

坂出ゆかりの作家シリーズ⑧



村松 正「ひととき」(ガッシュ)

村松 正 1948坂出生。坂出高校、武蔵野美術大卒。株式会社ノバ・マネキン(東京)に入社し、40歳を区切りに退社。帰郷して江尻町に株式会社「アール工芸」を設立。デパート、ショッピングモール、テーマパーク、観光施設などのFRP造形物制作を手掛ける。また社屋にアトリエを構え、主に讃岐の身近な風景や人々の日常などを描く。アコスタージュ個展(屋島)、角ウ八番個展(宇多津)、かまどホール個展(坂出)、美術家連盟画廊個展(銀座)、京都写真美術館ジャパネスク2人展などで発表を続け今日にいたる。日本美術家連盟会員。

冬のコロナ対策で 新型コロナウイルスとインフルエンザを予防しよう

問 市けんこう課 ☎44・5006

政府による緊急事態宣言が解除されてから、およそ半年が経ち、季節は冬を迎えようとしています。冬はいろいろな感染症が流行しやすい季節です。特に、冬に流行するインフルエンザは、症状が新型コロナウイルスと似通っており、どちらも発熱や倦怠感、咳などの症状を引き起こすなど、判別が難しくなります。一人ひとりが「新型コロナウイルス対策」を行うことで、他のウイルスも流行しにくくなります。感染対策を徹底し、新型コロナウイルスもインフルエンザも予防しましょう。

ひとりひとりができる感染対策を徹底しましょう

寒くなると、換気や冷たい水での手洗いは億劫になってしまいがちですが、新型コロナウイルス以外の感染症を予防するためにも、一人ひとりができる感染対策を徹底しましょう。



10月23日に新型コロナウイルス感染症対策分科会がクラスターの分析などを通じて、感染リスクが高まる「5つの場面」についての提言を行いました。年末年始に向けて、感染リスクが高い行動を避けるよう心がけましょう。

感染リスクが高まる「5つの場面」

出典:新型コロナウイルス感染症対策分科会

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしで近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



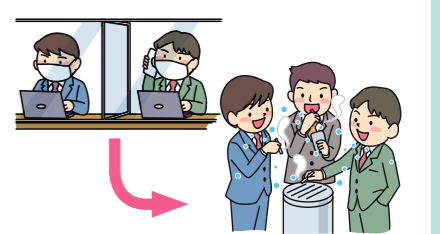
場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間に渡り閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まる可能性がある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



発熱等の症状がある場合は・・・



まずは外出を控え、感染対策をとりながら、自宅で安静に過ごしましょう。同居の家族がいる場合、家族の体調も確認し、不要不急の外出を避けるようにしましょう。

右のいずれかに該当するときは、香川県より示された「発熱等の症状のあるかたの相談・受診体制」を参考に医療機関を受診しましょう。

香川県より相談・受診体制が示されました

11月から、発熱などの症状があるかたの相談・受診体制が変わりました。

まずは、かかりつけ医等の地域で身近な医療機関に電話で相談してください。

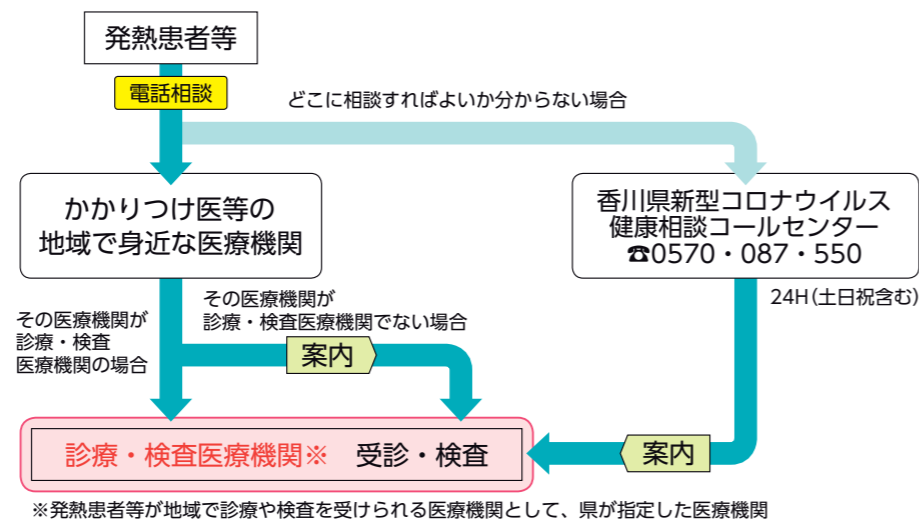
どこに相談すればいいかわからない場合は、「香川県新型コロナウイルス健康相談コールセンター」に連絡をしてください。

コールセンターの相談日時

土・日・祝日を含む
毎日24時間



発熱等の症状のあるかたの相談・受診体制 (11月1日～)



※発熱患者等が地域で診療や検査を受けられる医療機関として、県が指定した医療機関

接触確認アプリを活用しよう

LINEアプリ かがわコロナお知らせシステム

LINEアプリを活用し、利用者に訪問する店舗やイベント等でQRコードを読み込んでもらうことで、その人の訪問履歴を蓄積します。新型コロナウイルス感染者が発生した場合に、当該感染者が訪問した店舗・イベント等に同日訪問した人に対して、感染者との接触の可能性をお知らせします。

新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」と同様に、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができますので、まずは友だち登録をお願いします。

友だち登録は
こちらから↓



新型コロナウイルス 接触確認アプリ「COCOA」

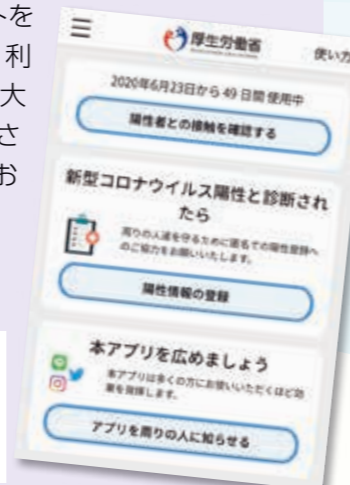
新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」は厚生労働省が提供しているアプリです。この接触確認アプリは、ダウンロードすることで新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができます。

利用者は陽性者と接触した可能性がわかることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることを期待されますので、積極的な活用をお願いします。

(ios)
App Store



(Android)
Google Play



瀬戸フィルハーモニー交響楽団 クリスマス オンラインコンサートin坂出



アートによるまちおこしを推進するため、瀬戸フィルハーモニー交響楽団によるクリスマスコンサート、また前日には坂出商業高校吹奏楽部のコンサートを実施します。

今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため無観客コンサートとし、自宅楽しんでもらえるよう坂出市公式YouTubeチャンネルにてコンサートをライブ配信します。



チャンネル登録してね

坂出市公式YouTube
チャンネルはこちら➡



LIVE!!

- 坂出商業高校の吹奏楽部による
プレミアムコンサート (ライブ配信)
日時 12月19日 (土)
14:00~ 30分程度
- 瀬戸フィルハーモニー交響楽団による
クリスマスコンサート (ライブ配信)
日時 12月20日 (日)
14:00~ 1時間程度

■詳しくは、市にぎわい室(☎44・5015)へ

オンライン 坂出天狗マラソン大会



全国的にマラソン大会の中止が相次いでいるなか、ランナーの意欲の維持や向上に努めるため、オンラインマラソンを開催します。

オンラインマラソンとは？

好きな場所で、好きな時間帯に個人でそれぞれ走るマラソン大会です。スマートフォン等でアプリを使用し、記録投稿フォームに投稿してタイムを競うもので、「3密」を避けることができることから、全国で導入されています。

- 開催期間 令和3年2月6日 (土) ~14日 (日)
- 部門 15km男子・女子、5km男子・女子
- 参加費 1,000円 (+エントリー手数料 200円程度)
- 定員 先着1,000人
- 参加資格 15km: 18歳以上 5km: 小学生以上
- 申込期間 12月1日 (火) ~令和3年1月15日 (金)
- 申込方法 ①公式ホームページまたは
②[e-marathon]
③[e-moshicom] よりエントリー
- 参加特典 ミズノ製オリジナルタオルを全員にプレゼント



←オンラインマラソンの
公式ホームページはこちら

■詳しくは、市にぎわい室(☎44・5015)へ

コミュニティ助成で整備

(一財)自治総合センターは、地域コミュニティ活動の充実・強化を図るため、宝くじの社会貢献広報事業を行っており、宝くじの助成金を受けてコミュニティ活動に使用する備品等を整備しました。

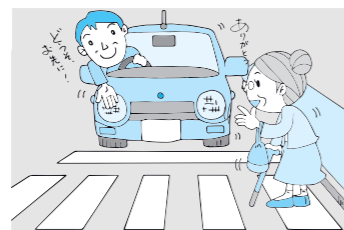


新浜四区自治会
鳴り物(太鼓) 1

交通ルールを守って行動しよう ~年末年始の交通安全県民運動~

年末年始は、仕事、帰省、新年の準備など人や車の動きが慌ただしくなり交通量が増えるほか、飲酒の機会が増えるなど、重大事故が発生しやすくなります。

ドライバーは「飲酒したら運転しない」、歩行者は「横断歩道を渡る」など、一人ひとりが交通安全を心がけ、悲惨な事故を防ぎましょう。



■詳しくは、市共働課(☎44・5009)へ

新庁舎の工事が完了しました

平成29年6月より着工した新庁舎建設工事は、駐車場や緑地などの外構完成により、11月30日にすべての工事を終えました。

長期にわたりご不便をおかけしましたが、ご理解ご協力をいただき、誠にありがとうございます。今後は1階市民ロビーやウッドデッキのテラスを活用した催しを予定しております。ご期待ください。



■詳しくは、市総務課(☎44・5002)へ

ふるさと坂出応援寄附

問 市政策課 ☎44・5001 FAX 46・4056



ふるさと坂出応援寄附の市立病院応援事業に多額の寄附をしてくださった竹内継雄さん(加茂町)、坂出ライオンズクラブに感謝状を贈呈しました。いただいたご寄附は市立病院に送金し、大切に使用させていただきます。

寄附金額 各100万円

市立病院応援事業

《コロナと戦う病院にエールを! みんなで坂出市立病院を支えようプロジェクト》

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事業でいただいたご寄附は、市立病院へ全額送金し、感染症対応に必要な医療用防護服や資機材の購入に活用させていただきます。

これまで、たくさんのかたからのご支援が寄せられております。ありがとうございます。引き続き、温かいご支援をよろしくお願いいたします。

- 【募集期間】 9月28日 (月) ~12月27日 (日)
- 【申込方法】 インターネット(「ふるさとチョイス」ページ)のクレジット決済、または郵便振替等

専用サイトへはこちらから
「ふるさとチョイス ガバメントクラウドファンディング」➡



おめでとうございませす
本市では、長年それぞれの分野でその進展に尽くされた、次のかたがたが晴れの栄誉に輝かれました。

秋の叙勲

旭日双光章



田中 光男 氏
川津町
元 香川県中小企業団体
中央会常任理事

【中小企業振興功労】



山下 文雄 氏
林田町
㈱綾川エアースステム
代表取締役

【技能検定功労】
【専門工事業振興功労】

瑞宝双光章

第35回 危険業務
従事者叙勲

瑞宝単光章

【消防功労】



香西 良一 氏
西庄町
元 市消防司令

【地方自治功労】



別府 健二 氏
久米町
元 市議会議員

令和3年 新年名刺交換会のご案内

日時 令和3年1月4日(月) 11:00~12:00
会場 坂出グランドホテル(西大浜北1-2-33)
会費 無料 ※食事なし
申込 12月7日(月)までに下記まで。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用等ご協力をお願いします。



■詳しくは、
坂出商工会議所(☎46・2701)
市秘書広報課(☎44・5000)へ

中小企業年末緊急融資 のお知らせ

資金使途 運転資金(200万円以内)
貸付利率 1.8%
融資期間 12ヵ月
申込期間 12月1日(火)
~17日(木)
(土・日を除く)



■詳しくは、
坂出商工会議所(☎46・2701)
市企業活力推進室(☎44・5103)へ

『守ってね!最低賃金』

香川県最低賃金

時間額 **820円**

令和2年10月1日から!

※産業によっては、これとは別に特定最低賃金が定められているものがあります。



■詳しくは、
香川労働局労働基準部賃金室
(☎087・811・8919)へ

年末年始 市役所の業務案内

12/28(月)~1/6(水)

年末年始の期間中のごみ収集や市役所本庁舎等の各施設の業務については、下記のとおりです。

なお、1/4(月)は窓口が大変混雑することが予想されます。ご来庁の際は、長時間お待ちいただく場合がございますので、お時間に余裕をもってお越しください。

○1日業務 ×休み

施設	日	28 月	29 火	30 水	31 木	1 金	2 土	3 日	4 月	5 火	6 水
市役所本庁舎・各出張所		○	×	×	×	×	×	○	○	○	○
婚姻・死亡届など		○	注※1						○	○	○
田尾火葬場		○	○	×	○	×	○	○	○	×	○
市立病院		○	×	×	×	×	×	○	○	○	○
可燃ごみ	月・木曜日 収集地区	○	×	×	×	×	×	○	×	×	×
	火・金曜日 収集地区	×	○	×	×	×	×	×	○	×	×
紙類の資源ごみ	第1水曜日 収集地区	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
ごみ・し尿	不燃ごみ・紙類を除く 資源ごみ	○	×	×	×	×	×	×	○	○	○
	し尿収集 注※2	○	×	×	×	×	×	○	○	○	○
持ち込み	角山環境センター (14:00~16:00)	○	○	○	×	×	×	○	○	○	○
	リサイクルプラザ (13:00~16:00)	○	×	×	×	×	×	○	○	○	○
	坂出環境センター (9:00~16:00) 注※3	○	×	×	×	×	×	○	○	○	○

※1 市役所本庁舎・各出張所が休みの場合、市役所守衛室で受け付けます。
※2 年内のし尿収集の申し込みは、12月15日(火)までです。以降の申し込みは来年度の収集になります。
※3 ただし12:00~13:00は除く。

水道に関するお申し込み・お届け先は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になります。年末年始期間中の業務に関するお問い合わせは☎46・4300までお願いします。

政治家の寄附は禁止、有権者が求めることも禁止されています

みんなで徹底しよう
三ない運動

贈らない!
求めない!
受け取らない!

これらのものも、政治家の寄附禁止の対象となります。

秘書等が代理で出席する場合の結婚祝

地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差入

お祭りへの寄附・差入

町内会の集会・旅行等の催物への寸志・飲食物の差入

落成式・開店祝等の花輪

病気見舞

お歳暮・お年賀

入学祝・卒業祝

葬儀の花輪・供花

秘書等が代理で出席する場合の葬儀の香典

■詳しくは、市選挙管理委員会(☎44・5020)へ

総務省 なるほど! 選挙「寄附の禁止」 (公財) 明るい選挙推進協会

総務省 寄附の禁止

検索

明るい選挙推進協会 三ない運動

検索

第72回 人権週間 12月4日~10日

■詳しくは、市人権課(☎44・5008)へ

「誰か」のこと じゃない。

「世界人権宣言」は、昭和23年12月10日に国連総会で採択されました。それを記念して、毎年12月10日は「人権デー」と定められています。この宣言は、基本的人権および自由を尊重し確保するために、世界のすべての人々とすべての国々が達成すべき共通の基準です。

現在、新型コロナウイルス感染症に関しては、全国的に感染の不安が広がる中、感染者、濃厚接触者、医療従事者、またその家族に対して、偏見による不当な差別やインターネット上の悪質な書き込み事案が発生しています。

こうした行為や不当な差別は、決して許されるものではありません。「誰一人取り残さない」社会の実現を掲げる、国連の持続可能な開発目標(SDGs)の達成に向け、国民一人ひとりが人権尊重の重要性を正しく認識し、他人の人権にも十分配慮した行動がとれるよう、人権啓発活動に一層強力に取り組んでいくことが必要です。

「これは人権上問題では?」と感じた場合は、人権相談所あるいは地元の人権擁護委員にお気軽にご相談ください。お電話で相談される場合は、「みんなの人権110番」(☎0570・003・110)までお気軽にお電話ください。



人権週間関連行事

「人権啓発街頭キャンペーン」

日時 12月5日(土)10:10~
場所 JR坂出駅

「第35回人権展覧会」

日時 11月24日(火)~12月1日(火)
※土・日は除く
場所 坂出合同庁舎1Fロビー

「特設人権相談所」

日時 12月4日(金)10:00~15:00
場所 坂出合同庁舎3階第2会議室

障害者週間 12月3日~9日

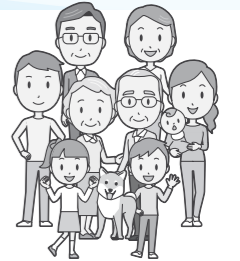
■詳しくは、市ふくし課(☎44・5007)へ

「障害者週間」は、障がいのある人への関心を深めるとともに、障がいのある人の社会参加を促進するために設けられています。

■知っていますか? 「合理的配慮」

「障害者差別解消法」は「障がいのある人もない人も共に暮らせる社会」を目的に、障がいのある人への「不当な差別的扱いの禁止」と「合理的な配慮の提供」を自治体や事業者などに求めています。

「合理的配慮」と言っても難しいことではなく、ちょっとした気遣いで助かる人がいます。障がいにはさまざまな種類があり、個人によっても違いますが、誰もが人格と個性を尊重し合いながら、住み慣れた地域の中で共に安心して生活できる「共生社会」の実現に向けて、この機会に一緒に考えてみませんか。



「ちょっとした手助け」
が大きな力に

(例1)
○車いすのかたが乗り物に乗るときに手助けをしたり、ドアの開閉を手伝う。



(例2)
○窓口での筆談、読み上げなどを行う。また、できるだけ短文で簡潔な情報で伝える。



お越しください! 「ヨロコビ・ワゴンセール」

障がいのある人の就労体験の場として、毎週月・水曜日の11:00~12:30に本庁舎1階の市民ロビーで開催しています。

〈参加施設〉 朝日園/朝日平成園/あゆみ園/八幡園/どんぐり山作業所/わかたけ/楽笑/野の花/坂出市観光協会/香川県社会就労センター協議会
☆12月2日(水)、7日(月)、9日(水)の3日間限定で、「ヨロコビ・ワゴンセール」の商品を購入されたかたへ、まるビエマスクをプレゼントします。商品もしくはマスクがなくなり次第終了となりますので、ぜひお立ち寄りください!

1日50個先着順!



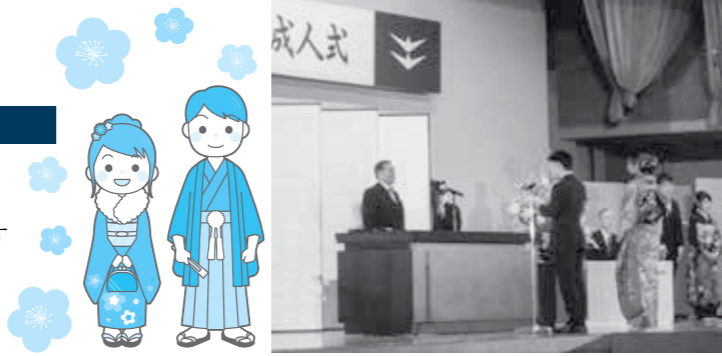
新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、掲載イベント等の開催を中止・延期する場合があります。

新成人の門出を祝う 令和3年 成人式のご案内

問 市生涯学習課 ☎44・5025

日時 令和3年1月10日(日)
会場 市立体育館 開式 13:30~
受付 混雑回避のため校区ごとに受付時間が異なります

白峰中学校区 12:50~
坂出中・島しょ部中学校区 13:00~
東部中・附属坂出中学校区 13:10~



新型コロナウイルス感染症対策のため、時差来場やマスクの着用、検温、手指消毒等の感染対策にご協力をお願いします。駐車場には、数に限りがありますので、お車での送迎にご協力ください。

また、路上駐車や近隣店舗への無断駐車等、周囲への迷惑行為は避けてください。

対象者 平成12(2000)年4月2日~平成13(2001)年4月1日までに生まれたかた

招待状は11月下旬に新成人対象者へ送付していますが、大学生など市外にお住まいで、本市に住民登録がないかたへは送付されません。市ホームページから招待状を印刷して、当日ご持参ください。

ベトナム語版・インドネシア語版を追加 坂出市に住む外国人のための生活ガイド

問 市秘書広報課 ☎44・5000

坂出市国際交流協会では、英語版・中国語版・日本語(ルビ付)版のガイドブックに加え、新たにベトナム語版とインドネシア語版を作成しました。災害への対応、行政サービスの手続きやお問い合わせ先、ごみの出し方等、日常生活に役立つ情報を掲載しています。市民課窓口にて冊子を設置しています。



↑ 秘書広報課のページにアクセス!

市ホームページ内「外国人のみなさんへ 生活情報」に掲載中

冬休みトンボ学校

問 市生涯学習課 ☎44・5025 FAX46・7140
✉ke-tanimoto@city.sakaide.lg.jp

自然に囲まれた王越で本格的なピザ窯を使ったピザ作りと新年に向けた正月飾りの制作を体験します。

日時 12月26日(土) 10:00~13:30
場所 交流の里おうごし(王越町木沢1197-8)
内容 ピザを作ろう&
竹の花瓶に花を生けて正月飾りを作ろう

参加料 子ども 2,100円 (ピザ・正月飾り代)
大人 900円(ピザ代)
対象 小学生20人と保護者 (子どものみは不可)
申込 12/7(月)8:30~受付
定員に達し次第終了



令和2年分の所得税および復興特別所得税の 確定申告の手続について(お知らせ)

■詳しくは、坂出税務署(☎46・3133)

坂出市役所の申告相談会場では、パソコンを利用して確定申告書データの作成・送信(「電子申告(e-Tax)」)を行っています。「電子申告(e-Tax)」を行うためには、ID(利用者識別番号)が必要になりますので、お手数ですが、事前の取得をお願いします。

IDの取得方法については、次の2つの方法があります。

1 パソコンやスマホ等からオンラインで取得する場合

- ① [e-Taxホームページ] (<https://www.e-tax.nta.go.jp>) へアクセス
- ② ホーム>各ソフト・コーナー>e-Taxの開始(変更等)届出書作成・提出コーナーについて>作成・送信する開始(変更等)届出書の選択へ進み
- ③ 「開始届出書(個人のほう)新規」を選択して作成できます。
- ④ 開始届出書を送信後に表示される「利用者識別番号の通知」画面を印刷していただくか、取得したIDを書き留めていただき、申告相談会場にご来場の際にご持参ください。(必要なもの)



PCの場合
※推奨環境を満たしたPC



スマホの場合
※推奨環境を満たしたスマートフォン



スマートフォンはこちらから

2 税務署で取得する方法

運転免許証などの本人確認書類をご持参の上、坂出税務署へ以下の時間帯にお越しください(土・日・祝日を除く)。

※IDを発行後、IDが記載された書面を印刷してお渡ししますので、申告相談会場にご来場の際にご持参ください。

※すでに前年以前にIDを取得いただいているかたは、再度取得する必要はありません。

担当部署	時間帯
坂出税務署 個人課税第一部門	9:00~11:00、13:00~16:00 ☎46・3133(ダイヤルイン)



Vol.44

後期高齢者のオーラルフレイル と歯科健診のご案内

問 香川県後期高齢者医療広域連合 ☎087・811・1866

高齢になると身体機能の低下より先に、口の機能が衰える「オーラルフレイル」が始まります。

~「オーラルフレイル」の早期発見に歯科健診を~

歯科健診は、歯の本数や状態、歯周病のチェックのほか、食べ物を噛む力や飲み込む機能の低下なども調べます。

75歳および80歳のかた(令和2年4月1日時点)を対象に6月末にご案内している、後期高齢者の歯科健診の受診期限は令和3年2月27日(土)までとなっています。この機会にぜひ受診してください。

※受診券等の再交付が必要なかたは上記お問い合わせ先までご連絡ください。

感染リスクを下げながら会食を楽しみましょう

問 市けんこう課 ☎44・5006

今からの時期は会食が多くなる時期です。新型コロナウイルスの感染リスクを下げながら、会食を楽しむ工夫をしましょう。

- 飲食をするのであれば、①少人数・短時間で②なるべく普段一緒にいる人と③深酒・はしご酒などはひかえ、適度な酒量で
- 箸やコップは使い回さず、一人ひとり
- 席の配置は斜め向かいに(正面や真横はなるべく避ける)
- 会話をする時は、なるべくマスク着用(フェイスシールド・マウスシールドはマスクに比べ効果が弱いことに留意)
- 換気が適切になされているなどの工夫をしている、ガイドラインを遵守したお店で
- 体調が悪い人は参加しない

都市計画区域マスタープランを 改定します

都市計画区域マスタープランとは、都市計画区域ごとに県がおおむね20年後の都市の姿を展望した上で、区域区分をはじめとする広域的・根幹的な都市づくりの基本方針として示すものです。

香川県では、既存のマスタープランが目標年を迎えたため、内容を見直すとともに、次期計画を策定する予定です。その内容を説明するための説明会、および公聴会を開催します。

○説明会について

日時 12月14日(月) 14時~
場所 坂出合同庁舎4階大会議室
入場は自由です。直接会場にお越しください。

○原案の閲覧と公述の申出

計画の原案を閲覧できます。また、公聴会に出席して意見を述べたいかたは、原案閲覧場所にある公述申出書を提出してください。

日時 12月11日(金)~25日(金)

8時30分~17時15分 ※土・日を除く

場所 市都市整備課
香川県都市計画課

○公聴会について

皆さんの意見を見直しに反映させるため、公聴会を開きます。ただし公述の申し出がないときは、公聴会を中止します。

日時 令和3年1月12日(火) 14時~

場所 坂出合同庁舎4階大会議室

傍聴を希望するかたは、直接会場までお越しください。なお、傍聴人は発言できません。

■詳しくは、

香川県都市計画課 ☎087・832・3557
または市都市整備課 ☎44・5017へ

くらしの情報



スポーツ

第63回 坂出市民卓球大会

坂出市卓球連盟事務局 旅田
 (☎090・4339・4403)

令和3年1月11日(祝)午前9時～
 市立体育館

場 市立体育館
 内 一般・中学(団体・シングルス)
 申 12月20日(日) 必着
 〒762-0024 坂出市府中町1-2-14

ランニング教室

坂出市陸上競技協会 高木
 (☎090・5275・3180)

12月20日(日) 午前9時～(雨天中止)
 鎌田池公園集合

場 鎌田池公園集合
 内 初心者対象にランニング教室
 鎌田池周回コースチャレンジ
 料 無料

講座・セミナー

「お花を使ったお正月飾り作り」講座生募集

市生涯学習課 (☎44・5025)

12月28日(月) 午後1時～3時
 中央公民館

場 中央公民館
 定 20人(申込先着順)
 料 材料費3,000円

まろっ子ひろば オンラインプレママセミナー

さかい子育て支援センター
 まろっ子ひろば (☎35・8119)

12月12日(土) 午前9時30分～11時30分
 オンライン講座(ZOOM使用)

場 オンライン講座(ZOOM使用)
 内 県内在住の妊娠28週以降の初産婦さん
 お産の進み方・赤ちゃん出産後の暮らし
 について、交流タイム
 定 先着5組(予約時にオンラインの説明あり)
 協力:助産師鈴木佳奈子氏、中橋尚子氏

香川大学サテライトセミナー

市政策課 (☎44・5001)

12月22日(火) 午前10時～11時30分
 市民ふれあい会館

場 市民ふれあい会館
 内 真のアンチエイジングを学ぼう
 一般20人程度
 料 無料(申込不要)
 講師:創造工学部教授掛川寿夫氏

角山運動公園温水プールからのお知らせ

角山運動公園温水プール (☎49・4770)

●冬休み子ども水泳教室
 時 12月25日(金)～27日(日)の3回
 各日とも午前11時～正午
 場 角山運動公園温水プール
 対 小学3年生～6年生の初心者
 定 10人(申込先着順)
 料 無料(ただしプール使用料は必要)
 申 12月1日(火)受付開始(印鑑持参)
 ●開館記念・無料開放のお知らせ
 時 12月6日(日) 午前10時～午後6時
 ※小学3年生以下は保護者同伴(水泳帽着用のこと)

みんなで健幸ウォーキング

みんなでスポーツさかいで事務局 (☎85・5354)

①12月13日(日) ②24日(木)
 午前9時～(受付8時50分)

場 林田公民館集合
 内 林田港と総社神社周辺を歩く
 (さかいで健幸マップのコース⑩)
 料 100円(保険料・会員無料)
 申 ①12月10日(木) ②22日(火) 申込締切

イベント

歳末チャリティバザー中止について

坂出市社会福祉協議会 (☎46・5078)

例年12月初旬に開催していましたが、今年度は新型コロナウイルス感染症対策のため中止します。バザー物品の寄附の受付も行っておりませんので、ご了承ください。

ガーデンセミナー「正月の寄せ植え作り」

坂出緩衝緑地管理事務所
 (☎45・6820、☎43・5213)

12月13日(日) 午後1時30分～3時45分
 番の州公園管理事務所

場 番の州公園管理事務所
 定 12人(申込先着順)
 料 3,000円
 申 郵便、FAXまたはメールで申込受付中

医療事務・調剤事務のお仕事をめざしませんか

(有)アクセス (☎22・0121)

令和3年2月18日(木)～5月17日(月)
 午前9時30分～午後4時10分

場 (有)アクセス(丸亀市土器町東)
 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、申込書を1月22日(金)までに(有)アクセスに持参または郵送

坂出市ファミリー・サポート・センター子育てサポーター養成講座受講生募集

坂出市ファミリー・サポート・センター (☎46・2005)

12月7日(月)・8日(火)(全2日)
 あみのうら交流センター(宇多津町)

場 あみのうら交流センター(宇多津町)
 内 市内在住で20歳以上のかた
 子どもの病気・発達・遊び等の知識を深めるための講習
 定 15人(要事前申込)
 料 無料

第114回さかいで薬市薬座歳末大市

同実行委員会 (☎46・2701)

12月20日(日) 午前9時～午後2時
 駅前およびその周辺

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。

令和2年度統合失調症の家族学習会

中讃保健福祉事務所 (☎24・9963)

12月17日(木) 午後2時～3時40分
 中讃保健福祉事務所(丸亀市)

場 中讃保健福祉事務所(丸亀市)
 内 統合失調症患者を支える家族ができること
 定 30人(申込先着順)
 料 無料
 申 12月10日(木) 申込締切
 他 講師:しおかぜ病院院長前田譲二氏

五色台体験教室「ミニ門松づくり」

五色台ヒジターセンター
 (☎47・2479、☎47・2048)

12月19日(土) 午前10時～午後0時30分
 五色台ヒジターセンタークラフトハウス

場 五色台ヒジターセンタークラフトハウス
 定 10グループ(応募者多数の場合抽選)
 料 1人100円(保険料込)+セット1,500円
 申 12月8日(火) 午後4時 申込締切

2020さかいで光輝里フェスティバル

市都市整備課 (☎44・5017)

11月23日(祝)～令和3年1月3日(日)
 午後5時～10時(12月31日のみ翌朝6時まで)
 J R坂出駅前ハナミズキ広場 市民広場

場 J R坂出駅前ハナミズキ広場 市民広場
 ※今年も恒例となったイルミネーションを実施しています。なお、点灯式やクリスマスイベントは行いません。

新版坂出市史を読む会

坂出市史編さん所 (☎44・4044)

12月12日(土)・令和3年1月9日(土)・
 2月6日(土)・3月6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

相談・募集

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)

12月19日(土) 午後1時～4時
 丸亀市生涯学習センター

場 丸亀市生涯学習センター
 内 一般相談、法アドバイス相談、成年後見相談
 料 30分無料(前日までに要予約)

自衛官候補生募集

自衛隊丸亀地域事務所 (☎23・6420)

自衛官候補生を随時募集しています。
 試験日は受付時にお知らせします。
 対 18歳以上33歳未満のかた

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)

(試験日) 12月17日(木) 午前9時～
 20人

場 12月15日(火) 必着
 12月6日(日) 午前10時からオープンキャンパス開催。当日参加もOK。

マイナンバーカードの交付について

平日に来庁することができないかたを対象に、第2日曜日・第4土曜日の午前中にマイナンバーカードの交付を行います。(要事前予約)

【交付時間】
 9:00～12:00
 ※平日の9:00～17:00にお電話で予約をお願いします。

問 市市民課 (☎44・5005)

年末年始特別フラット千支(丑)の置物づくり

五色台ヒジターセンター
 (☎47・2479、☎47・2048)

12月12日(土)・13日(日)・20日(日)・令和3年1月9日(土)～11日(祝)
 ①午前10時～、②午後2時～

場 五色台ヒジターセンター
 定 50個限定(各回5人まで・申込先着順)
 料 1人300円(保険料・材料費込)
 申 12月1日(火)～各開催日の3日前まで

五色台自然楽校「千支づくり(丑)」

休暇村讃岐五色台 (☎47・0231)

令和3年1月10日(日)
 午前8時50分～午後3時

場 五色台ヒジターセンター
 内 千支づくり、新春の森歩き、竹林の整備
 定 30人
 料 無料
 申 1月7日(木) 申込締切
 他 野外活動用の服装・弁当・軍手・入浴の準備

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

坂出市政だより「令和2年を振り返って」
 放送日時 12月20日(日) 午前7時15分～(15分間)
 放送局 西日本放送 (RNC)

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協同組合
 (☎45・4633)

税

市・県民税※……………4期
 国民健康保険税※……………6期
 介護保険料……………6期
 後期高齢者医療保険料……………6期

・納期限は、令和3年1月4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。



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	4日(金) 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)
税務相談 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 10:00~16:00 14:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00 12:30~16:30	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3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 ※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) きんかこども園内(☎46・8747) まるっ子ひろば内(☎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) 9:30~12:00	
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)* 8:30~17:15	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	※相談日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)

学園だより



坂出中学校
男子バドミントン部



2年 芋阪 康平さん

坂出中学校男子バドミントン部は、1年生12人、2年生16人で活動しています。私たちの部は人数が多く、活動場所が限られているため、毎日工夫しながら

ら一生懸命練習に励んでいます。基礎練習やフットワークなどを頑張るとともに、仲間を応援する声かけが一番大切にしながら取り組んでいます。男子バドミントン部の元気は、どの部にも負けません。仲間と切磋琢磨し、気持ちを強くもって、最高のチームをつくっていきます。応援、よろしくお願いします。

詳しくは、市少年育成センター(☎46・2777)へ

矢野 青空 坂一高1年
土田 大智 附属中3年
野保 巨平 附属中3年
因藤 緒千薫 林田小6年
佐藤 絢夏 坂出小6年
藤本 璃子 附属小5年
谷本 瑞樹 東部小3年
阿部 真拓 林田小3年
ポスターの部

大西 晟斗 坂商高1年
中西 拓海 瀬居中3年
山地 菜月 坂出中2年
山下 智也 東部中1年
南 茉優 坂出中1年
山内 創太 附属小6年
関子 空優真 府中小4年
鈴木 翔大 川津小3年
中井 蘭 林田小3年
古藤 愛結 東部小3年
和田 朔太郎 東部小1年
標語の部

市少年育成センターが募集した「青少年の健全育成に関するポスター・作文・標語」に、ポスターの部137点、作文の部92点、標語の部308点の応募がありました。特選に選ばれた方をご紹介します。(敬称略)

育成センターだより



土田 大智 (附属中3年)



因藤 緒千薫 (林田小6年)

作文の部
水川 嵩大 東部小3年
篠岡 秀一 附属小3年
瀧本 一就 加茂小6年
森口 斗真 坂出中1年
小山 紗世 東部中2年
原岡 翔瑛 東部中2年

minnano hiroba

みんなの広場

挑戦! おもてなし英会話



今月は、神社へ参拝に来たシチュエーションです。ジェスチャーで何かを教える前に使える便利な表現を覚えましょう。

Could you tell me how to make a prayer at the shrine?

神社での参拝の仕方を教えてくださいませんか?



Sure. Let me show you. You do it like this.

もちろんです。お見せしますね。こんなふうにしてみてください。

like thisは「こんなふうに、こうだよ」と何かをして見せる時に使える便利な表現です。二礼二拍手一礼などの神社のマナーは、説明するよりやって見せたほうが分かりやすい場合があるので、ぜひ使ってみてください。

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 ハンガリーにサンタクロースが来るのは何日でしょう?

- ①12月6日
- ②12月14日
- ③12月25日



レベカさん



正解...①12月6日
サンタクロースはハンガリーではミクラーシュと呼ばれ、「聖ミクラーシュの日」の6日にあわせてやってきます。5日の夜に靴やブーツをみがいて窓ぎわに置いておくと、6日の朝に贈り物が入っています。主にチョコレートですが、クランプスという悪魔からムチ(小枝の束)が届けられることもあります。クリスマスにはミクラーシュはやって来ませんが、24日の夜、キリストが生まれたときに奇跡がおき、ツリーの下のプレゼントが並ぶのです。

広報クイズ

ヨロコビ・ワゴンセールで
まる〇〇マスク
3日間限定プレゼント!

ヒント:6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 12月10日(木)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 4(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。



「鯛の舟盛り」

坂出第一高校 2年 植松 恒大さん

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！

PHOTO

防災

はっすの

vol.102

歩

非常時の身近なものの活用術

災害時に備えて防災グッズなどを準備しているご家庭も多いと思いますが、実は身近なものを非常時に活用することができます。今回は、停電時の明かりの確保にツナ缶ランプをご紹介します。

用意するもの

- ツナ缶 (油漬けタイプ)
- ティッシュ
- ライターなど
- 穴開け用の器具

作り方

- 1 ティッシュでランプの芯を作る
 - ・こより状に細くする
 - ・長さは缶の高さの2.5倍くらいで
- 2 ツナ缶に穴を開け、芯を入れる
 - ・穴をあけずフタを開けても
 - ・しっかりオイルを染み込ませるのがポイント！
- 3 ライターなどで火をつけて完成！

今回作ったツナ缶ランプの明かりはなんと約2時間持ちました。消えた後はもちろん食べることができ、ほんのり温まって、油が減って食べやすかったです。ぜひ試してみてください！

※火の取扱には十分注意してください。大地震直後は危険ですので使用しないでください。

問合せ先▷市職員課危機監理室 (☎44・5023)

さかいで131おとめ隊* 永井千晶 (出納局)

*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 9日・23日(水)pm0:07~、7:07~(FM SUN 76.1Mhz)

「キレイキレイのまち 坂出」プロジェクト通信



「うがい」をするとどうしていいのでしょうか？



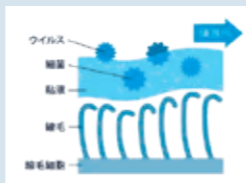
ライオン(株)ヘルスケアマイスター 芳賀 理佳 さん

「うがい」の目的とは？

風邪が流行する季節になると、特に「うがい」を意識するようになりますね。では、そもそも「うがい」の目的とは何でしょうか？

◀のどの異物を洗い流して線毛運動をサポート▶

人間は1日に約2万リットルの空気を呼吸しています。のどには空気と共に入ってきた異物がつきやすく、口からの汚れも付着します。



気道に入った異物は「粘液」で捕えられ、その下にある「線毛」が体外へ向かって異物を戻します。のどは、「線毛運動」で肺や気道から戻されてきた異物の終点でもあるのです。こののどについての異物を洗い流すことで「線毛運動」をサポートすることも、「うがい」の目的の1つです。

こまめに「うがい」を行って、風邪などを積極的に予防していきましょう。

問合せ先▷市政策課 (☎44・5001)

招くやみ

10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



つるかめ つるかめ

中脇 初枝 文・あずみ虫 絵
あすなろ書房

雷ごごろ、くわばらくわばら…昔の人がとなえたおまじないの言葉が不安な気持ちを和らげてくれます。

Recommend

中高生向け



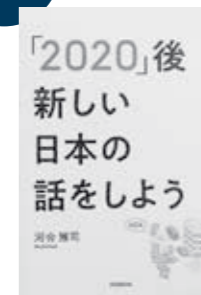
無限の中心で

まはら 三桃 著 / 講談社

数学が苦手なわたしは、新聞部の助っ人をたのまれ数学オリンピックに挑戦する数学研究部取材することになった。

Recommend

一般向け



「2020」後新しい日本の話をしよう

河合 雅司 著 / 講談社

当たり前を見直し、発想を柔軟に…「未来の年表」の著者が提案するこれからの日本の歩き方。

☎45・6677

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(月)
14日(月)
21日(月)
28日(月)~1月5日(火)

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~
9日(水)	わらべうたであそぼう	10:30~
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~
19日(出)	◇	11:00~
20日(日)	読書会 biblurv	10:00~
26日(出)	紙芝居の会	11:00~
毎週(出)	ばごん寺子屋	9:00~
毎週(日)	にほんご@坂出(第5日曜は除く)	14:00~

1日(火) ブックスタート(場所:地域保健センター) 13:30~
今月の展示 フラワーガーデン京町のみなさんによる手作り作品

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)	島しよ部
16日(水)	林 田
17日(木)	府 中
18日(金)	西 庄
23日(水)	東 部
24日(木)	坂 出

図書館通信 今年サンタさんの福袋！

12月19日(出)よりサンタさんが選んだ絵本を福袋に入れて貸出します。限定につきお早めに。

貸出ランキング (令和2年4月~9月)	上半期ベストリーダー
1 クスノキの番人 東野 圭吾 著	3 流浪の月 凧屋 ゆう 著
2 ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー プレイディみかこ 著	4 野守虫 柴田 哲孝 著
5 夏の騎士 百田 尚樹 著	

Art Museum

市民美術館

☎45・7110

開館時間 9:00~17:00/入館無料

臨時のロビー展④

池知隆の切り絵「み仏の大和路とその風景」

会 期 12月5日(出)~13日(日)

休館日 12月7日(月)

入館料 無料

「第58回坂出市美術展覧会」、「坂出市婦人団体連絡協議会生活文化展」はコロナ禍のため中止いたします。



昭和大仏殿



長谷寺の回廊



法隆寺夢殿の炎上

冬至にカボチャを食べると風邪をひかない

こんな言い伝えがあるように、昔からカボチャはその栄養価の高さで知られています。カボチャは緑黄色野菜の仲間、黄色い果肉が特徴ですが、これはβ-カロテンの色。β-カロテンは抗がん作用や免疫賦活作用で知られています。その他にも体内でビタミンAに変換され、視力維持、髪や皮膚や粘膜の健康維持、そして喉や肺など呼吸器系統を守る働きがあるといわれます。

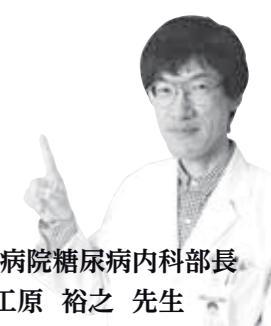
豊富に含まれるカリウムはナトリウムを排泄する役割があり、高血圧に効果があります。また長時間の運動による筋肉の痙攣を防ぐ働きもあります。

カボチャのビタミンCは加熱による損失が少なく、風邪を予防するほか、体の中に発がん性物質ができるのを防いでくれます。

豊富に含まれる食物繊維は水溶性ペクチンで、整腸作用があります。ペクチンは脂肪の代謝を良くする作用があります。ペクチンは脂肪の代謝を良くするので、肝臓やすい臓の負担を軽くします。

独特の甘味は糖質を多く含むためですが、100グラム中のエネルギーは91kcalで、サツマイモの134kcalと比べてもカボチャがいかにヘルシーであるかがわかります。

このようにバランスの良い栄養価と繊維質と低エネルギーは理想的な野菜の代表といえますが、先日のハロウィンには大好物のパンプキンプリンを満喫しました。



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！
今月は大人気給食のレシピをご紹介します！

サニーレタスのナムル



つくりかた

- 1 サニーレタスは一口大に手でちぎり、にんじんはせん切りにする。
- 2 鍋に湯を沸かし、にんじん、もやしを入れてゆで、ふたたび沸いたらサニーレタスを加えてさっとゆでる。
- 3 野菜を冷水にとり、水気を切る。
- 4 3をしょうゆ、塩、ごま油であえ、いりごまをふって仕上げる。

ワンポイント!
サニーレタスをゆでると緑色に。かさが減るので食べやすくなります。



- 材料(4人分)
- サニーレタス ... 120g
 - にんじん ... 40g(1/4本)
 - もやし ... 200g(1袋)
 - しょうゆ ... 小さじ2
 - 塩 ... ひとつまみ
 - ごま油 ... 小さじ2
 - いりごま ... 大さじ1

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		
3~4ヵ月児健康診査	1日(火) 13:15~14:45	令和2年8月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	17日(木) 13:15~14:45	令和元年6月生まれ
2歳児相談	10日(木) 9:30~11:00	平成30年12月生まれ
3歳児健康診査	24日(木) 13:15~14:45	平成29年5月生まれ
子育てサークル(要予約)	15日(火) 13:30~15:00	生後3ヵ月~1歳児とその家族
かもめ教室(要予約)	15日(火) 9:30~11:30	子育てに不安のあるかた
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
ベビーマッサージ(要予約)	23日(水) 10:00~11:30	1歳未満のお子さんとご家族

相談・献血		
市けんこう課 (☎44・5006)		
場 所		
栄養相談 要予約	21日(月) 9:00~12:00	地域保健センター
こころの健康相談 要予約	9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) 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	13日(日) 9:00~11:30 13:30~16:30	王越出張所 マルナカ坂出店

集団がん検診 (要予約)

場所：地域保健センター 市けんこう課(☎44・5006)

肺がん検診(9:30~/13:30~)
7日(月)、8日(火)、11日(金)、14日(月)、25日(金)

乳がん検診(9:00~/13:00~)
22日(火)

※受診時はマスクの着用をお願いします。

休日当番院

6日(日)	まつむら内科クリニック 江尻町(☎44・1133) 内 佐藤医院 駒止町(☎46・3387) 内 番の州ハビネスクリニック 八幡町(☎44・5566) 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
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		
3日(木)	9:30~ 75歳以上 10:40~ 74歳以下	転ばないからだづくり 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※ 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	歌ってみんなで若返ろう♪ 香川ささやか届け隊 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	転ばないからだづくり 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		
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(水)	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)	新型コロナとインフルエンザ	副院長 中村 洋之 C
9日(水)	糖尿病教室「高過ぎても低過ぎてもいけないもの」	糖尿病内科部長 大工原 裕之 C
23日(水)	インフルエンザと治療薬	薬剤師 森 喜郎 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)



12/10 締切

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



いまだからこそ大事にしたい活版印刷の世界



読書週間にあわせて講演会を開催し、活版カムパネルラ代表の上田昇辰さんに活版印刷の歴史や魅力についてお話していただきました。「テキン」という機械を使っての活版印刷体験では、インクのかすれや凹みなど活版印刷ならではの風合いに歓声があがっていました。



行方不明者保護で感謝状

迷子になっていた男の子に優しく声をかけ、無事保護したとして、琴平高校の多田羅愛さんと塩崎千悠さんに坂出地区防犯協会連合会と坂出署から感謝状が贈られました。



歌とトークで綴るコンサート

バス・バリトン歌手の村山岳さんによるコンサートが「現代童画の世界展」開催中の市民美術館で開かれました。曲に関するエピソードなどトークを交えながら、さまざまなジャンルの歌を聴くことができ、楽しく贅沢なひとときを過ごしました。



▲「深雪アートフラワー・フラワーデザイン展」も同時開催

まる通信

Information ~まろのスケジュール帳~

12/18(金) 10:30頃
 12月生まれ誕生会&クリスマス会
 @西部保育所

12/20(日) 10:00頃
 楽市楽座 @JR坂出駅前



11:00からみんなで『Let's まろフレンズ!』を踊ろう♪
 サンタ姿のさかいてまろに会えるのは今月だけ!
 一緒に写真を撮ってね☆

※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。

にぎわい創出事業



にぎわい創出事業として「元気フェス坂出2020」がハナミズキ広場、市民広場で開催され、前日祭ではチアダンスチームのみなさんが元気よく踊りを披露し会場を沸かせました。また、「お宮でライブ!」では、岡山富男さんのユーモアあふれる動物たちが展示された白峰宮を舞台に、高松千春さんによる音楽ライブをネット生配信しました。



ベトナム講座 in 坂出

市国際交流協会と県国際交流協会の共催でベトナム講座を開催しました。講師のタイ・ティ・ゴック・アインさんやベトナム人ゲストと交流しながら、ベトナム語でのあいさつや自己紹介の練習を行いました。



消防防災ひろば

「消防防災ひろば」が今年も開催され、約400人の家族連れがはしご消防車搭乗体験や放水体験、キッズレスキュー隊、防火防災教室などを通して楽しく防火・防災について学びました。



災害協定締結

大規模災害時に高齢者など特段配慮が必要なたをホテルなどで過ごせるようにすることを目的とした災害協定を坂出旅館組合と締結しました。



ハロウィーンの工作を楽しもう!

講師にアメリカ出身の小山ビクトリアさんをお招きして、ランタンを作ったり、かばんにこもりやジャコランタンの絵を描いたりして、子どもたちにハロウィーンに親しんでもらいました。



