

坂出ゆかりの作家シリーズ⑭



中河 与一「静物 (油彩)」(1956年頃)

中河 与一(なかがわ よいち) 四国新聞人名事典1985刊によると「明30年坂出市谷町生まれ、早稲田大学英文科中退、現在小田原市在住、歌人で小説家。大11年処女作『踊り』を発表、昭12年『愛恋無限』で北村透谷賞、昭20年内務省嘱託。その間、文化学院や満州国建国大学などで教壇に立つ。大正末期から昭和初期にかけて横光利一、川端康成らと新感覚派文学を推進。『丸葉の精神』『天の夕顔』『足と煙草』など著作は多い。」この油絵は市役所旧庁舎の応接室に永く掛けられていた。基底材に画布ではなく桜材の古い版木を再利用していることから、油彩技法に精通していたことが伺える。氏は泰西名画のコレクターとしても有名。平成6年に97歳で永眠。

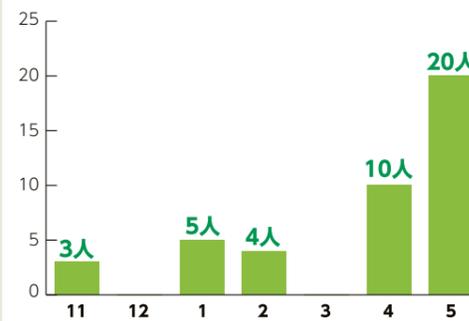
県内の感染者数の推移 (11月～5月)



3月末以降、急速な勢いで感染者が増加

3/23に1都3県で緊急事態宣言が解除されてから県内の感染者数は急激に増加しています。3/1～4/4の感染者数は151人でしたが、4/5～5/14までで841人となっています。また、20代を中心にすべての年代で感染が拡大しています。

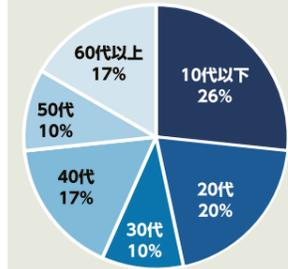
市内の感染者数の状況 5/14まで



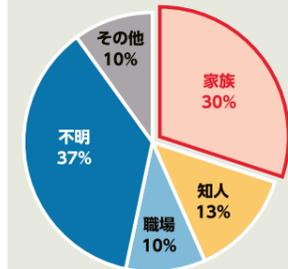
感染者が若年層に拡大

4/1以降の感染者では10代～20代が最も多く、3月までと異なり30代以下の割合が過半数となっています。感染経路別では、従来多かった職場での感染が、家族や親族等を経由するなど、マスクを外す場面での感染事例が増えています。

年代別新規感染者数 (4/1～5/14)



想定感染経路 (4/1～5/14)



市内では、4月に入ってから感染が拡大しています。県内でも3月下旬以降感染者数が急増し、特に、従来よりも感染力が強いとされる変異株の感染者が増加傾向にあります。引き続き感染症対策への取り組みをお願いします。変異株による重症化や若年層への感染拡大が見られる一方で、マスクの着用や手指消毒、3密の回避など基本的な感染予防行動が引き続き効果的であると考えられます。

新型コロナウイルス感染症関連情報

これまでにない勢いで感染拡大が続いています

感染防止への取り組みにご協力ください

会話は、他人に感染させないために必ずマスクを着用しましょう。また、同居家族からの感染が多く見られています。配偶者やお子さまなど大切なご家族に感染を広げないためにも、外出先からの帰宅時には手洗いやうがい、シャワーを浴びるなどウイルスを家の中に持ち込まないことを意識して感染防止に努めましょう。

問 市けん課 ☎44・5006

新型コロナウイルス感染症に関する最新情報は

新型コロナウイルス感染症に関する最新の情報は市ホームページ「[新型コロナウイルス感染症関連情報](https://www.city.sakaidc.lg.jp/soshiki/sakaideshiyakusyo/coronavirus.html)」(https://www.city.sakaidc.lg.jp/soshiki/sakaideshiyakusyo/coronavirus.html) でご確認ください。



新型コロナウイルス感染症関連情報



感染症予防のために気をつけたい栄養

世界を震撼させている新型コロナウイルス感染症は、多くの人を不安の渦に巻き込んでいます。感染拡大を防ぐには、密集・密接・密閉の空間を避ける、手洗い、マスク着用が大切です。

一方「生体の免疫力は栄養状態によって支えられており、低栄養で特に筋肉量が減少した人は、明らかに細菌やウイルスなどの感染症に対する免疫能が低下している」と言われています。特に高齢者は、複数の持病、身体機能の低下や筋肉量の減少、食べたり飲み込んだりする機能の低下などから高リスクであることや、重症化しやすいことも指摘されているので注意が必要です。

低栄養（筋肉量の減少）の予防・改善には、適量をバランスよく食べることが重要です。食べれば食べるほど栄養状態が改善するものではなく、過剰摂取が原因で血糖コントロールや腎機能などが悪化する場合があります。また、筋肉量を増やすためには運動を併せて実施することが重要で、右記の点に注意して生活習慣の見直しをしてみたいかがでしょうか？

- 主食・主菜・副菜を揃えて1日3食食べる
- 食後、就寝前に歯を磨き、口の中を清潔に保つ
- 座っている時間を減らす
- 日の当たる場所で散歩くらいの運動をする



参考文献
 ・新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の治療と予防に関する栄養学的提言 日本臨床栄養代謝学会
 ・「新型コロナウイルス感染症」高齢者として気をつけたいポイント 日本老年医学会

ワクチン接種に便乗した詐欺に気を付けて！

新型コロナウイルスのワクチン接種は無料です。行政機関の職員等を名乗った不審な電話にご注意ください。

→11ページをご確認ください。

■新型コロナワクチン

詐欺消費者ホットライン

☎0120-797-188

■香川県消費生活センター

☎087-833-0999

子育て世帯生活支援特別給付金ひとり親世帯分

低所得の子育て世帯に対する給付金を実施します。

→7ページをご確認ください。

■市こども課 ☎44・5027

プリンセスプロジェクト (生理用品無料配布)

経済的な理由で生理用品の購入が困難になっている女性を支援するため、市内在住の困窮世帯を対象に生理用品を配布しています。

また、生活にお困りごとがある場合は、生理用品受け取りの時に窓口の職員にお声かけください。

お渡しするもの

- 1世帯に1パック (昼用・夜用・敏感肌用からお選びください)
- お困りごとなどの相談窓口案内チラシ

対象者

市内在住の生活困窮世帯

受け取り場所

坂出市社会福祉協議会 (寿町1-3-38)
市ふくし課 (本庁舎本館2階)

受け取り方法

受け取り窓口に「プリンセスプロジェクト」のカードがあります。

窓口にあるカードを提示するか、スマートフォンなどの端末でホームページを表示したものを提示してください。

プリンセスプロジェクト



STOP! コロナ差別 ~差別をなくし正しい理解を~

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に関連して、誤った情報による誤解や偏見、いじめ等、不当な差別を行うことは決して許されません。

NO!
医療従事者やその家族等への偏見や差別

NO!
感染者やその家族、濃厚接触者を特定する行為や差別

NO!
SNSやインターネットを通じた根拠のない情報の拡散や書き込み

不当な差別や偏見に関するおもな相談先

- | | |
|-------------|--------------|
| みんなの人権110番 | 0570-003-110 |
| 子どもの人権110番 | 0120-007-110 |
| 女性の人権ホットライン | 0570-070-810 |
| 外国語人権相談ダイヤル | 0570-090-911 |



コロナとたたかう すべての人に エールを!



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
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。

憲法記念日 知事表彰

春の叙勲・褒章

旭日単光章



【生活衛生功労】
山下 香氏

富士見町
元県公衆浴場業環境
衛生同業組合副理事長

瑞宝単光章



【社会福祉功労】
津島 千津子氏

白金町
元特別養護老人ホーム
「愛生苑」介護リーダー

藍綬褒章



【麺類製造業振興功績】
木下 敬三氏

高屋町
全国乾麺協同組合
連合会副会長

【環境衛生功労】
川東 義行氏



文京町
県食鳥肉販売業生活
衛生同業組合副理事長

瑞宝単光章



【社会福祉功労】
堤 美佐代氏

王越町
元民生・児童委員

藍綬褒章



【統計調査功績】
大東 昭彦氏
川津町
元国勢調査員

【中小企業振興功労】
【食品産業功労】
吉原 良一氏



青葉町
県製粉製麵
協同組合理事長

【生活改善功労】
安藤 はつ子氏



加茂町
坂出・宇多津地区
生活研究グループ 連絡協議会会長



【専門工事業務功労】
竹田 政文氏



府中町
浦川設備興業(株)
工事部長

瑞宝単光章

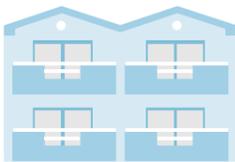


【消防功労】
西山 修氏
高屋町
元市消防団分団長

問 市建設課 ☎44・5011

市営住宅入居者募集

募集期間 6月1日(火)～9日(水)
受付場所 市建設課



	団地名	竣工年度	構造/階数	間取り	月額家賃(円)
公営住宅	緑町団地(7号)	昭和60年度	簡耐2	3DK	17,300～32,000
	御供所団地(3号)	昭和60年度	簡耐2	3DK	17,300～31,900
	御供所団地(4号)	昭和60年度	簡耐2	3DK	17,300～31,900
	新林田団地(C302号)	平成元年度	耐火3	2DK	18,000～37,300
	常盤団地(A303号)	平成3年度	耐火4	3DK	21,400～41,200

※常盤団地を除いて、単身入居可。ただし条件あり。

県営住宅入居者募集

募集月 6月、9月、12月、3月
(各月1日～10日頃)
募集団地 下記までお問い合わせください

入居資格

- 以下のすべてに該当するかた
- ①住宅に困窮している
 - ②同居親族、または同居しようとする親族がいる
 - ③収入が所定の基準に該当している
 - ④県税などの滞納がない
 - ⑤暴力団員でない



■詳しくは、あなぶき公営住宅コンソ
シアム(香川県営住宅管理センター)
(☎087・832・3587)へ

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)
- ・市税の滞納がないかた
- ・月額所得(諸控除後)の金額が次の基準に適合するかた
公営住宅では158,000円(裁量階層214,000円)以下
(夫婦子ども2人の標準世帯で、年間総収入が4,472,000円未
満程度)

※過去に市営住宅使用料の滞納があるかた、明渡訴訟を提起され市営
住宅を退去したかたは申込みできません。

※暴力団員による不当な行為の防止に関する法律第2条第6号に規定す
る暴力団員は申込みできません。

※入居申込みは一住戸のみで、同じ住戸に複数の申込みがあった場合
は、抽選で入居者を決定します。

※連帯保証人として、市内に住所を有し、市税の滞納がなく、当初家
賃の12ヵ月分(極度額)を保証する能力を有する者1名が必要です。

※入居手続きには当初家賃の3ヵ月分の敷金が必要です。

※ガスコンロや湯沸かし器等の設備は付属していません。

※月額家賃に光熱水費や共益費等は含まれていません。

坂出市は、非核平和都市 宣言をしています



世界の恒久平和を実現す
ることは、人類共通の願い
である。わが国は、世界唯
一の核被爆国として、広島・
長崎の惨禍を人類の上に決
して繰り返させてはならない重要な責任
を持つものである。日本国憲法の精神に
基づくわが国の平和と安全こそが、地方
自治の根本的条件である。

よって、平和を愛し、人類の共存を願
う立場から、あらゆる国のあらゆる核兵
器の廃絶と憲法にうたわれている平和的
生存権の確立のため、次の事項を市是と
し、ここに非核平和都市宣言を行うもの
である。

(昭和59年9月22日坂出市非核平和都市
宣言決議)

- 一 坂出市は、あらゆる国のあらゆる核兵器の廃絶を全世界に強く訴える。
- 一 坂出市は、「核兵器つくらず、持たず、持ち込ませず」の非核三原則を将来ともに堅持する。
- 一 坂出市は、将来にわたって戦争の悲惨さを伝え、平和を守る行政を行う。

■詳しくは、市総務課
(☎44・5002)へ

香川県広域水道企業団 坂出支所からのお知らせ

水道についての理解と関心を高めるため、水道週間に合わせて例年行事を開催していましたが、新型コロナウイルス感染拡大を予防するため、坂出支所のイベント開催を中止します。

漏水調査にご協力ください(無料)

香川県広域水道企業団坂出支所では、水道管の漏水個所を早期に見つけるため、専門業者に委託し道路内の配水管からお客様の敷地内にある水道メーターまで漏水調査を行います。調査員は、香川県広域水道企業団発行の業者名・氏名を記した身分証明書を携行し調査を行っています。なお、この調査でお客様に調査費用等を請求することはありません。



調査区域

- 新浜町 富士見町 文京町 青葉町
- 花町 池園町 駒止町 笠指町 福江町
- 谷町 小山町 大池町 江尻町
- (一部) 西庄町 (一部) 川津町

■詳しくは、水道企業団坂出事務所工務課
(☎46・4597)へ

問 市けんこう課 ☎44・5006

令和3年度の各種健(検)診が始まります!

新型コロナウイルス感染症の影響により医療機関での健(検)診が中止になる可能性があります。**必ず事前に医療機関へお電話でご確認の上、**受診していただくようお願いいたします。
※特定健診については9ページをご確認ください。



【令和3年度がん検診について】

医療機関での健(検)診を希望されるかた

実施期間 6月1日(火)～10月30日(土) 子宮頸がん検診と乳がん検診のみ **6月1日(火)～令和4年2月28日(月)**
実施場所 坂出市および宇多津町の委託医療機関 ※詳しくは健(検)診カレンダー参照
昨年は中止していた胃がん検診(内視鏡)を感染予防に注意を払い再開します。
例年50～59歳のかたを対象としていましたが、今年度は60歳のかたも対象です。
この機会にぜひ検診を受診してください!

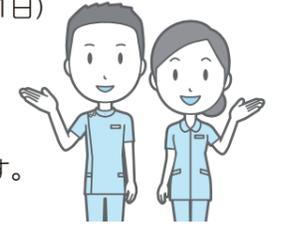
検診車でのがん検診を希望されるかた

実施期間 令和3年6月～令和4年2月の指定日
実施場所 地域保健センター、各公民館等 ※詳しくは健(検)診カレンダー参照
検診車でのがん検診は希望日の7日前までに市けんこう課に予約が必要です。
検診の予約受付開始は、6月1日(火)から開始します。



●無料クーポン対象者について

下記の年齢のかたは、別途送付する「クーポン券」をご利用いただくと無料で受診できます!
この機会を逃さず、ぜひ検診を受けましょう!(年齢基準日:令和4年4月1日)
○乳がん検診 41・46・51・56・61歳のかた
○子宮頸がん検診 21・26・31・36・41歳のかた



●令和3年度市県民税非課税のかた

非課税の証明を受けるとがん検診は無料(胃内視鏡検査は半額)となります。
対象と思われるかたは受診券を持って市けんこう課にお越しください。

健(検)診カレンダーは5月下旬に受診券と一緒に送付しています。
健(検)診日程等は市ホームページや毎月の広報でもご確認いただけます。

人間ドックのご案内

生活習慣病の予防、疾病の早期発見・治療のために、人間ドックを受診しましょう。



○対象者 国民健康保険に加入している満40歳以上のかた、または後期高齢者医療保険に加入しているかた。

○自己負担額
男性 18,000円
女性 20,000円
(胃がん検診で「内視鏡検査」を選んだ場合は、右記の金額に2,000円が上乗せされます。)

○助成対象検査期間 8月2日(月)～令和4年1月31日(月)

○助成利用方法 契約医療機関であらかじめ予約のうえ、市けんこう課へ人間ドック受診申込書を6月30日(水)までに提出してください。詳しくは、5月末ごろに送付した特定健診・後期高齢者健診および各種健(検)診等の受診券に同封されている「令和3年度人間ドックご利用案内」をお読みください。

■詳しくは、市けんこう課 ☎44・5006

坂出市子ども子育て会議委員を募集します

子育て支援に関する幅広い分野からの意見を伺うため、公募委員を募集します。公募委員のかたには、学識経験者や各種団体の代表者など市の選任する委員とともに、本市の子育て支援策について調査、審議を行っていただきます。
募集人数 2人
募集期間 6月1日(火)～22日(火)
任期 委嘱日から令和5年7月31日
応募資格 (次のいずれの要件も満たすかた)
・本市に居住し、応募締切日現在の年齢が満20歳以上のかた
・子ども・子育て施策に関心があり、積極的に発言できるかた
・国、地方公共団体の議員または職員でないかたで、本市の他の審議会委員として委嘱されていないかた
・おおむね年1～3回、平日の日中に開催され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明記し、「子育て支援への考え方」を含む応募動機(400字程度)を書いて、市こども課へ持参するか、郵送、FAX、メールで提出してください。応募用紙は市こども課、各出張所、市ホームページにあります。
選考方法 書類選考(結果は本人あてに通知)
■詳しくは、市こども課 ☎44・5027
FAX ☎44・5014
Eメール kodomo@city.sakaidetokyo.jp

児童手当現況届の提出を忘れずに

児童手当は、中学校卒業までの児童を養育しているかたに支給されます。児童手当を受けているかたは、毎年6月に「現況届」の提出が必要です(公務員のかたは勤務先へ)。
6月上旬に「現況届」を郵送しますので、必要書類を添えて6月30日(水)までにご提出ください。昨年度より返信用封筒を同封しておりますので、ご活用ください。
なお提出がない場合、6月分以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。



※電子申請のご案内

マイナンバーカードを利用してオンラインで現況届を行うことも可能です。
マイナンバーカードおよびリーダーをご準備いただき、市公式ホームページの「児童手当制度のご案内」から電子申請専用ページ(外部リンク)へお進みください。
スマートフォンには対応しておりませんのであらかじめご了承ください。

■詳しくは、市こども課 ☎44・5027

低所得子育て世帯に対する給付金

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、その実情を踏まえた生活の支援を行うため、「子育て世帯生活支援特別給付金ひとり親世帯分(国制度)」を実施します。
公的年金の受給や所得制限によって児童扶養手当を受給していないひとり親のかたでも、収入要件等を満たせば受給することができます。受給するためには申請が必要ですので、詳しくは市ホームページをご覧ください。
支給額 対象児童一人あたり5万円
申請期間 令和4年2月28日(月)まで
■詳しくは、市こども課 ☎44・5027



中村さんちの押し寿司

鯖やその時々の豆、三角形の卵焼き、穴子に乗った押し寿司です。ちよっと甘めの合わせ酢を使った酢飯の中に、ごぼうや蓮根、椎茸など、玉手箱のようにさまざまなたま材が入り、箸を入れるのが楽しくなります。郷土の味をぜひご賞味ください。
税込価格 1個280円、2個550円
販売場所 はまかいどう松山産直店
■詳しくは、市企業活力推進室 ☎55・5218



■詳しくは、市企業活力推進室 ☎44・5103

男女共同参画週間

6月23日(水)～29日(火)

令和3年度キャッチフレーズ 『女だから、男だから、ではなく、私だから、の時代へ。』
国では、男女共同参画社会基本法の公布・施行日にちなみ、6月23日～29日までの一週間を「男女共同参画週間」と定めています。
本市では、『だれもがともに輝き、認め合い、創るまち』を基本理念に、だれもが性別にとらわれないことなく、ともに支えあい、ともに責任を担い、自分にふさわしい生き方を選択できるような男女共同参画社会の実現をめざしており、この週間にあわせて街頭キャンペーンを実施します。
◆令和3年度街頭キャンペーン日時 6月25日(金)16時～
場所 JR坂出駅周辺
※啓発チラシ・グッズを配布します。
なお、新型コロナウイルスの感染状況により、中止する場合があります。



■詳しくは、市人権課 ☎44・5008

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。

令和3年度市民税・県民税の納税通知書を発送します

6月上旬に納税義務者あてに「令和3年度市民税・県民税納税通知書」を発送します。また給与から特別徴収の方法で納めていただくかたについては、5月中旬に勤務先へ「特別徴収税額の決定通知書」を発送しています。

令和3年1月1日現在、本市に居住し、令和2年中に所得のあったかた
非課税のかた
・生活保護法の規定による生活扶助を受けているかた
・障がい者、未成年者、寡婦、ひとり親で前年の合計所得金額が135万円以下のかた
・前年の合計所得金額が条例の規定以下のかた

詳しくは、市税務課 (☎44・5004)へ

令和3年度所得課税証明書の発行について

6月1日(火)より、令和2年1月～12月までの合計所得金額と令和3年度の住民税額が記載された「令和3年度所得課税証明書」が発行可能となります。コンビニ交付では6月12日(土)より令和3年度の所得課税証明書が交付可能になります。

なお、6月1日(火)～11日(金)までは更新作業のためコンビニ交付サービスすべての証明書の発行を終日停止します。※運転免許証などの本人確認書類の提示が必要です。なお、代理人が申請される場合は必ず委任状もご持参ください。

詳しくは、市税務課(☎44・5004)へ

不法投棄は犯罪です！絶対にやめましょう

市では頻繁に不法投棄されている場所等の巡回パトロールを行っています。しかし、不法投棄を未然に防止するためには、市民の皆さんの監視の目も大切になります。

人目につきにくい場所や管理が行き届いていない場所が投棄されやすくなりますので、土地所有者は除草や見回りをするなど、こまめな管理を心掛けてください。また散歩中などのペットのふんは飼い主が責任を持って後始末してください。

詳しくは、市生活課(☎46・4503)へ

空家等実態調査の実施について

坂出市では、今後の空家対策の検討資料とするため、市内全域において空家等実態調査を実施します。市が委託した事業者が、空家と判定される家屋を外観目視により調査するとともに写真撮影を行います。

調査期間中は、調査員が各地域を巡回しますので、調査へのご理解ご協力をお願いします。

対象区域 市内全域
調査期間 6月中旬～10月下旬
委託業者 株式会社 ゼンリン高松営業所
その他

調査員は、市から交付された調査員証を携行しています。

また、調査員は、道路等からの外観目視によって家屋等の状況を調査します。調査にあたって、調査員がみだりに敷地内に立ち入ることはありません。調査は空家対策の基礎資料のために行うものであり、課税等には一切関係ありません。

詳しくは、市共働課 (☎44・5009)へ

J・アラートによる全国一斉緊急地震速報訓練の実施

緊急時における市民の皆さまへ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次の日程で行います。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

日時 6月17日(木) 10時頃
内容 「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、市危機監理室 (☎44・5023)へ

不法滞在・不法就労防止にご協力ください

外国人の不法滞在・不法就労の防止にご協力をお願いします。外国人を雇用する際は、在留カード・旅券等のコピーではなく、必ず実物を見て、「在留期間」「在留資格」「就労制限の有無」等を確認してください。

詳しくは、坂出警察署 (☎46・0110)へ

あなたの笑顔で坂出の魅力をPRしてみませんか！第20代ミスさかいで募集中！

問 坂出商工会議所 ☎46・2701

応募資格 ○市内に在住または勤務
○満18歳以上(高校生を除く)
○令和3年8月～令和5年7月までの間、各種公的行事に参加できるかた

応募方法 専用の応募用紙に必要事項を記入の上、3カ月以内に撮影した写真2枚(上半身と全身)を添えて郵送・持参またはホームページからお申し込みください。自薦・他薦は問いません。

応募締切 6月16日(水)必着
賞・副賞 商品券、賞状、トロフィー
推薦者特典 ミスさかいでに選ばれたかたの推薦者には賞金3万円を贈呈



「すくすくえほんBOOK」配布中

問 大橋記念図書館 ☎45・6677

おすすめの絵本などを年齢に応じて紹介する冊子「すくすくえほんBOOK」を作成しました。

妊娠中の心に寄り添うものから、スキンシップにぴったりの絵本、どうぶつやのりもの、ことばあそびなど、迷いがちな絵本選びの参考にぜひご活用ください。紹介している絵本は図書館で貸出できます。

※冊子はけんこう課の赤ちゃん訪問等でお渡しするほか、図書館でも無料で配布しています。



令和3年度 にぎわい創出事業 てくてく通信まち歩きツアー

問 市産業課にぎわい室 ☎44・5015

府中町の魅力を知ることができる、まち歩きツアーです。昼食に郷土料理をいただいた後は苔玉づくり体験を!

日時 6月27日(日)9:00～
場所 府中小学校
定員 20人(先着順)
料金 1,500円
主催 府中ほっとなび
その他 10月以降にも複数回のまち歩きツアーを開催予定



令和3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

商店街の使われていない店舗でフリーマーケットなどの販売活動を行ったり、シャッター部分を使ったアート作品を展示します。一緒に商店街を盛り上げましょう!

日時 6月19日(土)～11月28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



令和3年度 特定健診等の開始について

問 市けんこう課 ☎44・5006

国民健康保険特定健診および後期高齢者健診を6月から開始します。詳しい内容については、5月末にお送りした受診券および健(検)診のお知らせをご確認ください。

- 受診期間 6月1日(火)～10月30日(土)
- 対象者 【国民健康保険特定健診】
40歳(令和4年3月31日時点)以上のかたで、坂出市国民健康保険被保険者
【後期高齢者健診】
市内に住所のある後期高齢者医療被保険者

※なお、新型コロナウイルス感染症の動向によって、実施内容の大幅な変更、もしくは実施を延期する場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。その場合、すみやかに市ホームページおよび広報誌等に掲載するなどして情報提供します。



くらしの情報



イベント

五色台自然楽校

〜竹を使って流しそうめんをしよう〜

休暇村讃岐五色台 (☎47・0231)

時 7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
内 森歩き・竹を切る体験・流しそうめん
定 8グループ **料** 無料
申 7月1日(木)申込締切
他 野外活動に適した服装・弁当・軍手・入浴の準備

四国学院大学オープンキャンパス

同大学入試課 (☎0120・459・433)

時 6月19日(土)午前11時〜午後3時30分(予定)
場 四国学院大学善通寺市
内 大学紹介、モデル授業、個別相談、ヨガセミナー、マブノリア学寮の個別相談、キャンパスツアーなど
申 ※詳しくは、「四国学院大学HP」をご覧ください。

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・2055)

時 7月7日(水)〜9日(金)〈全3日〉
場 坂出市福祉会館
内 市内在住で20歳以上のかた
対 子どもの病気・発達・遊び等の知識を深めるための講習
料 無料
申 7月2日(金)申込締切
他 ※託児あり(6月30日(水)までに要申込)

求職者向け職業訓練8月生募集

ポリテクセンター香川訓練課 (☎087・867・6716)

① 機械・CADオペレーション科
② ものづくり溶接加工科
③ ICTシステムデザイン科
時 ①8月3日(火)〜令和4年1月28日(金)
 ②③8月3日(火)〜令和4年2月28日(月)
場 午前9時〜午後3時10分
場 ポリテクセンター香川(高松市)
定 ①15人 ②7人 ③5人
料 無料(テキスト代・作業着代別途)
申 6月1日(火)〜30日(水)にハローワーク職業相談窓口から応募

全国一斉女性の権利ホットライン

香川県弁護士会事務局 (☎087・822・3006)

時 6月24日(木)午前10時〜午後4時
場 香川県弁護士会館(高松市)
内 面接相談(要予約)および電話相談
相 相談電話番号は☎087・802・5228(相談日のみ開設)

アジサイ園無料開放

坂出緩衝緑地管理事務所 (☎45・6820)

時 6月8日(火)〜24日(木)
場 番の州公園噴水広場周辺
内 50種類、600株のアジサイが咲き誇る姿が楽しめます。

ガーデンセミナー「ハーブの育て方と利用方法」

坂出緩衝緑地管理事務所 (☎45・6820、FAX43・5213)

時 6月6日(日)午後1時30分〜3時45分
場 番の州公園管理事務所
定 15人(申込先着順)
料 500円
申 5月24日(月)から、郵便・FAXまたはメールで。

第117回さかいで楽市楽座六門市

同実行委員会 (☎46・2701)

時 6月20日(日)午前9時〜午後2時
場 駅前およびその周辺
内 ※出店者やパフォーマンス披露希望者も随時募集中

赤ちゃんから伝える性教育

さかいで子育て支援センター (☎35・8119)

時 6月19日(土)午前10時〜11時
場 オンライン講座(ZOOM使用)※要予約
内 子育て中の保護者
対 女の子の心身の成長について
他 協力:助産師鈴木佳奈子氏(助産院ゆるり)
申 ※予約時にオンラインの説明をします。

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 6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(前日までに要予約)

試験・講座



税務職員採用試験

高松国税局人事課 (☎087・831・3111)

時 (試験日)9月5日(日)(第一次試験)
対 ①令和3年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者
 および令和4年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者
 ②人事院が①に掲げる者に進ずると認められる者
申 インターネット:6月21日(月)午前9時〜30日(水)(受信有効)
他 ※詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

外国語講座特別編 伝わる!英語発音集中講座

坂出市国際交流協会事務局 (☎44・5000)

時 6月20日(日)午後2時〜4時
場 市役所本庁舎2階大会議室
対 初中級レベル以上の中学生から大人日本人特有の英語の発音を矯正し、伝わる英語発音を学びます。英語での授業です。
定 24人(申込先着順)
料 600円(会員500円)

キャッチ・ザ・自然!〜干潟の生き物を探そう!〜

かがわ自然観察会 (☎080・2125・3007)

時 6月26日(土)午後4時〜5時30分
場 綾川河口
内 干潟の生き物探しと観察
料 300円(保険料および資料代)
申 6月23日(水)申込締切
他 長袖・長ズボン・長靴・タオル・水筒・帽子

教科書展示会

大橋記念図書館 (☎45・6677)

時 6月11日(金)〜24日(木)
場 大橋記念図書館
内 来年度使用される教科書見本の展示

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(健民サロン)(宇多津町)
料 1回200円

わくわく!さかいでっこ探けん隊

生涯学習課 (☎44・5025)

① 木工教室 県産ひのきを使って〜
② リサイクル工作教室
時 ①6月26日(土)午前9時30分〜11時30分
 ②7月3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 ①1,000円②500円
申 6月7日(月)午前8時30分〜受付開始
他 ※どちらか一方に参加できます。

キャンプ指導者養成講習会

香川県キャンプ協会事務局 寺嶋 (☎090・8697・5216)

時 9月18日(土)〜20日(祝)
場 五色台少年自然センター(高松市)
定 20人程度
料 15,000円(学生12,000円)
申 7月31日(土)午後9時申込締切
他 インストラクター資格取得(18歳以上)には申請費用15,300円が別途必要

その他



「国の教育ローン」の検索

教育ローンコールセンター (☎0570・008859)

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さま1人につき350万円以内を、固定金利で利用でき、在学期間内は利息のみのご返済とすることが可能です。詳しくは、「国の教育ローン」で検索または教育ローンコールセンターが☎03・5321・8656までお問合せください。

新型コロナウイルスワクチン接種の便乗詐欺に注意!

消費者ホットライン (☎1188(局番外))
 香川県消費生活センター (☎087・833・0066)

「自宅に公的機関を名乗る者から『新型コロナウイルスのワクチンが接種できる。後日全額返金されるので10万円を振り込むよ』と『おまけの〇〇銀行へ行ってほしい。』という電話があった」という相談が寄せられています。

劇団オムツがぶれ公演「キョウセイ(仮)」

四国学院大学パフォーマンス・アート研究所 (☎62・2324)

時 6月25日(金)〜27日(日)
場 同大学ノトスタジオ(善通寺市)

香川看護専門学校オープンキャンパス

同専門学校総務部 (☎63・6161)

時 6月19日(土)午前10時受付開始
場 香川看護専門学校(善通寺市)
内 学校・学科・奨学金説明、学校案内、看護体験など

募集・相談



放送大学2021年度2学期生募集
 同大学香川学習センター (☎087・827・6677)

放送大学はテレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。心理学や福祉、経済など、幅広い分野を学べます。資料は無料で送付します。
申 第1回 6月10日(木)〜8月31日(火) 第2回 9月1日(水)〜14日(火)

満濃池森林公園 教室参加者募集

満濃池森林公園管理事務所 (☎57・6520)

① 公園の苔と植物で創作アート教室
② アジサイとツツジの剪定と挿し木教室
時 ①6月13日(日)午前9時〜11時
 ②7月4日(日)午前9時〜正午
場 満濃池森林公園 森林の館(まんのう町)
定 15人(申込先着順) **料** 700円
申 6月5日(土)〜7日(月)

ワクチン接種は無料です。市町などが、ワクチン接種のために金銭や個人情報や電話・メールで求めることはありません。不審に思ったら、消費生活センターや新型コロナウイルスワクチン詐欺消費者ホットライン☎0120・7977・188にご相談ください。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。

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

今月の納税

市・県民税 ※……………1期

- 納期限は、6月30日(水)です。
- 市税は納期内に納めましょう。
- お支払いは、便利な口座振替です。

(※)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	中止 (☎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	16日(水) 13:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00 13:00~15:00 13:00~15:00 13:00~15:00 14:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00	市農工会議所 (☎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) きんか子ども園内(☎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) 9:30~12:00	
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	※相談日が変更となる場合あり。 *第4(金)9:00~15:00は うたげ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



今月レポート
してくれるのは
白峰中学校 情報処理部
部長 3年 串田 律さん



私たち情報処理部は、パソコンが大好きな1年生から3年生が集まって、日々仲良く活動しています。主な活動内容としては、パソコンを使っただのタイピング練習や、ワード、エクセル、パワーポイントでのさまざまな作品づくりです。今年は、新たにワープロ検定に挑戦しようと考えており、速度と文書作成の2つの課題について毎日練習を重ねています。また、パソコン検定の勉強にも取り組みたいです。パソコンは現代の社会に欠かせない機器なので、少しでも技能を身に付けて将来に役立てたいです。

育成センターだより

スマホと正しくつき合うために

最近、SNSによる誹謗中傷が問題となるニュースをよく見ます。書き込まれた人が命を絶つてしまったニュースもあります。一度書き込んでしまった言葉は消せません。また、受け取り方によって誤解されることがあるかもしれません。だからこそ、書き方に細心の注意をして、見た人が不快になるような書き込みは絶対にしてはいけないと思います。

また、SNSで知り合った人と仲良くなり、実際に会うことになって、危険な目にあつた例を授業で知りました。SNSでは、自分のことを偽ることもでき、人をだまそうと考える人もいます。また、オンラインゲームなどで、顔を知らない友達がどんどん増えていくこともあります。そこでトラブルになることも考えられます。トラブルになるかもしれないと、気になることができたなら、一人で抱え込まずに家族などに相談するようにします。

便利なスマホは、とても魅力的ですが、使い方を間違えると誰かを傷つけたり、犯罪に巻き込まれたりするかも知れないので、ルールを守って正しく使いたいです。



東部中学校
3年 川口 大空さん

minnana hiroba

みんなの広場

外国人住民に伝わる やさしい日本語を学ぼう

「やさしい日本語」は、外国人にとって簡単でわかりやすい日本語のことです。普段使っている日本語を工夫して、外国人とコミュニケーションをとってみましょう。今月も書き方のポイントを紹介いたします。

ポイント③ 時間や年月日の表記に注意する

- ・時間は12時間表記で書いてください 13時45分→午後1時45分
- ・年月日の表記には「/ (スラッシュ)」を使わず、年月日を使います ※年/月/日の表記の順番が異なる国があり、混乱する場合があります。 2021/6/15→2021年6月15日
- ・元号は使わず西暦を使ってください 令和3年6月15日→2021年6月15日
- ・時間を表す助詞は記号の「~」ではなく、「…から」に統一してください 令和3年度→2021年4月1日から2022年3月31日まで

簡単な言葉(書き換え例)の紹介

- ・治療→病気やけがを治すこと
 - ・予防接種→予防接種(病気になるための注射)
- ※生活するうえでよく使う言葉はそのまま使い、〈 〉の中で補足説明をします。

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 ハンガリーでは教会以外にも結婚式を挙げる定番の場所があります。それはどこでしょう。

①役所 ②自宅 ③駅

レベカさん

ハンガリーでは役所の近隣に、結婚式用の施設が整備されています。そこで戸籍係立会いのもと挙式し、婚姻届にサインすることで正式に夫婦として認められるのです。人によっては役所と教会の両方で式を挙げる人もいます。式の後、会場を変えて行われる披露宴には踊りのプログラムがあり、とてもエネルギッシュです。参列者は好きなタイミングで帰ることができますが、盛り上がりのピークは深夜で、それから明け方まで続きます。

正解…①役所

広報クイズ

絵本選びの参考に 「〇〇〇〇 えほんBOOK」 ぜひご活用ください ヒント：9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 6月11日(金)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 ごみ(18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

「青空に光る桜」

坂出第一高校 3年 中井 翔太さん

市内の高校写真部より毎月とっておきの1枚が届きます。来月は坂出高校！

防災

はっさく vol.108

歩

おとめ隊イチオシ！ 手ぬぐいの 防災活用法



さかいで131おとめ隊*
古川 美樹(かいて課)

*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。

活用法①マスク代わり

災害が起きたとき、煙や灰を吸わないように口元を覆うようにして後頭部で結べば簡易的なマスクになります。また、顔の大きさに合わせてたたみ、両端にゴムを挟み込めば、避難生活時にも使用できるマスクになります。

活用法②包帯・ロープ代わり

生地が手で裂きやすいので、包帯代わりに使うことができます。ぎゅっと結んで止血に使ったり、手ぬぐいを2枚使えば腕を吊ることもできるので、骨折や捻挫の応急処置にも使えます。

また、細かく裂いたものを本結びで繋げば長いロープになります。日常生活でも、荷物をまとめる紐の代わりにするなど活用することができます。

活用法③暑さ・寒さ対策に

暑い時には、水に浸して首に巻くと、気化熱による冷却作用で熱を下げるができます。寒い時には、綿の生地が風を通しにくいため、そのまま首に巻くだけでも寒さをしのぐことができます。カイロを包んで巻けば、さらに寒さ対策に効果的です。

薄くてかさばらないので、普段から持ち歩きやすく、濡れてもすぐに乾く優れたものです。ぜひ備えている防災グッズの中に入れてみてはいかがでしょうか。

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

きっかけは市内の小学校の先生の一言

歯みがきのうた「イ〜ハ〜」が出来ました

歯みがきは、子どもの頃から正しい習慣づくりをすることが大切です。そこで、ライオンでは子どもたちに楽しく歯みがきをしてもらうために、歯みがきのうた「イ〜ハ〜」を制作しました。



イ〜ハ〜「みがきかた編」動画

このうたが出来たきっかけは、市内の小学校の先生から「子どもたちが歌詞に合わせて歯をみがいていけば、すべての歯を一通りみがくことができるような歌が欲しい」という一言で、「キレイキレイのまち坂出」プロジェクト発で実現しました！二人組の男性アーティスト「吉田山田」さんによるオリジナルソングで、動画は、歯みがきの仕方を覚えるときに活用いただける「みがきかた編」と、毎日楽しく歯みがきを行うときに活用いただける「アニメーション編」があります。リズムカルでとても覚えやすいメロディーになっていますので、子どもだけではなく、大人の皆さんもぜひ聴いてみてください。

歯みがきのうた「イ〜ハ〜」は右のQRコードからご覧になれます。



問合先▷市政策課(☎44・5001)
市けんこう課(☎44・5006)

4月1日〜30日

招くやみ

(ご遺族の申込みにより掲載しています)

Recommend
幼児〜一般向け



ゆめ

中野 真典 作 / 講談社

夢には“制限”がない。夢の中ではくじらにも乗れるし、願えば雪も降らせることができる。そこは自分だけの自由な世界！大人もリラックスできる絵本。

Recommend
一般向け

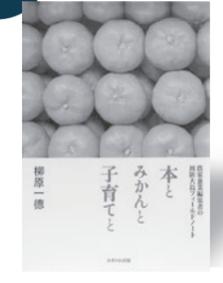


藤井聡太のいる時代

朝日新聞将棋取材班 著
朝日新聞出版

驚異的な強さで常に大きな話題を集めるこの若者の強さの秘密とは…？数年にわたる丁寧な取材を元に、大人気だった新聞連載が待望の書籍化。

Recommend
一般向け



本とみかんと子育てと

柳原 一徳 著 / みずのわ出版

一人出版社を立ち上げた著者はみかんの島で家族をもち、農業を始める。島の自然や子育てなど現実に直面しながら本づくりに妥協を許さない姿に脱帽。

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~
18日(金)	天体観察会	19:30~
19日(出)	おはなし会	11:00~
26日(出)	紙芝居の会	11:00~
27日(日)	読書会 bibluv	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)	ブックスタート(場所:地域保健センター)	13:30~

今月の展示 千種の会のみなさんによる和紙ちぎり絵展

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
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

絵本作家はたこうろうさんより 外国語絵本の寄贈をいただきました！

「アジア語圏を中心に翻訳された本が増え、日本におられるかたがたに少しでもお役に立てないかと思っていました。子どもたちに楽しく読んでもらえるとうれしいです。」



貸出ランキング	1 月刊クーン	クレヨンハウス 出版
2 かぞくのじかん	婦人之友社 出版	
3 kodomoe	白泉社 出版	
4 母の友	福音館書店 出版	
5 プレジデントファミリー	プレジデント社 出版	

Art Museum

市民美術館

☎45・7110

開館時間 9:00~17:00(月曜日休館)/入館無料

第9回 さかいでの四季フォトコンテスト

会期 6月1日(火)~6月20日(日)
※コロナウイルスの感染拡大防止のため表彰式は中止します。
※6月20日(日)14:00から受賞作品講評会(一般の部)は開催予定です。

最優秀賞作品



一般の部 寺西信義(高松市)



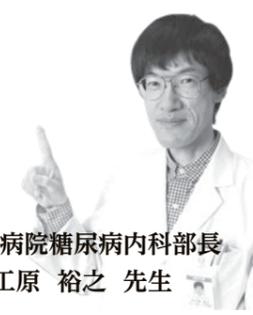
高校の部 松波沙和佳(坂出高校)

第22回 「書の美」

会期 6月26日(土)~7月18日(日)

漢字、仮名、前衛、近代詩文、篆刻など幅広いジャンルより選抜された、県内で活躍する書道家70人の作品展。

主な出品者
小森秀雲(高松市)、大西きくゑ(丸亀市)、青木幽碩(さぬき市)、東原吐雲(高松市)、笠原康伸、中尾瑤香、大木静香、山下紀鳳(以上坂出市)



市立病院糖尿病内科部長 大工原 裕之 先生

フッ素は身体に良いの？悪いの？

以前、産廃処理施設でゴミから猛毒のフッ化水素が見つかった。フッ素化合物が話題になりました。工業用に使われるフッ化水素が怖いのは、人が直接触れるとゴム手袋など容易に通過して皮膚、筋肉を抜けて骨に到達します。そして骨に炎症を起こし疼痛の原因になります。また、低カルシウム血症をきたし、心室細動を起こして生命に関わることもあります。

一方で、フッ素には歯のエナメル質を強くする効果と、虫歯の原因菌が酸を出すのを抑えるという虫歯予防の作用があります。また、小さい虫歯の表面にカルシウムの結晶を作り、再石灰化作用で初期の虫歯を治す効果もあるそうです。現在市販されている歯磨き粉のほとんどにフッ素が配合されています。また、歯科医院で虫歯予防目的にフッ素を塗布する治療が行われます。ここで使われるフッ化物(フッ化ナトリウム)が歯のカルシウムをどんどん消費する心配はありません。

WHOは虫歯予防を目的に、水道水へのフッ化物添加を推奨していますが、日本では現在中止されています。それでも、水道水へのフッ化物添加が医療経済的に一番コスパがよいと考えられて、私の出身地神奈川県横須賀市にある米軍基地の中では、今でも水道水にフッ化物を添加しています。同じフッ素化合物でも、フッ化水素とフッ化ナトリウムでは身体にとって大きな違いがあるのです。

集団がん検診

要予約 ※受診時はマスクの着用をお願いします。 市けんこう課(☎44・5006) すべてのがん検診については、予約を実施日の7日前までをお願いします。また、当日受診券がないかたは受診できません。

子宮頸がん検診		結核・肺がん検診	
23日(水)	9:30~ 地域保健センター	30日(水)	9:30~ 地域保健センター

休日当番院

医療Netさめぎ ☎0120-979-199

6日(日)	いけうち小児科医院 宇多津町(☎49・2100) 小 まつむら内科クリニック 江尻町(☎44・1133) 内 たかはし整形外科医院 笠指町(☎45・6121) 外
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

● 実技 □ 講話 Bは市内在住の65歳以上のかた対象

市民ふれあい会館			
2日(水)	14:00~15:00	● ミュージック・ヒーリング(要予約) 三崎 音楽療法士	B
3日(木)	9:30~ 75歳以上 10:30~ 74歳以下	● 下半身の筋力アップ 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 10:30~ 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	● フィットネスで楽しくフレイル予防♪ 健康運動指導士	B
18日(金)	9:30~ 75歳以上 10:30~ 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
23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
24日(木)	13:30~ 75歳以上 14:30~ 74歳以下	● 下半身の筋力アップ 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			
3日(木)	13:30~ 75歳以上 14:30~ 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 10:30~ 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。

! 市立病院の糖尿病教室、健康教室は中止します。

☎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)

さかいて健幸クッキング

健幸ライフの第一歩は「食事」から！
今日は大人気給食のレシピをご紹介します！

豚肉とアスパラガスのしょうが炒め



つくりかた

- しょうがはすりおろし、たまねぎはくし形切り、にんじんは短冊切り、アスパラガスは2cmの斜め切りにする。
- 豚肉は、しょうがとしょうゆで下味をつけておく。
- 鍋に湯を沸かし、アスパラガスをさっとゆでる。
- フライパンに油を入れて熱し、豚肉を入れて炒める。
- 豚肉の色が変わってきたら、たまねぎ、にんじんを加えて炒める。
- 調味料を入れ、ゆでたアスパラガスを入れて炒める。
- 少量の水で溶いたかたくり粉を回し入れ、とろみをつけて仕上げる。



- 材料(4人分)**
- 豚肉ももスライス 160g
 - しょうが 10g(1かけ)
 - しょうゆ 小さじ1
 - たまねぎ 1個
 - にんじん 1/4本
 - アスパラガス 4本
 - 油 小さじ1
 - 酒 大さじ1/2
 - 砂糖 小さじ2
 - しょうゆ 大さじ1
 - みりん 小さじ1
 - かたくり粉 小さじ1/2

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3年2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12月生まれ	
2歳児相談	10日(木) 9:30~11:00	令和元年6月生まれ	
3歳児健康診査	24日(木) 13:15~14:45	平成29年11月生まれ	
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	
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)	7日(月) 10:00~11:30	1歳未満のお子さんと家族	

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) 13:00~16:00	地域保健センター
こども相談 要予約	18日(金) 13:30~15:30	地域保健センター
ことばの相談 要予約	10日(木) 13:30~15:30	地域保健センター



詩結ちゃん
 (昭和町一)
 H30.6.28生
 食べることが大好き！
 いつも癒しをありがとう♡

6/11
 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

まる通信

Information
 ~まるのスケジュール帳~

6/20(日) 11:00頃
 楽市楽座 @JR坂出駅前
 ※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。

TEAMさかいでまる委員を募集しています

(7月7日(水)締切)
 問 市産業課にぎわい室 ☎44・5015



「TEAMさかいでまる」とは?
 本市の公認キャラクターである「さかいでまる」の活動を通して、本市の魅力を広く多くのかたに知ってもらうことを目的に、さかいでまるの普及、PRに関する事業を行っている会です。



かもめの広場オープン

4/19

▲坂出高校生生徒考案のロゴマーク



▲坂出工業高校生徒作成の本棚



坂出駅市民サービスセンター跡に、高校生のための多目的スペース「かもめの広場」がオープンしました。市内高校生がワークショップで協議を重ね、提案した利用方法等が反映された施設で、今後も高校生の意見を反映した施設運営が行われる予定です。

企業版ふるさと納税



株式会社石垣から坂出ビジネスサポートセンターSaka-Bizの運営事業に対し、企業版ふるさと納税として寄付目録の贈呈を受けました。

総務大臣感謝状贈呈式



平成23年から10年間にわたり行政相談委員を務められた萩内充子さんが令和3年3月末に退任されたことに伴い、長年の功労を称え総務大臣より感謝状が贈られ、市役所で贈呈式を行いました。

キッズコーナー模様替え



坂出市職員提案制度により本庁舎本館1階キッズコーナーにさかいでまるや動物などの絵を描き、模様替えを行いました。



おとめ隊任命式

女性の視点から問題点や解決策等を検討し、防災施策を推進していくため坂出市防災女性チーム「さかいで131(ぼうさい)おとめ隊」の第8期メンバーの任命式が行われました。

東京2020オリンピック

4/18

聖火リレー



坂出市中心部と与島で聖火リレーが行われ、9人のランナーが笑顔で駆け抜けました。坂出市中心部スタート地点では、鴨川福神太鼓保存会のかたによる和太鼓の演奏が行われ、応援に駆けつけた地元スポーツ少年団の子どもたちとともにランナーへエールを送りました。



与島では、与島漁協のかたによるパフォーマンスが行われ、大漁旗を掲げた漁船が太鼓や鉦を鳴らし旋回しながら港内を盛り上げました。沿道には大漁旗や横断幕をもった地元のかたがたが集まり、ランナーを激励しました。

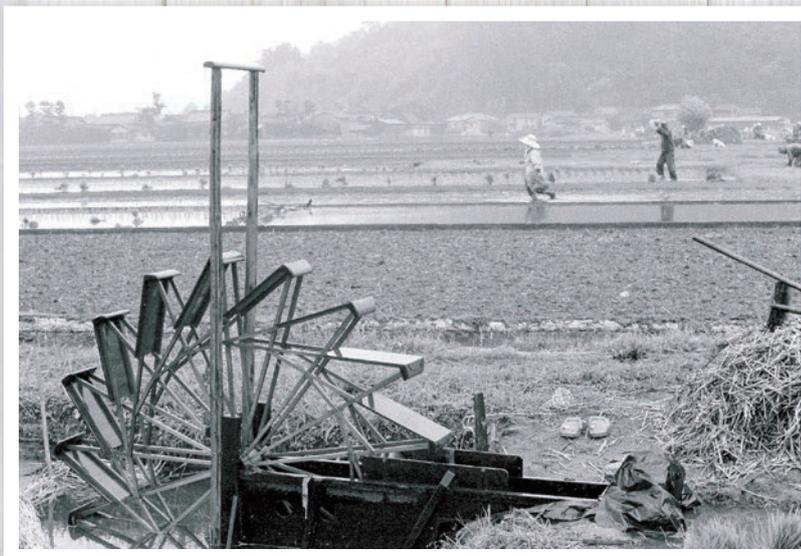
昭和人のつぶやき

1962年頃の風景。足踏み水車（みずぐるま）は田んぼに水を引き入れる道具で、支柱の横棒を持ち体重を掛けて羽根車を踏み、水を汲み上げる。水田に準備された苗を定規を使い、マス目に前かがみで3、4株ずつ植えていく。その当時の田植えはすべて人力で大変な重労働であったようだ。水田に水が張られる頃、近くの鎌田池周辺は、夜になるとホタルが乱舞していたそうである。

坂出市観光協会



市民美術館の写真資料コレクションより
写真家 長田晴雄の視点 3



「田植え / 鎌田池近く」

さかいで健康クッキング

くわしくは
4 ページ!!



PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE



坂出市

検索

DATA

5月1日現在 () 内は前月比
人口 50,196人(-125)
男 23,969人(-28)
女 26,227人(-97)
世帯 21,422世帯(-31)

(4月)
出生 19人(-10)
死亡 55人(2)
転入 151人(-155)
転出 240人(-161)
交通事故 18件(死者1人)
救急 260件
火災 3件

火災に関する放送内容は
☎ 45・4949で

防災行政無線の放送内容は
☎ 85・6131で
ご確認ください。

市制施行 昭和17年(1942)
市の面積 92.49km²
市の木 珊瑚樹
市の花木・草花 桜・コスモス

※令和2年国勢調査の速報値を基本に、
毎月の住民移動から推計した人口・世帯数です。

健やかで幸せに暮らす **健幸通信**
S z i a ! ハンガリー
市内高校写真部作品 6



あなたの笑顔で坂出の魅力をPR
第20代ミスさかいで募集中!

-9-

これからの空家対策のために
空家等実態調査の実施

-8-

この機会にぜひ受診を
各種健(検)診が始まります!

-6-

晴れの栄誉おめでとうになります
各種表彰受賞者発表

-4-

引き続き感染症対策を
新型コロナウイルス感染症関連情報



アプリ「マチイロ」
でもお届け中

iphone



Android



編集・発行 / 坂出市総務部秘書広報課
〒762-8601 香川県坂出市室町二丁目3番5号
(☎ 44・5000)