

April

≡ 広報

さかいで

No.1296

2015
(平成27年)

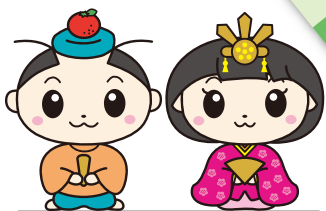
3

Maro Film

March



February



さかいでまろの1年 …………… 2~3P
春の火災予防運動・市役所一部開庁 … 4P
県議会・市議会選挙投票日 …………… 5P
<http://www.city.sakaide.lg.jp/>

Maro Film



～ さかいでまるテーマソング (歌詞) ～

Let's まろフレンズ!

今は昔 ゆめみた さぬきの国司
 おむすび山でいつも遊んでいた
 いつの日も変わらない ふるさと みんなの笑顔
 さかいでまる みんなの友達
 さかいでまる いにしえマロン(ロマンやろ!)
 さかいでまる 金時大好き
 さかいでまる この町大好き

※間奏中 語り(いにしえのロ・マンのまち さかいで)

坂出の三金時 イモ みかん にんじん だ〜〜いすき!!
 キラキラひかる海 おいしいお魚 だ〜〜いすき!!
 坂出にうまれて サイコー〜!!

瀬戸大橋のある うどん県の玄関
 いいとこいっぱいある みんなきまいよ
 いつの日も 思い出は 未来への架け橋
 さかいでまる うどんもうてるよ
 さかいでまる いにしえロマン
 さかいでまる ダンスも大好き
 さかいでまる この町大好き

振付DVD / 歌(カラオケ付き)CD
市産業課にぎわい室(☎44・5015)で

貸出中

坂出市PR戦略係長

さかいでまるの1年

12/21 さかいでまる
ハッピーバースデー
in 楽市楽座

まろは12月4日8時生まれ
いにしえでおじやる

子供のファンからのお祝いメッセージ

坂出一高の生徒が作った特製ケーキ

4/1 坂出市PR戦略係長の辞令交付

(市長室)

4/22 里山まつり

骨付じゅうじゅうとのツーショット
(丸亀市 飯野登山口)

5/18 さかいで塩まつり

まろダンス!
(瀬戸大橋記念公園)

まろからのお礼

みんな、ごきげんいかがなの?
 まろがPR戦略係長になって、もうすぐ1年になるでおじやる。
 これまで100カ所以上の学校や施設、地域のお祭りなどに参加してたくさんテレビに出たり、ダンスや歌を披露してたのしい思い出ばかりでおじやる。また、瀬戸内海を渡って遠くへお仕事に行き、ふっかちゃんなどの先輩キャラや、たくさんのひとたちと出会ってますますやる気がわいたでおじやる。
 みんなには、暑い日も寒い日も、まろをいつもあたたかく迎えてくれて、本当にありがとうございます。
 まろはまだしばらく平成の御代にとどまり、『古のロマンのまちさかいで』の宣伝をがんばるので、ひきつづきよろしくでおじやる。

まろ

8/18 坂出市循環バス3万人達成

(駅北口)

2014年度の 広報誌の表紙を 飾ったまろたち 切り取って遊んでね!	9月号	5月号
	1月号	6月号
	2月号	7月号
	3月号	8月号
	10月号	
	11月号	
	12月号	

12/13 空港リムジンバス運行1周年記念イベント

高松市出身の女優 木内晶子さんの横で超ドキドキ
(入船町 海の幸ふれあい市場)

11/27 坂出市特産品トップセールス

地元スーパーでも子どもたちに大人気!
(東京都・宮城県)

11/3 全国ゆるキャラグランプリ2014

全国から1,699体が出場するなか、
初出場で564位はスゴイ!

10/18・19 ご当地キャラ博in彦根

全国ゆるキャラグランプリ2014準優勝の
埼玉県深谷市のふっかちゃんとのツーショット
(滋賀県彦根市)

「その一票 香川の未来をあなたが決める」

4月に統一地方選挙が行われます

選挙	香川県議会議員選挙	坂出市議会議員選挙	
投票日 投票時間	4月12日(日) 午前7時～午後8時 (瀬居町、沙弥島、与島町、岩黒、櫃石の投票所は午前6時～午後7時)	4月26日(日) 午前7時～午後8時 (瀬居町、沙弥島、与島町、岩黒、櫃石の投票所は午前6時～午後7時)	
投票の できるかた	平成7年4月13日までに生まれたかたで、平成27年1月2日以前に住居基本台帳に登録され、引き続き坂出市に住所を有しているかた。 また、平成27年1月3日以降に県内他市町から転入したかたは、「引き続き香川県内に住所を有する旨の証明書」により前住所地で投票することができます。	平成7年4月27日までに生まれたかたで、平成27年1月18日以前に住居基本台帳に登録され、引き続き坂出市に住所を有しているかた。	
期日 期前 投票	投票日当日に都合が悪いかたは、期日前投票ができます。 場所 坂出市教育会館 坂出市久米町一丁目18番20号 持参物 投票所入場整理券		
	期間 時間	4月4日(土)～11日(土) 午前8時30分～午後8時	期間 時間

平成27年度固定資産税課税台帳の閲覧と縦覧が始まります

●課税台帳の閲覧
閲覧は、納税義務者のかたが所有する土地・建物の平成27年度評価額等を確認するためのものです。

●縦覧できるかた
① 坂出市に固定資産を有する納税義務者
② 納税義務者と同居の親族や納税管理人で、納税通知書、課税明細書を持参したかた
③ 納税義務者の代理権を明らかにできる書類(委任状)を持参したかた

坂出市議会議員選挙の立候補予定者説明会

市議会議員選挙に立候補されるかたへ立候補届出や選挙運動などについての説明会を開催します。立候補を予定しているかた(代理人可)は、ご出席ください。

日時 3月14日(土) 午前10時
場所 坂出市教育会館 2階大会議室

■詳しくは、市選挙管理委員会(☎44・5020)へ

●縦覧帳簿の縦覧
縦覧は、納税者のかたが土地・建物の平成27年度評価額を比較検討するためのものです。

●縦覧できるかた
① 坂出市に固定資産を有する納税者
② 納税義務者と同居の親族や納税管理人で、納税通知書、課税明細書を持参したかた
③ 納税者の代理権を明らかにできる書類(委任状)を持参したかた
期間 4月1日(水)～6月1日(月)
(土・日・祝日を除く。)

●縦覧や縦覧に必要なもの
・本人確認ができる書類(運転免許証、納税通知書など)
※法人の場合は、委任状または法人の代表者印(社印)が必要です。

出張所縦覧日程については、広報さかいで4月号でお知らせします。

■詳しくは、市資産税課(☎44・5033)へ

春の火災予防運動

3月1日から7日まで

もういいかい 火を消すまでは まあだだよ

(平成26年度 全国統一防火標語)

春先は空気も乾燥し火災が起きやすい上に、春一番という強い風が吹き荒れることがしばしばあり、大火になりやすい時季です。火災の多くは「ついウっかり・・・」「このくらいなら・・・」といった不注意や過信から出火、発見の遅れ、初期消火の失敗などが重なり、財産や尊い命が失われてしまいます。一人ひとりが火災予防の意識を高め、火災の発生を防ぎましょう。

平成26年の火災状況

火災件数(43件)

建物火災	22件(51%)
その他の火災	16件(37%)
車両火災	5件(12%)

【出火防止のポイント】

- 寝タバコはしない・させない
- ポイ捨てはしない
- コンロから目を離さない
- 風の強い日に焼却しない

■詳しくは、市消防本部予防課(☎46・0983)へ

市役所を一部開庁します

3月29日(日)、4月5日(日) 午前8時30分～午後5時

年度末、年度始めの市役所窓口の混雑を緩和し、市民サービス向上を図るため、左記の2日間、市役所を一部開庁します。

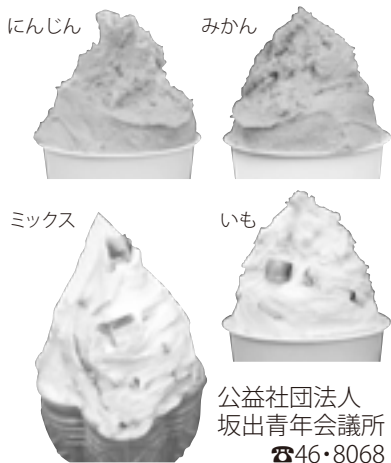
課	日曜開庁時の受付場所	電話番号	開庁日に利用できる業務
市民課	本庁1階①～③番	☎44・5005	住民票・戸籍・印鑑登録証明書などの交付 転入・転出・転居などの住民異動届 出生・婚姻・死亡届などの戸籍届書の受付 ※国や他市町に確認が必要な業務については、対応できない場合があります。
学校教育課	本庁1階③番	☎44・5024	住民異動に伴う転校手続き申請
けんこう課	本庁1階⑤番	☎44・5006	医療費助成申請(子ども・ひとり親・心身障がい者)
税務課	本庁1階⑨～⑪番	☎44・5004	各種証明書等の交付、原動機付自転車の登録・廃車・名義変更、市税の納付、納税相談
資産税課	本庁1階⑧番	☎44・5033	固定資産税に関する証明書等の交付 4月5日は平成27年度固定資産税課税台帳の閲覧・縦覧が可能
こども課	本庁2階	☎44・5027	保育所の入所申し込み 児童手当申請等
かいご課	北館	☎44・5090	住民異動に伴う介護手続き申請
生活課	本庁1階④番	☎44・5035	ごみ収集等の相談、し尿処理申し込み
水道局	水道局1階	☎46・4300	水道の使用開始・廃止、水道料金の支払い



次の商品がさかいでブランドとして認定されました。

金時畑の手作りアイス

坂出の特産品である三金時と塩を原料に、牧場からの搾りたて牛乳で作ったこだわりのアイス。毎月第3日曜日開催の楽市楽座等で販売予定です。



公益社団法人
坂出青年会議所
☎46・8068

MANDERサヌキ(フィナンシエ)

讃岐の小麦粉や和三盆・希少糖、また香川県産の卵を使用した生地をベースに、坂出三金時「金時にんじん」「金時いも」「金時みかん」のペーストを練り込んで作りました。



株式会社 名物かまど
☎46・1215

詳しくは、市産業課(☎44・5012)へ

特別保育事業(休日保育)の実施について

市では、平成27年度も日曜日や祝日に保護者が就労のため児童が保育を必要とする場合の保育需要のために、休日保育事業を実施しています。

実施場所 西部保育所
実施日時 日曜日および祝日の午前8時30分～午後5時
対象児童 市内の保育所に入所し、かつ年度初日において満1歳以上
費用 所定の休日保育料が必要
※年度ごとに事前登録が必要
※様式等は市ホームページよりダウンロード可能

詳しくは、市こども課保育係(☎44・5027)へ

新しい国民健康保険証を送付します

現在、国民健康保険に加入されているかたは、保険証の有効期限が3月31日で切れるため、4月からは新しい保険証との交換が必要です。市では、新しい国民健康保険証(水色)を3月下旬までに被保険者のいる世帯主あてに送付します。

有効期限の切れた国民健康保険証(紫色)は、4月以降のできるだけ早い機会に市市民課または各出張所、坂出駅市民サービスセンターまでお返しください。保険証裏面には臓器提供意思表示

の機会拡充のため、臓器提供意思表示欄を設けています。※新しい保険証は、4月1日からご使用ください。

詳しくは、市市民課(☎44・5005)へ

ナカランダ浜等の将来を一緒に考えませんか

近年、沙弥島ナカランダ浜等の利用者の増加とともに、利用者間のトラブルや器物の損壊、ゴミの不法投棄など多くの問題が発生しています。市教育委員会では今後の適切な利用などについて協議するため、委員として参加していただけるかたを募集します。



募集人員 2人(選考による)
任期 平成27年度から2年間
条件 市内に住所を有するかた
提出いただくもの 応募用紙(市ホームページ等に掲載)
会議 年4回程度を予定
募集期間 3月2日(月)～4月30日(木)

詳しくは、市文化振興課(☎44・5036)へ

軽自動車・原動機付自転車等の諸手続きについて

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。自動車税とは異なり、軽自動車税には月割り制度がありません。年度の途中で廃車や名義変更などをされたときも、1年分の税金が課税されますので、異動手続きは4月1日までに済ませてください。盗難や紛失した車両についても手続きが必要です。手続きをしないと来年度以降も引き続き課税されますので、ご注意ください。

【軽自動車税】

車種	手続き場所等
原動機付自転車(125cc以下)	市税務課管理係 ☎44・5004 持参するもの 標識番号(ナンバープレート)
小型特殊自動車	印鑑(廃車…所有者、名義変更…新旧所有者)
排気量125ccを超えるバイク	香川運輸支局(高松市鬼無町) ☎050・5540・2075
軽自動車(三輪・四輪)	軽自動車検査協会香川主管事務所(高松市国分寺町) ☎050・3816・3122

※軽自動車税は、所有していることに基づいて課税されます。原動機付自転車・小型特殊自動車を取得されたかたは、取得してから15日以内に市税務課に申告し、ナンバープレートの交付を受けてください。公道走行の有無とは関係ありません。

詳しくは、市税務課管理係(☎44・5004)へ

働く女性の家講座受講者募集(前期)

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員(人)
英会話	ブロックスホーム ジュームズスタジオ	4/14～6/23	火	9:30～11:30	20
ハーブ	中山 繁子	4/14～6/23	火	9:30～11:30	20
ZUMBA	藤川 亜紀	4/14～6/23	火	10:00～11:30	50
ちぎり絵	中村千恵子	4/15～7/1	水	9:30～11:30	25
手編み	元谷キミ子	4/15～7/1	水	13:30～15:30	20
カントリークラフト	葉島みどり	4/16～7/2	木	9:30～11:30	20
フラダンス	榎本 静香	4/16～7/2	木	19:00～20:30	20
煎茶と礼法	大塚 律子	4/17～6/19	金	13:00～15:00	20
着装とマナー	中西寿恵美	4/17～6/19	金	18:30～20:30	20
フォークダンス	山田ヒサエ	4/17～6/19	金	19:00～21:00	30

申込 受講料1,300円を添えて、4月7日(火) 午前9時～市勤労福祉センター(☎46・2463)へ ※先着順

※ZUMBA講座(ダンスフィットネス)がはじまります。
日時 4月2日(木) 10時～
持ち物 タオル、飲み物、シューズ、運動のできる服装

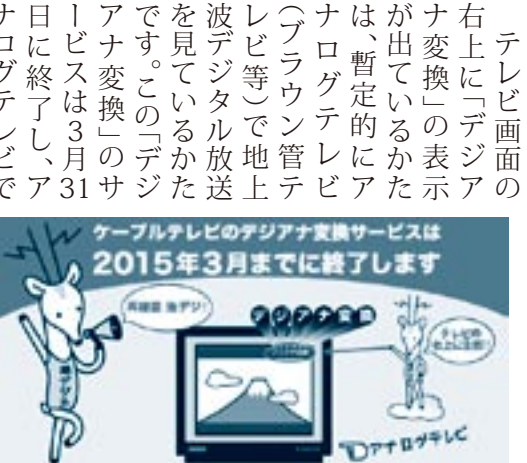


中央公民館市民講座受講者募集(前期)

講座名	講師	期間	曜日	時間	定員(人)
ふるさとの民謡	阿部 桑佑	4/13～6/22	月	13:30～15:30	35
(初級)漢字書道	北條 雅僊	4/14～6/23	火	9:30～11:30	35
音楽で体ほぐしほぐし(リトミック)	北條郁美・古田桂子	4/14～6/23	火	10:00～11:20	15
山野草栽培法(初心者)	大谷徳・三木資之	4/14～6/23	火	13:30～15:30	30
陶芸	塩入美智子	4/15～7/1	水	9:30～11:30	20
男性料理教室	松永美恵子	4/15～7/1	水	18:30～21:00	25
ヨーガ(瞑想)	近井 俊雄	4/15～7/1	水	19:00～20:30	20
水墨画	田村 勇	4/15～7/1	水	19:00～21:00	15
籐工芸	香西美智子	4/16～6/18	木	9:30～11:30	30
女性料理教室	斉藤 恵子	4/17～6/19	金	10:00～12:30	25
げんだい書	真鍋 草香	4/17～6/19	金	13:30～15:30	35

対象者 市民または市内への勤務者
申込 受講料1,300円を添えて、4月6日(月) 午前9時～中央公民館(☎46・2422)へ ※先着順
料理教室は材料代5,700円が必要
その他講座により材料代が必要

「デジアナ変換かも?」テレビ画面の右とを「確認しましょう!」



テレビ画面の右上に「デジアナ変換」の表示が出ているかたは、暫定的にアナログテレビ(フラウン管テレビ等)で地上波デジタル放送を見ているかたです。この「デジアナ変換」のサービスは3月31日に終了し、アナログテレビで地上波デジタル放送をご覧のかたはテレビが見られなくなりますので、ご注意ください。(チューナーをご使用の場合は除く)引き続き、デジタル放送を見るには次の3つの受信方法があります。

- デジタルテレビに買い替える
- ケーブルテレビと契約し、デジタルSTB(セットトップボックス)を設置する
- 地デジチューナーまたは地デジチューナー内蔵の録画機器を購入し、アナログテレビに接続する

詳しくは、総務省地デジコールセンター(☎0570・07・0101)またはHP「総務省デジアナ」で検索

終戦70周年記念行事

「保管紙幣展」を開催

坂出税関支署では、終戦70周年記念行事「保管紙幣展」を下記のとおり開催します。展示期間中は、保管紙幣の展示と返還の申し出を受け付けています。

期間 3月6日(金) 午前10時～午後6時
3月7日(土) 午前10時～午後3時

場所 市民ギャラリー かもめ
展示物 終戦後、外地から引き揚げられたかたが上陸港の税関・海運局に預けた通貨・証券などの一部

詳しくは、坂出税関支署管理課(☎44・9210)へ

瀬戸大橋スカイツアー 参加者募集



開催日 5月16日(土)、17日(日)
23日(土)、24日(日)

場所 与島パーキングエリア集合
内容 北備讃瀬戸大橋の塔頂(海面より175mの高さ)を体験

料金 500円(別途、集合場所までの交通費が必要)

申込 4月14日(火) 締切

詳しくは、本四高速岡山管理センター(☎086・483・1100)またはHP「本四高速」で検索

市長対話事業

を開催しました

市長 サロン

坂出市PTA連絡協議会 青少年育成部会（1月20日）

参加者の主な発言

① 東部中学校・白峰中学校のプールについて
漏水でプールが使用できていないので早期の修繕をお願いしたい。また、市内の小中学校全体で老朽化が進んでいるが、今後はどのように対処していくのか教えてください。



② 通学路の安全確保について
松山小学校の西を走る県道は周辺に公共施設が集まり、加えて、さぬき浜街道の無料化で交通量が増加している。ここを通学路として利用する小中学生の安全対策として、路肩のカラー化や拡幅等を対策願いたい。

③ 府中駅の高架下通路について
府中駅は1日300人が利用するが、そこを繋ぐ高架下は暗くて狭くて危険なので、グレーチング工事や車両の通行規制などはできないか。

市長の主な発言

① プールを楽しみにしていた生徒のみなさんは本当に残念な思いをされたと思います。現在、修繕工事を行っていますので、平成27年度にはプールの授業が再開できると思います。なお、市内小中学校のプールは昭和40年代に建設されたものが多く、今後は対症療法の修繕でなく、大規模な改修を順次実施していきたいと考えています。

② 県道の整備については、昨年夏に地元関係者および警察・県中讃土木事務所などと現地調査を実施し、県に要望の上申を行っており、今後は県において整備を進めていくと伺っています。また、本市としても小学校前の市道の一部について拡幅工事を進めています。

③ グレーチング工事を行うことで車両が走りやすくなり、逆に交通量が増して現状よりも安全確保が難しくなる懸念があります。また、通行規制については地元住民の同意と警察の許可が出れば実現は可能ですが、こみ集積場が近くにあることで、大幅な迂回が必要となることも多くなり、新たな不便を生じることが予想されます。まずは地元で通路のあり方について十分に話し合っていたいただき、意見をまとめた上でJRほか関係機関と協議を進めて欲しいと思います。

出前ミーティング

林田小学校子ども議会（1月26日）

生徒の主な発言

① 坂出をメガソーラーの町に
坂出市は雨が少なく日射量が多いため、太陽光発電に適している。そこで、海岸や休耕田にメガソーラーを設置し、環境に優しいまちとして特色を出しては。

② 林田をもっと宣伝

坂出市のホームページを小学生でも見やすくし、三金時などをもっと取り上げて全国のかたにアピールしてほしい。



市長の主な発言

① 東日本大震災や環境意識の高まりから、太陽光発電などの再生可能エネルギーが注目されています。本市においても香川県で初めて、そして四国でも最大級のメガソーラー発電所がこの林田町に建設され、その後、市内各地にも広がっています。ただ、太陽光発電だけで必要な電力をすべて補うことは難しく、他の再生エネルギーの調整もありませんので、今後も国や電力会社の取り組みに注意しながら考えていきたいと思っています。

② 小学生のみなさんが自分の住むまちの情報をすることは、ふるさとを愛する心を育む上でも大変有意義なことだと思います。ホームページへの提案は、状況をみながらできるだけ使いやすくしていきたいと思っています。三金時のPRについては、坂出市公認キャラクター「さかいでまる」が頭上に金時みかん、両手に金時みかん、金時にんじんを持ち、市外や県外のイベントにも数多く参加して三金時や坂出のPRに一役買っています。

また、「さかいでまる」が登場する際のテーマソングは三金時の歌詞が入っており、一度聞くと耳に残ると評判です。このほか、坂出天狗まつりで提供される天狗うどんの具材にも金時にんじん・金時みかんが入っており、全国から訪れるランナーにも大変好評です。



「さかいでの昔話を探すツアー」 NEW

循環バスで行く
古のロマンのまちさかいには、昔話がたくさんあります。今まで知らなかった場所を巡るNEWコース。お土産に昔話カレンダーをプレゼント！

時間 3月28日(土) 午前8時45分集合 9時出発
場所 坂出市観光案内所集合
定員 20人(先着順)
料金 1,500円



さかいで里山めぐり ~常山編~ 西行法師の道を歩く ~桜編~

時間 3月7日(土)
午前9時45分集合 10時出発
場所 坂出市観光案内所集合
定員 20人(先着順)
料金 1,000円(昼食代含む)

時間 4月2日(木)
午前9時15分集合 9時30分出発
場所 坂出市観光案内所集合
定員 20人(先着順)
料金 2,000円(昼食代含む)



詳しくは、坂出市観光協会(☎45・1122)へ

讃岐国府跡発掘調査報告会を開催



平成27年の讃岐国府跡発掘調査報告会を開催します。
今回の調査場所は、平成25年2月に発表された中心施設が広がる重要地区の調査となっています。
あわせて、国府関連の講演も開催します。

日時 3月1日(日) 午後1時～4時
場所 市民ふれあい会館2階ホール
内容 講演「文字が語る讃岐国府の姿」
馬場 基氏
講演「開法寺と讃岐の古代寺院」
渡部明夫氏

報告 「讃岐国府跡発掘調査成果」
埋蔵文化財センター

定員 180人
参加料 無料

※駐車場がありませんので公共交通機関をご利用ください。

詳しくは、市文化振興課
☎44・50336 ☎46・7140

幼児2人同乗用自転車レンタルサイクルをご利用ください

市では、子育て家庭のサポートのために幼児2人同乗用自転車を出します。保育所等への送迎やお出かけに便利です。ご利用ください。

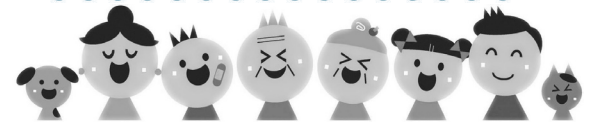
募集期間 3月16日(月)～27日(金)
申込方法 市子ども課備え付けの申請書を提出(認印が必要)
対象者 平成21年4月2日～平成26年4月1日までに生まれた幼児を2人以上養育している、市内に在住し住民登録をしている16歳以上のかた
貸出期間 平成28年3月末日までの1年間
使用料 無料(修繕費用等は自己負担)
貸出台数 21台(応募多数の場合は抽選)



詳しくは、市子ども課保育係
☎44・50227

くらしの 情報

スポーツ



春休み子ども水泳教室 初心者募集
角山運動公園温水プール(☎49・4770)

時 3月25日(水)・27日(金)・28日(土)・29日(日)・30日(月)

場 午前11時～正午(全5日間)

対 角山運動公園温水プール

定 小学生3～6年生の初心者

料 10人(申込先着順) 無料(ただし、プール使用料は必要)

申 3月3日(火) 受付開始

場 陸上教室 走り方の基礎を学ぼう

時 3月14日(土) 午前9時30分～11時30分

場 番の州多目的広場

対 小学生 定 30人(申込先着順)

●手話通訳者養成講座受講者選考試験

時 4月4日(土) 午前10時～(試験日)

場 香川県聴覚障害者福祉センター(高松市)

申 3月20日(金) 申込締切

ガーデンセミナー「クリスマスローズ」

坂出緩衝緑地管理事務所

時 3月15日(日) 午後1時30分～3時45分

場 番の州公園管理事務所

定 20人(申込先着順) 料 5000円

申 住所・氏名・年齢・性別・電話番号・セミナー名・質問事項を記入し、郵便またはFAXにて。3月1日(日)受付開始。

〒7620063 坂出市番の州公園5番地

春の子ども国際理解講座

坂出市国際交流協会(☎44・5000)

時 ①3月25日(水)、②27日(金)、③30日(月) 午前10時～午後1時

場 中央公民館 対 小学生

内 各国料理作り(①インド②イタリア③フィリピン)

定 各20人(応募者多数の場合は抽選)

料 3000円(材料費)

②ハッピーイスター in 坂出

時 4月3日(金) 午後1時30分～3時45分

場 海の家(市役所発着の送迎バスあり)

対 満5歳児～小学生

定 50人(申込先着順) 料 5000円

申 住所・氏名・学年・電話番号を、電話またはメールにて。①世界の料理教室のみ3月10日(火) 申込締切。

☒kokusai@city.sakaide.lg.jp

平成27年度国家公務員採用試験

試験名	受付期間	第1次試験日
総合職試験(院卒者・大卒程度)	インターネット申込 4月1日(水)～8日(水)	5月24日(日)
総合職試験(院卒者・法務区分)	インターネット申込 9月8日(火)～15日(火)	9月27日(日)
総合職試験(大卒程度・教養区分)	インターネット申込 8月5日(水)～19日(水)	9月27日(日)
一般職試験(大卒程度)	インターネット申込 4月9日(水)～20日(月)	6月14日(日)
航空管制官		
法務省専門職員		
国税専門官		
労働基準監督官	インターネット申込 4月1日(水)～13日(月)	6月7日(日)
財務専門官		
皇宮護衛官(大卒程度)		
食品衛生監視員		

試験名	受付期間	第1次試験日
海上保安学校学生(特別)	インターネット申込 4月1日(水)～8日(水) (郵送・持参 4月1日(水)～3日(金))	5月17日(日)
一般職試験(高卒者)	インターネット申込	
一般職試験(社会人)	インターネット申込 6月22日(月)～7月1日(水) (郵送・持参 6月22日(月)～24日(水))	9月6日(日)
税務職員		
刑務官		9月20日(日)
海上保安学校学生	インターネット申込	
皇宮護衛官(高卒程度)	インターネット申込 7月21日(火)～30日(木) (郵送・持参 7月21日(火)～23日(木))	9月27日(日)
入国警備官		
航空保安大学校学生		
海上保安大学校学生	インターネット申込 8月27日(木)～9月7日(月) (郵送・持参 8月27日(木)～31日(月))	10月31日(土) 11月1日(日)
気象大学校学生		

問合せ先 人事院四国事務局 第二課試験係(☎087・831・4765)
http://www.jinji.go.jp/shikoku/

募集 無料
3月3日(火)～10日(火)

予備自衛官補募集
自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

募集 自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

予備自衛官補募集
自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

募集 自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

予備自衛官補募集
自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

予備自衛官補募集
自衛隊丸亀地域事務所(☎23・6420)

放送大学 4月生募集
同大学香川学習センター
(☎087・837・9877)

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

催し・イベント
テレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。(資料請求は無料)
3月20日(金) 申込締切

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

かまぼこ板の絵で全国コンクールに挑戦
市民美術館(☎45・7110)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

現役大学生が語る未来の見つけ方
私のトルコ留学体験談
大橋記念図書館(☎45・6677)

相談あれこれ

相談名	とき	ところ
行政相談	18日(水) 10:00～15:00	市総務課 (☎44・5002)
人権相談	13日(金) 10:00～15:00	坂出合同庁舎3階 (☎44・5008)
男女共同参画相談	5日(木) 9:00～12:00	
定例農家相談	9日(月) 9:00～11:00	市農業委員会 (☎44・5013)
記帳指導相談	18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)(要予約) 10:00～15:00	坂出合同庁舎3階 ※ご予約は、街角の年金相談センター高松 (☎087・811・6020)
家庭児童・女性相談	毎週(月)～(金) 8:30～17:00	市こども課 (☎44・5027)
障がい・療育相談	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	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(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	※勤労福祉センターの開館日に あわせて、相談日の変更あり。
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 ※ご予約は、さぬき若者サポートステーション (☎58・1080)

学園だより

今月レポート
してくれるのは



附属坂出中学校
生花部

部長 2年 香川 紗穂 さん

私たち生花部は、7人で活動しています。部員は少ないですが、活動中は季節の花の美しさを感じながら、和やかな雰囲気の中で練習をしています。流派は草月流で、三野香竹先生のご指導のもと活動しています。花材によっても生け方によっても、全体の雰囲気が違ってくのが楽しさの1つです。練習の成果は、毎年秋に行われる校内文化祭で作品を展示し、全校生や保護者のかたに見ていただいています。これからも7人で頑張ります。

以前、インターネットを通じて友だちになつたかたとチャット通話をしたことがあります。最初は楽しく通話していたのですが、ある日、私の何気ない一言に相手が怒り、ケンカのようなやりとりになってしまいました。幸い、相手の方からあやまってくれて、仲直りはできたのですが、自分の書いた言葉への後悔と相手に言われた言葉に傷ついた悲しみは、今でも心に刻まれています。人が人に向かつて発した言葉が凶器になると知って怖くなり、チャットはしなくなりました。この経験から、私は人を悲しませる言葉は絶対に使わないようにしようと強く思いました。相手が傷つけない言葉を、自分が言った後後悔しない言葉を使いたいです。そして、ひとつでも多く、友だちが喜び、元気になる言葉を使っていきたいです。

言葉の力

みなさんは、言葉に力を感じたことはありませんか。私は何度も感じています。冷たい一言で涙を流すこともあれば、温かい一言で笑顔になることもあります。この前、道徳の時間に「言葉は力である」という資料を読みました。その中で、三浦綾子さんの「一言が命を奪うこともあれば、受けた人の人生を変えれることもある」という一文が心に残りました。私は、人から言われた言葉で死にたいと思ったことはありませんが、学校に行きたくないと思つたことはあります。



瀬居中学校
2年 濱田 悠璃さん



人権だより

minnana hiroba

みんなの広場

世界をのぞき見！クロスワードパズル

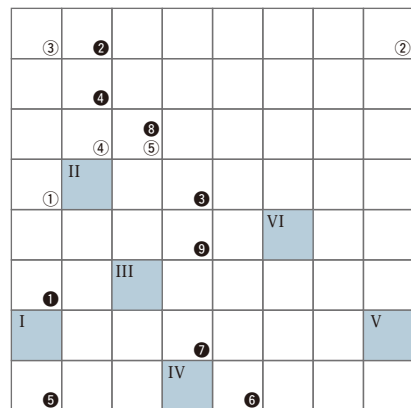
～ 春のイースター ～

イースターはもともと宗教的な①お祭りでしたが、今は②春の訪れや③生命誕生を祝う行事として親しまれています。また、イースターの日には毎年変わります。春分の日、最初の満④月の次の⑤日曜日と決まっています。今年のイースターは4月5日。

イースターには、生命誕生の②象徴である③卵を使った遊びがたくさんあります。カラフルな④紙や⑤布、ペイントで卵を彩り、卵を探すエッグ⑥ハント、⑦ホワイトハウスでも毎年行われるエッグロール等が人気です。その他、⑧ひよこやうさぎのイラスト入り⑨カードを送ったり、レーズンやスパイスを練り込んで焼くホット⑤クロスパンも有名です。

※下線を英単語に直して、下の表に記入しましょう。

●はヨ、○はタに並べます。



問 1～VIの文字を並べるとなるとい言葉になるかな？

応募の宛先 ⑨ページの広報クイズ宛先と同じ
応募締切 3月20日(金)必着



新年度の募集開始！

子育て家庭のサポートのために
貸し出しを行っている自転車は
何人の幼児が
同乗できるでしょう

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 3月10日(火)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 松山天狗(17人のご応募をいただきました。)

優勝回数

- 川津A 12回
- 林田A 5回
- 西部A 4回

CLOSE UP 2位とのタイム差



区間賞受賞者(延べ248人)

地区	個人
1 川津 (58人)	竹内 啓人さん (加茂/12回)
2 加茂 (35人)	竹内 真美さん (加茂/7回)
3 林田 (30人)	川田 春奈さん・白川 友絵さん 蔵本 湧也さん (川津/4回) 中村 裕介さん (中央/4回)

※地区別の区間賞受賞人数は延べ人数。



坂出市

今月は、坂出冬の風物詩として25年間開催された瀬戸大橋駅伝競走大会のこれまでの記録をご紹介します。



呼んだ？

坂出第一高校 3年 大西 彩夏さん

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！

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

- 2日(月)
- 9日(月)
- 16日(月)
- 23日(月)
- 30日(月)
- 31日(火)

防災

はしらの

vol.33

歩

東日本大震災から4年

いまいちど情報収集方法の確認を

3月11日で東日本大震災から4年が経ちます。それ以降も、全国各地で地震・風水害・噴火など多くの自然災害が発生しています。災害時の避難情報等は、サイレン吹鳴装置や広報車により周知していますが、聞き取れなかった場合等は、次に挙げるような方法でご自分でも収集していただくようお願いいたします。

登録不要

テレビ・ラジオ

テレビ 1ch (NHK)・12ch (KBN)
※データ放送でも確認できます。
AMラジオ 1368 KHz・1584 KHz (NHK第1)
FMラジオ 86.0 MHz (NHK-FM)
76.1 MHz (FM-SUN)

坂出市公式ホームページ

警報発表時は、防災情報を随時掲載します。
<http://www.city.sakaide.lg.jp>

坂出市公式ツイッター (@sakaide_city)

随時、防災情報を掲載します。あらかじめフォローしておくとう便利です。
https://twitter.com/sakaide_city

緊急速報メール(エリアメール)

避難情報が発表された場合に、坂出市周辺に居られるかたの携帯電話(対応機種)に避難情報が配信されます。(ドコモ・au・ソフトバンク)

登録要

香川県防災情報メール

登録しておく、気象情報や避難情報がメールが届きます。
<http://info.bousai-kagawa.jp/>

問合せ先 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11・25日(水)pm0:07～、7:07～(FM SUN 76.1Mhz)

日本国内に住所を有する20歳以上、60歳未満のかたは、厚生年金保険や共済組合などの被用者年金に加入しているかたを除き、国民年金に加入しなければなりません。会社などに勤めているときは厚生年金保険等の適用を受けていますが、退職した場合は自分で国民年金加入の手続きが必要です。また、退職されたかたが扶養している配偶者がいる場合、配偶者のかたも加入種別が変わりますので手続きが必要ですが、退職すると、本人・配偶者ともに国民年金の「第1号被保険者」になります。退職日(または被用者年金の資格喪失年月日)がわ

知っておきたい

国民年金

退職されたかたへ 国民年金の手続きをお忘れなく

かる書類、年金手帳、認め印等をお持ちの上、市市民課で手続きを行ってください。なお、保険料の納付が困難なかたには免除制度もあります。失業していることが雇用保険受給資格者証・離職票等により確認できる場合は、特例的に本人の所得の有無にかかわらず保険料免除が認められます。ただし、配偶者や世帯主に所得があるときは保険料免除が認められない場合があります。 問合せ先 市市民課年金係 (☎44・5005) 高松西年金事務所 国民年金課 (☎087・822・284)

Recommend

4歳から一般向け

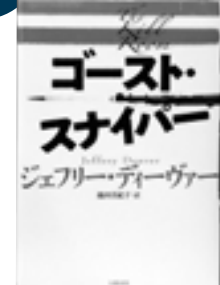


ぼくはきみできみはぼく
モーリス・センダック 絵

「愛」と「友情」について、詩やお話が詰まった一冊。絵本としては勿論、詩集としても楽しめる。子どもの感性を大切にしたいルース・クラウスの文を江國香織が翻訳。

Recommend

一般向け



ゴースト・スナイパー
ジェフリー・ディーヴァー 著

科学捜査の天才オリカン・ライムが米政府の謀略機関が行った非合法の殺人事件を暴く。壮大なスケールで贈る全世界ベストセラーシリーズ最新刊。

Recommend

一般向け



風のベーコンサンド
柴田 よしき 著

東京の編集者生活から心機一転、高原でカフェを開業した菜穂。地元素材で作る彼女の料理は人々の心を温かく溶かしていく。四季折々の恵みと紡ぐ6つの物語。



図書館で遊ぼう！

7日(出)	英語よみかかせ	11:00～
夕	映画の会	14:00～
8日(日)	本のリサイクル八日市	10:00～
10日(火)	ゆりかごおはなし会	10:30～
11日(水)	わらべうたであそぼう	10:30～
14日(土)	紙芝居の会	14:00～
21日(木)	紙芝居の会	11:00～
25日(水)	現役大学生が語る未来のみつけ方 私のトルコ留学体験	14:00～
28日(土)	紙芝居の会	11:00～
毎週(出)	ぼそこん寺子屋	9:00～
毎週(日)	にほんご@坂出	14:00～

3日(火) ブックススタート (場所: 地域保健センター) 13:30～
今月の展示 坂出野草の会のみなさんによる山野草の展示



なかよしブックン

※利用等の詳細はホームページで確認できます。

とき	地区
3日(火)	府中
4日(水)	加茂
5日(木)	川津
6日(金)	東部
10日(火)	松山・王越
11日(水)	瀬居
12日(木)	金山・江尻
13日(金)	附属
17日(火)	島しょ部
18日(水)	林田
19日(木)	府中
20日(金)	西庄
25日(水)	東部小
26日(木)	坂出小

図書館通信

読みメン始めてみませんか？

お父さんの子育て(イクメン)の第一歩を読み聞かせから始める「読みメン」を応援するコーナーがリニューアルしました。絵本や育児書など、おすすめの本を集めています。

貸出

ランキング

(平成26年7月～12月)

海外文学の本

- インフェルノ ダン・ブラウン 著
- 赤毛のアン モンゴメリ 著
- プリンセス・ダイアリー メグ・キャボット 著
- シャドウ・ストーカー ジェフリー・ディーヴァー 著
- じょうずなワニのつかまえ方 ダイアグラムグループ 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)

- 平成26年度 交通安全意識の高揚に関するポスター展 ～3月4日(水) 最終日は12:00まで
- 坂出税関支署「保管紙幣展」 3月6日(金)～7日(土) 初日は10:00～、最終日は15:00まで
- シルバー人材センター「毛筆・手芸作品展」 3月9日(月)～16日(月) 初日は13:00～、最終日は11:00まで
- 木版賀状と春の写真展 3月17日(火)～22日(日) 初日は10:00～、最終日は12:00まで
- 市内高校三校(坂高・坂商・坂一)合同写真展「お気に入りの場所」 3月23日(月)～4月1日(水) 最終日は15:00まで

Hall

☎45・1505

市民ホール 火曜休館

日	曜	行 事 名
1	日	都美弥会 おどりぞめ
7	土	坂出保育園 おゆうぎ会
9	月	大学・短期大学・専門学校進学相談会
14～15	土～日	坂出市民歌謡愛好会の会 チャリティーカラオケ発表会
21	祝	スプリングコンサート
22	日	ピアノ発表会
29	日	シナジー英会話発表会

☎45・7110

Art Museum

開館時間 9:00～17:00(入館は16:30まで) 市民美術館

第29回 現代仏像彫刻展

香川、岡山、鳥取で仏像彫刻に取り組む彫刻愛好家の新作、約130点を展示。写真家 長田 晴雄氏による「讃岐の仏像写真」も特別展示。

会 期 3月3日(火)～22日(日)
入館料 無料



「観音像」目黒 和夫

魔除けのミニ鬼瓦

昨年12月21日に開催した冬のワークショップ「親子でミニ鬼瓦づくり」で制作したミニ鬼瓦が、窯だしを終えて返ってきます。

会 期 3月3日(火)～22日(日)
入館料 無料

おこやみ

1月1日～31日

(ご遺族の申込みにより掲載しています)

子育てのお悩み相談室

Q

赤ちゃんの泣き声を聞くと、イライラして腹が立ちます。そんな自分が嫌で、情けなくて仕方ありません。

A

赤ちゃんの泣き声というのは、たいていの人にとってイライラするものです。人間を含めた脊椎動物にとって、うなり声のような低い低周波の音は「危険」を、泣き声や叫び声などの高周波数の音は「緊急の気遣い」や「警戒」を呼び起こすのだそうです。こうして、他に向けていられていた注意がその個体に引き寄せられるようになっているのです。

赤ちゃんの泣き声が聞こえると、脳の中の警戒システムが作動してしまい、落ち着かなくなったり早く泣き止んでほしいと願ったりするのは、自然な反応なのです。ただ、子育てをしているお母さんは、泣き止んでくれないと、自分への無力感や焦り、子どもへのいら立ちが募って、赤ちゃんが何を求めているかを察知する余裕がなくなり、悪循環に陥ることがあります。そんな時、周囲から温かい目で見てもらえたり、あやすのを手伝ってくれる人がいると大きな救いになるものです。

誰にとっても、赤ちゃんの泣き声は心地よいものではない、そのことを知っておくだけでも少し楽になるかもしれません。自分もかつてはなかなか泣き止まない赤ちゃんだったことを思い出せば、子育て環境が今よりもっとよくなるのではないのでしょうか。(市こども課)



PICK UP

赤ちゃんの泣き声が聞こえたら

- ・警戒したり、イライラするのは自然な反応
- ・子育て中のお母さんたちに温かい目を
- ・手伝ってあげられることがあれば声かけを

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	3日(火) 13:15~14:45	平成26年11月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	19日(木) 13:15~14:45	平成25年9月生まれ
2歳児相談	12日(木) 9:30~11:00	平成25年3月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健康診査	19日(木) 9:30~11:00	平成24年8・9月生まれ
3歳児健康診査	26日(木) 13:15~14:45	平成23年8月生まれ
離乳食講習 ※場所：四国ガス ビボット坂出	10日(火) 13:00~15:00	生後4~5ヵ月
子育てサークル	17日(火) 13:30~15:00	生後3ヵ月~1歳
パパママ学級(要予約)	15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)	17日(火) 9:30~11:30	子育てに不安のあるかた



相談

市けんこう課 ☎44・5006

場所

栄養相談 要予約	16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	12日(木) 14:00~17:00	勤労福祉センター
こども相談 要予約	20日(金) 9:00~11:00 13:30~15:30	地域保健センター
ことばの相談 要予約	12日(木) 13:30~15:30	地域保健センター

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	問合せ先
講話	ミュージック・ヒーリング~音楽でコロロいきいきカラダはつらつ~	音楽療法士 岩永 十紀子	13日(金) 14:00~15:30	市民ふれあい会館	地域包括支援センター
	物忘れ外来からみた坂出市	社会福祉士 殿畑 和子	26日(木) 14:00~15:30	〃	〃
	座談会 認知症家族会「ほほえみの会」		24日(火) 14:00~15:00	市役所東館 2F	〃
	生活習慣病について	腎臓内科医長 西岡 聡	10日(火) 14:00~15:00	市立病院2F 講堂	市立病院
	糖尿病教室「眠りに満足していますか？」	糖尿病内科部長 大工原 裕之	11日(水) 14:00~15:00	〃	〃
実技	「がん」と「化学療法」	がん化学療法認定看護師 大森 親	25日(水) 14:00~15:00	〃	〃
	タオルで元気な身体づくり	運動指導士 太田 幸世	3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(バラコン)	運動指導士 尾島 文子	11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 森 明美	3日(火) 14:00~15:30	〃	〃
	椅子に座って体操教室	運動指導士 池田 陽子	19日(木) 9:30~11:00	〃	〃
	ヨーガで心も体もリラックス	ヨーガ講師 片山 鈴子	27日(金) 9:30~11:00	〃	〃
男性はつらつ教室	運動指導士 久保 みどり	18日(水) 9:30~11:00	勤労福祉センター	〃	

65歳以上のかたへ

高齢者肺炎球菌予防接種は3月31日までに

今年度の対象者が、費用の助成を受けられるのは3月31日までです。

対象者 65・70・75・80・85・90・95・100歳、101歳以上のかた
(平成27年4月1日現在)

※今年度に限り75歳以上のかたで対象者以外のかたも一部助成を受けられます。ただし、今までに高齢者肺炎球菌予防接種を受けられたかたは除きます。

7歳未満のかたへ

麻しん風しん予防接種は3月31日までに

対象者 1期：生後12月~24月
2期：H20.4.2~H21.4.1生まれ

※2期のかたは、4月以降は自己負担となります。

問合せ先 市けんこう課(☎44・5006)

休日当番院



1日(日)	うちだ小児科医院 駒止町(☎46・2622) 小 西山脳神経外科病院 加茂町(☎48・3366) 内・外
8日(日)	回生病院 室町(☎46・1011) 内・小・外
15日(日)	坂出市立病院 寿町(☎46・5131) 内・小・外
21日(祝)	香川成人医学研究所附属診療所ウエルクリニック 横津町(☎45・2312) 内 宇多津浜クリニック 宇多津町(☎56・7007) 内 くわはら医院 宇多津町(☎49・3200) 外
22日(日)	聖マルチン病院 谷町(☎46・5195) 内・小・外
29日(日)	北條クリニック 江尻町(☎46・2201) 内 吉田内科医院 元町(☎44・1020) 内 みのりクリニック 駒止町(☎59・0082) 外

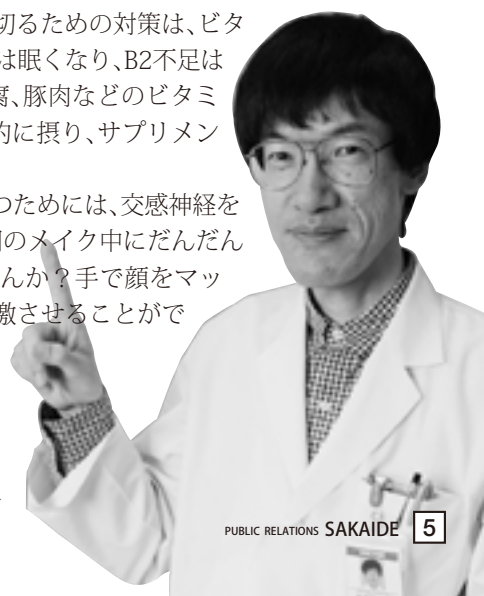
春眠暁を覚えず

春の眠気は自律神経のバランスの乱れと関係があるといわれます。寒い冬は体温の放出を防ぐため、交感神経が体の血管を収縮させますが、暖かくなると副交感神経が体の緊張を緩めます。冬から春への季節の変わり目は、昼と夜、また日々の気温の変動が激しくなって、自律神経がその変化に対応しきれなくなり、バランス調整が上手く働かず、眠気やだるさが起きるようです。また、春に日照時間が長くなると、脳の松果体からメラトニンが活発に分泌されますが、このホルモンは催眠物質として知られます。暖かくなると体の新陳代謝が活発になり、エネルギー代謝が促進され、糖質をエネルギーに変換する時に必要なビタミンB1がたくさん消費されるようになります。ビタミンB1不足により、疲れやすい、だるいなどの症状がみられて、それも春先の眠気に関係するようです。

そこでこの時期を快適に乗り切るための対策は、ビタミンB群を摂ることです。B1不足は眠くなり、B2不足は疲れやすくなるため、納豆や豆腐、豚肉などのビタミンB群を豊富に含む食品を積極的に摂り、サプリメントで補います。

起きているべき時に眠気に勝つためには、交感神経を優位にさせることです。女性で朝のメイク中にだんだん目が覚めていく感じはありませんか？手で顔をマッサージすることで交感神経を刺激させることができます。

市立病院糖尿病内科部長
大工原 裕之 先生





安部 あさひちゃん
(京町三)
H25.8.27生
歩けるようになって
お外が大好き。



みさき 梶野 未祥ちゃん
(林田町)
H25.8.20生
いつも笑顔を
ありがとう♪



りょうた 川口 綾太ちゃん
(本町一)
H25.8.6生
食いしん坊も
ほどほどにね!

大会の歴史

- 第1回(1991) 川津A 1'12'48 (21.098km)
- 第2回(1992) 川津A 1'13'52
- 第3回(1993) 川津A 1'13'58
- 第4回(1994) 川津A 1'13'28
- 第5回(1995) 川津A 1'15'00
- 第6回(1996) 中央A 1'16'13
- 第7回(1997) 林田A 1'16'55
- 第8回(1998) 川津A 1'18'57
- 第9回(1999) 西部A 1'16'00
- 第10回(2000) 西部A 1'14'29 (20.62km)
- 第11回(2001) 西部A 1'14'48
- 第12回(2002) 川津A 1'15'46 (20.884km)
- 第13回(2003) 金山A 1'15'09
- 第14回(2004) 西部A 1'14'56
- 第15回(2005) 加茂A 1'16'07
- 第16回(2006) 川津A 1'16'00
- 第17回(2007) 林田A 1'14'22
- 第18回(2008) 加茂A 1'15'34
- 第19回(2009) 川津A 1'13'35
- 第20回(2010) 川津A 1'14'56
- 第21回(2011) 川津A 1'17'16
- 第22回(2012) 川津A 1'13'44 (20.541km)
- 第23回(2013) 林田A 1'13'04
- 第24回(2014) 林田A 1'13'54
- 第25回(2015) 林田A 1'12'08

全国的にも珍しい 商店街を走るコース

難点は地面の滑りやすさで、雨や雪が降ると曲がり角(森崎商店西側)等にゴムマットを敷き詰めていました。



市制施行50周年記念 宇多津チームもオープン参加



ゴール直前の逆転優勝

下記に詳細

オリンピックランナーがゲスト参加

君原 健二さん 東京・メキシコ・ミュンヘン五輪出場
永田 七恵さん ロサンゼルス五輪出場

計測器の故障でスタッフ冷や汗!!

ストップウォッチの故障で5区および6区の記録が測定不能に。この反省を生かし、翌年からは各中継所に3個、審判長は常に5個のストップウォッチを持ち歩くようになりました。



冬ならではのトラブルも

最低気温が氷点下となることも珍しくないこの季節。コースの雪かきが必要になったり、大会当日の朝凍結したコース上に車が横転していたこともあったとか。



発着場所を市役所前→市立体育館に変更

合同庁舎駐車場や水道局の会議室等で行っていた開会式・閉会式を、天候に左右されず行えるようになりました。



記憶に残る駅伝

タイム差わずか2秒

ゴール直前の逆転劇

川津A 10区 金井 咲絵子さん

当時私は小学6年生でしたが、今でも最後の直線コースに入ったときのことは覚えています。そのときの私にはどうしても勝ちたい理由があって——大会の数日前、同じチームの山下正弘さんが実際のコースを走ってみようと誘ってくれたんです。他にも、たすきの渡し方やペース配分の秘訣まで丁寧に教えてくれました。初出場の私には、それが本当に心強くてありがたくて。その山下さんからたすきを受け取ったからこそ、絶対に1位になりたいと必死でゴールに飛び込みました。



17年ぶりの再会

駅伝名物

心も身体も温まるお接待

- うどん(スポーツ推進委員)
- あめ湯(瀬居町婦人会)
- コーヒー(四国電力)
- チキンラーメン(日清食品)



投稿写真 募集中!

アイドル(平成25年9月~11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



25年にわたりつながれた地域の絆 瀬戸大橋駅伝競走大会に幕



林田Aチーム (1'12'08) 歴代最長のタイム差で優勝

— 区間新記録も3区間で更新 —

2位に4分という大差をつけ、大会新記録を更新して優勝した林田Aチーム。松本康彦監督(後列左から4番目)は、「大会に関わった6年間で今日が一番感慨深い日。みんなで同じ目標に向かえる貴重な機会を与えてくれたこの大会に感謝しています。」と話してくれました。

区間新記録(区間賞)

- 1区 鳥越 蘭々花さん(5分18秒) (川津A)
- 2区 山口 貴聖さん(7分27秒) (林田A)
- 6区 猪熊 玄さん(5分55秒) (林田A)
- 8区 濱邊 壺成さん(8分46秒) (与島A)
- 9区 富家 速人さん(6分27秒) (林田A)



2位 川津A (1'16'08)



3位 東部A (1'16'27)

これまで延べ1万人以上の選手が参加した瀬戸大橋駅伝競走大会が、今回で25年の歴史に幕を閉じました。市民の誰もが、ランナーやスタッフ、または沿道の応援客として一度は参加したことがあるのではないのでしょうか。そんな大会の歴史や記録、そして思い出をご紹介します。

25回連続出場者

井上 和男さん (中央)

第1回から25回連続出場。日々トレーニングを欠かさず、その熟練は他の地区のランナーからも称賛されるほど。

30回連続出場を目標にしていたので、この大会が今回で終了することはとても残念です。しかし、これも時代の変遷かなと感じます。駅伝は1人で走るのとは違い、責任感やたすきの重みを伴うもの。大会を通じてできた地域とのつながりを大事にしたいです。



同じチームの森大くと井上さん

最多優勝記録を作った名監督

小林 保洋さん (川津)

第6回から20年間監督を務める。平成19年には、駅伝での勝利を目指し「走友会」を結成。メンバー各人の走りの特性や性格を熟知しており、周囲から絶大な信頼を集めている。



今回は悔しい結果でしたが、今は笑顔で終わってほっとしています。世代や地域を超えて一緒に走る楽しさ、これは駅伝から教わったことです。10人から始めた走友会も今では100人を超えています。これからもずっと頑張りますよ。

今月の「ランキングでみる坂出市」は瀬戸大橋駅伝がテーマ。優勝回数や区間賞の記録を掲載しています。

9ページ

12色のたすきがつないだ地域の絆



- ①与島 ②王越 ③松山
- ④川津 ⑤府中 ⑥加茂
- ⑦林田 ⑧西庄 ⑨金山
- ⑩東部 ⑪中央 ⑫西部



さかいで
ブランド
2品追加



金時畑の手作りアイス



MANDE サヌキ
(フィナンシェ)

PUBLIC RELATIONS

SAKAIDE



坂出市

検索

DATA

2月1日現在 ()内は前月比
 人口 53,293人 (-28)
 男 25,391人 (-3)
 女 27,902人 (-25)
 世帯 21,388世帯 (14)
 (1月)
 出生 38人 (-2)
 死亡 83人 (7)
 転入 113人 (10)
 転出 96人 (-10)
 交通事故 58件 (死者0人)
 救急 411件
 火災 2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 92.46km²
 市の木 珊瑚樹
 市の花木・草花 桜・コスモス

ランキングでみる坂出市 ⑨
 抽選で市内共通商品券 広報クイズ ⑨
 市内高校写真部 作品 ⑥



幼児2人同乗用自転車

-9-

レンタル希望者募集開始

国府跡発掘調査報告会

-9-

歴史を一步ずつ解明

中央公民館・働く女性の家講座

-7-

生涯学習で毎日を楽しもう

市役所一部開庁



-4-

年度末・年度始めの日曜日

まるの1年振り返ります

PR戦略係長就任から1年

