

働きたい 住みたい 子育てしたい 共働のまち

広報さかいで



2023

8

No.1397

クルマエビ大きくなーれ!

坂出緩衝緑地再整備基本計画を策定しました！

坂出緩衝緑地を豊かな自然環境と長大な空間をいかながら、多様な世代が集い、交流する市民の活動拠点を創出する場とするため、基本計画を策定しました。

計画策定に当たっては、市民ニーズを把握するため、地域住民や幅広い年代のかたを対象とした市民ワークショップを実施し、子どもを連れて飲食やイベントを楽しめる公園にしたい、豊かな自然の中で運動やアートを楽しみたいといった意見をもとに、ターゲットや必要な機能を整理し、5つの特徴を持つ空間を設定しました。

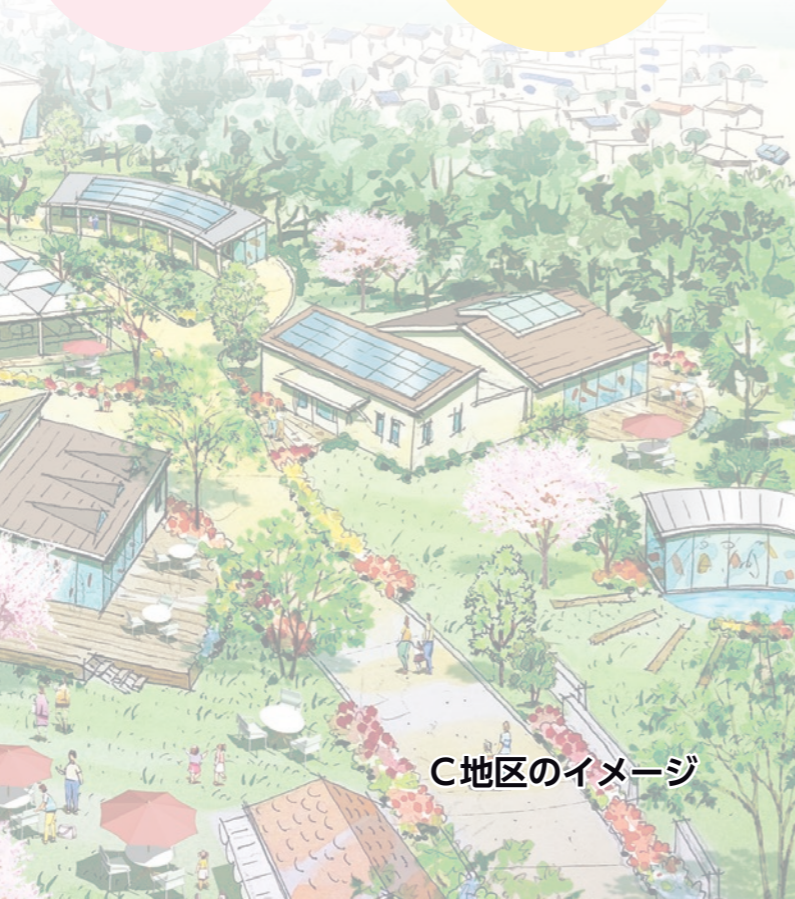


市民ワークショップの様子



B地区のイメージ

ターゲットと必要な機能



C地区のイメージ

目次 Contents

- 3 | 坂出緩衝緑地再整備基本計画を策定しました！
- 6 | 8月は同和問題啓発強調月間
- 8 | 国民健康保険にご加入のかたへ 後期高齢者医療制度にご加入のかたへ
- 9 | 児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給されているかたへ
- 10 | 令和5年度 坂出市職員募集 第2次募集
- 11 | 瀬戸大橋開通35周年記念 第58回さかいで大橋まつり
- 12 | カメラレポート
- 14 | 図書館
- 15 | さかいで子育て応援Q&A／母子保健行事
- 16 | 健康Oneポイント／健康行事
- 17 | さかいで健幸クッキング／一緒にやりまい元気アップ体操
- 18 | 育成センターだより／やさしい日本語を学ぼう
- 19 | 突撃!となりの生涯学習／自分らしく生きる障がい福祉通信
- 20 | 暮らしの情報
- 22 | 市民美術館／市民ホール／まろ通信／防災はじめの一步
- 23 | 相談あれこれ／広報クイズ&アンケート／編集後記
- 24 | #さかいでDAYS

今月の表紙

坂出保育園の園児たちによるクルマエビの放流体験の様子。詳しくはカメラレポート(12ページ)へ。

統計情報

7月1日現在 () 内は前月比
 人口 48,974人(+36)
 男 23,429人(+15)
 女 25,545人(+21)
 世帯 21,312世帯(+77)

6月の異動

出生 12人(-16)
 死亡 59人(-10)
 転入 198人(+46)
 転出 115人(-61)
 交通事故 22件(死亡0人)
 救急 320件
 火災 0件

今月のマイナンバー窓口

平日(予約優先)
 8:45~17:00
 平日夜間(予約のかたのみ)
 8月16日(水) 17:15~19:00
 土・日(予約のかたのみ)
 8月13日(日)、26日(土)
 8:45~12:00
 ※予約は、市市民課まで電話にて
 ☎44・5005 平日8:30~17:00
 ※平日夜間と土・日は、最終予約者の手続き終了後、受付を終了します。

今月の納税 納期限8月31日(木)

市・県民税 2期
 国民健康保険税 2期
 介護保険料 2期
 後期高齢者医療保険料 2期



瀬居町竹浦

昭和43年に埋め立てにより、陸続きとなった瀬居町。北東にある竹浦地区には今なお島らしい風景が残ります。高台の「法楽稲荷大明神」からは、山の斜面に建ち並ぶ港町や漁港、五色台の山並みを見渡すことができ、ゆったりとした雰囲気や瀬戸内の美しい景色を味わうことができます。



アート・文化空間 (B地区)

坂出らしいアートや文化を楽しむことができる空間

想定される施設・設備

- ・森の美術館
- ・創作イベント
- ・森の図書館
- ・高校生の作品展示
- ・アート作品
- ・カフェ
- ・坂出今昔展
- ・音楽が流れる空間
- など



アウトドア空間 (B地区)

自然と触れ合うことで、非日常的な余暇活動を楽しむことができる空間

想定される施設・設備

- ・キャンプ場
- ・バーベキュー場
- ・オープンキッチン
- ・ドッグラン
- ・アスレチック
- ・菜園
- ・釣り堀
- ・RVパーク
- など



スポーツ・アクティブ空間 (B地区)

多様な世代の市民がスポーツや運動を楽しむことができる空間

想定される施設・設備

- ・バスケットコート
- ・フットサルコート
- ・ペタンクコート
- ・レンタル公園
- ・パークゴルフ場
- ・健康遊具
- ・芝生広場
- ・屋根付き広場
- ・ランニングステーション
- など



にぎわい拠点空間 (C地区)

坂出緩衝緑地の玄関口としてにぎわいの拠点となるシンボリックな空間

想定される施設・設備

- ・拠点施設
- ・カフェ
- ・広場
- ・市民講座
- ・子育て支援施設
- ・赤ちゃんの駅
- ・商業施設
- ・噴水
- など



キッズ空間 (C地区)

子どもを安心して遊ばせることができる主に幼児・児童向けエリア

想定される施設・設備

- ・インクルーシブ遊具
- ・芝生広場
- ・水遊びできる広場
- ・ドーム広場
- ・着替えやシャワーができる場所
- ・ボール遊びできる広場
- ・年齢に応じた遊具
- ・遊べるモニュメント
- など



※写真の施設、空間などはイメージであり、決定した事業計画ではありません。

図 市公民連携・DX推進課 (☎44・5080)



—同和問題に正しい理解と認識を—

人権擁護委員に お気軽にご相談ください

本市では、9人の人権擁護委員が人権問題でお悩みのかたのご相談に応じています。

7月1日付で、法務大臣より次のかたが人権擁護委員に新任・再任されました。

新任された委員

三野 秀行 (高屋町)

在任中の委員

井上 賀博 (加茂町)	谷原 範保 (高屋町)
中村 修二 (西庄町)	野村 亮子 (林田町)
三木 友見 (府中町)	三野 郁子 (八幡町)
安永 千鶴 (池園町)	山下 芳子 (西庄町)

相談を希望されるかたは、市人権課 (☎44・5008)へご連絡ください。

人権を守る坂出・綾歌ブロック集会および人権講演会

SNSでの誹謗中傷により最愛の娘である木村花さんを失った母、木村響子さんは、誹謗中傷の被害者も加害者も減らすことを目標に、啓発活動を積み重ねています。インターネットを利用するときも、直接人と接するときと同じようにルールやモラルを守り、相手を思いやるのが大切です。インターネットと人権について考えてみませんか。

日時 8月4日(金) 13:30~15:30 (13:00開場)

場所 坂出市民ホール

料金 無料(事前申込不要)

内容 第1部 ブロック集会 13:30~14:00

第2部 人権講演会 14:00~15:30

講師 木村 響子氏

演題 ネットの誹謗中傷をなくしたい~ヤサシイハナをサカセマショウ~



木村響子さん(左)と木村花さん

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間 ~大丈夫 いつでもきかせて 君の声~

法務省では、全国の法務局に専用相談電話「こどもの人権110番」を設置し、いじめや体罰、児童虐待などの子どもをとりまく人権問題について年間を通じて相談対応を行っています。

毎年、全国一斉「こどもの人権相談」強化週間を設け、平日の相談時間を延長し、休日にも電話相談を実施しています。相談は無料で秘密は厳守されます。

期間 8月23日(水)~29日(火)

時間 平日 8:30~19:00

土・日 10:00~17:00

電話番号 ☎0120・007・110

ゼロゼロななのひやくとおぼん

LINE アカウント名「SNS人権相談」で検索

相談員 人権擁護委員、高松法務局職員

8月は同和問題啓発強調月間

同和問題は「誰かがいつか解決する」問題ではなく私たちみんなの問題です

同和問題(部落差別)とは、日本社会の歴史の中で形づくられた身分差別により、一部の人が長い間、経済的、社会的、文化的に低い状態に置かれることを強いられ「同和地区」「被差別部落」などと呼ばれる地域の出身者であることを理由に結婚を反対されたり、就職で差別を受けたりするなどの人権問題です。

「同和問題はもう解決している」「同和問題はなくなった」と認識している人もいますが、今もなお、同和地区の出身というだけで、不当な扱いを受けている人がいます。誰であろうと生まれてくるときに、家や親、場所を選ぶことはできません。同和問題は、決して一部の人の問題ではなく、人間が人間として尊重され、誰もが平等で明るく幸せに生活できる社会の実現のために私たち一人ひとりが取り組むべき問題です。



■どんな差別が起きているの

近年では、インターネットの普及に伴い、インターネット上に同和地区出身の人に対する差別的な内容が掲載されることがあります。具体的には、同和地区の地名やその地域に多い姓などを面白半分に掲示板に書き込むなどの差別書き込みです。

また、調査会社に依頼して、結婚相手の出身地を調べたり、採用時に応募者の家族状況を調べたりするなど、差別につながる身元調査事件が起きています。

■無関心が差別を助長する

同和問題は「そっとしておけば差別はなくなる」という考え方がありますが、これは間違った考えであり、同和問題を助長してしまうことになります。同和問題を正しく理解していないと、誤った情報を信じてしまい、結果誤った情報を広げ、差別を助長してしまいます。

同和問題に対して、「無関心」や「知らないことを知らないままだいこと」で社会の中に存在する差別を見逃し、気づかないうちに差別する当事者になる可能性があります。

登録型本人通知制度

就職や結婚の際に相手の本籍地や家族状況などを調べる身元調査は、極めて深刻な人権侵害行為です。

近年、住民票の写しや戸籍謄本などを不正に取得し、就職や結婚の身元調査を行う事件が発生しています。

市では、不正取得を防止するために、住民票の写しなどを本人や家族以外の第三者に交付した場合にお知らせする「本人通知制度」を実施しています。

この制度を多くの皆さんが利用することで、個人情報不正請求しようとする者に対する抑止効果が期待できます。登録手続きは簡単です。ぜひご利用ください。

☎ 市市民課(☎44・5005)

人権学習支援事業

市では、教育啓発の研修用DVDなどの貸し出しや研修会への講師の派遣をしています。学習テーマや形態など、ご希望に合わせて学習メニューを準備します。

えせ同和行為の排除

「えせ同和行为」とは、同和問題への取り組みを口実として賛助や献金を不当に要求し、高額図書などの購入を強要する行為です。こうした行為は、同和問題に対する誤った認識を植えつけ、同和問題の解決を遅らせる一因となっています。

「これって、えせ同和行为?」と感じる事案があった場合は、市人権課までご連絡ください。

☎ 市人権課(☎44・5008)

人権に関する市民意識調査に ご協力ください

本市では人権に関する市民意識の現状を把握し、今後の人権教育・啓発のあり方に対する資料を得るとともに、その実施を通じて人権に対する市民の関心を高め、意識向上につながることを目的として、5年ごとに人権に関する市民意識調査を実施しています。令和5年度はこの調査の実施年度です。対象のかたには調査票を送付しますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

実施時期

8月

調査対象

市内在住の18歳以上の4,000人

抽出方法

調査基準日(8月1日)現在の住民基本台帳から無作為抽出

調査方法

調査票と返信用封筒を同封した緑色の封筒を郵送します。回答は調査票を返送するか、回答フォームから入力をお願いします。

※本調査において、個人の氏名や住所、連絡先などをお聞きすることはありません。
※記入内容について、個人が特定される形で使用することはありません。また、目的以外で使用することはありません。

☎ 市人権課(☎44・5008)

金時いもを使ったデザート作り

地産地消という言葉を知っていますか？地元でとれたものを地元でおいしく食べようという意味です。坂出でとれた金時いもを使って一緒にデザート作りをしませんか。

日時 8月18日(金) 10:00~

場所 学校給食センター

内容 金時いもを使ったプリン、モンブラン作り

対象者 小学4~6年生12人

※付き添いが必要な場合、保護者の参加も可

参加料 1人100円

持参物 エプロン、三角巾

申込 8月1日(火)~10日(木)、電話にて下記まで。(申込先着順)

☎ 市けんこう課内 坂出市健康づくりをすすめる市民の会事務局(☎44・5006)

「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」など、睡眠についての悩みはありませんか？眠りと健康の意外な関係をご紹介します。

講演後、アンケートに回答していただいたかた先着100人に景品があります！

日時 8月22日(火) 10:00~

場所 市民ふれあい会館

講師 明治安田生命保険相互会社

参加料 無料

☎ 市けんこう課内 坂出市健康づくりをすすめる市民の会事務局(☎44・5006)

「くみ取り槽」や「単独処理浄化槽」をお使いのかた補助金を活用して、合併処理浄化槽へ転換しませんか

私たちが、台所や洗濯、風呂、トイレなどから流す生活雑排水は、川や湖沼、海の水質汚濁の原因の一つになっています。「単独処理浄化槽」はトイレの排水だけを処理し、生活雑排水は処理していません。そのため、生活雑排水も併せて処理する「合併処理浄化槽」に比べて、BOD(水質の汚濁を表す指標のことで、有機物を多く含む水ほどその数値が高くなる。)の排出量が8倍にもなります。

平成12年の浄化槽法の改正により、単独処理浄化槽の新設は原則として禁止され、すでに設置されている単独処理浄化槽の利用者は合併処理浄化槽への切り替え(転換)に努めるものとされました。

本市では、合併処理浄化槽の設置に対して補助金を交付しています。ぜひ活用していただき、水環境を守るために合併処理浄化槽へ転換をお願いします。

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給されているかたへ

児童扶養手当を受給されているかたは「現況届」、特別児童扶養手当を受給されているかたは「所得状況届」の提出が必要です。提出がない場合は、手当を受給できなくなりますので、ご注意ください。

該当するかたには、8月上旬に文書を送付します。内容を確認し、必要書類を添えて提出してください。

●児童扶養手当

ひとり親家庭(父子家庭・母子家庭)や父親・母親が重度の障がい状態である家庭などにおいて、18歳に達した最初の年度末までの児童を養育しているかたに対し、条件に該当する場合に支給される手当です。

現況届の提出 8月1日(火)~31日(木)

(土・日・祝日を除く。)

☎ 市こども課(☎44・5027)

●特別児童扶養手当

20歳未満で、身体または精神に重度または中度以上の障がいのある児童を監護しているかたで、認定を受けたかたに対し、支給される手当です。

所得状況届の提出 8月10日(木)~31日(木)

(土・日・祝日を除く。)

☎ 市ふくし課(☎44・5007)



後期高齢者医療制度にご加入のかたへ

●限度額適用・標準負担額減額認定証について

下記の住民税非課税世帯(区分Ⅰ・区分Ⅱ)に該当する被保険者のかたは、市への申請により、医療機関などでの窓口負担や入院時の食費などの軽減が受けられる「限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。

区分Ⅰ 同一世帯の世帯員全員が住民税非課税で、世帯員全員の所得(年金所得は控除額を80万円として計算)が0円である被保険者

区分Ⅱ 同一世帯の世帯員全員が住民税非課税で、区分Ⅰに該当しない被保険者

●限度額適用認定証について

下記の現役Ⅰ・現役Ⅱに該当する被保険者のかたは、市への申請により、医療機関などの窓口負担の軽減が受けられる「限度額適用認定証」が交付されます。

現役Ⅰ 住民税課税所得が145万円以上380万円未満の被保険者および同一世帯に属する被保険者

現役Ⅱ 住民税課税所得が380万円以上690万円未満の被保険者および同一世帯に属する被保険者

手続きに必要なもの

- ・被保険者証
- ・マイナンバーカードなど個人番号が確認できるもの
- ・本人または世帯員が令和5年1月1日に市内に在住していなかった場合、そのかたの令和5年度の住民税・課税所得証明書または非課税証明書

※すでに前年度の認定証をお持ちのかたは、新しい認定証を7月下旬に郵送しましたので、手続きは必要ありません。ただし、世帯に所得未申告のかたがいる場合は、所得申告の上で、再度申請が必要です。

☎ 市けんこう課(☎44・5006)

香川県後期高齢者医療広域連合事務局(☎087・811・1866)

角山環境センターの工事のため可燃ごみの収集が一部変更になります

工事期間中は、可燃ごみを市内外の他の施設へ搬入するため、可燃ごみの収集が一部変更になります。

ご理解とご協力をお願いします。

期間 8月14日(月)~18日(金)

期間中は

- ・角山環境センターへの可燃ごみの持ち込みはできません。
- ・家庭ごみの収集時間が、通常よりも遅くなる場合があります。※収集指定日中に、収集は完了します。
- ・大きいごみは1辺50cm以下に切断して、指定収集袋に入れて集積場へ出してください。

☎ 角山環境センター(☎49・4511)

市生活環境課(☎46・4503)

国民健康保険にご加入のかたへ

●限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証について

「限度額適用認定証」と「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期間が7月31日に満了します。8月以降も医療機関などで窓口負担の軽減を受けるためには、8月末までに申請が必要です。

また、今後高額な治療を受ける予定があるかたは、治療を受ける月の月末までに申請してください。申請の月初から適用されます。

※70歳以上のかたで、所得区分が「現役並みⅢ」または「一般」に該当する場合は、対象ではありません。

申請 国民健康保険被保険者証を持参の上、市けんこう課まで。

●特定保健指導のご案内

特定健康診査を受診されたかたのうち、該当者には、特定保健指導のご案内を随時送付しています。

特定保健指導では、専門家(保健師、栄養士など)がライフスタイルや生活に合った無理のない目標設定や日々のアドバイス、運動の取り入れ方などを丁寧に説明し、生活習慣の改善をサポートします。

料金 無料

実施機関 香川成人医学研究所ウェルチェックセンター(横津町3-2-31 ☎0120・50・2311)

☎ 市けんこう課(☎44・5006)

まちあい保健室に相談してみませんか

「健康について身近に相談できる場所があればいいな」と思っているかた、お近くの公民館などで気軽に相談できる「まちあい保健室」を開催しています。

8月はオーラルフレイル予防のための「パタカラ測定」を行います。噛むとき、飲み込むときに重要な口や舌の動きを知ることができます。参加者には歯ブラシなどをプレゼント！

8月の開催日程	場所
2日(水) 13:30~15:30	勤労福祉センター
4日(金) 9:15~11:15	王越町保健センター
4日(金) 13:30~15:30	川津公民館
7日(月) 9:15~11:15	西庄公民館
8日(火) 10:30~11:30	中央公民館西浦分館
9日(水) 9:15~11:15	金山集会所
21日(月) 9:15~11:15	府中公民館
22日(火) 9:15~11:15	南部公民館
23日(水) 13:30~15:30	松山公民館
24日(木) 9:15~11:15	加茂公民館
28日(月) 9:15~11:15	林田公民館

定員 各回40人

申込 開催前日までに、電話にて下記まで。

☎ 市かいご課地域包括支援センター(☎44・5091)

瀬戸大橋開通35周年記念 第58回さかいで大橋まつり

- 8月4日(金)**
前夜祭
16:30~20:30 駅前ハナミズキ広場
- 8月5日(土)**
瀬戸大橋パレード
16:00~17:00 駅前通り~駅前ハナミズキ広場
おどり1部 自由連
17:00~18:10 駅前ハナミズキ広場、市民ホール前
土曜デー
18:00~21:00 坂出商店街
おどり2部 総おどり
18:20~20:00 駅前通り~駅前ハナミズキ広場
- 8月6日(日)**
太鼓台競演
18:00~20:30 駅前ハナミズキ広場
- 8月11日(金・祝) ※荒天の場合は12日(土)**
瀬戸大橋開通35周年記念 海上花火大会
20:00~21:00 坂出港

さかいで大橋まつり開催に伴い、通行規制を行います。規制範囲・時間については、まつりのパンフレットをご確認ください。また、11日(金・祝)の海上花火大会については、例年と規制範囲・時間が異なります。ご理解とご協力をお願いします。

花火は
15,000発!!

市産業観光課内坂出まつり協賛会事務局 (☎44・5103)

こちらからもご確認
いただけます→



行財政問題懇談会委員を募集します

市では、簡素で効率的な行財政運営の実現に向けた行財政問題懇談会を設置しています。このたび、第7次坂出市行財政改革大綱の策定にあたり、広く市民の皆さんのご意見を反映するため、同懇談会の開催を予定しており、公募委員を募集します。

- 募集人員** 2人程度
任期 委嘱の日(9月ごろ)から12月まで
応募資格
・市内在住で、令和5年4月1日現在の年齢が満20歳以上のかた
・任期の間1~2回程度、平日に開催する会議に出席できるかた
・行財政改革をはじめとする市政の推進に関心のあるかた

応募方法
指定の応募用紙と「行財政改革」をテーマとする作文を、郵送またはメールにて下記まで。

応募用紙配布場所
市役所受付、市財務課、市ホームページ
応募用紙はこちらから



募集期間 8月1日(火)~16日(水)(当日消印有効)
選考方法 書類選考 ※結果は8月末までに通知
〒762-8601 坂出市室町2-3-5
市財務課(☎44・5088)

✉zaimu@city.sakaide.lg.jp

市役所をかたる還付金詐欺などに注意!

「坂出市役所の〇〇です。介護保険料の払い戻しがあるので口座に振り込みます。」などとうその話を金融機関のATMへ誘導したり、キャッシュカードをだまし取ろうとしたりする詐欺が発生しています。

このような電話がかかってきたらすぐに電話を切り、家族や友人、最寄りの警察署や警察相談専用電話(#9110)などに相談しましょう。

☎ 坂出警察署(☎46・0110)

非核・平和を祈念して

核兵器の廃絶と世界平和は、人類共通の願いです。本市では、昭和59年9月、核兵器の廃絶を訴えて「非核平和都市」を宣言しました。世界で唯一の核被爆国として、核戦争の悲惨さを語り継いでいかなければなりません。

●児童絵画・習字展、原爆パネル展
非核・平和を祈念して、市内の小中学生による児童絵画・習字展と原爆パネル展を開催します。

日時 8月1日(火)~10日(木) 8:30~17:15
場所 市役所本庁舎本館1階市民ロビー
市総務課(☎44・5002)

第25回水のフェスティバルin府中湖 ドラゴンカヌー参加チーム募集!

開催日時 10月1日(日) 8:30~
会場 府中湖カヌー競技場
募集数 成年男子50チーム、成年女子20チーム
小学生20チーム(申込先着順)
参加料 成年(1チーム)10,000円、小学生無料
申込期間 8月1日(火)~18日(金)



府中湖水のフェスティバル実行委員会 (☎48・0101)

第18回グループViViピアノコンサート in坂出市民ホール

日時 8月27日(日) 13:30開場、14:00開演
場所 市民ホール
料金 一般2,000円、高校生以下1,000円
市文化振興課(☎44・5036)

男女共同参画講演会 マジックパパと親子でワイルドあそび!

マジックショーや親子のレクリエーションなどをとおして、子育てや家事を楽しむヒントを見つけませんか。要約筆記、無料託児あり。(要事前申込)

日時 9月16日(土) 10:00~12:00
場所 市民ふれあい会館
定員 市内在住の親子20組50人程度(応募者多数の場合は抽選)

講師 マジックパパ代表 和田のりあき氏
申込期間 8月1日(火)~15日(火) 必着
申込方法 申込フォームからまたは申込書を持参、郵送、FAX、メールにて下記まで。

〒762-8601 坂出市室町2-3-5
市人権課(☎44・5008 FAX44・3604)
✉jinken@city.sakaide.lg.jp



令和5年度 坂出市職員募集 第2次募集

職種	採用予定人員	特記事項
事務	5人程度	大学3人程度
		高校2人程度
事務(障がい者対象)	1人程度	高校
事務(UJiターン)	1人程度	大学
事務(社会人経験)	1人程度	大学
技術	土木4人程度	大学、短大、社会人経験(要資格)
	建築1人程度	大学、短大、社会人経験(要資格)
	電気1人程度	大学
保育・教諭	3人程度	要資格
保健師	1人程度	要資格
消防士	5人程度	大学2人程度
		高校2人程度
		救急救命士1人程度(要資格)
給食調理員	1人程度	高校(要資格)



第1次試験日 9月17日(日)
第2次試験日 第1次試験合格者のみに後日通知

申込期間 8月1日(火)~20日(日)
原則、電子申請で受付

採用予定日 令和6年4月1日

申込書・募集要項
ハローワーク坂出、市役所にて配布。市ホームページからもダウンロード可。申込方法や受験資格など詳細は募集要項をご覧ください。

市ホームページ
市職員課(☎44・5003)





6/30 王越公民館に料理実習室が完成

この春「交流の里おうごし」内へ移転した王越公民館に、新しく料理実習室が完成しました。開所式の後、地元王越地区のかたと料理教室が開催されました。



6/23 ふるさと納税の出前講座 in坂出商業高校

坂出商業高校が本市と連携し、生徒自ら考えた離島観光ツアーをふるさと納税返礼品にすることで、全国に離島の魅力を発信しようと課題研究しています。本市のふるさと納税担当職員が、ふるさと納税を通じた魅力発信について高校生に講義を行いました。



7/3 第58回さかいで大橋まつりへ協賛金 明治安田生命保険相互会社

明治安田生命保険相互会社様より、坂出まつり協賛会へ協賛金をいただきました。まつり開催に向け大事に使わせていただきます。



7/10 第58回さかいで大橋まつりポスターデザインが決定

一般公募において市内外から159作品の応募があった中から、兵庫県の宮崎桜花さんの作品が優秀賞に選ばれ、今年のポスターデザインに採用されました。



6/29 子育て支援物品の寄贈 国際ソロプチミスト坂出

国際ソロプチミスト坂出様より、絵本棚、ベビースケール、診察台を寄贈いただきました。絵本棚は市役所本庁舎本館1階キッズスペースに、ベビースケールは図書館授乳室に設置し、診察台は3歳児健診の際に活用し、子どもたちの成長に役立てさせていただきます。



7/6 第58回さかいで大橋まつりへ協賛金 株式会社サクセス

株式会社サクセス様より、坂出まつり協賛会へ協賛金をいただきました。まつり開催に向け大事に使わせていただきます。



6/24-25 第32回さかいで塩まつり

今年はJR坂出駅周辺を会場に開催されました。市内外からやってきたキッチンカーや廃校図書館、縁日などのブースから、ステージパフォーマンスやバンジートランポリン、塩づくり体験まで、多彩な催しが大集合！家族連れらでにぎわい、笑顔あふれる2日間となりました。



7/3 子どもたちのクルマエビ放流体験 in 沙弥島海水浴場


坂出保育園の園児が、バケツに入った約6センチのクルマエビの稚エビを、早く大きくなるように願いを込めながら海に放流しました。

今年度、市では坂出港内に約30万尾を放流しました。秋には18~20センチの大人のエビに成長します！



7/12 給食新メニューの試食会 坂出第一高校食物科

本市と坂出第一高校食物科が連携し、地場産物を活用した給食メニューの開発に取り組んでいます。このたび3回の調理実習を終え、14品の新メニューの献立案が完成。栄養教諭らによる試食と講評の結果、「ダブル金時サラダ」や「金時芋とリンゴのケーキ」など5品が新メニューに選出されました。

カメラ 
レポート

坂出の話題や市政の動きを写真でお届け！

さかいで 子育て応援 Q&A

Q 来年、小学校に入学予定の子どもがいます。小学校での給食を楽しみにしているのですが、どんな献立ですか？

坂出産の地場産物を活用した多彩な給食を提供しています！

坂出市では、令和4年9月から新しい学校給食センターからの給食提供を開始し、新たな調理設備を導入することで、これまで以上に多彩な給食が提供できるようになりました。

また、昨年度より市内高校の生徒と協働し地場産物を活用した給食メニューを開発する取り組みも開始しました。昨年度は“キンパ風ごはん”や“金時みかんのチーズタルト”などを市内幼・小・中学校に提供し、児童生徒からも大人気でした。

さらに開発メニューの提供に合わせて、高校生が動画やオンラインシステムを活用して児童生徒へ地場産物の魅力や調理方法のポイントを伝える食育授業も実施しました。

今後も学校生活の楽しみの一つとなるような給食を提供できるよう取り組んでいきます。

☎ 市教育総務課(☎44・5026)



☎ 市けんこう課(☎44・5006)

今月の乳幼児健康診査

内容	日時	対象者	場所
3~4カ月児健康診査	1日(火) 13:00~14:30	令和5年4月生まれ	地域保健センター
1歳6カ月児健康診査	17日(休) 13:00~14:30	令和4年2月生まれ	地域保健センター
2歳児相談	3日(休) 9:15~10:45	令和3年8月生まれ	地域保健センター
3歳児健康診査	24日(休) 13:00~14:30	令和2年1月生まれ	市役所本庁舎本館2階大会議室

今月の子育てサポート行事

内容	日時	対象者	場所
子育てサークル(要予約)	15日(火) 13:30~15:00	1歳までの子どもとその保護者	地域保健センター
もぐもぐ歯っぴいスクール(要予約)	25日(金) 10:00~11:30	1歳までの子どもとその保護者	地域保健センター
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	地域保健センター
こども相談(要予約)	18日(金) 13:30~15:30	子育てに不安のあるかた	地域保健センター
ことばの相談(要予約)	3日(休) 13:30~15:30	子どもの言葉の発達が気になるかた	地域保健センター
離乳食講習	2日(水) 13:00~14:30	4~5カ月児の保護者	かがわ子ども・子育て支援センター友愛館2階
子育て世代のためのyoga教室(要予約)	2日(水) 23日(水) 10:00~11:00	各日20組まで	市民ふれあい会館4階
ベビーマッサージ(要予約)	7日(月) 10:00~11:00	1歳までの子どもとその家族	坂出子育てふれあいセンター(みどり保育園内)

☎ 市けんこう課(☎44・5006)

QRコード
ホームページでもさまざまな情報をお届け中！
大橋記念図書館 | 検索

図書館

子どもでつながる。未来でつながる。

開館日 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)、31日(休)
電話 45・6677



図書館通信



毎月ラジオ出演しています！

坂出・宇多津の話題を中心に放送しているコミュニティラジオ、FM SUN (76.1MHz)。毎月図書館のスタッフがさまざまな番組におじゃましてイベントやおすすめの本を紹介しています。パーソナリティさんとのやりとりなど、ここでしか聞けないお話も!? ぜひチェックしてみてくださいね。

RECOMMEND 児童



「ぎざぎざぐるぐる葉っぱのカタチ」
農山漁村文化協会
道ばたなどで普段からよくみる葉っぱ。でも何でこのカタチなのか疑問に思ったことはありませんか？実は葉のカタチにもさまざまな理由があって…。自然のすごさが楽しく学べる一冊です。

RECOMMEND 一般



「世はすべて美しい織物」
成田名璃子 著 / 新潮社
自分に自信がなく母に言われるがまま過ぎてきた詩織。一方、周囲の反対を押し切っても意志を貫きとおす芳乃。時代を超え、折り重なる不思議な一族の物語。



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
10日(水)	金山
15日(火)	島しょ部
16日(水)	林田
17日(木)	府中
23日(水)	瀬居・東部
25日(金)	西庄

※時間などの詳細はホームページで確認できます。



とき	内容	とき
4日(金)	親子でプログラミングの楽しさを体験！(要申込)	9:00~
5日(土)	英語よみきかせ	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(木)	親子でプログラミングの楽しさを体験！(要申込)	9:00~
25日(金)	天体観察会	19:30~
26日(土)	紙芝居の会	11:00~
27日(日)	読書会 bibluv	10:00~
毎週(火)・(土)	ぼそこん寺子屋	9:00~
毎週(水)	こども映画の会(9日、30日は除く)	10:30~
毎週(木)	太陽黒点観察会	10:30~
毎週(金)	夏のおはなし会(11日は除く)	10:30~
毎週(日)	にほんご@坂出(第5日曜は除く)	14:00~
第1・第3日	こどもプログラミング相談室(事前予約制)	9:00~

貸出ランキング

令和4年12月~令和5年5月

エッセイ
1 何がおかしい 佐藤愛子 著
2 九十歳。何がめでたい 佐藤愛子 著
3 あした何着よう 林真理子 著
4 98歳まで生きてわかった、「超ポジティブ思考」がいちばん! 宇野千代 著
5 子供の世話になって死んでいきます 海老名香葉子 著

今月の市民展示

友禅染友の会(坂出)の皆さんによる「手書友禅染 額、小物」展

さかいで子育て支援センター まろっ子ひろば ☎ 35・8119

ハローベビー♡フェスタ
日時 9月16日(土) 10:00~12:00
場所 まろっ子ひろば
対象 妊娠中のかたとパートナー
内容 ①お灸、助産師さんの子育て相談、クレイケーキ工作
②助産師さん・保健師さんのお話、先輩パパとグループワーク
定員 ①15人②10組20人(申込先着順)



参加無料
申込フォーム





材料 (2人分)

- マダコ(ゆで)足 1本 <梅肉ダレ>
 - キュウリ 1本 梅干し 2個
 - ミョウガ 1個
 - 大葉 2枚 A
 - 白ゴマ 適量
- 酒 小さじ1
 - みりん 小さじ1
 - しょうゆ 小さじ1/4

作り方

- マダコの足は食べやすい大きさに切る。キュウリは両端を切り落とし、すりこ木などで軽く叩いて一口大にし、種を取る。ミョウガは薄い小口切りにし、大葉は千切りにする。
- 梅干しの種を取り、包丁でペースト状にたたく。Aと合わせて<梅肉ダレ>を作る。
- <梅肉ダレ>にマダコ足、キュウリを加えてあえ、器に盛りつけ、ミョウガ、大葉、白ゴマを飾る。

今月は地域の食生活改善推進員さんがつくったヘルシーレシピをご紹介します!
さかいで健幸
クッキング

マダコときゅうりの梅肉和え

使用した坂出の旬の食材

マダコ



藤大 篤さん

物陰に潜むタコの習性を利用し、つぼを海底に沈めてタコを捕獲するタコつぼ漁をしています。タコは骨など捨てるのができ、からあげや刺身、バター炒めにして食べるのがおすすめです。

市地域包括支援センターオススメ

一緒にやりまい
元気アップ体操

おうちでできる、簡単で手軽なストレッチや体操を紹介します!
今月は、スクワットです。

1 腕を胸の前でクロスして、足を肩幅に広げて立つ。膝を曲げてしゃがむ



2 しゃがんだ状態から立ち上がる



3 1・2を10回繰り返す

- しゃがむ時、椅子に座りに行くようにしゃがみましょう。
- しゃがむ時、膝を守るため、膝がつま先よりも前に出ないようにしましょう。

●「こんな体操が知りたい」など皆さんのリクエストを下記までお送りください!
〒762-8601 坂出市室町2-3-5 市かいご課地域包括支援センター 宛

健康
One
ポイント



市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生

食べ合わせの多くは迷信です

「食べ合わせ」とはある特定のものを一緒に食べたために、腹痛や嘔吐、下痢を起こすことですが、これには医学的根拠がないものが大部分だと思われます。昔から言われる代表が「ウナギと梅干し」でしょうか。

ウナギは疲労回復効果のあるビタミンB1を多く含んでいます。また、たんぱく質、脂肪が豊富で、少量で高エネルギーを取ることができ、夏バテで食欲が落ちやすい時期にオスシメの食品です。一方、梅干しに豊富に含まれるクエン酸にも疲労回復効果があります。つまり、どちらも疲労回復に効果があり、その点では相乗効果がある良い組み合わせといえます。

ただ、ウナギの蒲焼きは脂っこさが増し、それにプラスして梅干しの強い酸味が刺激となって消化不良を起こすことがありますから、胃腸が弱っている時には避けた方が良さそうです。

他に、「大豆とスイカ」も良くない食べ合わせとして有名です。確かに天ぷらのような油が多いものを食べる時に、水分の多いスイカと一緒に食べると胃酸が薄まって、消化不良を起こしやすくなります。しかし、油分と水分が多い食べ物を一緒に食べることに注意が必要なのは胃腸が弱っている人の場合で、体調にもよりますが、そうでなければこの組み合わせに特に問題はないものと考えます。

健康教室

市かいご課地域包括支援センター(☎44・5091)

日 時	対 象	内 容	講 師	場 所		
3日(木)	9:30~10:10	75歳以上	正しい姿勢を維持しよう	市民 ふれあい会館		
	10:30~11:10	65~74歳				
10日(木)	9:30~10:10	75歳以上	音楽に合わせて体操教室			
	10:30~11:10	65~74歳				
16日(水)	14:00~15:30	65歳以上	筋肉と骨を作る食事のお話(骨密度測定)		管理栄養士	
18日(金)	9:30~10:10	75歳以上	ヨガで心も体もリラックス			福岡 健康運動指導士
24日(木)	13:30~14:10	75歳以上	正しい姿勢を維持しよう		勤労福祉 センター	
	14:30~15:10	65~74歳				
25日(金)	14:00~15:00	65歳以上	ミュージック・ヒーリング			野方 音楽療法士
2日(水)	14:00~15:00	65歳以上	男性はつらつ教室			吉田 健康運動指導士
17日(木)	13:30~14:10	75歳以上	脳とからだの若返り教室~コグニサイズ~	リハビリ専門職		
	14:30~15:10	65~74歳				
25日(金)	9:30~10:10	75歳以上	脳とからだの若返り教室~運動教室~	リハビリ専門職		
	10:30~11:10	65~74歳				

市立病院の糖尿病教室、健康教室は中止します。

市立病院(☎46・5131)

相談

市けんこう課(☎44・5006)

内 容	日 時	場 所
こころの健康相談(要予約)	7日(月) 13:00~16:00	地域保健 センター
栄養相談(要予約)	21日(月) 9:00~12:00	

休日当番医

休日当番医は都合により変更することがあります。受診の際は、当日の新聞紙面や医療Netさぬきの休日当番医案内などで確認し、事前に医療機関へお問い合わせください。



医療Netさぬき

医療Netさぬき(☎0120・979・199)(24時間受付)

突撃！ とよりの生涯学習

最高齢 藤原 都さん、柳生 弥生さんにお話を聞きました！

Q グループの目標を教えてください。

7月のうたづアロハナイト、8月のマリンドーム・フラフェスタ（詳細は20ページ）、11月の生涯学習フェスタで披露するのを目標に練習を頑張っています。

Q 活動は生活にどんな影響を与えていますか。

仲間づくりと健康づくりができ、いろんな年齢のかたと話す視野も広がります。火曜日はみんなと話せるのでメイクもつい頑張ってしまう。練習着を着ると気持ちが華やかになります。

フラダンスをきっかけに一步家の外に出てお話しませんか



フラダンスを楽しむ会

フラダンスを楽しむ会は現在12人が在籍する生涯学習自主グループです。第1・2・3火曜日 10:00~11:30に中央公民館（イオン坂出店3階）で練習しています。

子育ての終わったかたや時間のあるかた大歓迎です。一緒にフラダンスを楽しみませんか。



自分らしく生きる 障がい福祉通信

vol.17

令和6年4月1日から合理的配慮の提供が義務化されます！

令和6年4月1日より、これまで努力義務だった事業者による障がいのある人への合理的配慮の提供が義務化されます。

日常生活での設備やサービスは、障がいのない人は簡単に利用できても、障がいのある人にとっては利用が難しく、結果として活動が制限されてしまう場合があります。

このような場合、障がいのある人の活動などを制限しているバリアを取り除く必要があります。このため、障害者差別解消法では、行政機関や事業者などに対して、障がいのある人に対する「合理的配慮」の提供を求めています。

障がいのある人もない人も、互いにその人らしさを認め合いながら共に生きる社会の実現に向け、事業者の皆さんもどのような取り組みができるか、この機に考えてみませんか。

詳しくは内閣府ホームページへ
市ふくし課 (☎44・5007)



あいさつや気になるワードを手話でどう表現するか、市公式YouTubeの動画でレクチャーします。



手話動画



「おいしい」片手で頬をポンポンたたきます。「まずい」顎にあてた手のひらをすばやく下ろします。

育成センターだより

SNSの誹謗中傷



坂出高校 3年 荻野 ひかり さん

私はとっさに言ってしまった言葉で、友人を傷つけてしまった経験があります。しかし、そのことで人間関係が大きく崩れたことはありません。なぜかと考えてみると、その場で「傷つけてしまった。言い過ぎた。」と気づけたから、そしてその場で謝罪できたからだと思います。

近年SNSでの誹謗中傷が話題になっています。SNSではその特性上、気軽にコメントすることができるため、対面で話しているときより、相手を傷つけてしまったという自覚を持ちにくい仕組みになっていると思います。相手の様子をじかに見て「傷つけてしまった。言い過ぎた。」と気づくことができれば自分の考えや行動を反省し謝罪できます。SNSでの誹謗中傷が深刻化してしまうのはその自覚が薄れてしまっただけと考えます。

そのようなSNSの仕組みのせいだけではありません。その人自身が、自分の言動が相手にとってどうであるか想像することができていないことも問題です。気持ちを想像できれば、相手を傷つける言葉が出ることはないでしょう。

SNSは便利なツールです。SNS上での自分の言動に自覚をもつ人が増えて欲しいです。

外国人住民に伝わる「やさしい日本語」を学ぼう

敬語をどうする？

あなたは、相手に座ってほしいとき、どう言いますか。

- 問1. 次のうち、やさしい日本語はどれですか。
- ①ここ、座って。 ⑨お掛けくださいませ。
 - ②どうぞ……。 ⑩お掛けになってください。
 - ③座ってください。
 - ④ここに座りましょう。
 - ⑤どうぞお座りください。
 - ⑥席に着いてください。
 - ⑦ご着席いただけますか。
 - ⑧ご着席ください。



答えは、「③座ってください。」です。日本人は、相手との関係やその場の状況で、言葉や敬語を使い分けます。しかし、外国人にとっては、「お〜」「ご〜」「〜になって」などの敬語をつけるだ

けで、日本語が理解できないことがあります。そこで、やさしい日本語では、丁寧語の「です」「ます」、お願いするときは「〜ください」を使います。謙譲語、尊敬語は減らすようにしてください。

問2. 「お掛けになってお待ちください。」をやさしい日本語にしてください。

答えは、「座って待ってください。」となります。しかし、言い方や状況により、「座れ。」と言っているように聞こえるかもしれません。

そんなときは、他の言い方を考えます。「座る」を使わずに「少し待ってください。」と言うのはどうでしょうか。また、笑顔で、やさしく伝えるように、言いましょう。和らいで伝わります。

やさしい日本語での敬語

- ・丁寧語「です」「ます」「〜ください」を使う。
- ・笑顔で、やさしく伝えるように気をつけて言う。

くらしの 情報

時…日時 場…場所
対…対象者、応募資格など
内…内容 定…定員
料…料金 申…申込 他…その他

スポーツ・イベント

五色台自然楽校 「マイ提灯を作って夜の森に出かけよう」

休暇村讃岐五色台 (☎47・0231)

時 9月2日(土)午後6時～8時30分
場 休暇村讃岐五色台ロビー集合
定 40人(申込先着順)
料 無料

申 8月6日(日)午後3時～電話にて
他 長袖長ズボン・運動靴・帽子・軍手・タオル・飲み物持参

坂出市テニス教室

ローランギヤロ内
坂出市テニス協会事務局 (☎46・4088)

時 8月18日～10月6日の毎週金曜日
午後7時30分～9時(全8回)

場 市営テニスコート
対 市近郊在住・在勤の初心者(小学5年生以上)
定 20人
料 5,000円
申 8月14日(日)申込締切

第11回タンボールカーナー大会

府中湖力ヌー競技場 (☎48・18885)

時 8月27日(日)午前9時～
場 府中湖力ヌー競技場
定 ペア15組(申込先着順)
料 1組1,000円
申 8月2日(水)～22日(火)



第60回親子・一般力ヌー教室

府中湖力ヌー競技場 (☎48・18885)

時 8月6日(日)午前9時～
場 府中湖力ヌー競技場
定 ペア20組(申込先着順)
料 1人500円
申 8月5日(土)申込締切

マリンドーム・フレスタZONEでかき氷 フラ・オ・レア代表 泉 (☎090・4790・7678)

時 8月20日(日)午前11時～午後3時
場 瀬戸大橋記念公園内マリンドーム

第34回ソフトバレーボール大会

市生涯学習課 (☎44・5025)

時 8月27日(日)午前8時30分～
場 市立体育館
対 市内在住・在勤(学生除く)のかた
1チーム6人以上
内 男性の部、女性の部、混成の部
(それぞれ39歳以下、40歳以上の部)
※女性の部のみ50歳以上の部あり
料 無料
申 8月17日(木)申込締切

夏休み子ども水泳教室 受講生募集

角山運動公園温水プール (☎49・4770)

時 8月21日(月)、22日(火)、23日(水)、
25日(金)の全4回
午前11時～正午
場 角山運動公園温水プール
対 坂出市、宇多津町内の小学3～6年生
の初心者(25m泳げない人)
定 10人(申込先着順)
料 無料(プール使用料250円は別途)
申 8月1日(火)～、印鑑持参

第136回かき氷で楽市楽座八月市

同実行委員会 (☎46・2701)

時 8月20日(日)午前9時～午後2時
場 JR坂出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

福祉の職場説明会

香川県社会福祉協議会 (☎087・833・0250)

時 8月4日(金)午前10時30分～12時30分
午後1時30分～3時30分
場 サンポート高松シンボルタワー(高松市)

講座・試験

文学講座「奥の細道」

坂出市文化協会 多田羅 (☎46・5357)

時 8月6日(日)午後1時～
場 大橋記念図書館

第13回公開講座「新史料からみる 貴族院議員としての鎌田勝太郎」

鎌田共済会郷土博物館 (☎46・2275)

時 8月26日(土)午後1時30分～3時
(1時間場)
場 鎌田共済会郷土博物館2階講堂
定 50人(申込先着順)
料 無料
申 8月1日(火)～電話または
お問い合わせフォームにて

坂出市中小企業・小規模企業 振興会議委員公募

市産業観光課 (☎44・5103)

坂出市の中小企業振興施策について、会議(年2回程度)で意見をいただける委員を募集します。委嘱期間は2年間です。
申 3人
定 3人
時 8月30日(水)までに応募用紙と800字程度の作文を提出



ガーデンセミナー「バラの夏剪定」
坂出緩衝緑地管理事務所 (☎45・6820)
時 8月27日(日)午後1時30分～3時45分
場 番の州公園園管理事務所
定 20人(申込先着順)
料 1,000円
申 8月14日(月)～FAXまたはメールにて
(☎43・5213、mailto:danosus.com)
他 講師 人工地ルーフガーデンズ
事務局 長野方雅裕氏

下水道排水設備工事責任技術者 資格認定共通試験

市都市整備課 (☎44・5017)

時 10月31日(火)午後2時30分～4時30分
場 サンメッセ香川(高松市)
申 8月1日(火)～31日(木)の平日
他 登録有効期間は市が定めた日から令和10年3月31日まで

募集・お知らせ

「アラートの全国一斉情報伝達訓練放送」

市危機管理課 (☎44・5023)

緊急時において迅速かつ確実に情報を伝達するため、防災行政無線を使用して訓練放送し、全国同時警報システム(アラート)の起動確認を行います。
時 8月23日(水)午前11時ごろ
場 市内全域

地震防災対策の現状調査に 関する住民向けアンケート

内閣府政策統括官付参事官 (☎03・3501・6996)

内閣府では、今後の防災対策に向けて皆さんの声を反映させるため、避難意識などに関する調査を実施します。ぜひご意見をお聞かせください。
・回答は1人1回限り
・回答は、個人が特定できない
・よう取りまとめた後、今後の防災対策の検討に活用させていただきます。
時 7月1日～8月末ごろ(予定)



中央公民館市民講座

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員(人)
バスケットリー(藤工芸)	森林 文	9/4～11/20	月	9:30～11:30	12
(初級)漢字書道	北條 雅徳	9/5～11/7	火	9:30～11:30	20
音楽で体ほぐし心ほぐし(トミック)	北條 郁美・古田 桂子	9/5～11/7	火	10:00～11:20	12
(初級)英会話	ブックスホーム 貴子	9/5～11/14	火	13:30～15:00	15
女性料理教室	斉藤 恵子	9/8～11/24	金	10:00～12:30	24
(初心者)パソコン	小谷 真由美	9/9～11/25	土	10:30～12:00	12
(初心者)山野草栽培法	大谷 徳・三木 資之	9/5～11/7	火	13:30～15:30	20
男性料理教室	松永 美恵子	9/6～11/8	水	18:30～21:00	24
絵手紙	佐藤 鈴子	9/8～11/24	金	9:30～11:30	15
げんだい書	眞鍋 草香	9/8～11/24	金	13:30～15:30	20
太極拳	後藤 満	9/8～11/24	金	14:00～15:30	15

申 込 8月28日(月)に中央公民館(イオン坂出店3階)にて
A組の講座9:00～、B組の講座10:00～
申込先着順、1人1講座限定
受講料 1,300円(料理教室は別途材料代6,700円)
問 中央公民館(☎46・2422)

令和5年度 受講生募集 (後期)

働く女性の家講座(勤労福祉センター)

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員(人)
美ユーターティ Body Wave	藤川 亜紀	9/5～11/28	火	9:00～10:30	30
英会話	ブックスホーム ジェームス	9/6～11/22	水	12:30～14:30	20
ちぎり絵	中村 千恵子	9/6～11/15	水	9:30～11:30	10
やさしいヨガ	吉田 愛	9/6～11/15	水	10:00～11:30	25
カントリークラブ	衆島 みどり	9/7～11/16	木	9:30～11:30	15
初心者の手編み	黒川 由佳	9/7～11/16	木	13:30～15:30	10
煎茶と礼法	大塚 律子	9/1～11/17	金	13:00～15:00	10
着装とマナー	中西 寿恵美	9/1～11/17	金	13:00～15:00	15
フラダンス	今田 富美	9/2～11/25	土	14:30～16:00	15

申 込 8月24日(木)に勤労福祉センター多目的ホールにて
A組の講座9:00～、B組の講座11:00～
申込者多数の場合抽選
受講料 1,300円
問 勤労福祉センター(☎46・2463)

広報クイズ&アンケート

クイズ正解者の中から抽選で3人に図書カード(500円分)が当たります。当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

クイズ

坂出〇〇〇〇再整備 基本計画を策定

アンケート

- よかった記事・よくなかった記事とその理由
- よりよい広報誌づくりのために、「広報さかいで」に関するご意見、ご感想

応募方法

①クイズの答え②アンケートの回答③住所④氏名⑤年齢を記入の上、応募フォームまたは郵便はがきで下記までご応募ください。



〒762-8601
坂出市室町2-3-5
「広報クイズ&アンケート」係 宛

8月14日(月)必着

編集後記

先月号からお知らせしている地場産物を活用した給食メニューの開発。坂出一高食物科と協働して行っています。先日完成したメニューの試食会が行われました。全14品から実際に給食メニューとして採用されたのは5品ですが、どれも捨てがたかった(涙) 11月ごろから順次給食で提供される予定なので、楽しみにしてくださいね。(ゆ)

8月といえば夏休み。皆さん予定はお済みですか?今年の坂出の夏は、4年振りに大橋まつりに総おどりと太鼓台競演が帰ってきます!4年前市役所連の踊り子として踊った総おどり。小さい頃父とよく見に行った太鼓台。今年はカメラを持って取材する側です。皆さんの熱気をぜひカメラに見せてくださいね。熱い夏にしましょう!(あ)

相談あれこれ

相談名	日	時	場所・問合せ	
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)	
税務相談	16日(水)	13:00~16:00	商工会議所(☎46・2701) ※商工業者を対象とした相談です。	
IT相談	16日(水)	10:00~16:00		
経営相談	16日(水)	応相談		
労務相談	16日(水)	13:00~15:00		
金融相談	16日(水)	応相談		
法律相談	16日(水)	14:00~16:00		
創業相談	16日(水)	10:00~16:00		
事業承継相談	16日(水)	10:00~16:00		
年金相談(要予約)	第2(木)	10:00~15:00		本庁舎3階(☎087・811・6020) ※ご予約は、街角の年金相談センター高松
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	第2(火)	9:30~11:30	市ふくし課(☎44・5007)	
手話通訳者設置	毎週(月)・(水)・(金)	8:30~17:00	☎相談予約 ☎手話通訳予約	
育児相談	毎週(月)~(金)	8:30~17:00 8:30~17:00 9:00~17:00	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) まろっ子ひろば内(☎35・7374)	
子どもの発達相談(要予約)	第2(水)	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	坂出市社会福祉協議会 福祉総合相談センター(☎45・1133) ※法律相談は事前に福祉総合一般相談を受けてください。	
法律相談(弁護士相談日)	第3(木)	13:00~16:00		
社会保険労務士相談	第1・3(水)	9:30~12:00	坂出市社会福祉協議会内 成年後見センター(☎46・5038) ※3日前までに要予約	
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)	第2(木)	13:00~16:00	勤労福祉センター内交通相談所(☎46・5511) *第2(金)は閉所します。 *第4(金)9:00~15:00は出張相談を実施	
交通事故相談*	毎週(水)・(木)・(金)	8:30~17:15		
交通事故相談(要予約)(弁護士相談日)	第2・4(木)	9:00~12:00		
教育相談	毎週(月)~(金)	9:00~17:00	少年育成センター(☎46・2777)	

QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

おでかけ情報

まろ通信

☎市産業観光課 ☎44・5103



まろのスケジュール帳

※最新の予定は、市ホームページ「まろの部屋」で見てください。

4日(金) 17:00ごろ
第58回さかいで大橋まつり前夜祭 ハナミズキ広場

20日(日) 11:00ごろ
楽市楽座 ハナミズキ広場

市民美術館 ☎45・7110

開館時間 9:00~17:00 入館無料

「坂出ふるさと物語」展

日時 8月11日(祝)~27日(日) 月曜日休館

関連行事 13:00~

- 12日(土) 講演『父・田邊 元が愛した坂出』
- 19日(土) 幻灯朗読劇『鐘の鳴る丘』
- 26日(土) 懐かしのフィルム『写真に見る坂出』

市民ホール ☎45・1505

火曜日休館

4日(金) 人権を守る坂出・綾歌ブロック集會および人権講演会

5日(土) 第58回さかいで大橋まつり
おまわりさんのコンサート in 坂出

6日(日) ~うまれてきてくれてありがとう~
monさんおかえりなさいコンサート

10日(木) 第24回 人権啓発講演会

19日(土) 小濱妙美ハートフルスペシャルコンサート No.23

23日(水) 令和5年度 中讃連盟吟詠剣詩舞道祭

27日(日) 第18回 グループViViピアノコンサート

28日(月) 大嶋啓介の全国予祝キャラバン講演ツアー2023~
叶えたい夢がある 応援したい人がいる~ in 香川

防災はじめての一步 vol.134



☎市危機管理課(☎44・5023)

防災備蓄に野菜ジュースがおすすめ!

災害時に備えて非常食を準備しているかたも多いと思います。常温で保存できる野菜ジュースを防災備蓄に加えてみてはいかがでしょうか。

必要な栄養を補うことができる

災害時は食事が不規則になったり、防災食が続き栄養バランスが偏ったりします。不規則な食生活で野菜が不足しがちなときや食欲がないときに、野菜ジュースで手軽に栄養を補うことができます。

未開封なら常温保存が可能

野菜ジュースは開封前であれば常温で保存が可能です。紙パックやペットボトルタイプは賞味期限が数カ月のもので多く、長期保存用の缶タイプは5年半保存可能なものもあります。普段から野菜ジュースをよく飲むかたであれば好みのものをローリングストックすることをお勧めします。

野菜ジュースでアルファ化米をおいしく食べよう

災害時、水が足りないときでも野菜ジュースでアルファ化米を戻すことができます。手軽に調理可能で味に変化がつくので食べやすくなります。皆さんもいろいろチャレンジしてみてください。



さかいで131おとめ隊
田中 美統子(ふくし課)

● 防災ひとくちメモ (FM SUN 76.1MHz) 今月の放送は2日・16日(水)12:07~、19:07~

#さかいで DAYS

坂出市内の風景やおすすめしたい場所、家族や友達との思い出、日常の一コマなど素敵な写真を掲載します！



@鎌田池
全て私のもの
(坂出商業高校2年 大西 芽那さん)



@かわつ花菖蒲園
さんぽ♪ (春夏秋冬)
(沖部屋 綾さん)

応募方法

本文に、お名前(ペンネーム可)、連絡先、写真の説明文(25字以内)、撮影場所を記入し、写真を郵送または専用フォームでお送りください。
(坂出市内で撮影された写真に限ります)

詳細はホームページをご確認ください



〒762-8601 香川県坂出市室町2-3-5
「#さかいでDAYS」係 宛
<https://logofom.jp/form/PgPP/kouhou-sakaidedays>

問 市秘書広報課(☎44・5000)

