
18日(金)	9:30~ 75歳以上 10:40~ 74歳以下	ヨーガで心も体もリラックス	福岡 健康運動指導士	B
24日(木)	13:30~ 75歳以上 14:40~ 74歳以下	あたまとからだの体操	六車 健康運動指導士	B
30日(水)	15:00~16:00	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

子育て世代のためのyoga教室は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、託児も含め10組まで(前日までに市けんこう課に予約)とさせていただきます。

勤労福祉センター

4日(金)	9:30~ 75歳以上 10:40~ 74歳以下	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
9日(木)	14:00~15:00	男性はつらつ教室	森 健康運動指導士	B
25日(金)	9:30~ 75歳以上 10:40~ 74歳以下	脳とからだの若返り教室~運動教室~	リハビリ専門職	B

Bの健康教室について、時間や内容が変更になる可能性があります。ご不明な点は市地域包括支援センターへお問い合わせください。

坂出市立病院2階講堂 (14:00~15:00)

8日(火)	骨粗鬆症について	整形外科医員 山田 佳明	C
9日(水)	糖尿病教室「年長者が元気に健康で過ごすために」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	C
23日(水)	ビタミン不足になっていませんか?	栄養管理科管理栄養士 坂本 葵	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)



わが家の
Aidoru
大地ちゃん
(元町一)
H31.4.2生
食いしん坊で暴れん坊で
甘えん坊な我が家のAidoru

9/9
締切

投稿写真募集中!

募集内容
・Aidoru(1~2歳頃のお子さま)
・ペット・キャラ弁・自慢の逸品

記入事項
住所/氏名(ペットの名前)/生年月日/
電話番号/コメント(24文字以内)

申込方法(郵送・メール・持参どれでもOK!)
〒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

はがきを送ってくれたみなさん、
ありがとうございます!



まろに届いた暑中見舞い☆

Information
~まろのスケジュール帳~
9/20(日) 11:00頃
楽市楽座 @JR坂出駅前
9/20(日) 12:30頃
フラフェスタ2020 in さかいで
@市民広場
※最新のまろの予定は、
市ホームページ「まろの部屋」で見えてね。

トンボウオッチング

「わくわく!さかいでっこ探けん隊」の講座が開かれ、参加した親子は杉の木を使った虫かごづくりや王越とんぼランドでの虫取りに挑戦しました。



さっそく捕まえた
バッタをいれてみたよ!



夏休み 塩の実験講座 「ソルラボ」



「ソルラボ」では、電気を使わずに、塩を使ってシャーベットをつくる実験や、氷を糸で釣る実験を通して楽しく塩の性質を学びました。



国際理解講座

アメリカ・韓国出身の講師を招いた国際理解講座「世界を知りたい!サマースクール」を開催し、それぞれの社会や文化・考え方について理解を深めました。



オーガスト ホールドリッチさん



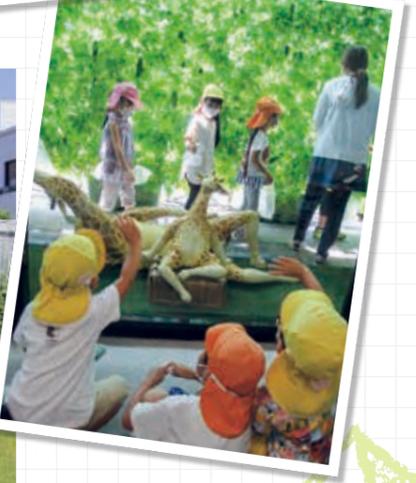
張 明訓 (チャン ミョンフン) さん

つながる2020夏の アート展 ゴーヤナーレ + 夕涼み動物園

ゴーヤの緑のカーテンと岡山富男さんの夕涼み動物園がコラボした「夏のゴーヤナーレ」の除幕式があり、参加したみんなかども園の園児はゴーヤの収穫や坂出ゆかりの作家の作品展「つながる2020夏のアート展」の見学を行いました。



全長30メートル!



坂出ささえまる ネットワーク 井戸ばた会議

市内12地区の住民組織を対象に、坂出市健康アドバイザーの榎本真幸さんから「『支える人』と『支えられる人』」に区別せず、「その人らしく生きることが健康・幸せ」であり、元気高齢者が活躍できる地域づくりを住民と行政の共働で実現しよう」とのお話をいただきました。



7/27, 8/7,8

私の地元応援募金贈呈式

新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、明治安田生命保険相互会社から「私の地元応援募金」による寄附をいただきました。



明治安田生命保険相互会社

