

June

≡ 広報

# さかいで

No.1286

2014  
(平成26年)

# 5



May



April

新名所 きょうせん バラの共艶 ……2P

ずっとあなたと ずっと家族で

ずっと坂出に ……3P

第5次坂出市行財政改革大綱 ……4P

第23回さかいで鹽まつり ……9P

<http://www.city.sakaide.lg.jp/>

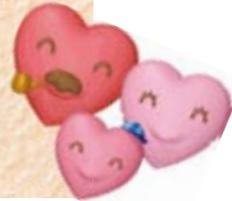
NEW

### 新婚世帯への家賃補助

市内の民間賃貸住宅に居住する新婚世帯に対し、月額1万円以内を最長24月分補助します。

- 期 間 平成26年4月1日から平成29年3月31日の3年間(限定)
- 主な条件 婚姻日が平成26年1月1日から平成29年3月31日までの間で、婚姻日時点での夫婦の満年齢の合計が80歳以下のかた

■詳しくは、市政課(☎44・5001)へ



NEW

### 子どもの医療費助成の拡充

これまで、子どもの入院にかかる診療は中学校修了まで、通院にかかる診療は就学前まで医療費の助成をしていましたが、平成26年8月1日より下記のとおり拡充します。(・詳細は9ページ)

	(変更前)	→	平成26年8月より (変更後)
通 院	0歳～6歳 (小学校就学前まで)		0歳～15歳 (中学校修了まで)
入 院	0歳～15歳 (中学校修了まで)		変更なし

■詳しくは、市けんこう課(☎44・5006)へ

### 休日保育

保護者が仕事などで日曜・祝日にご家庭でお子さんの保育ができない場合に、保育所においてお子さんをお預かりします。

- 対 象 市内の認可保育所に通っている1歳以上のお子さん
- 実施場所 西部保育所
- 定 員 おおむね10人
- 実 施 日 日曜日および祝日 ※12月29日から1月3日を除く
- 実施時間 午前8時30分～午後5時
- 利 用 料 1日につき2,000円(4時間以内は1,000円)  
同一世帯から同時に2人以上利用した場合、2人目以降半額

※ご利用には事前の登録が必要です。

■詳しくは、市こども課(☎44・5027)へ

## がんばれ 子育て世代!

ずっとあなたと  
ずっと家族で  
ずっと坂出に

坂出市では、平成26年度より結婚・子育てを控えたかたがたに、新たに2つの制度がスタートします。



このたび、人工土地屋上広場と番の州公園で2つのバラ園が同日オープンします！  
番の州公園では、34種類のツルバラが70メートルの竹垣に一齐に咲き誇るとともに、今回初の開園となる人工土地屋上広場のローズガーデンでは、最新の品種や女性向きの品種など、70種類のバラが開花します。

### 坂出の中心部が花の力で魅力ある空間に変身



- 場 所 人工土地ローズガーデン(坂出市人工土地屋上広場)
- 開園期間 5月10日(土)～6月1日(日)
- 開園時間 午前9時～午後6時

(居住地内にあるため、近隣のご迷惑になる行為はご遠慮ください)

入園無料



人工土地ローズガーデンクラブ  
代表 石塚 良子 さん



バラを植えようと思ったのは、人工土地の屋上で子どもたちが不法投棄されたゴミの中で遊んでいる光景を目の当たりにしたことがきっかけでした。その空間を花の力で少しでも明るくできないかとの思いで、最初に2本のバラを植えたことから始まりました。

■問い合わせは、  
市観光協会(☎45・1122)へ

### 34種類のツルバラが延長70メートルに咲き誇る罨は匠巻

- 場 所 番の州公園
- 開園期間 5月10日(土)～24日(土)
- 開園時間 午前8時30分～午後6時

入園無料



坂出緩衝緑地管理事務所  
所長 田辺 剛久 さん



おかげさまで当園もツルバラを植栽して4年目を迎え、坂出の春の風物詩として定着してきました。今回、同日に2つのバラ園を開園することで、より多くの方にお越しいただき、坂出でお食事や買物などをゆっくりとお楽しみいただければと思います。

■問い合わせは、坂出緩衝緑地管理事務所  
(☎45・6820)へ

## 新名所

# バラの共き艶えん

人工土地屋上広場  
番の州公園

平成27年4月採用

# 坂出市立病院の医療職員を募集します

市立病院では、基本理念である「市民が安心して暮らせ、心の支えとなる病院に」を合言葉に、「患者や家族そして住民と共感できる医療」を目指しています。秋の新築開院に向け、チームワークを大切に、誠心誠意医療に尽くすことができるかたのご応募をお待ちしています。



## 【募集要項の配布】

ハローワーク坂出(坂出公共職業安定所)、市役所および市立病院にて配布しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。

## 【試験日】

第1次試験 6月29日(日)  
第2次試験 第1次試験合格者のみに後日通知

## 【申込】

5月15日(木)から6月10日(火)まで郵送のみで受け付けます。  
(6月10日の消印有効)

■申し込み・問い合わせは、  
市職員課 〒762-8601坂出市市町2-3-5  
(☎44・5003)へ

	職種	採用人員	受験資格
A	薬剤師	1名程度	受験する職種の資格免許を有する者または平成27年に実施される国家試験に合格する見込みの者で、昭和60年4月2日以後に生まれた者
B	臨床検査技師	1名程度	
C	臨床検査技師(細胞検査士)	1名程度	
D	助産師	5名程度	
E	看護師	30名程度	

※職種Cについては、臨床検査技師と細胞検査士の資格(取得見込みを含む)がともに必要となります。

## 今年度75歳になられるかたへ

誕生日から後期高齢者医療制度に加入するって聞いたけど、手続きや保険料はどうなるの? そんなみなさんの疑問にお答えします。



### 疑問 1 保険証はいつもらえるの?

誕生日の前月中旬にご自宅へ送付します。

誕生日以降に医療機関で受診するときは、後期高齢者医療制度の被保険者証を提示してください。

### 疑問 2 自己負担は変わるの?

1割または3割です。

同一世帯の後期高齢者医療制度加入者の所得額により判定します。(被保険者証に記載しています。)

### 疑問 3 保険料はどうやって納付するの?

納付書または口座振替で納めてください。

誕生日の翌々月中旬(ただし、4月加入のかたは7月)に納付書(通知書)をお送りしますので、市税務課窓口または金融機関でお支払いください。口座振替による納付を希望される場合は手続きが必要です。

なお、要件を満たすかたは加入後、一定期間が経過すると保険料納付の方法が自動的に年金天引きに切り替わります。切り替わった後も、口座振替による納付を希望される場合は、お申し出ください。  
※保険料は誕生日より月割で算定します。

#### <けんこう課よりお知らせ>

4月号の広報とあわせて配布した「こくほだより」の内容の一部誤りがありましたので、お詫び申し上げますとともに、下記のとおり訂正いたします。

16P 表中の給与所得の場合の計算式(2カ所)	(正)給与収入一給与所得控除
(誤)給与所得一給与所得控除	(正)給与収入一給与所得控除
16P (2)後期高齢者医療制度への移行にともなう負担軽減措置	(正)引き続き
(誤)引き続き5年間	(正)引き続き

■詳しくは、香川県後期高齢者医療広域連合(☎087・811・1866) または市けんこう課(☎44・5006)へ

## 第4次坂出市行財政改革大綱

経費の削減や職員数の抑制といった「量」的な改革が中心



## 第5次坂出市行財政改革大綱 (平成26年度~30年度)

「量」的な改革を継続しつつ、「質」の向上を図る

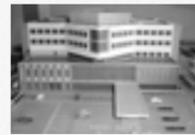
改革に取り組み3つの視点

### 1 市民共働・サービスの視点

「市民本位」・「市民参加」・「市民対話」の理念のもと市民との共働や市民参加を促進し、市民の求めるサービスを追求するとともに、「質」の高いサービスの提供を目指します。



### 2 経営の視点



施策や事務事業の見直しを行い、限られた経営資源を市民ニーズや社会経済環境に合わせ、効率的・効果的に最適配分し持続可能な行政経営を推進していきます。

### 3 健全財政の視点



「最少の経費で最大の効果」を基本理念に、積極的な自主財源の確保と歳出の見直しに取り組み、持続可能な財政基盤の確立に努めます。

目標

## 市民共働によるスリムで 持続可能な行政経営によるまちづくり

詳しくは、市政策課  
(☎44・5001)へ

内容はどうやって決まったの?  
昨年5月より庁内の委員会で検討した内容について、市民の代表で組織される行財政問題懇談会でご審議いただいたのち、パブリックコメントを実施し、議会への説明を経て決まりました。

「行財政改革大綱」って?  
行政として取り組むべき必要な改革事項の指針を中長期的にまとめたものです。今後5年間、この第5次坂出市行財政改革大綱をもとに、毎年の具体的な取り組みについて計画を作り、その進捗状況をホームページ等で公表していきます。

まるのワンポイント講座



多様化する市民ニーズに対応し、きめ細かな行政サービスを提供するため、平成21年に策定した第4次坂出市行財政改革大綱の見直しを行い、今後5年間の行財政改革の指針となる第5次坂出市行財政改革大綱を策定しました。

# 行政を 経営 する

第5次坂出市行財政改革大綱を策定

# 緑のカーテンで節電に挑戦!



## ゴーヤの苗を配布します!

地球温暖化防止活動の一環として、夏場に懸念される電力不足に備えて節電を心掛け、ご家庭などで緑のカーテンを作りましょう。

**日時** 5月9日(金)午前9時～  
**会場** 市本庁舎中庭、各出張所  
**配布数** 370セット(1セット3本)  
 先着順

詳しくは、市環境交通課  
 (☎44・5009)へ



## 平成26年度かがわ緑のカーテンコンテスト

誰でも手軽に取り組める地球温暖化対策として、省エネ・節電に加えて、見た目も涼しげな緑のカーテンに挑戦してみませんか。

**対象** 今年、県内の家庭・事務所および学校等において、「緑のカーテン」を設置された個人・団体  
**部門** 家庭部門、事業所部門、学校・保育所・公共施設部門  
**応募方法** 市環境交通課に必要書類をメールまたは郵送等で提出  
**参加申込期間** 5月1日(木)～7月31日(木)必着  
**実施報告期間** 8月1日(金)～9月19日(金)必着  
**表彰** 各部門の優秀作品を表彰  
**参加賞** 20人に図書カード(500円)  
**講習会** 5月9日(金)午後2時～市水道局3階大会議室にて  
 (県へ事前申し込みが必要)  
 ※詳細は県ホームページでご確認ください。

詳しくは、県環境政策課  
 (☎087・832・3209)へ

## 住宅の耐震診断および耐震改修に補助します

算数や数学のちよつと面白い問題に挑戦して、君もオリンピック選手になろう!



地震による住宅の倒壊等を防ぎ、災害に強いまちづくりを促進するため、住宅の耐震診断および耐震改修に要する費用の一部を補助します。

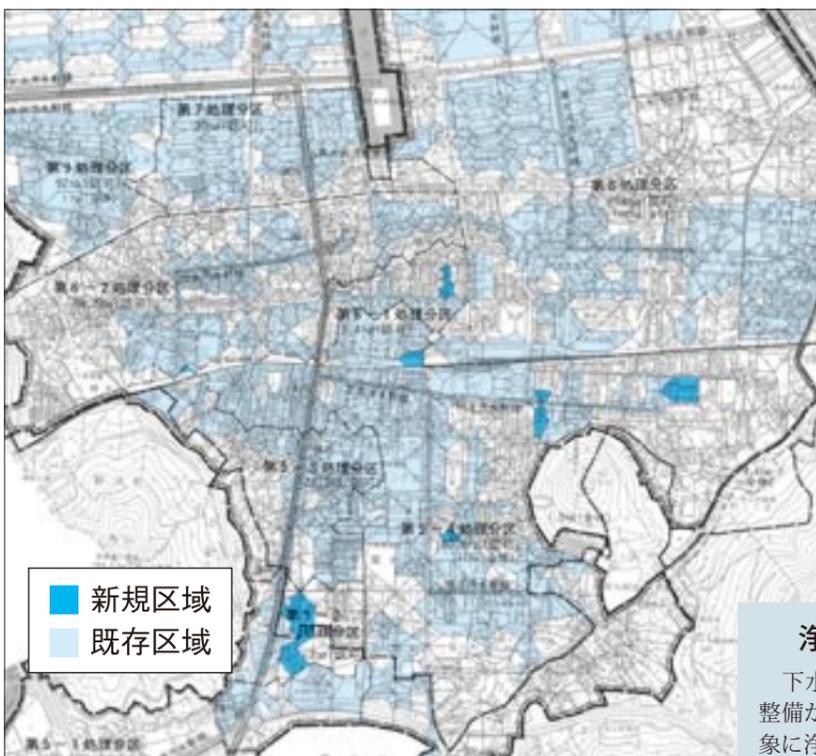
**対象建物** 市内に存在する昭和56年5月31日以前に着工した住宅(旧耐震基準で建設)で、過去にこの補助金を受けていない建築物  
**対象者** 対象となる住宅の所有者で、市税を滞納していないかた  
**補助金額**  
 ・耐震診断 要した費用の9/10以内 (上限額9万円)  
 ・耐震改修 要した費用の1/2以内 (上限額90万円)  
 詳しくは、市建設課  
 (☎44・5011)へ

## 緊急輸送道路沿線の建築物の耐震診断および耐震改修に補助します

地震での建築物の倒壊による緊急輸送道路の閉塞を防ぎ、避難や救援救急活動、緊急物資の輸送等を確保するため、緊急輸送道路沿いの建築物の耐震診断および耐震改修に要する費用の一部を補助します。  
 ※緊急輸送道路は、市ホームページにてご確認ください。

詳しくは、市建設課  
 (☎44・5011)へ

## 下水道処理区域が拡大しました



市では、汚水(し尿と生活排水)と雨水を別々の下水道管で処理する分流式の下水道整備を進めています。今年度も新たに4.99ヘクタールの汚水整備区域が使用可能になりました。これらの地域では、下水道法に基づき5月1日から処理を開始します。これにより、本市の事業認可区域678ヘクタールのうち302.05ヘクタールの汚水整備が完了しました。

なお、今回処理開始の対象となる個々の土地所有者など関係のかたがたには、別途通知書でご連絡します。

### 下水道処理開始区域

谷町一・二丁目、福江町一丁目、笠指町、元町一・四丁目、花町、白金町一丁目のそれぞれ一部区域

### 浄化槽設置整備事業補助金

下水道事業認可区域内において、下水道の整備が相当な期間見込めない地域のかたを対象に浄化槽設置の補助金を交付します。

詳しくは、市環境交通課(☎44・5009)へ

詳しくは、市都市整備課(☎44・5017)へ

## 水道料金・下水道使用料の消費税率変更について

4月1日より消費税および地方消費税の税率が改正されたことから、水道料金および下水道使用料の消費税率についても5%から8%に変わります。  
 市民のみなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。  
 なお、改正消費税法の経過措置に伴い、消費税率が8%となる時期については左記のとおりです。

## 6月1日は人権擁護委員の日

人権擁護委員の活動を広くみなさんに知っていただくため、人権擁護委員法が施行された6月1日を入権擁護委員の日と定め、より一層の人権啓発に努めています。  
 人権の問題や近隣とのトラブルなど、困っていることはありませんか。相談は無料で、人権擁護委員が適切なアドバイスを行います。相談内容等の秘密は固く守られますのでご相談ください。

○四国一斉12時間電話相談  
**日時** 6月2日(月)  
 午前9時～午後9時  
 ☎0120・459・737

○特設人権相談所開設(毎月15日前後)  
**日時** 5月15日(木)  
 6月2日(月)  
 午前10時～午後3時  
**会場** 坂出合同庁舎3階第1会議室

○全国共通人権相談ダイヤル  
 平日の午前8時30分～午後5時15分  
 ☎0570・003・110

○専用電話相談(常設)  
 平日の午前8時30分～午後5時15分  
 ☎0120・007・110

・子どもの人権110番(通話無料)  
 ☎0120・007・110  
 ・女性の人権ホットライン  
 ☎0570・070・810

詳しくは、市人権課  
 (☎44・5008)へ

## 第49回さかいで大橋まつり ポスターデザイン募集!

今年も、さかいで大橋まつりを8月1日(金)・2日(土)・3日(日)・9日(土)に開催します。そこで、まつりをPRするポスターデザインを公募します。坂出の魅力を感じられる楽しいイメージの作品をご応募ください。お待ちしております。

**締切日** 5月30日(金)必着  
**優秀賞** 1点賞金5万円  
**提出先** 坂出まつり協賛会事務局  
(市産業課にぎわい室内)



公募により採用されたデザインを使用した昨年のポスター。

※応募方法の詳細については、市ホームページをご覧ください。左記までお問い合わせください。

■詳しくは、坂出まつり協賛会事務局  
(市産業課にぎわい室内)  
(☎44・5015)へ

## 第23回さかいで鹽まつり

今年も坂出の礎を築いた久米通賢翁の功績をたたえ、本市の歴史や文化を体感できる楽しい催しが盛りだくさん。

### 主な内容

塩のすべり台、塩業パネル展、奉納塩づくり、久米流砲術隊、B級グルメ、ダンスショー、ゆるキャラ運動会など  
**日時** 5月18日(日)午前10時～午後4時  
**場所** 瀬戸大橋記念公園

まるもタンクショーと、ゆるキャラ運動会に  
出場するておじゃる!



■詳しくは、坂出青年会議所  
(☎46・8068)へ

## 8月からの子ども医療 費助成拡充

現在、小学生・中学生については入院医療費についてのみ助成を行っていますが、平成26年8月1日から、通院医療費についても助成を行います。現在「子ども医療費受給資格者証(緑または青色)」をお持ちでないかたは、医療費助成を受けるための資格取得の申請が必要です。申請日以降の医療費が助成の対象となりますので、お早めに申請手続きを行ってください。(申請日より前の診療分は助成できません)

## 「コミュニティ助成で 備品を整備

(財)自治総合センターの「宝くじの助成金」を受けて、さかいでまるの着ぐるみを制作しました。今後、キャラクターによる街の活性化にご期待ください。



## 軽自動車税の減免範囲を拡大

身体などに障がいがあるかたで、一定の要件を満たすかたに対する軽自動車税の減免について、平成26年度から家族などが障がいの者と同乗して運転する場合の減免の対象となる用途の範囲を拡大します。

詳しい要件は、事前にお問い合わせください。

なお、減免申請の期間は納付書が届いてから5月26日までとなっております。申請の期間を過ぎますと今年度の減免が受けられませんのでご注意ください。

■詳しくは、市税務課  
(☎44・5004)へ

## 香川大学サテライト

〜みんなで楽しむ音楽会〜  
どきどきコンサート

このたび、香川大学では「ふりむけばシヨパンのしらべ」「サウンドオブミュージック」などの美しい音色とともに、「動物の謝肉祭」の演奏では、市内の生徒たちが描いた絵や詩が登場する楽しさあふれるコンサートを開催します。

なお、入場料は無料ですので気軽にお越しください。  
**日時** 5月18日(日)  
午後1時30分～3時  
(開場午後1時)

### 場所

坂出市民ホール  
・小学生以下のかたは保護者同伴でお越しください。  
・満席の場合は入場をお断りする場合があります。

■詳しくは、香川大学学術室研究協力グループ(☎087・832・1311)または市政課(☎44・5001)へ

## 水道メーターの一斉取替

水道メーターの一斉取替えを行います。対象者には事前にはがきで通知しますのでご確認ください。

**対象地区** 御供所町・常盤町・八幡町・本町・室町・久米町・入船町・富士見町・青葉町・駒止町・谷町・沙弥島・林田町・加茂町・府中町・川津町・神谷町・高屋町・大屋富町・番の州町の各町の一部

**期間** 5月7日(水)～26日(月)  
**費用** 無料  
**取替業者** 市内指定給水装置工事業者  
■詳しくは、水道局監理課  
(☎46・4300)へ

## 農業委員会委員選挙の周知会

農業委員会委員選挙は、6月29日(日)に告示され、7月6日(日)に投票が行われます。

この選挙に立候補されるかたを対象に、立候補届や選挙運動についての周知会を次のとおり行います。  
**日時** 5月20日(火)午前10時～  
**会場** 市教育会館2階大会議室  
(坂出市久米町一丁目18番20号)

■詳しくは、市選挙管理委員会  
(☎44・5020)へ

## 市の融資制度のご案内

融資名および対象者	限度額
<b>◆中小企業融資</b> ・小口融資 ①市内に住所または主たる事業所を有し②同一事業を引き続き6ヵ月以上営む中小企業者③市県民税が賦課されている者④市税の完納者	運転資金 500万円 設備資金 700万円 利率(年) 2.0%
<b>◆小売商業近代化資金融資</b> ①市内に住所および店舗を有し②同一事業を引き続き2年以上営んでおり③市税の完納者	500万円～800万円 利率(年) 2.0%
(注) 利率については、平成26年4月1日現在のものです。保証協会の対象事業であること。平成25年度から利子補給制度が施行されており、また、完済後、保証料相当の奨励金があります。 ■申込み・問合せは、坂出商工会議所(☎46・2701)へ	

## 坂出市障がい者福祉計画 および第4期障がい福祉 計画策定協議会委員を募 集します

障がい福祉施策に関する計画の策定にあたり、市民のみなさんからご意見をいただくため、委員を募集します。

**募集人員** 2人以内  
**委嘱期間** 委嘱の日から計画の策定(平成27年2月頃)まで  
(平成27年2月頃)まで

**応募資格**  
 ・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  
 ・本市の市議会議員または職員でないかた  
 ・年4回程度、平日に開催す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、「本市の障がい福祉についての意見」をテーマとする400～800字程度の作文とともに市ふくし課に郵送、FAX、電子メールまたは持参してください。

**応募締切日** 5月30日(金)  
当日消印有効

**選考方法** 書類選考(1名は当事者等を優先する場合があります)。  
※結果は本人あてに通知します。

■詳しくは、市ふくし課  
(☎44・5007 ㉠45・7270)  
☐fukusi@city.sakaidc.jp)へ

## 瀬戸大橋通行料金改定に伴う割引について

平成26年4月1日の瀬戸大橋通行料金改定に伴い、料金割引の内容が変更になっています。

ETCをご利用のかたは、平日料金と休日料金が異なります。また、通勤割引に代わり、平日朝夕割引(普通車・軽自動車等)を導入し、ご利用回数による割引を行うこととなりました。

この割引の適用には、ETCマイレージサービスへの事前登録が必要です。インターネットもしくは登録申込書によりご登録いただけます。

※なお、昼間、夜間および深夜の各種割引は廃止となりました。

■詳しくは、本四高速(株)お客さま窓口  
(☎078・2611・1036)へ  
<http://www.jb-honshi.co.jp/>



# くらしの情報



## スポーツ

**みんなでスポーツさかいで  
カローリング教室 参加者募集**

「みんなでスポーツさかい」事務局(☎45・6670)  
平成27年3月までの毎週月曜日  
午前9時～正午(祝日除く)  
市民武道場  
料 市民武道場  
「みんなでスポーツさかい」の入会費として大人2,000円、小学生以下1,000円必要。

## 城山ハイキング/ナイトハイク

「みんなでスポーツさかい」事務局(☎45・6670)  
●城山クリーンハイキング  
時 6月1日(日)午前9時～正午  
場 城山山頂集合  
料 無料 申 5月28日(水)申込締切

## みなと歩き春編

坂出市観光案内所(☎45・1122)  
時 5月31日(土)午後1時～3時  
場 坂出港観光船乗り場集合(入船町)  
定 30人程度 料 無料  
申 5月30日(金)申込締切

## 夏休み海外派遣参加者募集

(公財)国際青少年研修協会(☎03・6417・9721)  
時 7月25日(金)～8月17日(日)※  
場 6月2日(月)および9日(月)申込締切※  
※事業により異なります。  
他 5月24日(土)午後1時30分～、アルファあなびきホール(高松市)にて無料説明会を開催。

## キャッチザ自然〜綾川河口〜

坂出市観光協会(☎45・1122)  
時 6月8日(日)午後1時～4時  
場 綾川河口  
定 40人 料 300円(当日徴収)  
申 5月20日(火)申込締切

## 催し・イベント



**第27回狭岑島万葉茶会**  
市文化振興課(☎44・5036)  
時 5月11日(日)午前10時～午後3時  
場 万葉会館  
内 お茶席(煎茶)・オカリナ演奏  
料 300円

## ほたるよ!こい!ナイトハイク

時 6月7日(土)午後7時～  
場 川津小学校(送迎バスあり(有料))  
料 500円(会員は300円)  
申 5月30日(金)申込締切

## 角山運動公園温水プール休館

角山運動公園温水プール(☎49・4770)  
水の総入れ替えおよび、機械・設備点検等のため、休館します。  
時 5月12日(月)～17日(土)

## 2014綾川クリーンリバーカーニวัลリング

市カヌー研修センター(☎48・1885)  
時 5月25日(日)午前9時～  
場 綾川中・下流域  
定 30人 料 1,000円(保険料含む)  
申 5月4日(祝)～18日(日)

## 坂出市身体障がい者団体連合会 福祉・スポーツ大会 参加者募集

坂出市社会福祉協議会(☎46・5078)  
時 5月10日(土)午前9時30分～  
場 東部小学校体育館  
対 市内在住で身体障がい者手帳をお持ちのかたおよび付き添いのかた  
申 5月7日(水)申込締切

## 募集

国際理解講座「英国流アフタヌーンティー」  
坂出市国際交流協会事務局(☎44・5000)  
時 6月6日(金)午後1時30分～

## 第38回さかいで楽市楽座 五月市

坂出商工会議所青年部(☎46・2701)  
時 5月18日(日)午前9時～午後4時  
場 瀬戸大橋記念公園  
※五月市は、さかいで塩まつり会場にて「楽市村」として開催します。来場の際はご注意ください。

## 第2回健康講演会〜健康を求めて〜

NPO法人健康を考える(と)い(☎45・8441)  
時 5月17日(土)午後0時20分～  
場 市民ホール  
内 講演「世界遺産旅行「癌を知る」  
料 1,500円(前売り券1,000円)

## 文学講座

坂出市文化協会多田羅(☎46・5357)  
時 5月4日(祝)・6月15日(日)午後1時～  
場 大橋記念図書館

## 第7回ワンだふるマナーDAY

坂出緩衝緑地管理事務所(☎45・6820)  
時 5月11日(日)午前10時30分～午後3時(雨天中止)  
場 番の州公園運動広場  
内 愛犬とゲームしつけ方教室・工作教室等

## 第33回津島寿一杯囲碁まつり

同実行委員会事務局(☎45・5158)  
時 5月25日(日)午前9時～(雨天決行)  
場 坂出市元町・本町商店街  
内 ①大会 ②プロ棋士による指導基  
③初心者無料教室

## 遍路道ウォーク(白峯寺～根香寺)

時 5月10日(土)午前8時50分～  
料 2,000円(昼食代含む)

## さかいで里山めぐり 笠山編

時 5月17日(土)午前9時50分～  
料 500円(軽食含む)

## さかいで三島物語 ～与島・小与島編～

時 5月24日(土)午前8時45分～  
料 2,000円(昼食代含む)

## さかいで三島物語 ～檀石島・若黒島編～

時 6月7日(土)午前8時45分～  
料 2,000円(昼食代含む)

# まちあるき

各20人限定(申込先着順)  
坂出市観光案内所集合

申込先 坂出市観光協会(☎45・1122)

## 五色台の森で遊ぼう!

「みんなでスポーツさかい」事務局(☎45・6670)  
時 5月17日(土)午前9時30分～  
場 五色台ビクターセンタークラフトハウス(送迎バスあり(有料))  
内 食器・箸づくり、流しそつめん等  
料 1,000円(食材費含む)  
申 5月12日(月)申込締切

## 五色台自然楽校 竹を使っておもちゃづくりにチャレンジ

休暇村讃岐五色台(☎47・0231)  
時 5月18日(日)午前8時50分～午後3時

## その他

①、②とも各大人2,000円、中学生以下1,000円(昼食代含む)  
※ただし、①大会参加者は②が無料

## 憲法週間記念 無料法律相談

香川県弁護士会事務局(☎087・822・3693)  
時 ①5月9日(金)午前9時30分～午後3時30分  
②5月8日(木)午前9時30分～午後3時(受付時間)  
場 ①高松家庭・簡易裁判所(高松市)  
②高松地方裁判所丸亀支部(丸亀市)  
内 弁護士による法律相談(30分程度)

## 危険物取扱者試験(第1回)

市消防本部(☎46・0983)  
時 6月21日(土) 乙種第4類  
6月22日(日)  
場 甲種・乙種第4類以外・丙種  
申 香川大学工学部(高松市)  
場 4月30日(水)～5月13日(火)までに、一般財団法人消防試験研究センター・香川県支部へ。

## 善意の贈り物

府中幼稚園へ  
教材(7万円相当) 府中幼稚園PTA

## 今月の納税

# 税

納期限は、6月2日(月)です。  
市税等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)でも納められます。

### 固定資産税※

1期

### 軽自動車税※

区域	大池、小山、川津	その他	石黒島、檀石島、小与島	王越	林田、高屋、神谷、大屋、青海	西庄、加茂府中
1～5日	小林水道 46-5977	多田羅水道 46-3053	鈴木設備商会 46-2021	大信総業 46-1530	長尾環境設備 46-3863	キトロ工業所 42・0126
6～10日	中山住設 46-4427	藤沢住設 46-2192	高倉工業所 46-3057	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	長尾環境設備 46・3863
11～15日	山田管工業 46-1894	ナニワヤ 46-5656	森崎工業 46-1371	十河電機水道 47-0328	昇栄水道 48-0358	長尾環境設備 46-3863
16～20日	小林水道 46-5977	田中水道 46-2807	中條電機水道 46-4261	ナカトミ 47-0729	高橋産業 46-4984	長尾環境設備 48-2860
21～25日	中山住設 46-4427	中川設備機器 46-2901	旭電機水道 46-2898	大信総業 46-1530	長尾環境設備 46-3863	長尾環境設備 46・3863
26～月末	山田管工業 46-1894	山田水道 46-3794	松岡水道 46-4602	光産業 46-5096	藤堂設備 48-2860	長尾環境設備 46・3863

## 5月の水道当番店

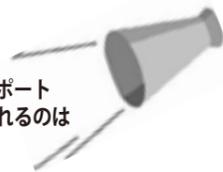
その他=元、本、寿、白金、御供所、宮下、八幡、常盤、築港、中央、坂出、新浜、池園、花、青葉、文京、富士見、瀬屋、沙弥、番の州、沖ノ浜、西大浜北・南

# 相談あれこれ

相談名	とき	ところ
行政相談	21日(水) 10:00~15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	15日(木) 10:00~15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
男女共同参画相談	1日(木) 9:00~12:00	
定例農家相談	12日(月) 9:00~11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
記帳指導相談	21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。 (事前予約者優先)
商工業者IT相談(要予約)	10:00~16:00	
労務相談	13:00~15:00	
金融相談	10:00~15:00	
商工業者法律相談	13:00~16:00	
年金相談	第3(火) 10:00~15:00	市役所東館2階 (☎087・811・6020)
夜間市税納付相談	30日(金) 17:00~18:30	市税務課 (☎44・5004)
家庭児童・女性相談	毎週(月)~(金) 8:30~17:00	市こども課 (☎44・5027)
アルコール相談	第1(火) 13:30~15:30	
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)
視覚障がい者支援相談	第2(火) 9:30~11:30 (3・6・9・12月実施)	
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) 金花保育園内 (☎46・8747)
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) 9:30~15:00	
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	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	
成年後見制度相談	第2・4(金) 13:00~15:00	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(火)・(木)・(土) 8:30~17:00	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(土)(要予約) 9:00~12:00	
教育相談	毎週(月)~(金) 8:30~17:00	少年育成センター (☎46・2777)
就職相談(40歳未満対象)	第3(水)(要予約) 10:00~16:00	教育会館1階 (☎58・1080)

## 学園だより

今月レポート  
してくれるのは



東部中学校  
野球部  
3年 山田 翔流 さん

今年の東部中学校野球部の目標は「一戦必勝」です。一戦一戦に全力で相手にぶつかっていくことが勝利につながると信じています。だから、総体に向けて、日々の練習を大切に、試合に臨みます。少ない人数ですが、団結すれば大きな力となることを見せたいと思います。また、4月には新入部員を迎え、上級生は下級生の手本になりたいです。そして、地域のかたがたにも率先してあいさつするなど、礼儀を大切に、周囲の人々が自然に応援したくなるようなチームをめざしがんばります。

## minnana hiroba

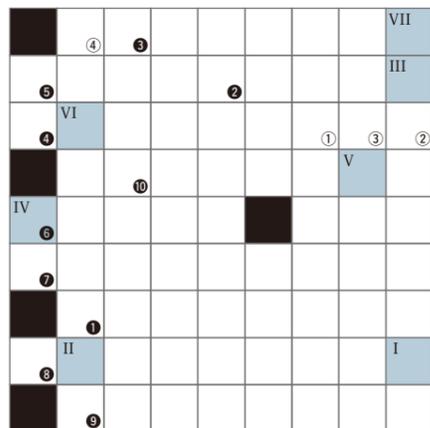
みんなの広場

### 世界をのぞき見! クロスワードパズル

~ドイツのエコロジカルな暮らし~

ドイツでは、豊かな①自然、清浄な空気や②水は③質の高い④生活の基本と考え、④エネルギー対策、自然保護、安心安全な⑤食、②ごみ対策等様々な取り組みが行われています。例えば、食料品店でトレーやパック詰めされたものは少なく必要な分だけ包んでもらい、その③包装材や④容器は⑥製造業者に処理責任があります。DSD(デュアルシステムドイツ)という制度で、製造業者は⑦ライセンス料を支払い、そのマークが付いた容器の回収や⑧リサイクルを委託します。その⑨結果、ごみのリサイクル⑩率が上昇し、ゴミが減ったそうです。

※下線を英単語に直して、下の表に記入しましょう。●は30、○は31に並べます。



問 1~VIIの文字を並べるとなんという言葉になるかな?  
応募の宛先 9ページの広報クイズ宛先と同じ  
応募締切 5月20日(火)必着



市内でバラが鑑賞できる  
スポットが2カ所に。  
番の州公園と  
もう1カ所はどこでしょう?



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 5月9日(金)必着

正解者の中から抽選で3名様に、市内共通商品券(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 さかいでまる(27人のご応募をいただきました。)

### 好きなうどんの種類

- 1 ぶっかけ (33人)  
讃岐うどんのコシを味わうならこれ!
- 2 かけ (31人)  
老若男女に愛されるうどんの定番。
- 3 釜揚げ (29人)  
茹でたての麺を楽しめるうどん。  
薬味によって何通りもの味を楽しめるのがGOOD!



### 坂出といえばコレ!

- 1 瀬戸大橋 (19人)
- 2 ところてん (9人)
- 3 おむすび山・五色台 (各5人)



他にも こんな意見が!	塩 教科書に坂出の地名が紹介されていたとか。	番の州工業地帯 坂出の玄関口の印象的な光景!	東山魁夷 せとうち美術館 リピーター多数。
----------------	---------------------------	---------------------------	-----------------------------

※4月5・6日に行われた讃岐うどんつるつるツアーウォーク参加者へのアンケート結果(回答者数103人)より。



## 坂出市

県外から多くのかたが参加する「讃岐うどんつるつるツアーウォーク」。今回は参加者にアンケートを実施しました。



## 人権だより

人権学習支援事業をご活用ください

人権について『学びたい・知りたい』ときに、人権課が学習支援をいたします。学習テーマや形態など、ご希望にあわせて対応しますので、各種団体、市民グループや企業の研修会など、ぜひご活用ください。

### 学習形態

- ① 講演型学習  
講話を中心とした学習形態です。
- ② ビデオ・DVD視聴型学習  
テーマ毎のビデオ・DVDを視聴して学習する形態です。視聴する際に必要な教材(プロジェクターなど)も無料で貸し出します。
- ③ 意見交換型学習(参加体験型学習)  
講師や進行役を中心に、参加者のさまざまな考えや価値観等を話し合う形態です。
- ④ 現地研修型学習  
人権に関わりのある施設や場所に行き、説明を聞きながら学習する形態です。見て歩くことで正しい理解や認識を深めます。

詳しくは、市人権課(☎44・5008)へ



## 瀬戸大橋

坂出商業高校 3年 吉本 浩基さん

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。来月は坂出第一高校！

# PHOTO

☎45・6677

## 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(水)
- 12日(月)
- 19日(月)
- 26日(月)
- 30日(金)

Recommend  
中学生から一般向け



香川の歴史ものがたり 新版  
香川県中学校社会科研究会 著

子どもたち、それも中学生が手に取りやすく、読み物としても楽しめる「香川の通史」。

学校図書館支援員  
(川津・林田小)  
尾崎 真理さん



Recommend  
一般向け



機械式時計大全  
本間 誠二 監修

機械式時計の歴史や種類、内部構造などを詳細に解説する決定版。プロの視点から時計の選び方やメンテナンスのポイントも紹介する。

Recommend  
一般向け



民藝の教科書 手仕事いろいろ  
久野 恵一 監修

ガラス・金工・紙…身近な日用品の素材や作り立ち。諸工芸の基礎知識。「炎」の仕事、「草木」の仕事、「水」の仕事。いまの民藝を探しに行こう。産地を訪ねて、諸工芸を知る。

## 防災 歩

津波浸水区域の外へ避難を！

坂出市の津波避難の考え方は、浸水区域外に避難することを基本にしています。

新聞報道によると、東日本大震災によって発生した火災のうち、津波による火災が全体の4割を占め、津波避難ビルに指定されている3階以上の建物でも被害が報告されました。また、津波避難ビルに避難者が集中することによる二次災害の発生や、長期間の孤立も指摘されています。

香川県が発表した被害想定によると、南海トラフ巨大地震による坂出市への津波到達時間は、地震発生から2時間以上の時間的余裕があることから、さまざまな危険性がある浸水区域内に留まるのではなく、地震後直ちに避難を開始し、浸水区域外まで避難してください。その時、もしも想定を超える被害が起きた場合に、命を守るために次の場所へ避難するということを考えておくことも大切です。

早期避難のためには、地震の揺れで負傷しないように事前に建物の耐震化・家具の固定等を行うこと(自助)、そして、避難に時間がかかるかたへの支援体制を地域全体で考えること(共助)等が重要です。

### 問合せ先

- ・耐震診断や改修工事の補助制度について 市建設課(☎46・5011)
- ・地域で取り組む支援体制について 市職員課危機監理室(☎44・5023)

防災ひとくちメモ 今月の放送は14・28日(水)pm0:07～、7:07～(FM SUN 76.1Mhz)

国民年金には、保険料の納付が経済的に困難なため、に保険料の免除(または猶予)や学生納付特例の制度があります。しかし、それらの制度を利用した後にその期間の保険料を納めないままにしておく、保険料を納付した場合に比べて年金額が低額となります。そこで、国民年金では10年以内であれば保険料を後から納めることができます。これを「追納」といい、追納することにより年金額を増やすことができます。

ただし、追納する場合は、経過期間に応じて一定額が保険料に加算されますので、できるだけ早めに追納しましょう。

知っておきたい

## 国民年金

### 国民年金保険料の追納

平成26年度の追納額(一例)	全額免除を受けた年度/追納月額
H16年度(H16・4～H17・3)	13,300円(うち加算額1,450円)
H21年度(H21・4～H22・3)	14,660円(うち加算額4,100円)
H24年度(H24・4～H25・3)	14,980円(加算額なし)

※保険料の追納には納付書が必要で、左記の年金事務所までご連絡ください。  
※追納は、原則古い期間から納付することとされています。

問合せ先  
高松西年金事務所 国民年金課  
(☎087・8222・2841)

### 図書館で遊ぼう！

3日(祝)	英語読み聞かせ	11:00～
／	映画の会	14:00～
6日(火)	図書館まつり	10:00～
／	本のリサイクル市	10:00～
9日(金)	天体観望会	19:00～
10日(土)	イギリスによる英語読本よみかき	10:30～
／	紙芝居の会	14:00～
14日(水)	わらべうたであそぼう	10:30～
17・24日(出)	紙芝居の会	11:00～
20日(火)	ゆりかごおはなし会	10:30～
毎週(火)・(土)	ばそこん寺子屋	9:00～
毎週(日)	にほんご@坂出	14:00～
13日(火)	ブックスタート	13:30～

(場所:地域保健センター)

今月の展示 ユニセフパネル展、「坂出の小学生おすすめの本」第2弾

### なかよしブックン

とき	地区
火	13日 松山
	20日 島しょ部
水	14日 瀬居
	21日 林田
	28日 東部小
木	1日 川津
	8日 金山・江尻
	15日 府中
	22日 坂出小
	29日 加茂
金	2日 東部
	9日 附属
	16日 西庄
	23日 府中

### 図書館通信

### 図書館友の会主催

#### 「第5回図書館まつり」開催

今年は5月6日(火)に開催します。紙芝居、昔遊び、指人形、手作り工作、お茶席、パソコン講座、本のリサイクル市など、親子で楽しめるイベントが目白押しです。さかいでまろも出演！

### 貸出ランキング

(平成25年10月～26年3月)

#### エッセイ(男性作家)

- それがどうした 伊集院 静 著
- 元気 五木 寛之 著
- 人生の教科書 なかにし 礼 著
- とりあえず今日を生き、明日もまた今日を生きよう ないなだ 著
- いのちの理由 さだまさし 著

## Gallery

☎44・5057

市民ギャラリーかもめ 開館時間 7:30～18:30(土・日・祝 8:30～17:00)

香川県・大阪府高校写真部合同写真展  
5月7日(水)まで 最終日は17:00まで

第7回「あかねの会」書道・写真・山野草作品展  
～くらしの中に彩りを！～  
5月10日(出)～15日(水) 最終日は16:00まで

絵手紙サークル「かもめ」展～絵手紙歳時記～  
5月16日(金)～25日(日) 初日は12:00～  
最終日は15:00まで

さつき展示会  
5月31日(土)～6月1日(日) 初日は10:00～  
最終日は16:00まで

## Hall

☎45・1505

市民ホール 火曜休館

日	曜	行事名
11	日	カラオケ喫茶かざぐるま 10周年発表会
17	土	第2回健康講演会～健康を求めて～
18	日	香川大学サテライト 吹奏楽コンサート

☎45・7110

## Art Museum

開館時間 9:00～17:00(入館は16:30まで)月曜休館 市民美術館

～絵画で旅して～

### 岡内義典と仲間たち展

～谷本重義・藏本利彦・中村英亮・前田襄・松尾由美～  
会期 5月11日(日)まで (5日(祝)は開館、7日(水)は休館)  
入館料 無料

### 関連行事

- 5月3日(祝) 10:00～ 産直市・フリーマーケット  
13:30～ ギャラリーコンサート
- 5月6日(火) 10:00～ 産直市・フリーマーケット  
／ 抜井さんのバルーンアート

### 坂商百周年回顧展

大正から現代までの写真や授業で使用した用具などを展示。  
会期 5月16日(金)～25日(日) (月曜休館)最終日は15:30まで  
入館料 無料

### トールペイント作品展

会期 5月29日(水)～6月1日(日) 最終日は15:00まで  
入館料 無料 (体験教室も開催)

# 子育てのお悩み相談室

Q

授乳の間隔があいても大丈夫？ (3ヵ月児のママ)



A

授乳間隔があくと、「飲まなくなったけど大丈夫かな?」「体重はちゃんと増えているのかな?」と心配になるママも多いと思います。

生まれたばかりの赤ちゃんは、胃が小さく、1回に飲める授乳量が少ないため、1日に8回、多い時には10回以上に分けて飲んでいきます。そのため、授乳間隔も短くなります。しかし、月齢が大きくなるにつれて、赤ちゃんの胃は大きくなり、飲み方も上手になります。そうすると、1回に飲める授乳量が増えるため、授乳回数が減り授乳間隔も段々とあいてくるようになります。

しかし、1回の授乳で飲める量や飲むペースは赤ちゃんによって個人差があるため、月齢が大きくなって授乳間隔が短い赤ちゃんもいます。

1回だけの授乳量や授乳間隔にこだわらず、赤ちゃんが元気かどうか様子を見るようにしましょう。また、体重を確認することも大切です。市の子育てサークルでは、体重測定、保健師・管理栄養士の相談をしていますので、授乳間隔があいて心配なママは、一度、相談にお越しください。(市けんこう課)



- ・手足をよく動かす
- ・おしっこやうんちがしっかり出ている
- ・肌に張りがあり、皮膚の色も良い
- ・体重が発育曲線に沿って増えている

## 母子保健行事

場所：地域保健センター ☎45・7437

対象

3~4ヵ月児健康診査	13日(火) 13:15~14:45	平成26年1月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	15日(木) 13:15~14:45	平成24年11月生まれ
2歳児相談	8日(木) 9:30~11:00	平成24年5月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	15日(木) 9:30~11:00	平成23年10・11月生まれ
3歳児健康診査	22日(木) 13:15~14:45	平成22年10月生まれ
離乳食講習	30日(金) 13:00~15:00	生後4~5ヵ月
※場所:四国ガス ビボット坂出		
子育てサークル	27日(火) 13:30~15:00	生後3ヵ月~1歳
パバママ学級(要予約)	18日(日) 10:00~11:30 13:30~15:30	妊婦のかたと家族
かもめ教室(要予約)	27日(火) 9:30~11:30	子育てに不安のあるかた
もくもく書いスクール(要予約)	23日(金) 10:00~11:30	生後6ヵ月~1歳未満

## 相談・献血

市けんこう課 ☎44・5006

場所

栄養相談 要予約	19日(月) 13:30~16:30	地域保健センター
こころの健康相談 要予約	20日(火) 14:00~17:00	地域保健センター
こども相談 要予約	16日(金) 9:00~11:00 13:30~15:30	地域保健センター
☝ 育児に不安をお持ちのかた		
ことばの相談 要予約	8日(木) 13:30~15:30	地域保健センター
☝ 言葉の遅れや発音が気になるかた		
献血	5日(祝) 9:00~12:00 25日(日) 9:00~12:00 13:00~15:00 31日(土) 9:00~14:00	総社神社境内 東部小学校 " 西部つどいの家

## 健康教室

市けんこう課(☎44・5006)/地域包括支援センター(☎44・5091)/市立病院(☎46・5131)

	内容	講師	とき	ところ	問合先
講話	糖尿病シリーズ① ~うどん県~実は糖尿病県だった?! ~ミュージック・ヒーリング~音楽でココロいきいき、カラダはつらつ~思い出語り	医師 土田 眞 音楽療法士 野方 國枝	8日(木) 14:00~15:30 9日(金) 14:00~15:30	市民ふれあい会館 "	市けんこう課 地域包括支援センター
	思い出語り	思い出語りの会ボランティア	22日(木) 14:00~15:30	"	"
	座談会 認知症家族会「ほほえみの会」		27日(火) 14:00~15:00	市役所東館 2F	"
	知っておきたい乳がんの「あれこれ」	外科医長 橋本 希	13日(火) 14:00~15:00	市立病院2F 講堂	市立病院
	糖尿病教室「ご飯の栄養は体のどこに効くか」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	14日(水) 14:00~15:00	"	"
実技	放射線検査を安心して受けるために	診療放射線技師 大西 健太郎	28日(水) 14:00~15:00	"	"
	Let's 運動~筋トレ編~	運動指導士 太田 幸世	20日(火) 9:30~11:00	市民ふれあい会館	市けんこう課
	音楽に合わせて体操教室 (バランコ)	運動指導士 尾島 文子	14日(水) 9:30~11:00	"	地域包括支援センター
	椅子に座って体操教室	運動指導士 池田 陽子	15日(木) 9:30~11:00	"	"
	椅子に座って体操教室	運動指導士 森 明美	15日(木) 14:00~15:30	"	"
	ヨガで心も体もリラックス	ヨガ講師 片山 鈴子	23日(金) 9:30~11:00	"	"
	男性はつらつ教室	運動指導士 久保 みどり	21日(水) 9:30~11:00	勤労福祉センター	"

平成26年4月から

## 不妊治療への助成制度が変わりました

主な変更点

- ① 助成対象者に年齢制限が設けられました。
- ② 助成期間に制限がなくなりました。
- ③ 通算助成回数が変更されました。

問合先 市けんこう課 (☎44・5006)

	平成26年4月から	これまで
年齢制限	43歳未満(治療開始日時点)	← なし
助成期間(通算)	制限なし	← 5年
助成回数(通算)	40歳未満 6回まで 40~43歳未満 3回まで※	← 制限なし
1回あたり助成限度額	5万円または10万円	← 10万円

※平成26~27年度は、平成25年度の申請者および40歳以上の新規申請者には、経過措置があります。

## 休日当番院

自動音声案内(☎45・0199)

3日(祝)	赤沢病院 府中町(☎48・3200) 内・小 高橋内科医院 文京町(☎46・3315) 内 井上胃腸科肛門科クリニック 宇多津町(☎49・1700) 外
4日(祝)	鶴野医院 宇多津町(☎49・0431) 内 西山脳神経外科病院 加茂町(☎48・3366) 内・外
5日(祝)	回生病院 室町(☎46・1011) 内・小・外
6日(火)	福家内科クリニック 加茂町(☎48・0331) 内 林内科呼吸器科医院 白金町(☎46・5302) 内 くわはら医院 宇多津町(☎49・3200) 外
11日(日)	回生病院 室町(☎46・1011) 内・小・外
18日(日)	坂出市立病院 文京町(☎46・5131) 内・小・外
25日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195) 内・小・外

健康

One

ポイント

## 春のカツオはかつお節で

「目に青葉 山ほととぎす 初がつお」(山口素堂)の初カツオは、季節のはりりとしての珍しさから、そそっかしい江戸っ子に好まれたといわれます。しかし、脂がのった本当に美味しいカツオは秋の「戻りカツオ」でしょうか。

春に捕れるカツオにはまだ脂が少なく、そのため古来よりかつお節が作られました。下処理したカツオを、煮て炉で乾かす工程を何回も繰り返す、その後、天日干しとカビつけを繰り返して作られる、日本特産の発酵食品です。

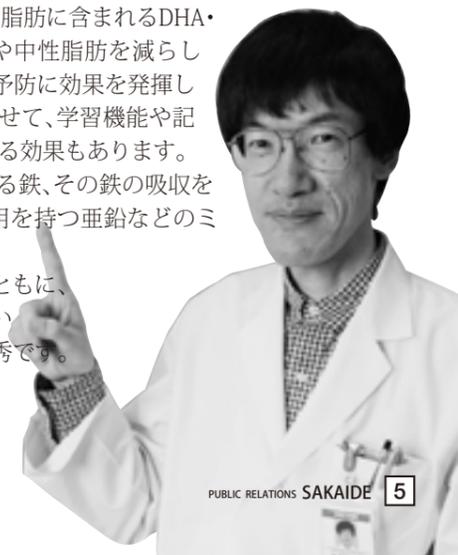
かつお節の旨みのもとにはイノシン酸で、主な成分はたんぱく質です。そのたんぱく質から発酵の過程で生成されるオリゴペプチドが豊富に含まれ、これが高血圧を予防し、血圧の安定に強力に働きます。まさに自然の降圧剤です。

さらにかつお節には、青背魚の脂肪に含まれるDHA・EPAも豊富で、コレステロールや中性脂肪を減らして、血液をサラサラにし、メタボ予防に効果を発揮します。また、脳の機能を活性化させて、学習機能や記憶力を高めたり、認知症を予防する効果もあります。

加えて、貧血を予防・改善させる鉄、その鉄の吸収を助ける銅、味覚を正常に保つ作用を持つ亜鉛などのミネラル類も豊富に含まれます。

グルタミン酸を有する昆布とともに、日本料理のだしとして欠かせないかつお節は健康食品としても優秀です。

市立病院糖尿病内科部長  
大工原 裕之 先生



まる通信

NEWS 1

ダンス初披露

5月は塩まつりで  
まると遊ぼう!

5月18日開催のさかいで塩まつりにさかいでまろが出演!

「ゆるキャラ大運動会」

さかいでまろたちと一緒に競技をしよう!  
(小学校低学年対象・当日受付)

NEWS 2

まろの名刺ができました



裏面には、まろの誕生日や口ぐせ、好きな食べ物などのプロフィールが書かれているよ。まろに会って、手に入れよう!

Information  
~まろのスケジュール帳~

5/6(火) AM10:00頃  
図書館まつり  
@大橋記念図書館

5/10(土) AM9:30頃  
親子体づくり  
@瀬戸大橋記念公園

5/18(日)  
AM10:00~PM4:00頃  
さかいで塩まつり  
@瀬戸大橋記念公園

まろも出演する

KBN広報番組  
「おしえて!市長さん」  
5月スタート

5月1日(木)午後7時~(15分間)



4/12  
トコトコさかいで  
角山で  
春登山を楽しむ

坂出市観光協会が主催するまちあるき「トコトコさかいで」に里山あるきが加わりました。初回は、初心者でも登りやすい「角山」。参加者は、春の植物を観察しながら登山を楽しんだ後、野草の天ぷらを食し、目もおなかも大満足の1日となりました。次回登るのは「笠山」!まだまだお申込み受付中です。(10ページ参照)



道端の石碑等にも注目!!

久米通賢翁の汐見場や角山に温泉があったことを示す石碑、またタヌキの石像も!?

障がい者就労支援事業による就職決定者・雇用企業を招いた激励会が市役所で行われ、就職が決まった6人に市長から励ましの言葉が贈られました。

3/19  
障がい者就労支援  
就職決定者激励会



満開の桜がお出迎え



桜が満開の見頃を迎えたこの日、第12回目となる讃岐うどんつるつるツーデーウォークが行われました。約920人の参加者は、車で通り過ぎるだけでは気づけない坂出ならではの魅力を楽しんでいました。

4/5.6



投稿写真  
募集中!

アイドル(平成24年11月~平成25年1月生)・ペット・キャラ弁・自慢の逸品のお写真を募集しています。

記入事項:住所・氏名(ペットの名前)・連絡先・コメント(24文字以内)  
※メールでも投稿していただけます。his yokouhou@city.sakaide.lg.jp  
■詳しくは、市秘書広報課(☎44・5000)へ。

さかいでまろ

坂出市PR戦略係長に就任

4/1



【PR戦略係長】

会う人みんなに坂出のファンになってもらうための活動をする。

AM10:05

同期職員と初顔合わせ



一緒に坂出を盛り上げよう

AM11:20

みなさんにごあいさつ



AM10:40

循環バスで初公務に出発

こんな便利な乗り物があるのにおじゃるな。



ドキドキ

まろの名前覚えてね

見かけたら声をかけてね

まろと市長のちょっといい話  
<まろの絵日記より>

860年の時を越えた  
出会い



平成25年3月24日  
今日は不思議な一日で  
おじゃった。  
月があまりに美しかったので  
家の外に出て眺めていたら、心地  
よい澄んだ音が聞こえてきた。音  
に導かれるまま歩いていくと:  
いつの間にか周りにはこれまで見  
たこともない景色に。みな衣菜  
もまろとは全く違うし、何が起  
こったのか分からず泣いていた  
ところ、なじみ深い衣装を着たお  
かたがまろを見つけて声をかけ  
てくれた。そのかたはなんと86  
0年後の坂出市の市長さんで、今  
日はここで「瀬戸内国際芸術祭サ  
ンカイトコンサート」という催し  
が行われていたそう。  
今日のお礼に、この世界で自分  
にできることをしたい。そう心に  
決めた1日でおじゃった。

5/10 START



人工土地屋上広場

# ローズガーデン

70種類

番の州公園

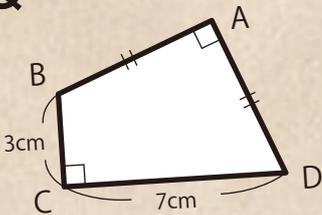
# ツルバラ

34種類

算数・数学オリンピックの問題に挑戦

7P参照

Q この図形の面積を求めよう



過去の出題問題より  
(答えは2ページ)

PUBLIC RELATION

# SAKAIDE



坂出市

検索

## DATA

4月1日現在 ( )内は前月比

人口 53,715人 (-108)  
男 25,611人 (-36)  
女 28,104人 (-72)  
世帯 21,394世帯 (20)

(3月)  
出生 29人 (4)  
死亡 65人 (-5)  
転入 328人 (223)  
転出 400人 (288)  
交通事故 54件 (死者0人)  
救急 321件  
火災 5件

※平成22年の国勢調査を基本に、  
毎月の住民移動から推計した人口・世帯数です。

市制施行 昭和17年(1942)  
市の面積 92.46km<sup>2</sup>  
市の木 珊瑚樹  
市の花・草花 桜・コスモス

市内高校写真部作品

6p

抽選で市内共通商品券広報クイズ

ランキングでみる坂出市

9p

算数・数学オリンピック

7p

「？」が「！」に変わる瞬間

ゴーヤの苗を配布します

6p

緑のカーテンで節電に挑戦!

市立病院職員募集

5p

看護師30名募集ほか

子ども医療費助成拡充

3p

8月から、通院も15歳(中学校修了)まで

新婚世帯に家賃補助

月額1万円以内、最長24月分補助