

働きたい 住みたい 子育てしたい 共働きのまち

広報さかいで

2023

11

No.1400





火を消して 不安を消して つなぐ未来 令和5年 秋の火災予防運動

11月9日から15日まで「秋の火災予防運動」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、皆で声をかけあって火災予防に取り組んでいきましょう！

住宅用火災警報器は設置していますか

総務省消防庁発表の統計によると、住宅火災による死者数に占める高齢者の割合は70%を超えており、高い数値で推移しています。火災を早期に発見し、逃げ遅れを防ぐためには、住宅用火災警報器を設置しましょう。

これから寒い時期を迎え、ストーブなどの火気を使用することが多くなります。住宅用火災警報器をまだ設置されていないご家庭は、ぜひ設置するようにしてください。

住宅用火災警報器は点検が必要です

住宅用火災警報器は設置してから10年を目安に交換することが推奨されています。すでに設置されているご家庭は、点検を忘れずに行うようにしてください。



● 正常な場合

「ピーピーピー」、「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)
「ピッピッピッ・・・ピッピッピッ・・・」(故障) など

住宅防火 いのちを守る 10のポイント

4つの習慣

- 1 寝たばこは絶対にしない、させない。
- 2 ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- 3 こんろを使うときは火のそばを離れない。
- 4 コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

6つの対策

- 1 火災の発生を防ぐために、ストーブやコンロなどは安全装置の付いた機器を使用する。
- 2 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- 3 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類、カーテンは、防災品を使用する。
- 4 火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- 5 高齢者や身体の不自由な場合は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- 6 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

図 市消防本部予防課(☎46・0983)



小学生の防火作品展

今年も管内の小学生から募集した防火作品を展示します。

期 間 11月9日(木)～15日(水)
最終日は15:00まで

場 所 イオンタウン宇多津



目次 Contents

- 3 | 令和5年 秋の火災予防運動
- 4 | 坂出市はゼロカーボンシティの実現を宣言し2050年のカーボンニュートラルをめざしています
- 6 | 令和5年住生活総合調査にご協力ください
- 7 | 令和6年度にぎわい創出事業を募集します
- 8 | 市営住宅入居者募集
- 9 | 令和6年度 市立幼稚園・保育施設など 新入園(所)児募集
- 10 | 第30回坂出天狗マラソン大会参加者募集
- 11 | 市内の公共交通で使えるキャッシュレス決済アプリTicketQRのサポートを行っています！
- 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 | 人権だより／「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／防災はじめての一步
- 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

4年ぶりの開催となった坂出府中湖ドラゴンカヌー大会での熱戦的一幕



白峯寺

香川県の霊峰である五色台の最も西にある白峰山に位置し、参道からは瀬戸内の雄大な景色を望むことができます。本堂、頓証寺殿など主要な建造物9棟は国指定の重要文化財であり、秋の紅葉が歴史的な建造物に彩りを添えています。紅葉の見頃は、例年11月中旬から12月上旬ごろまでです。

統計情報

10月1日現在 () 内は前月比
人口 48,789人(-75)
男 23,406人(+7)
女 25,383人(-82)
世帯 21,238世帯(-38)

9月の異動

出生 24人(+10)
死亡 64人(-3)
転入 123人(-28)
転出 158人(+6)
交通事故 14件(死亡1人)
救急 344件
火災 1件

今月のマイナンバー窓口

平日(予約優先)
8:45～17:00
休日(予約のかたのみ)
11月12日(日) 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
※休日は、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11月30日(木)

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

市内の公共施設などへ電気自動車用充電設備を順次導入

市内の公共施設を中心に、電気自動車用の普通充電設備を設置します。50台の設置を目標に、現在調査を進めています。



だったら、さかいで本気でゼロカーボン生活応援補助金

市内に新築されたZEH（ネット・ゼロ・エネルギーハウス）を取得したかたに対し、1戸当たり100万円の補助金を交付しています。



道路照明灯にLEDを導入

市内の道路照明灯1,401灯（すでにLED化しているものを含む。）を一斉にLED化。公園や公共施設の照明も順次LED化を進めています。



宅配ボックス普及促進事業補助金

宅配ボックスを購入したかたに、本体購入価格の1/2に相当する額（限度額5,000円）を補助しています。



ゼロカーボンシティに向けて、いろんなことに取り組んでいるよ



再生可能エネルギー導入推進計画を策定

市域全体で脱炭素化を図る「ゼロカーボンシティ」の実現のために、温室効果ガスの排出削減と再生可能エネルギーの利活用の最大化に向けた推進計画を策定しました。



市内公共施設へマイボトル用屋内型給水機を設置

ペットボトルなどのプラスチック製品の削減に向け、マイボトル用屋内型給水機を事業者と連携して市内の公共施設に11台設置しています。今後は市内の小・中学校にも設置を検討します。



屋外用常設型給水機を設置

鎌田池公園に冷水機能付きの屋外用給水機を設置しました。バリアフリー設計で、車いすのかたも利用しやすい形状です。耐久性に優れた木質素材を使用し、デザイン性も高い給水機です。



市庁舎へ再生可能エネルギー100%電力を導入

市役所本庁舎と教育会館へ再生可能エネルギー100%電力を導入しています。

港湾脱炭素化推進計画を策定中

カーボンニュートラルを念頭に置いた、坂出港の港湾・産業立地における競争力強化に向けた形成計画を策定しています。



「世界首長誓約/日本」へ誓約

気候変動に対して積極的に取り組む自治体の世界的コミュニティである「世界首長誓約/日本」に、四国で初めて誓約しました。

「世界首長誓約/日本」誓約



坂出市はゼロカーボンシティの実現を宣言し2050年のカーボンニュートラルをめざしています

坂出市は、令和3年9月に「ゼロカーボンシティ」を宣言し、これまで分野横断的に取り組みを進めてきました（左ページ）。

また、環境意識を高め、サーキュラーエコノミー（循環型経済）の観点からプラスチックごみを削減するため、マイボトルの使用を推奨しています。



「持続可能な社会の形成」と「地域の魅力と質の向上」の両立を目的に連携



坂出市と一般社団法人坂出市観光協会、株式会社yAmA（代表 山口一郎さん）は、ゼロカーボンシティの実現に向けて共に考え、連携していくため、このたび協定を結びました。

アートを取り入れながら、地域の目線で新しい価値を共に作り上げることで、地域全体の行動変容を促します。

◀ 左から坂出市観光協会三谷朋幹副会長、山口一郎さん、有福哲二市長



連携第1弾！オリジナルマイボトルが完成！

山口一郎さんがデザインを手がけたオリジナルマイボトルを販売します。

山口さんは「かわいいてんとう虫をデザインに取り入れた。このボトルを自然と手に取ってくれると嬉しい。好きな飲み物を入れて出かけることが皆さんの習慣になってくれれば」と話してくれました。



左 1,800円 右 2,200円（いずれも税込）

11月1日(水)から
坂出市観光案内所
(JR坂出駅構内)
で販売！



山口 一郎

坂出市在住の画家。セツ・モードセミナーを卒業後、イラストレーターとして雑誌広告の仕事始める。現在は、東京を中心に全国各地で個展を開催し、海外のギャラリーでも展示会を行う。

公園・駐車場などの施設照明灯をLED化します

2050年までに二酸化炭素などの温室効果ガス排出量の実質ゼロをめざすゼロカーボンシティ宣言の実現に向けた施策の1つとして、本市が管理する公園、駐車場などの照明灯をLED灯具に交換しています。

工事期間中はご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

工事期間 10月～12月末

工事箇所 市都市整備課が管理する公園、駐車場、駐車場、街路

☎ 市都市整備課(☎44・5017)

10月1日から香川県最低賃金が時間額918円に

香川県最低賃金は、常用、臨時、パートタイマー、アルバイト、嘱託の雇用形態や呼称にかかわらず、原則として香川県で働くすべての労働者に適用されます。

ただし、特定の産業で働く労働者のかたは、特定最低賃金（産業別最低賃金）と香川県最低賃金のうち高い方の金額が適用されます。

☎ 香川労働局賃金室(☎087・811・8919)

令和6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、認められた事業を支援します。

補助金額

1事業につき上限30万円（補助率1／2）
同一事業の場合、連続する3力年までとし、以下の補助金額を上限とします。

1年目30万円、2年目20万円、3年目10万円

審査方法

1次審査 書類選考
2次審査 プレゼンテーション
※令和6年2月ごろ開催予定

応募方法

所定の申請用紙に必要事項を記入の上、12月15日（金）16：00までに下記へ提出



☎ 市産業観光課(☎44・5103)

まちあい保健室に相談してみませんか

「健康についてちょっと相談したいことがあるけど、市役所までは行きづらい」、「身近に相談できる場所があればいいな」と思っているかたはいませんか。

近くの公民館では、気軽に相談できる「まちあい保健室」を開催しています。

また、11月はふらつき・転倒予防のための足指力測定を実施します。転びそうなときにぐっと踏ん張る力を知ることができます。ぜひご参加ください！

11月の日程	場 所	定員
1日(水) 13:30～15:30	勤労福祉センター	40
8日(水) 9:15～11:15	金山集会所	40
10日(金) 9:15～11:15	王越町保健センター	40
10日(金) 13:30～15:30	川津公民館	40
13日(月) 9:15～11:15	西庄公民館	40
14日(火) 10:30～11:30	中央公民館西浦分館	20
20日(月) 9:15～11:15	府中公民館	40
22日(水) 13:30～15:30	松山公民館	40
27日(月) 9:15～11:15	林田公民館	40
28日(火) 9:15～11:15	南部公民館	40
30日(木) 9:15～11:15	加茂公民館	40

予 約 前日までに下記へ。

☎ 市かいご課地域包括支援センター(☎44・5091)



令和5年度採択事業例

- ①ティラノレース大作戦！
（「ティラノレース大作戦！」実行委員会）
- ②坂出パンマルシェ＋Mignon park
（Mignon＋坂出マルシェ運営委員会）
- ③擬古堂四季彩ライブ
（府中ほっとなび）
- ④第1回蓮とひまわりフラワーフェス
（府中ほっとなび）
- ⑤遊び歌 ファミリーコンサート
（ゆたんぼ）
- ⑥LET'S Sunny Spot～未来へ～
（SUNNY SPOT運営委員会）

Jアラートによる全国一斉放送訓練

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、全国瞬時警報システム（Jアラート）の起動確認を行います。ご理解とご協力をお願いします。

内 容 同報系防災行政無線を使用し、緊急一斉放送
※FMサンでも緊急割り込み放送を行います。

エリア 市内全域

●緊急地震速報訓練

日 時 11月2日（木）10：00ごろ

●情報伝達訓練放送

日 時 11月15日（水）11：00ごろ

☎ 市危機管理課(☎44・5023)

女性に対する暴力をなくす運動 11月12日(日)～25日(土)

配偶者などからの暴力や性犯罪、売買春、セクシュアルハラスメント、ストーカー行為などの女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するもので、決して許されるものではありません。

被害を受けた場合はできるだけ早く適切なケアを受けることが重要です。ひとりで悩まず、ご相談ください。



相談先

- ・市こども課（☎44・5027）
- ・香川県警察本部
全国共通短縮ダイヤル（☎＃9110）
または（☎087・831・0110）
※最寄りの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）
- ・香川県性暴力被害者支援センター「オリーブかがわ」
（☎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15日（水）～21日（火）

平日 8：30～19：00

土・日曜日 10：00～17：00

相談先 全国共通ナビダイヤル（☎0570・070・810）

相談員 人権擁護委員、法務局職員

☎ 市人権課(☎44・5008)

令和5年度坂出市震災対策避難防災訓練

市主催の防災訓練です。対象地区外のかたも見学できますので、ぜひお越しください。

日 時 11月12日（日）8：50～11：50

場 所 西庄小学校

対象地区 西庄地区

内 容 救出・救護訓練、初期消火訓練、消防・自衛隊車両展示など



☎ 市危機管理課(☎44・5023)

11月はねんきん月間、 いいみらい11月30日は「年金の日」です

この機会に、ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、年金見込額を試算することもできます。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。



ホームページ

☎ ねんきんネット専用電話(☎0570・058・555)

令和5年住生活総合調査にご協力ください

12月1日、全国で住生活総合調査が行われます。

この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上のための施策を推進する上で必要となる、基礎資料を得ることを目的としています。

今回は、10月に実施された住宅・土地統計調査に回答いただいた世帯の中から一部を選び、全国で約10万8,000世帯が対象となっています。

対象世帯には11月下旬から郵送で調査票が配布されます。オンラインまたは郵送による回答にご協力をお願いします。

☎ 令和5年住生活総合調査事務局

(☎0120・169・037)

設置期間 11月21日(火)～12月28日(木)

受付時間 火～土曜日10:00～18:00

令和6年度 市立幼稚園・保育施設など 新入園(所)児募集



市立幼稚園

入園資格 3歳児 令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ
4歳児 平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ
5歳児 平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ

申込受付 11月6日(月)～17日(金) 8:30～17:00(土・日を除く。)
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。
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5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と身分証明書が必要です。

●市立幼稚園

坂出中央幼稚園 (☎46・3989)
林田幼稚園 (☎47・0290)
瀬居幼稚園(休園)
(☎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 ・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カ月以上児)
・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)
※申し込みは児童の出生前や5月以降の途中入所希望も可能です。

申込受付 各保育所・認定こども園・事業所内保育所
11月6日(月)～17日(金) 9:00～17:00(土・日を除く。)
市こども課(市役所本庁舎本館1階)
12月4日(月)～8日(金) 9:00～17:00
※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。

必要書類 ①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
②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など)
※令和5年1月1日に本市に住民登録がないかたは、0～2歳児の保育料、3～5歳児の副食費免除対象判定のための資料

●公立保育所

江尻保育所 (☎46・4339)
西部保育所 (☎46・5925)
南部保育所 (☎45・0140)

●私立保育所

育愛館 (☎46・5812)
愛集苑保育所 (☎45・2822)
林田保育園 (☎47・0709)
みどり保育園 (☎46・4363)

●事業所内保育所

オリーブガーデン (☎59・4330)

●公立認定こども園

府中こども園(2・3号認定) (☎48・0880)
松山こども園(2・3号認定) (☎47・0584)
川津こども園(2・3号認定) (☎46・1217)
加茂こども園(2・3号認定) (☎48・2801)
※加茂こども園(1号)の申し込みは、加茂幼稚園(☎48・0105)へ

●私立認定こども園

坂出一高幼稚園(2号認定) (☎45・2141)
ルンビニ幼稚園(2・3号認定) (☎46・9775)
きんかこども園(2・3号認定) (☎46・8747)
坂出保育園(2・3号認定) (☎45・5528)
※坂出保育園は令和6年度より認定こども園へ移行予定です。

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などにより保育が必要な場合
保育所・認定こども園
- 3号認定 満3歳未満で保護者の就労などにより保育が必要な場合
保育所・認定こども園・事業所内保育所



市営住宅入居者募集

募集期間 11月1日(水)～15日(水) 8:30～17:15(土・日・祝日を除く。)
受付場所 市建設課
募集住宅

団地名	竣工年度	構造/階数	面積	間取り	月額家賃
緑町団地(6号)※	昭和60年度	簡易耐火/2	61㎡	3DK	17,300円～33,000円
緑町団地(9号)※	昭和60年度	簡易耐火/2	61㎡	3DK	17,300円～33,000円
新林田団地(B202号)	平成元年度	耐火/3	78㎡	4DK	22,800円～47,000円
常盤団地(A102号)	平成3年度	耐火/4	69㎡	3DK	21,700円～43,300円
常盤団地(B303号)	平成5年度	耐火/4	72㎡	3DK	23,200円～50,800円

※は単身入居可。ただし条件あり。

入居資格 以下のすべてに該当するかた

- ・市内に居住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(単身での申し込みの場合は条件あり)
- ・月額所得(諸控除後)の金額が158,000円(裁量階層214,000円)以下のかた
- ・市税の滞納のないかた

☎ 市建設課 (☎44・5011)

第25回 中河与一文芸賞・幹子賞

本市出身の作家中河与一と妻の歌人幹子の功績をたたえ、市内の児童・生徒を対象に作品を募集し、作文48編、短歌135首の応募がありました。

中河与一文芸賞(作文)

「ぼくのおこづかいで、できること」
附属小3年 石井伸之介

優秀賞
なべって良いね
林田小4年 柴田 朱雀
「メロデー」
白峰中2年 井上 温大
「最後のソーラン節」
瀬居中3年 新宅 優恵

佳作
11編

中河幹子賞(短歌)

てつぼうのむこうにみえるあおいそら
いちにのさんでけるさかがり
附属小1年 田中 三月

優秀賞
1位 たんぽぽが白い帽子をかぶったら
大空の旅出発進行
林田小4年 山上 蒼心
2位 シーグラス夏のはまべに反しやして
わたしの心も乱反しやする
坂出小3年 徳田 寧々
3位 秋祭りたいこの練習夜風にのって
瀬居に響くよコンコチッキチキン
瀬居中3年 須鼻 晃生

入選
11首

●表彰式・記念講演会(入場無料)
日時 11月26日(日) 午前10時～
場所 万葉会館

☎ 中河与一・幹子顕彰会事務局(☎46・53001)

ごみに関する作品 入選発表

市では、環境衛生意識の高揚のため、市内の児童・生徒を対象にごみに関するポスターと標語を募集し、ポスター115点、標語216点の応募がありました。

ポスターの部入選(小学生)

東部小5年 大石 子温
東部小6年 福岡 良祐
東部小6年 道北 花奈
東部小6年 森 誠眞
加茂小4年 澤田 蓮
加茂小6年 浅井 結衣
加茂小6年 末包 正剛
附属小4年 篠岡 由佳
附属小4年 宗 友莉亜
附属小5年 竹之内響介

標語の部入選(小学生)

坂出小5年 新原 侑人
坂出小6年 田原 心咲
府中小5年 松本 心希
府中小4年 山下 瑛右
林田小4年 濱野 緑
加茂小6年 波田 晃弥
川津小4年 新開 柚希
川津小6年 鈴木 翔大
松山小4年 富木 花音
松山小4年 松岡 暖大

ポスターの部入選(中学生)

坂出中2年 彦江樹利愛
坂出中2年 古屋 柚季
坂出中3年 香川 勝吾
坂出中3年 木戸 歌蓮
東部中2年 宮川 安結
東部中3年 別府 依璃
東部中3年 三木 千佳
白峰中2年 向井 章仁
白峰中2年 森田 苺花
白峰中3年 滝本航太郎

入選作品の展示
期間 令和6年8月末まで
場所 リサイクルプラザ
☎ リサイクルプラザ (☎44・2320)

あきのよる さかいで輝ノ夜

坂出緩衝緑地（東大浜地区）に大小合わせて約400本の竹あかりを灯します。

市民参加型ワークショップで制作した竹あかりと、芸術家岡山富男氏が生命を吹き込んだ動物たちのコラボレーションをお楽しみください。



日 時 11月3日(祝)～12日(日) 18:00～20:00

初日は18:30からサヌカイト演奏会を開催

場 所 坂出緩衝緑地 東大浜地区

入場料 無料

駐車場情報ははこちらから

☎ 市産業観光課(☎44・5103)

さかいで健幸まつり&介護の日2023

楽しみながら健康づくり、介護予防をしませんか。
ぜひお誘い合わせの上、ご来場ください！

日 時 11月18日(土) 9:00～12:00

(受付は11:30まで)

場 所 市役所本庁舎本館

リフレッシュヨガ
① 9:30～10:00
② 10:30～11:00
③ 11:30～12:00
各回先着15人

介護予防コーナー
●ワークショップ、作品展
●体組成測定(先着60人)
●立ちあがりテスト、
握力測定 など

健幸コーナー

- バランスチェック
- 野菜の摂取量チェック
- 血管年齢測定 など



ほかにも、骨密度測定や体操など
内容盛りだくさん！
来場者には記念品をプレゼント！

☎ 市けんこう課(☎44・5006)

運動の苦手克服パート2～なわとび編～

親子で一緒に参加して、コツをつかんで自宅でも取り組みましょう。参加者には、なわとびのプレゼントもあります！

日 時 12月2日(土)

① 9:30～10:20 前・後ろ・あや・交差跳び

② 10:45～11:45 二重跳び

場 所 市立体育館

対象者 ① 小学2年生ぐらいまでの親子20組

② 小学3年生以上の親子20組

持ちもの なわとび、上履き、タオル、飲み物

参加料 無料

申 込 11月1日(水)～10日(金)、下記まで。

☎ 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)

市内の公共交通で使えるキャッシュレス決済アプリ TicketQRのサポートを行っています！

市内の公共交通では、10月から「TicketQR」アプリを利用したキャッシュレス決済ができるようになりました。12月末まではキャッシュレス決済をしたかたを対象に運賃を100円引きするキャンペーンを実施中です！使い方などをサポートする窓口も設置しています。この機会に便利でお得なキャッシュレス決済をご利用ください。

● 11月のサポート窓口

日 時 6日(月)、9日(木)、13日(月)、14日(火)、

20日(月)、23日(祝)、27日(月)、28日(火)

各日 9:00～12:00

場 所 株式会社レッツ(京町2-5-18 ☎35・8902)

アプリのダウンロードはこちらから



☎ 市政課(☎44・5001)

第60回坂出市美術展覧会 出品作品募集

12月2日(土)～10日(日)開催の坂出市美術展覧会への出品作品を募集します。募集要項など詳細は市ホームページをご覧ください。

会 場 市民美術館

募集作品 絵画、彫刻、美術工芸、書、写真など
※過去に出品した作品は出品できません。

対 象 市内在住、在学、在勤のかた

作品搬入 申込書を添えて、11月25日

(土)、26日(日)に会場へ搬入

市ホームページ

☎ 中央公民館(☎46・2422)

第3回子ども芸術学校

開催日 12月3日(日)

場 所 市民ふれあい会館

内 容

① 演劇×工作 魔法の国をつくろう 10:00～12:15

② ダンス ダンスの振り付けや作り方にチャレンジ

10:00～11:00、13:15～14:15

③ 殺陣(たて) カッコいい少年・少女剣士になってみよう

11:15～12:15、14:30～15:30

④ 美術 暗闇でおえかきあそび

11:15～12:15、14:30～15:30

⑤ サイエンス ドローン科学実験教室 13:15～14:15

定 員 ①⑤各15人(組)、②③④各20人

対象者 小学生(要保護者同伴)

料 金 1コマ500円

※①演劇×工作は1組1,000円、

小学生1人追加ごとに500円

申 込 11月1日(水) 9:00～、

申込フォームから(申込先着順)

申込フォーム

☎ 市文化振興課(☎44・5036)

冬の親子ワークショップ

日 時 12月10日(日)

① 9:30～11:30 ② 13:30～15:30

場 所 教育会館2階大会議室

内 容 ① クリスマスツリー・リースを作ろう

② 流木でクリスマスツリーを作ろう

講 師 ① 高松短期大学学生

② 彫刻家 辻野榮一氏(高松短期大学教授)

定 員 各10組(申込先着順)

対象者 ① 未就学児と保護者 ② 小学生と保護者

参加料 各600円(材料費)

申 込 11月10日(金) 9:00～、電話にて下記まで。

☎ 市文化振興課(☎44・5036)

第30回坂出天狗マラソン大会 参加者募集



日 時 令和6年2月11日(日・祝)

15km 10:00スタート

5km 10:30スタート

参加料・参加資格

15km 5,000円 18歳以上

5km 3,000円 小学生以上

※小学生は保護者同伴で、保護者は別途申し込みが必要

※5kmの高校生以下の参加料は2,000円

定 員 両コース合わせて1,300人程度

(申込先着順)

申 込 12月20日(水)までに、申込

フォームまたは大会専用郵便振

替用紙にて。

☎ 市産業観光課内大会事務局(☎44・5103)

第19回中讃秋のぴちぴちとれたて市

中讃海域で取れた鮮魚や加工品の即売をはじめ、アジのつかみどりやオリーブハマチの試食(先着200食)など、おいしく楽しいイベントが満載！宇多津秋の大収穫祭と同時開催です。

日 時 11月11日(土) 10:00～16:00

※アジのつかみどりは午前の部、午後の部ともに先着100人。それぞれ10:00からと12:30から整理券を配布します。

場 所 香川短期大学前(宇多津町)



☎ 市農林水産課(☎44・5012)



9/16 マジックパパと 親子でワイルドあそび

マジックパパこと和田のりあきさんに、家族が笑顔になるコミュニケーションの秘訣や、身近なものを使ってできるあそびについてご講演いただきました。参加者らもマジックパパのあそびを夢中で楽しみ、家族のふれあいを深めていました。



10/5 高齢者の買い物支援 実証実験に向け連携協定

本市と、GMOメイクショップ(株)、KBN(株)、坂出商工会議所は、王越地区を対象として、「生成AIを活用した対話型コマース」による高齢者の買い物支援にかかる実証実験を行うため、連携協定を締結しました。



10/12 災害時のレンタル機材提供に関する協定 (株)ナガワ

本市と(株)ナガワは、大規模災害時に必要な機材の提供に関する協定を締結しました。ユニットハウスや仮設トイレ、発電機などの提供を受け、災害発生後の市民生活の早期安定化を図ります。



9/29 「メルカリ Shops」に 坂出市公式ショップを開設

県内初、「メルカリ Shops」を活用し、市で使われなくなった物品の販売を開始しました。今回出品したのは、保育所や幼稚園で使われていたレトロな楽器や椅子などです。リユースの実践を促し、循環型社会の形成を推進します。



10/6 「さかいで大橋まつりフォト コンテスト」受賞者決定！

グランプリ・部門賞に選ばれた4名の表彰式が行われました。グランプリに選ばれた高橋健治さんは、「開通35周年の瀬戸大橋にインパクトを持たせた」と撮影の裏話を話してくれました。



9/29 「私の地元応援募金」寄付 明治安田生命保険相互会社

明治安田生命保険相互会社が令和2年度から取り組んでいる「地元の元気プロジェクト」の一環として、地域社会を支援する「私の地元応援募金」による寄付をいただきました。



▲ 新設された西門



▲ かやぶき屋根がぶき替えられた時雨亭

9/27 香風園オープニングセレモニー

9/27～10/1 香風園観月会

西門や時雨亭の屋根など香風園内の施設改修が完成し、記念セレモニーが行われました。坂出小学校の児童が訪れ、コイの記念放流をして完成を祝いました。

また、中秋の名月に合わせ、香風園をライトアップし演奏会を開催しました。29日には、今年国重要無形文化財「長唄」の保持者の構成員に認定された今藤長由利さんらによる演奏があり、来場者はその音色に聞き入りました。



10/13 姉妹都市提携35周年記念 サウサリート市訪問団をおもてなし

サウサリート市訪問団が坂出第一高校を訪れ、食物科3年生と和菓子「練りきり」を作ったり、少林寺拳法部の生徒から技を教わったりして交流を深めました。(写真左はメリッサ・ブラウスタイン市長)



▲ 長唄三味線の演奏をする今藤長由利さん（中央）



10/1 4年ぶり開催！ 府中湖でドラゴンカヌー大会

「第25回水のフェスティバルin府中湖」のメインイベント、ドラゴンカヌー大会が開催されました。船首に竜神をあしらったカヌー艇をこいでスピードを競う大会で、県内外からの参加者が熱戦を繰り広げました。

さかいで 子育て応援 Q&A



インフルエンザが流行していると聞きます。子どもの予防接種はいつごろ接種したらいいですか。

年齢によって接種時期と接種回数が異なります。

小さな子どもの場合、1回の接種だけでは十分な免疫ができません。重症化を予防できるのは、2回目を接種して2週間ほどたったころからです。流行前に2回接種が終わるように、1回目は10～11月、2回目は11月中に接種するのがおすすめです。

生後6カ月以上から12歳まで（13歳未満）は2回接種します。10月ごろに1回目を接種し、およそ2～4週間（できれば4週間）空けて2回目を接種します。13歳以上は通常1回接種ですが、2回接種することもできます（接種間隔はおよそ1～4週間）。

なお、季節性インフルエンザは任意接種ですので、接種費用は各医療機関で確認してください。

図 市けんこう課(☎44・5006)

今月の乳幼児健康診査

図 市けんこう課(☎44・5006)

内 容	日 時		対 象 者	場 所
3～4カ月児健康診査	7日(火)	13:00～14:30	令和5年7月生まれ	地域保健センター
1歳6カ月児健康診査	16日(木)	13:00～14:30	令和4年5月生まれ	地域保健センター
2歳児相談	9日(木)	9:15～10:45	令和3年11月生まれ	地域保健センター
3歳児健康診査	30日(木)	13:00～14:30	令和2年4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

図 市けんこう課(☎44・5006)

内 容	日 時		対 象 者	場 所
パパママ学級(要予約)	12日(日)	13:30～15:30	妊婦のかたとその家族	地域保健センター
子育てサークル(要予約)	21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
もぐもぐ歯つっぴいスクール(要予約)	24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
こども相談(要予約)	17日(金)	9:00～11:00 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)	9日(木)	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	1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)	1日(水) 22日(水)	10:00～11:00	各日20組まで	市民ふれあい会館4階

さかいで子育て支援センター まろっ子ひろば ☎ 35・8119

家事・育児実践講座 おとうさんもいっしょ！ ～家族みんなで楽しもう～

産前産後の地域の子育てサポートや子どもの発達について学んだり、時短・簡単料理をマスターしたりして、めざせ、家事力・育児力アップ！

日 時 12月2日(土) 10:00～12:30

場 所 まろっ子ひろば

対 象 プレママ・プレパパ、乳幼児を連れた親子 定 員 10組

料 金 大人1人につき600円

申 込 11月29日(水) までに電話にて



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

子どもでつながる。未来でつながる。

図書館

開館日 火～金 9:00～18:00

土・日・祝 9:00～17:00

休館日 6日(月)、13日(月)、20日(月)

特別整理期間

24日(金)～12月1日(金)

電 話 45・6677

FAX 45・6678

参加者募集

ワークショップ 画家 山ロー郎さんとクリスマスツリーを作ろう



日 時 12月16日(土) 10:00～11:30

場 所 市民ふれあい会館

対 象 3歳～小学6年生(要保護者同伴)

定 員 15組(申込先着順)

申 込 11月3日(祝) 9:00～

図書館カウンターまたはFAXにて

カラーマジック、クレヨンなど

(詳細はチラシ、ホームページにて)

RECOMMEND

幼 児



「さっぱりざむらい」

よしむらあきこ 作 / 教育画劇

お風呂の苦手な男の子が、ある日突然現れたお侍さんに頭や体の洗い方を教わることに！ちょっとした入浴のコツを家族で楽しく学べる絵本です。

RECOMMEND

一 般



“好き”を仕事にする力 ～スモールビジネスを立ち上げた 100人の女性たちのリアル～

碓井美樹 著 / PHPエディターズ・グループ

チャイの専門店や絵本屋さん、書道教室etc…。自らの「好き」を原動力に起業した人々のリアルな姿を追った本書。資金面に関する情報も多数掲載。



と き	地 区
1日(火)	加 茂
2日(水)	川 津
7日(火)	府 中
8日(水)	西 庄
9日(木)	金 山
10日(金)	東 部
14日(火)	松山・王越
15日(水)	林 田
16日(木)	府 中
17日(金)	附 属
21日(火)	島しよ部
22日(水)	坂 出 小

※時間などの詳細はホームページで確認できます。



今月のイベント

と き	内 容
3日(水) 佐々木良さんトークイベント	14:00～
4日(木) こども映画の会	14:00～
// 英語よみきかせ	15:00～
8日(水) わらべうたであそぼう	10:30～
10日(金) としょかんカンガルータイム	10:00～
11日(土) おはなし会	14:00～
18日(土) おはなし会	11:00～
22日(水) 天体観望会	19:00～
毎週(火・木) 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～
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5年3月～8月

片付けに関する本(一般)

- モノ・人・心の悩みが消えていく断捨離道場
やましたひでこ 著
- 「引き出し1つ」から始まる！人生を救う片づけ
井田典子 著
- とことん収納
本多さおり 著
- 海外みたいセンズのある部屋のつくり方
早 著
- わたしの「狭い暮らし」ルール
インプレス書籍編集部 編

今月の市民展示

図書館による読書週間企画展示
「うたにふれる」



材料 (2人分)

金時ニンジン 中1本(150g) 固形コンソメ …… 1/2個
 玉ネギ …… 1/10個(30g) 牛乳 …… 50ml
 バター …… 10g ドライパセリ、クルトン … 適量

作り方

- ① 金時ニンジン皮をむき、薄切りの輪切りにする。玉ネギは薄くスライスする。
- ② バターと金時ニンジン、玉ネギをしんなりするまで焦がさないように炒める。
- ③ ②に材料がかぶるくらいの水を入れ、コンソメを加えて火にかける。
- ④ ニンジンが崩れる程度に煮えたら火から下ろして冷ます。
- ⑤ ミキサーかフードプロセッサに、④、牛乳を入れてなめらかになるまでかき混ぜる。
- ⑥ 器に注ぎ、トッピングを飾る。

今月は地域の食生活改善推進員さんがヘルシーレシピをご紹介します!



金時ニンジンのポタージュ

坂出の旬の食材

金時ニンジン



(株)三宅農園 三宅 宏和 さん

おせちのシーズンに合わせて、11月末から1月ごろまで出荷のピークを迎えます。西洋ニンジンより長さがあるため、畑のうねを狭く高く盛り上げる「たかうね」がこだわりです。小さいときから地元の食材を食べて、どんどん発信してほしいです!

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、いろんな歩き方をしてバランスの練習をしましょう。

●横歩き

正面を向き、左右にゆっくり大股で歩く



●継ぎ足歩行

一本橋の上を歩くように、つま先とかかとをくっつけて、バランスを崩さないように歩く



□ 転倒に不安を感じる時は、必ず手すりや台、支えを握って動きましょう。

- 「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

「ご飯食」のススメ その②

天高く馬肥ゆる秋。おいしい新米を召し上がったかたもおられるでしょうか。先月にかけて「ご飯食」のメリットのお話をします。

④米の「粒」食であるご飯は、小麦の「粉」食であるパンに比べて、消化、吸収に時間がかかります。食後の血糖値や血中インスリンの上昇反応が緩やかで、腹持ちがよくなります。インスリンは血液中の脂肪を内臓脂肪や皮下脂肪に貯蔵することを促しますから、その分泌を抑えられるご飯にはダイエット作用が潜んでいます。

⑤ご飯のでんぷんの一部は消化に抵抗性があり(レジスタンス・スターチ)、食物繊維として機能します。

⑥ご飯には食塩が含まれていません。パンや麺類にはそれぞれ自体に既に塩分が含まれているものが多くなっています。血圧の高いかたや腎臓機能を気にされるかたにも、安心して召し上がっていただけます。

いかがでしょうか。先月からのお話で「ご飯食」のメリットが分かりただけでしょうか。日本では近年、低炭水化物ダイエットが流行して、主食のご飯を食べない人がいますが、日本糖尿病学会では極端な炭水化物制限の弊害を示し、1日摂取エネルギーの40〜60%は炭水化物から取ることを勧めています。



市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生

健康教室

図 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
2日(木)	9:30~10:10	75歳以上	肩こり解消体操	池田 健康運動指導士
	10:30~11:10	65~74歳		
8日(木)	14:00~15:00	65歳以上	ミュージック・ヒーリング	大浦 音楽療法士
9日(木)	9:30~10:10	75歳以上	音楽に合わせて体操教室	安部 健康運動指導士
	10:30~11:10	65~74歳		
15日(木)	14:00~15:30	65歳以上	いろんな体験で楽しくフレイル予防	大江戸玉すだれグループ
16日(木)	13:30~14:10	75歳以上	肩こり解消体操	矢野 健康運動指導士
	14:30~15:10	65~74歳		
17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
	10:30~11:10	65~74歳		
1日(木)	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
16日(木)	9:30~10:10	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
	10:30~11:10	65~74歳		
22日(木)	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。

図 市立病院(☎46・5131)

相談

図 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)	1日(木) 13:00~16:00	地域保健センター
栄養相談(要予約)	20日(月) 13:30~16:30	

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(☎0120・979・199)(24時間受付)



医療Netさぬき

突撃！ となりの生涯学習

6年生の川崎 万直叶さんにお話を聞きました！

Q チームに入ったきっかけを教えてください。

マンガ「ハイキュー！！」にはまったことです。また、バレーボールの試合を見に行った時、実際に石川選手を見てかっこいいなと思ったからです。

Q どんな練習を頑張っていますか。

アンダーパスとオーバーパスが苦手なのでそれを主に練習しています。

みんなが笑顔で楽しくやっているのがいいところ。
人数が増えたら試合がしたい！



東部ジュニアバレー部

東部ジュニアバレー部は、現在6年生3人、4年生1人が所属し、バレーボールを中心に体力づくりをしています。毎週金・土・日曜日に東部小学校の体育館で練習しています。見学・体験など事前にお問い合わせください。(✉dkjhifpi@i.softbank.jp)
お待ちしております！

じんけん愛坊の



人権だより

一人ひとりの
気持ちを尊重して



東部小学校 5年
末包 一華 さん

私は一学期に屋島集団宿泊学習へ行きました。みんなが楽しく安心して過ごせるようにしたいと思い、班のリーダーになりました。

一日目の夜、五年生全員でスタンツをすることになりました。出し物を決める時、私たちの班だけ意見がまとまらず、少しもめてしまいました。最後は、多数決でクイズにすることに決まったのですが、友だちの一人が泣き出してしまいました。班のみんなは、多数決で決まったことだから仕方ないという顔をしていました。みんなが楽しい気持ちでないと、周りを楽しませることはできないと思い、私が「貨物列車」という新たなゲームを提案し、班のみんなに考えてもらいました。そして、みんなで一度やってみることにしました。何度か繰り返すうちに、彼女にも笑顔が戻り、みんなで楽しくできました。本番では、五年生全員で「貨物列車」を楽しみました。体育館中に大きな歌声がひびき、とても盛り上がりました。

物事を決める時、多数決をとることはよくあります。もちろん全員の意見を聞き入れることはできません。しかし、一人ひとりの気持ちを尊重して、みんなが納得できるようにしていくことの大切さを学びました。

自分らしく生きる 障がい福祉通信

vol.20

相談支援専門員って？

相談支援専門員とは、障がい者の自立した生活のため、障がい者の全般的な相談支援を行う専門職です。対象者が適切な障害福祉サービスを受けられるようにサポートします。

「障害者総合支援法」では、障害福祉サービスを利用する際には、当事者に担当職員がついて「サービス等利用計画」を作成しなければならないと定められています。当事者の相談に乗り、福祉サービスの事業所を利用することによってどのように希望する暮らしに近づけるか、家族や事業所などと一緒に考え、「サービス等利用計画」を作成します。サービスを利用するだけでなく、将来を見据え自立をサポートしていきます。

坂出市を対象としている事業所は、
県のホームページからご覧ください。



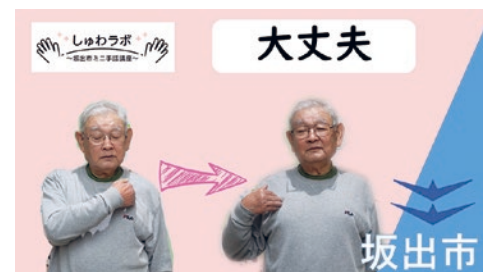
岡 市ふくし課(☎44・5007)



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



少し曲げた右手の指先を左胸に当ててから右胸に当てます。

外国人住民に伝わる「やさしい日本語」を学ぼう

ようこそ日本語教室へ

県内には、市や町、国際交流協会、民間団体などが運営する地域の日本語教室が20あり、多くの外国人住民が日本語を学びに来ます。

●坂出市に日本語教室はありますか。

あります。坂出市国際交流協会が運営する日本語教室「にほんご@坂出」です。ボランティアが外国人住民の希望に応じて、日本語学習を支援しています。学びたい人なら子どもも大人も参加できます。

●どんな人が参加していますか。

国籍、年齢もさまざまですが、アジアから仕事で日本に来た人が多く、子どもも参加しています。

●どんな目的で参加していますか。

会話の練習をしたい、日本語能力試験に合格したい、日本語を理解して学校生活を楽しく過ごしたい、などいろいろな目的で参加しています。

●外国人住民に日本語を教えてみたい。

まずは見学してみましょう。見学したいかたはご連絡ください。ボランティアをするには登録が必要です(高校生以上)。



岡 市秘書広報課内坂出市国際交流協会(☎44・5000)

外国人住民の皆さんへ 日本語教室「にほんご@坂出」に来ませんか

い つ：毎週日曜日(第5日曜日はお休み)
午後2時から午後3時30分まで
どこで：坂出市立大橋記念図書館2階 視聴覚室
おかね：いりません。
参加の方法：いつ来てもよいです。
持ってくるもの：ノート、鉛筆など。勉強したい本を持っている人は、本も持って来てください。

暮らしの 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

第47回坂出マラソン大会

坂出市スポーツ協会事務局（☎85・5354）
 時 12月3日（日）午前7時50分～午後1時
 場 番の州公園・番の州球場
 対 市内在住または在学の小学生（シユニア）
 ※中学生・一般タートルの部は実施しません。
 定 700人（申込先着順）
 申 11月17日（金）申込締切（当日受付なし）
 他 当日午前8時～午後2時は、番の州公園
 全体に通行規制がかかります。

みんなで健康ウォーキング

みんなでスポーツさかいで事務局（☎85・5354）
 時 ①11月12日（日）②23日（祝）
 午前9時～（8時50分受付）
 場 市民広場
 内 田尾坂から街なかを歩く
 （さかいで健康マップのコース①）
 料 1000円（保険料）
 申 ①11月9日（木）②21日（火）申込締切

お花を使った手作り講座

市生涯学習課（☎44・5025）
 ①お花を使ったクリスマスリース作り
 ②お正月の花飾り
 時 ①11月22日（水）午後2時～3時30分
 ②12月27日（水）午後1時～3時
 場 中央公民館
 定 各15人（申込先着順、両講座受講可）
 料 ①2,500円②3,500円（材料費）
 申 電話または専用フォームにて



五色台自然薬校「初冬の森を歩き、 クリスマスリースをつくろう」

休暇村讃岐五色台（☎47・0231）
 時 12月3日（日）午前9時30分～午後3時
 場 五色台ビクターセンタークワトロハウス集合
 定 40人
 料 無料
 申 11月5日（日）午後3時～電話にて受付
 他 長袖長ズボン・帽子・軍手・弁当・飲み
 物・入浴の準備（希望者のみ）持参

坂出工業高校新体操部公開演技会

～Rhythmic Gymnastics Festival 2023～
 坂出工業高校林、笠行（☎46・5191）
 時 12月23日（土）午後1時開演（0時30分開場）
 場 坂出工業高校体育館
 内 坂出工業高校新体操部の演技発表会
 全国トップクラスの招待選手も多数出演
 来場者多数の場合入場制限あり
 料 無料



ドローン安全講習会

県さかい安全安心課（☎087・832・3175）
 時 11月26日（日）午前9時～午後1時
 （午前8時30分～受付）
 場 香川県消防学校（高松市）
 対 ドローンをお持ちのかた、ドローンに興
 味があるかた（14歳未満は操縦体験不
 可、座学は保護者同伴の場合のみ受講
 可）
 内 ドローンについて理解を深める座学・操
 縦体験による講習
 定 70人（申込先着順）
 申 11月17日（金）午後5時締切

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、施設内機械の整備・設備
 点検のため休館します。
 時 11月6日（月）～14日（火）
 ※11月15日（水）より通常どおり開館します。

第17回木の実アート展

坂出緩衝緑地管理事務所（☎45・6820）
 時 11月1日（水）～5日（日）午前10時～午後3時
 場 番の州公園管理事務所
 内 木の実アート作品展示、クイズラリー、
 ワークショップ、作り方教室（要予約）、
 写真展示など



第139回さかいで楽市楽座十一月市

同実行委員会（☎46・2701）
 時 11月19日（日）午前9時～午後2時30分
 場 JR坂出駅前およびその周辺
 ※出店者やパフォーマンズ披露希望者も随
 時募集中

文学講座「紫式部日記」

坂出市文化協会多田羅（☎46・5357）
 時 11月23日（祝）午後1時～
 場 大橋記念図書館

香川大学サテライトセミナー

市政課（☎44・5001）
 時 11月21日（火）午前10時～11時30分
 場 市役所本庁舎本館3階中会議室2
 内 おこげを食べると本当になんになるの
 か？（食品の安全について）
 定 20人程度（申込不要）
 料 無料
 他 講師 医学部教授 横平 政直氏

わくわく！さかいでつこ探けん隊 木の実を使ったクリスマスリースを作ろう

市生涯学習課（☎44・5025）
 時 12月2日（土）午前10時～11時30分
 場 中央公民館
 定 小学生15人
 料 1人1,000円
 申 11月10日（金）～13日（月）
 専用フォームにて



第25回坂出市社会福祉大会

坂出市社会福祉協議会（☎46・5078）
 時 11月17日（金）第一部 式典
 第一部 記念講演 午後1時～3時
 （0時20分～受付）
 場 市民ホール
 内 湯浅誠氏による記念講演
 「誰もが生き生きとする地域づくりに向けて」
 料 無料（一般参加は第一部のみ）

講座・相談

働く女性の家「日講座 ちぎり絵（千支辰）」

勤労福祉センター（☎46・2463）
 時 11月19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（水）～10日（金）

暮らしのセミナー

市産業観光課（☎44・5103）
 時 11月15日（水）午後2時～3時
 場 坂出合同庁舎4階大会議室
 内 ウンツキ広告にご注意！
 ～安全なお買い物のための取り組み～
 料 無料
 申 11月10日（金）締切
 他 講師 公正取引委員会事務局近畿中四国
 事務所四国支所

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25日（土）午後1時～4時
 場 丸亀市保健福祉センター
 内 一般相談、法テラス相談、成年後見相談
 料 30分無料（要予約）

募集

公立保育所・こども園 保育士・調理員募集

市こども課（☎44・5027）
 ●職種・採用人数（会計年度任用職員）
 ・保育士（保育所／認定こども園）若干名
 ・調理員（保育所／認定こども園）1名
 対 保育士は保育士資格をお持ちのかた
 調理員は調理師免許をお持ちのかた
 申 ハローワークにて（☎46・5545）

高齢者歓迎！参加料無料！ スマホ体験教室を開催します

ガラケー利用者でスマホに興味があるかたや初心
 者のかた向けにスマホ教室を開催します。

開催日	時間	場所	内容
11月	8日（水）	中央公民館	① 9:30～11:30
			② 13:30～15:30
	13日（月）	中央公民館	② 9:30～11:30
			① 13:30～15:30
	21日（火）	勤労福祉センター	① 9:30～11:30
			② 13:30～15:30
	29日（水）	中央公民館	① 9:30～11:30
			② 13:30～15:30

内容	
①	電話のかけ方、カメラの使い方 電話のかけ方やカメラの撮り方、QRコードの活用など マイナンバーカードについて マイナンバーカードについての説明と申請方法など
②	SNS（LINE）の使い方 LINEの設定や友達の追加方法、文章・写真の送り方など マイナポータル の活用方法 マイナポータルの使い方とできることについて

定員 各回5人（申込先着順）
 参加料 無料
 申込 開催日前日の18：00までに電話にて。

㊟ スマホ教室受付センター（☎25・0377）
 定休日：第3火曜日
 受付時間：10：00～17：30



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

11月9日から15日まで「秋の〇〇予防運動」

アンケート

- 1 よかった記事・よくなかった記事とその理由
- 2 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。



フォームはこちら

〒762-8601
坂出市室町2-3-5
「広報クイズ&アンケート」係 宛

11月10日(金)必着



編集後記

納戸の片隅に防災備蓄品コーナーを作っているわが家。先日久しぶりに備蓄品を確認してみると、水や食料品のほとんどが消費期限切れに！そんなに長い間ほったらかしているつもりはなかったのですが、安くない非常食が…。ローリングストックの大切さを痛感しました。(ゆ)

先日、姉妹都市の米国サウスリート市から訪問団がやってきました。写真を撮るとき何と言おう…と緊張しないように調べると、「Say,Cheese!」と言うのが主流で、撮られる人も「Cheese!」と返すとのこと。使ってみるとその通りでした。世界中の「はい、チーズ」を調べると面白そうです。(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	15日(水)	10:00~15:00	市総務課(☎44・5002)
人権相談	15日(水)	10:00~15:00	坂出合同庁舎3階(☎44・5008)
定例農家相談	7日(火)	9:00~11:00	市農業委員会(☎44・5013)
記帳相談	15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	15日(水)	10:00~16:00	
経営相談	15日(水)	応相談	
労務相談	15日(水)	13:00~15:00	
金融相談	15日(水)	応相談	
法律相談	15日(水)	14:00~16:00	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
創業相談	15日(水)	10:00~16:00	
事業承継相談	15日(水)	10:00~16:00	
年金相談(要予約)	第2(木)	10:00~15:00	市こども課(☎44・5027)
家庭児童・女性相談	毎週(月)~(金)	8:30~17:00	
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	
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	
土地家屋調査士相談(6・9・12・3月実施)	第2(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
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	
交通事故相談*	毎週(水)・(木)・(金)	8:30~17:15	勤労福祉センター内交通相談所(☎46・5511) *第4(木)は閉所します。
交通事故相談(要予約)(弁護士相談日)	第2・4(木)	9:00~12:00	*第4(金) 9:00~15:00はうたづ安全安心ステーションでの出張相談を実施
教育相談	毎週(月)~(金)	9:00~17:00	少年育成センター(☎46・2777)

QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

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」で見てね。

3日(祝) 11:45ごろ
坂出市友愛のつどい
こころの医療センター五色台

5日(日) 12:30ごろ
第40回ふるさとの親子まつり
瀬戸大橋記念公園 芝生広場

19日(日) 11:00ごろ
楽市楽座 JR坂出駅前

市民ホール ☎45・1505

火曜日休館

3日(祝) 坂出市民芸術祭 坂出市吟剣詩舞道友の会

5日(日) 坂出市民芸術祭
ジュニアコンサート・坂出市民音楽会

6日(月) 第43回私の考えを語る会・第38回人権展覧会

市民美術館 ☎45・7110

開館時間 9:00~17:00 入館無料

第34回MOA美術館
坂出市・中讃児童作品展

日時 11月11日(土)、12日(日)
12日(日)は16:00まで

第40回 香川県高等学校
総合文化祭展覧会写真展

日時 11月15日(水)~19日(日)
初日は13:00開館、最終日は15:30まで

17日(金) 第25回坂出市社会福祉大会

19日(日) 坂出市民芸術祭 坂出三曲協会

22日(水) こども音楽ひろば

23日(祝) ケロポンズのファミリーコンサート

防災はじめての一步

vol.137



☎市危機管理課(☎44・5023)

避難時に役立つ「マイ癒しグッズ」

避難生活は平常時とは異なる生活となるため、ストレスを感じることがあります。心を守るための「マイ癒しグッズ」を備えておきませんか。

○甘いもの

エネルギー補給になるだけでなく、心身のリラックス効果があります。「日持ちする」「溶けにくい」「崩れにくい」をポイントに、自分の好きなお菓子を選んでみましょう。

○好きな人やものの写真

避難時には気持ちの余裕がないかもしれません。そんなとき、家族やペット、好きな場所の写真を見ることで気持ちが落ち着くこともあります。

○香りグッズ

香りには、気持ちを穏やかにさせたり、明るくさせてくれたりする効果があります。大勢の人がいる避難所では、香水やお香は使用できませんが、アロマオイルを1滴ハンカチに垂らしたり、好きな香りのハンドクリームを塗ったりして香りを楽しんでみるといいでしょう。

人によって癒しグッズは異なります。日常生活の中でリラックスできるものやリフレッシュする方法を思い出ししながら、ぜひ防災グッズに取り入れてみてはいかがでしょうか。



さかいで131おとめ隊
古川 美樹(ふくし課)

● 防災ひとくちメモ (FM SUN 76.1MHz) 今月の放送は1日・15日(水)12:07~、19:07~

#さかいで DAYS

応募はこちらのフォームから
関 市秘書広報課(☎44・5000)



坂出市内の風景やおすすめの場所、日常の一コマなどすてきな写真を紹介します。



(左) @大屋富町
父に撮り方を教えてもらい
ながら、初めて撮りました。
(坂出商業高校2年
木村 さくらさん)

(右) @香風園での観月会
月夜とイルミネーションに
包まれて、奏でる音楽を楽し
む一枚。(つーパパさん)

