

坂出ゆかりの作家シリーズ⑦



南条 嘉毅「Kvernhusveien / フィヨルドの白夜」(2016) アクリル絵の具、現地の土

南条 嘉毅(よしたか)1977年坂出生。高松工芸高校から東京造形大学研究科を修了。東京を中心に活動後、2016年和歌山へ移住。対象の場所に赴き、現地の土を使い複層的な絵画やインスタレーション等を制作している。2016年以降、土、砂を材料としながら、音と光を加えノスタルジックな劇場型のインスタレーション作品として新たな表現方法を確立。近年では、坂出市民美術館での個展のほか、坂出市出身では初めて瀬戸内国際芸術祭(沙弥島)に参加、また奥能登国際芸術祭(石川)などの芸術祭に参加。



災害から身を守るためにできること

浸水害や土砂災害から身を守るためには、日頃から防災意識を高く持ち、災害に備えておくことが重要です。災害が起きた時、落ち着いて行動できるように、ハザードマップを使って考えてみませんか。

- いざという時、どこに避難する？
- 避難場所までどうやって行くの？
- 大雨が降ったとき浸水する地域は？



ハザードマップを使ってやってみよう



坂出市洪水および土砂災害ハザードマップが新しくなりました



「1000年に一度」級の大雨を想定し、災害に備えるためのハザードマップを作成しました。このハザードマップを活用し、洪水や土砂災害などの自然災害に備えてください。



問 市危機監理室 ☎44・5023

1000年に一度の洪水に備えて
 今年3月に香川県から綾川および大東川の洪水浸水想定区域の更新について公表され、本市では洪水ハザードマップを全面改訂し、土砂災害ハザードマップについては一部改訂をしました。改訂したハザードマップは広報11月号と一緒に配布しています(土砂災害ハザードマップは土砂災害警戒区域および周辺の皆さんに配布)。洪水ハザードマップには、1000年に一度の大雨が降った場合等の「想定最大規模(1/2)」および50年~100年に一度の大雨が降った場合等の「計画規模(1/1)」を想定した洪水浸水想定区域や、土砂災害警戒区域、避難所などの情報を表示しています。

マイ・タイムライン
 いざという時にあわてず行動するために、それぞれのご家庭で作成するのがマイ・タイムラインです。いつ、何をするのかを整理しておくために、洪水ハザードマップの裏面では、マイ・タイムラインをチェック式で作成できるようにになっています。家族構成や生活環境にあった、避難に必要な情報・判断・行動を把握してマイ・タイムラインを作成し、「自分の逃げ方」を手に入れます。

マイ・タイムライン使用時の注意
 自然災害は想定したとおりには進行するとは限りません。次の3つの点にご注意ください。
 ①あくまで行動の目安として認識する。
 ②気象情報や避難情報等をこまめに収集・確認する。
 ③収集・確認した情報をもとに、マイ・タイムラインを参考にして、臨機応変に防災行動の実行を判断する。

5段階の警戒レベル

警戒レベル	住民がとるべき行動	避難情報等	防災気象情報 (警戒レベル相当情報)
5	命を守るための最善の行動	災害発生情報	はん濫発生情報 大雨特別警報
4	危険な場所から全員避難	避難勧告 (避難指示(緊急))	はん濫危険情報 土砂災害警戒情報
3	危険な場所から高齢者などは避難	避難準備・高齢者避難情報	はん濫警戒情報 洪水警報 大雨警報
2	避難行動の確認	大雨注意報 洪水注意報	はん濫注意情報
1	心構えを高める	早期注意情報 (警報級の可能性)	-

避難のポイント!

- 警戒レベル3や4が出たら危険な場所から避難
- 指定避難場所のほかに、安全な親戚・知人宅に避難するなど、複数の避難方法を考える
- 自宅での安全確保ができる場合は在宅避難を基本に

(参考:内閣府「避難情報のポイント」)

防災情報を直感的に理解し、住民が主体的に避難行動に取り組めるよう、国によって昨年度から5段階の警戒レベルが設定されています。

J-アラートによる緊急地震速報訓練の実施

緊急時における迅速かつ確実な情報伝達に資するため、防災行政無線を使用した訓練放送を流し、Jアラートの起動確認を行います。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(木) 10:00頃
- 内容** 防災行政無線を使用し、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。

この緊急地震速報訓練と同時刻に実施『香川県シェイクアウト～県民いっせいで地震防災行動訓練～』

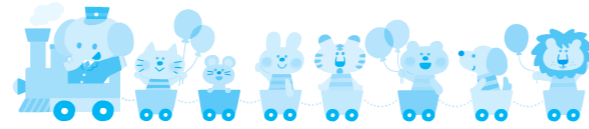


これは、訓練時刻にそれぞれのいる場所で自分の身を守る行動をとるというシンプルな訓練です。子どもから大人まで気軽に参加でき、日頃の防災対策を確認するきっかけづくりにもなります。訓練放送に合わせて、それぞれの場所で安全確保行動をとりましょう。



令和3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29年4月2日～平成30年4月1日生まれ
 - 4歳児 平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ
 - 5歳児 平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ

- 申込受付** 11月9日(月)～20日(金) 8:30～17:00(土・日除く)
- 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。
- ※令和2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
- 瀬居幼稚園 ☎44・5027 (市こども課)

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です。

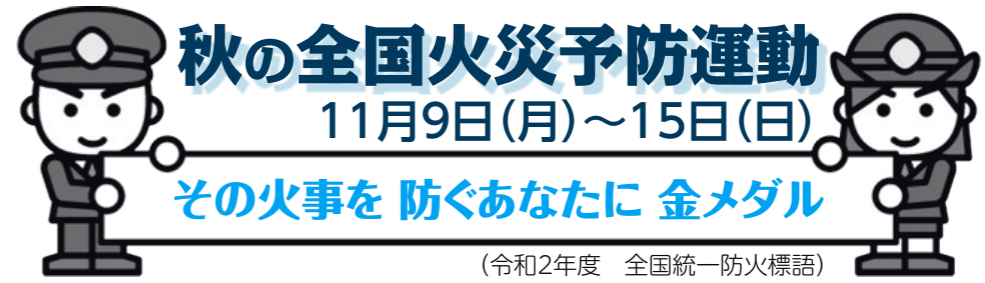
- 申込受付** 各保育施設等(保育所・認定こども園・事業所内保育所)
- 11月9日(月)～20日(金) 9:00～17:00(土・日除く)
- 市こども課保育幼稚園係(本庁舎1階)
- 12月7日(月)～11日(金) 9:00～17:00

- 必要書類**
- 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3～5歳児の副食費免除対象判定のための資料(令和2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

- | | | |
|--------------------------|----------------|-----------------|
| ○公立認定こども園 | ○公立保育所 | ○私立保育所 |
| 府中こども園(2・3号認定) ☎48・0880 | 江尻保育所 ☎46・4339 | 坂出保育園 ☎45・5528 |
| 松山こども園(2・3号認定) ☎47・0584 | 川津愛児園 ☎46・1217 | 育愛館 ☎46・5812 |
| ○私立認定こども園 | 西部保育所 ☎46・5925 | 愛集苑保育所 ☎45・2822 |
| 坂出一高幼稚園(2号認定) ☎45・2141 | 南部保育所 ☎45・0140 | 林田保育園 ☎47・0709 |
| ルンビニ幼稚園(2・3号認定) ☎46・9775 | 加茂保育所 ☎48・2801 | みどり保育園 ☎46・4363 |
| 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 | | |

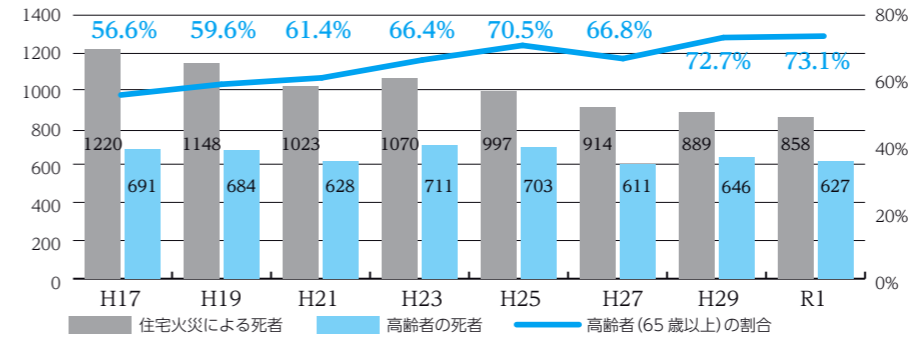
※認定こども園(1号認定)の入園は直接園へお申し込みください。
※松山幼稚園・松山保育園は令和3年4月1日の松山こども園移行に向けて申請中です。同園(1号認定)の申込は松山幼稚園まで。



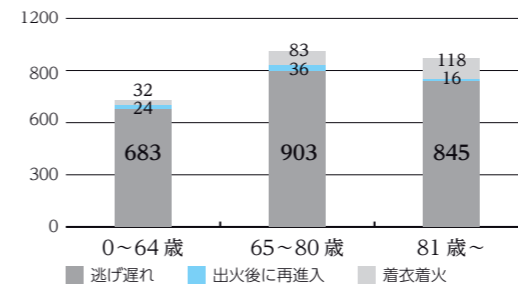
11月9日(月)から15日(日)まで「秋の全国火災予防運動」を実施します。火災は、財産、そして命までも奪う恐ろしいものです。火災に対して十分な備えをして、家族や隣近所の助け合いを大事にし、みんなで声をかけあって火災予防に取り組んでいきましょう！

近年の住宅火災による年齢別の死者(放火・自殺者等を除く)を見ると、**65歳以上の高齢者の占める割合が7割**と高水準で推移しており、今後さらに高齢化が進むと見込まれることから、逃げ遅れによる死者数が増えることが予想されます。

住宅火災による死者数の推移と高齢者の占める割合



住宅火災における死者の発生した経過別死者



依然として住宅火災による死者は**逃げ遅れ**によるものが大部分を占め、なかでも高齢者の逃げ遅れが原因となったものは、9割近くを占めており、いかに早く火災に気づき対処するかが重要となります。

これから気温が下がり、暖房器具を使うようになると同時に、空気が乾燥し火災が発生しやすい時期になります。もしもの時を早く知るために**住宅用火災警報器**を設置されていないご家庭は、いち早い設置をお願いします。また、住宅用火災警報器の点検をお願いします。

住宅用火災警報器の点検方法

住宅用火災警報器の点検は機器に付いているボタンやひもで行えます。定期的な点検を実施しましょう！
また、住宅用火災警報器は10年を目安に交換することが推奨されています。

正常な場合

「ピーピーピー火事です」「正常です」など

異常がある場合

「…(無反応)」 「ピッ…ピッ…」 (電池切れ・故障) など

警報器のボタンを押す、またはひもを引いて音を確認する



詳しくは、市消防本部予防課(☎46・0983)へ

まちを再発見する、秋のまち歩き

木々が色づき、そよ風も心地よい今日このごろ。今まで知らなかった、まちの魅力を再発見する秋のまち歩きに参加してみませんか？



申込は中四国地方在住者のみとさせていただきます。

問 市観光案内所 ☎45・1122

岩黒島の漁師さんへ行く 漁体験ツアー

瀬戸内の豊かな漁場の中にある岩黒島で、島の伝統漁法を体験してみませんか。自分の手で採った新鮮な魚をご賞味ください。

日時 11月23日(祝)

11:20集合

※潮流の関係で時間変更の場合あり

場所 JR坂出駅構内観光案内所

料金 5,000円(昼食・お土産付)

定員 7人(小学4年生以上)

※小学生は保護者同伴が必要

時間/距離 約4時間の漁体験



ミステリーハンターと巡る 古代の山城

古代山城の遺構が残る城山を地元ミステリーハンターと巡りましょう。紅葉の季節と重なり、絶景スポットもたくさんあります。

日時 11月28日(土)

8:50集合 ※小雨決行

場所 JR坂出駅構内観光案内所

料金 1,000円(昼食付)

定員 20人(小学生以上)

※小学生は保護者同伴が必要

時間/距離 約4.5時間/約4km



秋の遍路道をあらく

うるう年の今年は逆打ちで82番札所の根香寺から81番白峯寺までを歩きます。ひとときのお遍路さん体験をお楽しみください。

日時 11月29日(日)

8:50集合

場所 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



令和3年度

にぎわい創出事業を募集します

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イベント事業を公募します。

にぎわいを創る イベント事業を応援します! 問 市産業課にぎわい室 ☎44・5015



八十場まちおこし お宮でライブ!



フラフェスタ2020 in さかいで

令和2年度採択事業例

- ①八十場まちおこし お宮でライブ! (八十場青壮年交流会)
- ②フラフェスタ2020 in さかいで (フラ・オ・レア)
- ③元気フェス坂出2020 (元気フェス坂出実行委員会)
- ④シャッターオープンプロジェクト (坂出商店街まちづくり会議)
- ⑤古に思いを馳せて (坂出の街を楽しむ会)
- ⑥坂出市民お宝展 (坂出の街を楽しむ会)
- ⑦第2回讃岐国府まつり (讃岐国府まつり実行委員会)
- ⑧坂出和太鼓まつり「共鳴Ⅱ -kyomeiⅡ-」 (鴨川福神太鼓保存会)

補助金額

1事業につき上限50万円

令和3年1月頃 開催予定

審査方法

一次審査:書類選考
二次審査:プレゼンテーション

応募方法

申請用紙に必要事項を記入し、12月18日(金) 16:00までに市産業課にぎわい室へ提出



にぎわい創出事業の審査委員を募集します

市民の皆さんの知恵と工夫で本市の魅力をアピールし、にぎわいを創る「にぎわい創出事業」について、応募のあった事業の中から、市が補助する事業を決定する審査委員を募集します。

募集人数 3人程度 任期 2年

応募条件 18歳以上の市内在住または市内在勤のかた

応募方法 800字程度に応募動機をまとめたものを12月22日(火)までに市産業課にぎわい室へ提出

内容 令和3・4年度の事業について審査(毎年2月頃)

第22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126編、短歌261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)

強く生きる

東部中1年 寒川 汐莉

優秀賞

にぎやかなわたしの家

林田小1年 柴田 朱雀

坂出市のいい所発見

東部小3年 小賀野 一花

私の笑顔はどこから来るの?

坂出小5年 濱邊 地成

笑顔を向ける

東部中1年 佐藤 紀代

泳ぐことの幸せ

坂出中1年 薄井 悠斗

コロナ考

坂出中2年 長曾我部 森也

佳作

8編

●中河幹子賞(短歌)

毎日がずっと休みで真っ白なノートの時

問コロナ休校

坂出小5年 好井 祐晴

優秀賞

一位 秋風にふかれてゆるる秋の穂が

思い立たせる東北の空

附属小5年 平田 晴

二位 家籠り考えてみたぼんやりと無く

したくない大切なもの

附属中2年 蛭子 愛

三位 ぎんやんま花にとまってひと休み

風がふいたらまたとんで行く

川津小2年 久保 陽仁

入選

14首

●表彰式

日時 11月29日(日)午前10時
行事 ・表彰式 午前10時~11時15分

場所 万葉会館(沙弥島70-1)

※今年はコロナ禍のため記念講演会はありません。マスク着用にてご出席ください。

詳しくは、中河与一・幹子顕彰会事務局(☎46・53001)へ

令和2年度 にぎわい創出事業 シャッターオープンプロジェクト

問 市産業課にぎわい室 ☎44・5015

坂出商店街の使われていない店舗をフリーマーケット販売者やアーティスト、ワークショップ参加者などに貸し出し、アート作品の展示や販売活動を行います。

また、シャッター部分を使ったアート作品の展示を行うなど、人を呼び込むことで活気ある町並みを取り戻します。

日時 11月7日(土)~12月27日(日)の土・日・祝日 12:00~17:00

場所 元町商店街・サンロード商店街の各所

料金 無料

主催 坂出商店街まちづくり会議

参加予定のアーティスト 南 優、河野 宏、村井 知之、古川 守一 ほか

閉まっていたシャッターを活用してこじ開けます!

令和2年度 にぎわい創出事業 古に思いを馳せて

問 市産業課にぎわい室 ☎44・5015

古のまち坂出の魅力を多くのかたに知ってもらうため、①讃岐国府跡・擬古堂、②神谷神社のそれぞれのコースで、まちあるきや百人一首かるた模範演技、お茶会などを行います。

日時 ①11月15日(日) ②11月29日(日)
①②ともに9:00~15:00(予定)

料金 500円(軽食付)

定員 20人(応募者多数の場合は抽選のうえ、当選者に連絡)

申込先 ☎44・4729(出田) ☎46・3875(塩崎)

締切 ①11月8日(日) ②11月22日(日)

主催 坂出の街を楽しむ会

※3月下旬に③万葉会館・沙弥島コースを開催予定

讃岐国府跡碑

神谷神社

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。

11月12日(木)～25日(水) 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、女性の人権を著しく侵害するもので、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「オーリーブかがわ」 (☎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12日(木)～18日(水)
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14回 木の実アート展

問 坂出緩衝緑地管理事務所 ☎45・6820

木の実アート作者11人の作品約150点の展示のほか、「クイズラリー」や「やじろべえ作り」など、自然との触れ合いを楽しめる「木の実アート展」を開催します。

日時 11月6日(金)～15日(日) 10:00～15:00
場所 番の州公園管理事務所(旧番の州プール隣)
香川短大生ボランティアによる「クイズラリー」(無料)
11/7(土)、8(日)、14(土)、15(日)限定
※「木の実詰合せ袋」をプレゼント、40人(先着順)
**木の実アート作者による「ナチュラルクラフトワークショップ」、
「やじろべえ作り」(無料)**
11/8(日)、15(日)限定 10:00～11:30、12:30～15:00

展示期間終了後、アンケートに答えたかたの中から30人に展示作品をプレゼント!

木偶舎+勘緑 浄瑠璃人形遣い「True Life」

問 市文化振興課 ☎44・5036

～ひとりだけじゃ生きられない
今こそ一緒に誰かのために～
自然との融合やジャンルを超えた音楽と演劇との接点を求め、文楽人形の可能性を追求し劇場の枠を超えた“新感覚人形演劇”を万葉会館を舞台に演じます。
日時 11月12日(木) 18:30開演(18:00開場)
場所 万葉会館(沙弥島70-1)
料金 無料
料 金 (カンパ公演)
定 員 60人程度



歴史ガイド付き! 「紅葉狩ウォーキング」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、紅葉を見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 11月30日(月) 9:00～12:15 ※雨天中止
場所 西庄公民館
料金 無料
定員 15人(先着順)
持物 タオル・飲み物・マスク
コース 西庄公民館～醍醐古墳群～白峰宮～八十場の泉～姫塚～西庄公民館(約6.5m)
申込 11月2日(月)～13日(金)



高齢者インフルエンザ 予防接種の予約について

問 市けんこう課 ☎44・5006

令和2年度 高齢者インフルエンザ
予防接種のご案内の中に、まつむら
内科クリニック (44・1133)、坂出
市立病院 (46・5131)、福家内科クリニック (48・0331)
の予防接種を希望される場合に、予約が必要であることが掲載されていませんでした。お詫びして訂正いたします。

また、本年の接種は混雑を避けるため、できる限り予約をして受診ください。

私のマイチャレ「健幸宣言」



くにとき 国時 忠能さん「楽しく自立した生活を送る」

家族になるべく世話にならず、元気に自立した生活を送るため、毎日ウォーキングとソフトバレーで体を動かしています。ソフトバレーを始めたのは50歳の時で、きっかけはPTA活動でした。それから11年、チームの中では最年長ですが、仲間と共に汗をかき、笑いあり、叱咤激励ありの練習を楽しんでいます。

現在は新型コロナウイルスの影響で、以前のように練習ができていませんが、これからも仲間と楽しくソフトバレーを続けていきたいと思っています。

作成者
Lemoned_Graphic むん (兵庫県)
詳しくは、
市企業活力推進室(☎44・5103)へ

応募総数331件
ありがとうございました。
Saka-Biz
瀬戸大橋と瀬戸内海をイメージし、人と人の繋がりをデザイン

正式名称
坂出ビジネスサポートセンター
「Saka-Biz」
ロゴマーク

**Bizの正式名称とロゴ
マークが決まりました!**
来年2月に開設を予定している中小企業・創業者の相談窓口(Biz)の「正式名称」および「ロゴマーク」が決定しました。
企業や創業者に伴走しながらその売上拡大を目指すBizが、ロゴマークとともに地域の皆さまに愛される場所となるよう、引き続き開設準備を進めていきます。

教育委員会委員に山地氏
市教育委員会委員に山地誠治氏(笠指町67歳)が9月29日付で任命されました。任期は令和6年9月28日までです。
詳しくは、市教育総務課(☎44・5026)へ

令和2年度坂出市戦没者追悼式の規模縮小による開催について
先の大戦における戦没者へ哀悼の誠を捧げ、平和を祈念するため、戦没者追悼式を開催します。
今年度は11月8日(日)を予定していますが、新型コロナウイルス感染症の状況に鑑み、参加人数の削減、時間短縮、お供え物の見合わせ等、式典規模を大幅に縮小するため、遺族のかたのご参加は、代表として遺族会役員のみといたします。その他のご遺族の皆さまには大変申し訳ございませんが、ご理解の程よろしくお願いたします。
詳しくは、
市ふくし課(☎44・5007)へ

市少年婦人防火委員会
市少年消防クラブ
ライフジャケット
救命浮環・メガホン
水難対応訓練

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」を受けて各団体が備品等を整備しました。



**都市計画の変更について
案の縦覧をいたします**
○案件 用途地域の変更
特別用途地区の変更
下水道全体計画区域の変更
○期間 11月4日(水)～18日(水)
8時30分～17時15分(土・日・祝日除く)
○場所 市都市整備課(坂出合同庁舎4階)
詳しくは、
市都市整備課(☎44・5017)へ

**みなんで坂出市立病院を
支えようプロジェクト**
坂出市立病院では、新型コロナウイルス感染症対応の最前線ともいえる現場で、医療スタッフが様々なリスクと背中合わせの厳しい環境の中、強い責任感・使命感を持って治療にあたっています。この局面を乗り越え、身近な地域医療を守るため、ふるさと納税の制度を利用したクラウドファンディングを実施しています。皆さまの温かいご寄附をお待ちしています。

募集期間 12月27日(日)まで
○申込方法 ふるさとチョイスのクレジット決済、郵便振替、市政課で申込等
○寄附金の用途
医療用防護服や資機材
ふるさとチョイス ガバメント
クラウドファンディング
詳しくは、市政課(☎44・5001)へ

市営住宅入居者募集
募集期間 11月2日(月)～11日(水)
受付場所 市建設課
今回募集する市営住宅一覧

入居資格
・市内に住所または勤務先を有して現に住宅に困っているかた
・入居の際、同居の親族がいるかた(単身での申込みの場合は条件あり)
・市税および過去に市営住宅使用料の滞納のないかた
・収入が所定の基準に適合するかた
・暴力団員でないかた
※入居には家賃3カ月分の敷金が必要
湯沸かし器等の設備は付属しません
詳しくは、市建設課(☎44・5011)へ

住宅名	竣工年度	構造/階数	間取り	月額家賃(円)
緑町団地(7号)	S60年度	簡耐2	3DK	17,300～33,000
御供所団地(3号)	S60年度	簡耐2	3DK	17,300～32,800
御供所団地(4号)	S60年度	簡耐2	3DK	17,300～32,800
新林田団地(C101号)	H1年度	耐火3	2DK	18,000～38,100
常盤団地(A403号)	H3年度	耐火4	3DK	21,400～42,200

※常盤団地を除いて、単身入居可。ただし条件あり。

くらしの情報

イベント

ミステリーの山城山城址を巡る プラスしめ縄作り体験

時 11月8日(日)午前9時～正午
場 府中小学校運動場集合
定 中四国地方在住の小学生以上20人
料 1,500円(昼食付)

五色台自然学校クリスマスリースづくり

時 12月6日(日)午前8時50分～午後3時
場 五色台ビクターセンター
内 クリスマスリースづくり、森歩き
定 30人
料 無料
申 12月3日(木)申込締切
他 野外活動ができる服装・弁当・雨具・軍手

講座・セミナー

国際理解講座 三外交官が見た国際交流

時 12月1日(火)午後1時30分～3時
場 市役所本庁舎2階大会議室
内 30年の在外公館や国際機関勤務でのエピソード、日本の外交や国際交流についての講演
定 20人(申込先着順)
料 300円(会員200円)

難病医療講演会

時 12月10日(木)午後2時～4時
場 中讃保健福祉事務所(丸亀市)
内 後縦帯骨化症、黄色靱帯骨化症、広範脊柱管狭窄症で療養しているかた、その家族脊椎の骨化症と狭窄症の病態と治療について
定 40人(申込先着順・無料)
申 12月4日(金)までに電話にて
他 講師：県立中央病院整形外科生熊久敬氏

働く女性の家一日講座 ちぎり絵(千支・丑)

時 11月15日(日)午前9時30分～
場 勤労福祉センター
定 20人(申込先着順)
料 1,650円
申 11月1日(日)～8日(日)
(2日(月)・4日(水)は休館)

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。
時 11月9日(月)～15日(日)
※11月16日(月)より通常どおり開館します。

第44回坂出マラソン大会

時 12月6日(日)に開催を予定しておりますが、新型コロナウイルス感染拡大を防止するため中止いたします。

第113回さかいで楽市楽座十一月市

時 11月15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。

わくわく〜さかいで〜探けん隊

時 11月28日(土)午前9時30分～11時30分
場 勤労福祉センター
定 小学生15人(4年生以下は保護者同伴)
料 600円程度
●絵手紙に挑戦!!年賀状を描こう!!

クリスマス工作「ミニツリー」を作ろう!!

時 12月5日(土)午前9時30分～11時30分
場 中央公民館
定 小学生10人(4年生以下は保護者同伴)
料 300円
申 11月9日(月)午前8時30分から受付開始

災害ボランティア養成講座

時 12月5日(土)午後1時～4時30分
場 勤労福祉センター
内 災害ボランティアに興味があるかた初心者向け
定 25人(申込先着順)
料 無料
申 11月27日(金)までに電話にて

相談・募集

11月はねんきん月間です

高松西年金事務所(☎087・822・2840)この機会に、年金記録の確認や年金見込額を試算できる「ねんきんネット」をご利用ください。ご利用登録は日本年金機構HPからできます。

「サントさんの福袋」ボランティア募集

大橋記念図書館(☎45・6677)「サントさんの福袋」に入れる本を選び、子どもたちへお手紙を書いていただけるボランティアを募集します。
定 一般20人程度(申込先着順)
申 11月1日(日)から図書館カウンターで受付開始

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21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)

瀬居島・沙弥島散策ツアー

坂出市観光案内所(☎45・1122)**時** 11月7日(土)午前9時～午後3時
場 JR坂出駅構内観光案内所集合
定 中四国地方在住のかた20人
料 2,000円(東山魁夷せとうち美術館入館料・飲み物・昼食付)

「四国のみち」五色台ウォーク!

五色台ビクターセンター(☎47・2479)**時** 11月29日(日)午前9時30分～午後0時30分
場 五色台ビクターセンター集合
内 根香寺～白峯寺間(4.6km)の紅葉を楽しみながら歩く
定 20人(小学生以下保護者同伴)
料 1人300円(保険料込)
申 11月3日(祝)～17日(火)午後4時

パーキンソン病患者・家族交流会「集う場」

中讃保健福祉事務所(☎24・9961)**時** 11月10日(火)午前10時～11時30分
場 綾南農村環境改善センター(綾川町)
内 歯科医師による勉強会・座談会
定 20人(無料)
申 11月4日(水)までに電話にて

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27日(金)～12月6日(日)
場 日没後～午後9時(雨天中止)
場 同公園ふれあいの森(まんのう町)
料 無料

事業承継相談

香川県事業引継ぎ支援センター(☎087・802・3033)**時** 11月19日(木)・20日(金)
場 ①午前10時～11時②午後1時～2時
場 坂出商工会議所
料 無料(電話にて要事前申込)

無料相談ホットライン

香川県弁護士会事務局(☎087・822・9993)●全国ファクタリング被害ホットライン
時 11月11日(水)午前10時～午後4時
内 無料電話相談。電話番号は☎0570・073・8900(相談日のみ開設)●全国一斉解雇・失業・生活相談ホットライン
時 11月12日(木)午前10時～午後4時
内 無料電話相談。電話番号は☎0120・610・225(相談日のみ開設)

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3年1月23日(土)
申 11月1日(日)～令和3年1月6日(水)
時 (試験日)令和3年1月10日(日)または11日(祝)
申 11月1日(日)～30日(月)
対 15歳以上17歳未満の男性

善意の贈り物

大橋記念図書館へ
ビジネス支援関連図書(10万円相当)
公益社団法人 坂出法人会

キャッチ・ザ・自然II

「秋の江浦草山を歩こう!」
かがわ自然観察会(☎090・6886・5655)**時** 11月23日(祝)午前9時30分～午後1時30分
場 羅漢寺蓮光院駐車場集合(観音寺市)20人
料 1人200円(保険料)
申 11月19日(木)までに電話またはメールにて
✉kw.shizen-kansatu@outlook.com


知っておきたい子育てと介護の制度

inダブルケアカフェ
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9日(月)午後1時30分～2時30分
場 まろっ子ひろば
内 妊婦さんから未就学児の子ども保護者子育て・介護に関わる支援サービス、制度について
料 無料(要予約・先着7組)
他 講師：社会保険労務士谷川由紀氏
協力：市地域包括支援センター

県立保健医療大学公開講座

「健やかに生きよう」
同大学(☎087・870・1212)**時** 11月9日(月)午後1時30分～4時
場 県立保健医療大学(高松市)
定 50人(申込先着順)
料 無料
申 11月4日(水)申込締切

テレビ広報番組のお知らせ

放送終了後ホームページで動画配信
ふるさと坂出
放送日時 11月28日(土)午後4時15分～(15分間)
放送局 瀬戸内海放送(KSB)


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

お知り合いの水道業者または
坂出市上下水道工業業協同組合
(☎45・4633)

税

納期限は、11月30日(月)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、コンビニエンスストアや、スマホ決済アプリで支払えます。

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



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	18日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	16日(月) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
定例農家相談	9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	18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 10:00~16:00 12:30~16:30	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	市子ども課 (☎44・5027)
障がい・療育相談	第2(火) 9:30~11:30	市ふくし課 <small>※事前に電話で実施の確認を お願いします。</small> (☎44・5007)
手話通訳者設置	毎週(月)・(水)・(金) 8:30~17:00	市ふくし課 (☎44・5007)
育児相談	毎週(月)~(金) 8:30~17:00	子育て支援センター みどり保育園内(☎44・3930) さんかこども園内(☎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) 9:30~12:00	
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)

学園だより



今月レポート
してくれるのは

附属坂出中学校
技術・コンピュータ部
2年 古川 修聖さん



僕たち附属坂出中学校
技術・コンピュータ部は、
ロボットコンテストで好成
績を取めることを目標に
日々ロボットの改良や操作
の練習をしています。学校
での活動は週2回のみです
が、自主的に家で組み立て
たり、練習したりしている
部員もいます。

ロボコンの魅力はアイデアを考えて形にして、失敗してもまた改善して挑戦できることだと思います。ロボットをつかってアイテムをゴールに入れたり、相手との駆け引きを制したりしたときは、とても楽しいです。

昨年度は香川県大会を勝ち抜き、中四国大会に出場することができました。今年度は大会が実施されませんが、これから来年度の大会に向けてみんなで団結して、活動していきたいと思っています。

私の部活動の顧問の先生はいつも「部活動は強くなるためだけに練習するのではなく、チームで協力し、助けて練習するものだ」と話している。私は二年生になるまでこの言葉が重要だと思っていなかった。しかし、二年生になって後輩ができたことや先輩の最後の試合を見たことで、先生の言葉が部活動をしていくなかで一番大切なだと気づけた。

一年生の頃は厳しい練習についていくことだけで精一杯だったため、自分が強くなることばかり考えていた。でも、二年生になり練習に慣れたことで、自分だけが強くなるのではなく、部員全員で最後の試合を迎え、そして、その試合を笑顔で悔いの残らないものにするのが大事なのだと考えるようになった。改めて先生の言葉を考えたとき、チームで協力し、自分たちで考えて練習するからこそ、部活動でしか得ることのできない強さがあるのだと思う。

だから、私はこれから技術面で強くなることを一番に考えるのではなく、なかまと協力し、結果よりも試合で全力を出しきれるかを目標に頑張っていきたい。そして、友だちとの協力や助け合いを学ぶことができる場所、部活動で、自分自身をさらに成長させ、心の強さを磨きたい。

部活動で得たもの



坂出中学校
2年 林 美月さん



人権だより

minnana hiroba

みんなの広場

挑戦! おもてなし英会話



今月は、落とし物をした人に遭遇したシチュエーションです。

Excuse me. Have you seen a wallet around here?

すみません。この辺で財布を見ませんでしたか。



No, I haven't. Did you lose your wallet?

いえ、見てません。財布を落としたんですか?

Yes.

はい。



You can ask at the Lost and Found over there.

あそここの落とし物取扱所で尋ねるといいですよ。

英語で「落とし物取扱所」や「忘れ物預かり所」のことを lost and found と言います。外国の人が日本で落とし物をしたときに、無事に戻ってきて感動したというエピソードをよく聞きます。世界に誇れる日本の精神を守りたいですね。

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1番多い苗字はこの中のどの苗字でしょう? (2020年1月時点)

- ① Nagy (ナジ)
- ② Kovács (コヴァーチ)
- ③ Farkas (ファルカシュ)



シャーラさん

正解...① Nagy(ナジ)

一番多い苗字は「Nagy」ですが、その他の2つも実際に多く使われている苗字です。ハンガリーでは形容詞や職業、動物等の名詞がそのまま苗字になっていることが多く、一番多い苗字「Nagy」は日本語で「大きい」という言葉です。もちろん、同じ「Nagy」という苗字でも、苗字どおり大柄な人もいれば、逆に小柄な人もいます。ちなみに②③の苗字を日本語で言うと、「Kovács」は「鍛冶屋」、「Farkas」は「オオカミ」です。



広報クイズ

警戒レベル〇で
危険な場所から全員避難

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 11月11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 Net(19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。



「夏の思い出」

坂出商業高校 1年 桑原 浩彰さん

市内の高校写真部より毎月とおきの1枚が届きます。来月は坂出第一高校！

PHOTO

防災

vol.101

歩

水道が止まったらどうなる？



さかいで131おとめ隊* 吉崎裕子(広域水道企業団)

*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。

いつも蛇口から当たり前に出てくる水も、災害時は水道が止まってしまうことも。もしもの時に慌てないために対策しておきましょう。

飲料水がなくなる

人は食べなくても2~3週間は生きられるけれど、水を飲まないと、4~5日程度で死んでしまいます。最低一人1日3リットル×3日分の飲料水を備えましょう。おすすめはローリングストック。普段使用しているものを多めに購入し、使いながら補充することで期限切れも防げます。また、水道水は塩素殺菌されているので、きちんと洗浄した空ペットボトル等を活用して備蓄することもできます。(冷暗所で3日まで)

トイレを流せない

空腹を我慢できてもトイレを我慢することはできません。ビニール袋と凝固剤がセットになった簡易トイレを備えていれば家のトイレを利用することができます。

歯が磨けない、お風呂に入れない

口内が不衛生になると感染症にかかりやすくなります。口腔ケア用のウェットシートや洗口液の使用がおすすめ。また、ウェットティッシュがあれば、体や手をふくことができます。

過去には水道の復旧まで1ヵ月かかった事例もあります。応急給水を受けるための持ち運び容器も準備しておきましょう。

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



「歯みがき」を始めてみませんか？



ライオン(株)オーラルケアマイスター 平野 正徳 さん

良いことずくめの「歯みがき」

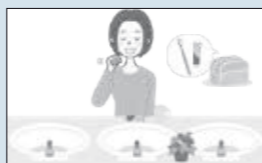
みなさんは職場でも「歯みがき」をしていますか？ 歯みがきを実際に実施している人は、リフレッシュや眠気対策だけでなく、口臭の不安が減りコミュニケーションに積極的になれるなど、働くうえでのメリットを実感しているようです。



※ライオン調べ 20~40代の女性 オフィスでの歯みがき実施者 n=150人 (2019年)

「歯みがき」を習慣化するための4つのポイント

- ①いつも同じタイミングで行う。
- ②朝晩に比べて、完璧にみがこうと時間をかけない。
- ③「化粧ポーチ」や「お弁当箱」など、昼休みに使うものとセットにしておく。
- ④人とタイミングをずらして歯みがきを行う。



歯の汚れをざっと落とすだけでもリフレッシュ感は違ってきますよ。

問合せ先▷市政策課(☎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)

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

- 2日(月)
- 9日(月)
- 16日(月)
- 24日(火)
- 27日(金)
- 30日(月)

Recommend

幼児向け



ぼくちのおふろ 山田 美津子 著 / 理論社

ぼくはお風呂がだいさいらい。理由はいろいろあるけれど、一番は目をつぶったらこわいから…。

Recommend

親子向け



おうちは遊びのワンダーランド 木村 研 著 / いかだ社

おうちで思いきり楽しもう！準備のいらない遊びと新聞紙やハンカチなど身近にあるものを使ってすぐに楽しめる手づくりおもちゃ。

Recommend

一般向け



縁結びカツサンド 冬森 灯 著 / ポプラ社

商店街に佇む昔ながらのパン屋さん「ベーカリー・コテン」。日々迷いながらパンをこねる和久のもとには、愉快なお客たちがやってくる。



図書館通信 図書館がお仕事を応援します。公益社団法人 坂出法人会さまより寄贈いただいた書籍をビジネス支援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。

図書館で遊ぼう！

3日(祝) 活版印刷の講演会(場所:勤労福祉センター) 10:00~
7日(出) 子ども映画の会 14:00~
◇ 英語よみきかせ 15:00~
8日(日) 本のリサイクル八日市 10:00~
11日(水) わらべうたであそぼう 10:30~
13日(金) としょかんカンガルータイム 10:00~
14日(土) おはなし会 14:00~
20日(金) 天体観望会 19:00~
21日(土) おはなし会 11:00~
22日(日) 読書会 bibluv 10:00~
28日(土) 紙芝居の会 11:00~
毎週(水) 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~
10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「世にも美しい本展」

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
4日(水)	加茂
5日(木)	川津
6日(金)	東部
10日(火)	松山・王越
11日(水)	瀬居
12日(木)	金山・江尻
13日(金)	附属
17日(火)	島しょ部
18日(水)	林田
19日(木)	府中
20日(金)	西部
25日(水)	東部
26日(木)	坂出

貸出ランキング	内容
1	100万回シェアされるコピー 橋口 幸生 著
2	アフィリエイトブログ入門講座 鈴木 太郎 著
3	千客万来!地域・施設に人を集めるコピーとグラフィックス パイインターナショナル 編
4	Instagram集客・販促ガイド 金本 かすみ 著
5	1枚で情報を伝えるデザイン パイインターナショナル 編

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11日(水)~17日(火) 初日は10:00~ 最終日は15:00まで



35周年の特別展示 「坂出のオッサンズコラボ」



2月7日(日)まで 展示中!!

濱田実(ミニカー制作) + 岡山富男(動物造形)

Art Museum

☎45・7110

開館時間 9:00~17:00 / 入館無料

市民美術館

第15回トールペイント作品展

会期 11月12日(木)~15日(日)

第37回香川県高等学校総合文化祭写真展

会期 11月18日(水)~22日(日) 初日は13:00~

栄養ドリンクに効果はあるか？

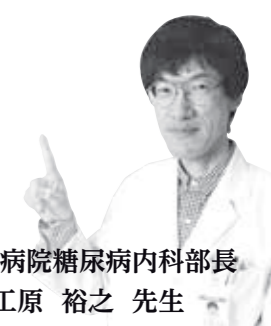
昔からタレントやスポーツ選手を起用した栄養ドリンクのTVCMが盛んです。効能は滋養強壮、肉体的疲労時の栄養補給と謳われていますが、本当に効果があるのでしょうか？

ある程度の効果はあると考えます。病中病後で食欲がない時や、肉体的労働やスポーツの後など、手取り早く栄養を補給したい時には便利ですが、これを飲めば疲れ知らずということには決してなりません。

一方、ニンニク、高麗人参などの生薬（しよやく）は、滋養、強壮に効果があるといわれますが、その効果は緩やかで、1本飲んですぐに効果が出るものではありません。飲み続けなければ生薬の効果は現れません。

栄養ドリンクの中には含まれるビタミンやアミノ酸、生薬成分は本来苦くて飲みにくいものです。それを飲みやすくするために、砂糖や香料が使用されていますから、1本あたりそれなりカロリーがあります。摂取カロリー過多により肥満や糖尿病の悪化、脂肪肝がみられることもあります。

最近ではダイエットや女性向けに、砂糖の代わりに人工甘味料を使用した低カロリーの商品も販売されています。そして配合されているカフェインやアルコールの中枢興奮作用によってカラダ元気になるわけで、これには習慣性がありますから、1日1本という用量は守っていただきたいです。



市立病院糖尿病内科部長 大工原 裕之 先生

健康教室 ● 実技 □ 講話

市民ふれあい会館			☎
5日(木)	9:30~ 75歳以上 10:40~ 74歳以下	● 肩こり解消体操 池田 健康運動指導士	B
11日(水)	10:00~11:00	● 子育て世代のためのyoga教室※ 福岡 ヨガ講師	A
12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
18日(水)	14:00~15:30	□ いい歯は毎日を元気に! オールヘルスケアリーダー	B
20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
25日(水)	15:00~16:00	● 子育て世代のためのyoga教室※ 福岡 ヨガ講師	A
26日(木)	13:30~ 75歳以上 14:40~ 74歳以下	● 肩こり解消体操 六車 健康運動指導士	B

※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			☎
11日(水)	14:00~15:00	● 男性はつらつ教室 森 健康運動指導士	B
12日(木)	13:30~ 75歳以上 14:40~ 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
27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)			☎
10日(火)	□ 「冬の目の病気」	眼科部長 大垣 修一	C
11日(水)	□ 糖尿病教室「忘れたころにやってくるもの」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	C
25日(水)	□ 「今日からあなたにもできる糖尿病予防対策」	糖尿病看護認定看護師 講上 貴世美	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)

休日当番院 医療Netさめぎ(☎0120-979-199)

1日(日)	松山医院 宇多津町(☎49・0706)内 西山脳神経外科病院 加茂町(☎48・3366)内・外
3日(祝)	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 くわはら医院 宇多津町(☎49・3200)外
8日(日)	回生病院 室町(☎46・1011)内・小・外
15日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131)内・小・外
22日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195)内・小・外
23日(祝)	宇多津病院 宇多津町(☎56・7777)内 小林内科胃腸科医院 富士見町(☎45・9595)内 みのりクリニック 駒止町(☎59・0082)外
29日(日)	上里医院 江尻町(☎45・8111)内 いけうち小児科医院 宇多津町(☎49・2100)小 まへだ整形外科外科医院 室町(☎46・5056)外

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！

小松菜の豆乳スープ



つくりかた

- 1 小松菜を洗って4等分に切る。
- 2 鍋に水を入れ、小松菜に火を通す。
- 3 1cm幅に切ったベーコンを2に加え、火が通ったら弱火にする。
- 4 豆乳を加え、固形コンソメを入れる。

ワンポイント!

きのこやさつまいもなど、季節の野菜を加えればアレンジ自由!



さかいて健幸クッキング



- 材料(2人分)
- 小松菜 1/2袋
 - ベーコン 1枚
 - 水 150ml
 - 豆乳 150ml
 - 固形コンソメ 1個

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	問合先	対 象
3~4ヵ月児健康診査	10日(火) 13:15~14:45	地域保健センター (☎45・7437)	令和2年7月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	19日(木) 13:15~14:45	市けんこう課 (☎44・5006)	令和元年5月生まれ
2歳児相談	12日(木) 9:30~11:00		平成30年11月生まれ
3歳児健康診査	26日(木) 13:15~14:45		平成29年4月生まれ
パパママ学級(要予約)	8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(要予約)	17日(火) 13:30~15:00		生後3ヵ月~1歳児とその家族
もくもく書いっしょスクール(要予約)	27日(金) 10:00~11:30		1歳未満のお子さんと家族
離乳食講習	4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	場 所
栄養相談 要予約	16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	11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 20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 12日(木) 13:30~15:30 地域保健センター
献血	6日(金) 9:00~11:30 坂出合同庁舎 12:30~16:00



チビスケちゃん
投稿者 東原 さん
(王越町乃生)
18歳のおじちゃんです。
20歳まで頑張ります。

投稿写真募集中!

募集内容
・アイドル(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 News まろニュース



さかいでまるの新ダンス「Let's maro Friends!」リトルキッズVer.の動画を市公式YouTubeで公開しています♪



Information
~まるのスケジュール帳~
11/15(日)11:00頃
楽市楽座 @JR坂出駅前

11/28(土)11:45頃
こころのふれあい運動会 @金山小学校

※最新のまるの予定は、市ホームページ「まるの部屋」で見てください。

循環バス中ルート運行開始



病院や市役所を1周約25分でコンパクトにつなぐ循環バスの中ルートが運行を開始しました。初日はPRイベントが開催され、利用者に記念品が手渡されました。



オリーブ牛で楽しむハンガリー料理!



新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減少しているオリーブ牛を給食に提供する県の事業により、坂出市内の給食ではハンガリーカヌーチームが東京五輪の事前合宿を行うことにちなみ、ハンガリーの郷土料理グヤーシュが提供されました。



坂出市役所全職員の防災・危機管理能力を高めるため指導を行う「坂出市防災・危機管理スペシャリスト」の認定式が行われました。



災害発生時にソーラーシステムハウスなどの資機材の供給を受けることを目的とした協定を株式会社ダイワテックおよび株式会社坂出キョードーサービスと締結しました。

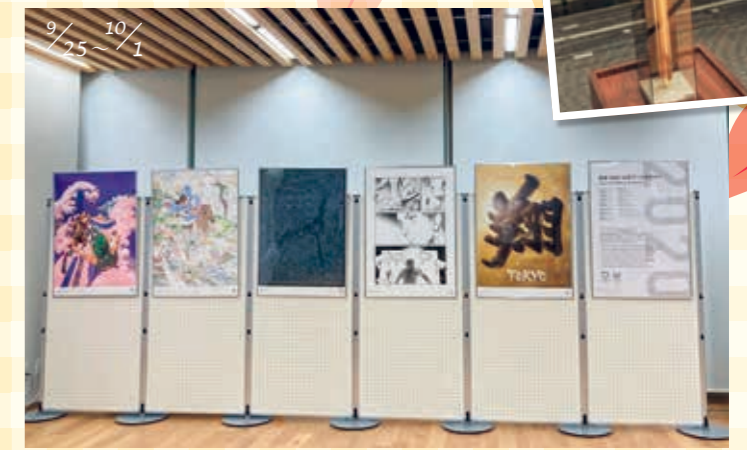
はだしフェスタ

はだしの運動を通して正しい体の使い方を学ぶ「はだしフェスタ」が瀬戸大橋記念公園芝生広場で開催され、参加者ははだしでゲームや、テニス、ドッジボールなどを楽しみました。



東京2020大会巡回展

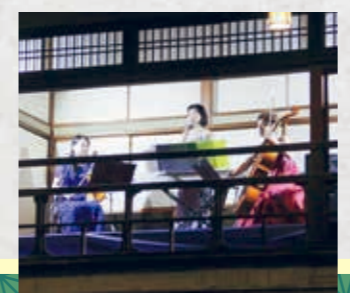
東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の延期開催に向けて、オリンピック聖火リレートーチや東京2020公式アートポスターの展示が市役所1階ロビーで行われました。



香風園観月会

9/29~10/3

今年の観月会では、新型コロナウイルス感染症の医療従事者への感謝の気持ちを表すため、青色の光でもライトアップが行われました。10月1日からの3日間は邦楽やサヌカイト、ジャズなどの演奏が行われ、幻想的な雰囲気とともに中秋の名月を楽しみました。



フラフェスタ

にぎわい創出事業として「フラフェスタ2020 in さかいで」が市民広場で開催され、市内で活動する総勢170人がフラダンスを披露しました。また、さかいでまるは同日開催された楽市楽座で新しいまるダンスを披露しました。



絵本の寄贈

Sae株式会社の岡田 さえさんから「いのちの大切さ」を伝えたいとの思いを込めた絵本50冊を市内の保育施設等に寄贈していただきました。

