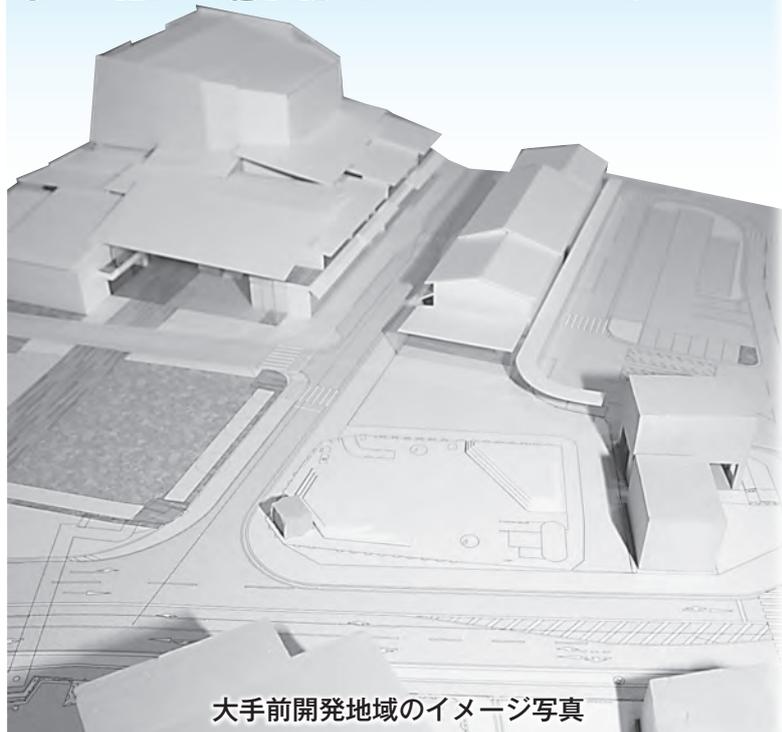


CONTENTS

- 「大手前のまちづくり」 議論進む …… ②
- 「西日本B-1グランプリin佐伯」
全出展団体紹介 …… ⑩・⑪



気軽に集まれて、市民の居場所となるように



大手前開発地域のイメージ写真

大 手前開発事業基本設計中間報告会が、9月8日、和楽で開かれました。

報告会では、整備する施設や道路などの配置案のほか、設計者である株式会社久米設計が基本設計の内容について説明。既存施設利用者ヒアリング結果や地元地区の意見などを取り入れた設計内容が提示されました。また、管理運営の考え方に触れ、施設完成前の関心

を高めるための「プレ事業」や、世代や地域を超えた交流やにぎわいをつくり出すための「自主事業」、「貸館事業」を積極的に展開するなど、方針について説明がありました。

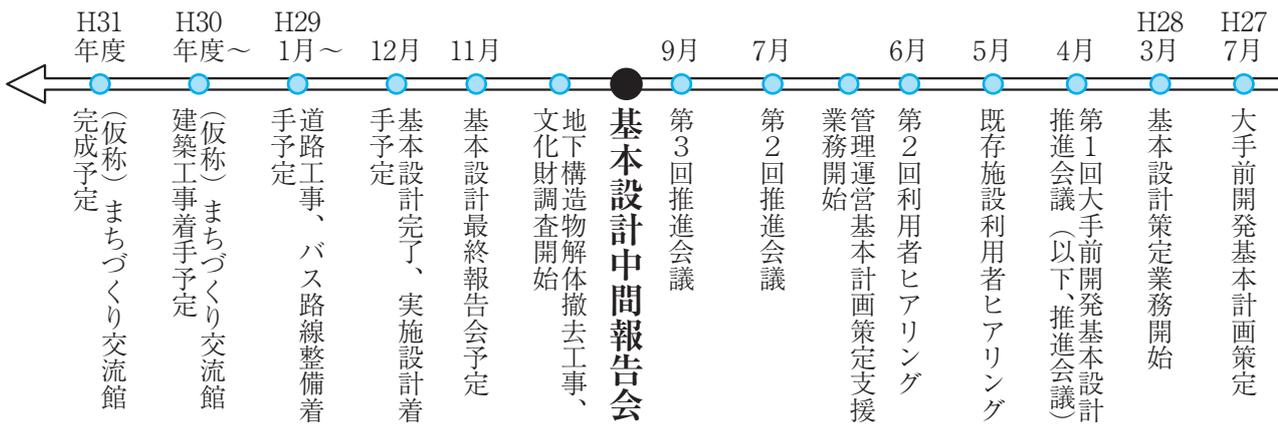
参加者からは、上下水道のインフラ整備や地震対策などの質問が出たほか、佐伯の活性化に期待する声や、この建物を活用した事業展開を要望する声が上がりました。また、説明会など



→同日に開催された「第3回大手前開発基本設計推進会議」でも活発に議論

に欠かさず出席してきたという参加者からは、「大手前は市民でつくりあげていくもの。その都度、改善点はあるだろうが、市民主体で佐伯のまちをつくり盛り上げていきたい」という意見も出されました。

大手前開発推進室は、11月に行われる「基本設計最終報告会」まで、引き続き意見などを集約・検討したいと考えています。



全国地域安全運動 ～みんなでつくろう安心の街～

- 期 間** 10月11日(火)～20日(木)
- 運動の重点**
 - ☆子どもと女性の犯罪被害防止
 - ☆特殊詐欺・振り込め詐欺の被害防止
 - ☆自転車盗難の被害防止
 - ☆住宅を対象とした侵入犯罪防止
- 《問い合わせ》** 佐伯警察署(☎22-2131)または佐伯市防犯協会連合会(佐伯警察署内、☎24-8205)

認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して

認知症講演会

- と き 10月23日(日)
12時30分～16時(受付12時～)
 - ところ 弥生文化会館
 - 内容
 映画上映(12時30分～)
 ・上映作品:「徘徊」ママリン87歳の夏
 ・解説:佐伯保養院副院長・山内勇人氏
 講演(14時10分～)
 ・演題:大牟田市に学ぶ
 ～認知症をきっかけとしたまちづくりとは～
 ・講師:大牟田市長寿社会推進課・梅本政隆氏
 - 参加料 無料
 - 定員 670人
 - 申込期限 10月18日(火)
- 《申込み・問い合わせ》高齢者福祉課地域包括支援センター(☎23-1632)

RUN伴(ランとも)に参加しませんか

- RUN伴(ランとも)は、認知症の人やその家族・一般の人などが、1本のタスキをつないで走り、日本を縦断するイベント。7月に北海道をスタートし、ついに佐伯にもやってきます。ぜひ、イベントへの参加や応援をお願いします。
- と き 11月6日(日)15時～
 - 実施区間
 ケアタウンながと～杉谷診療所～谷口医院～大手前歩道橋～仲町商店街～伊予銀行～佐伯市役所
 - タスキリレー参加対象 高校生以上の人
 - 参加料 2,500円(保険料・Tシャツ代などを含む)
 - 申込期限 10月15日(土)
- 《申込み・問い合わせ》RUN伴さいき事務局(介護事業所ひだまり内、☎33-0750)

交通事故や傷害事件にあったら…

国保加入者が、交通事故や傷害事件などで被害を受け、国保で治療を受けた場合の医療費は、国保(市)が一時的に立て替えています。

●「第三者行為による傷病届」の提出を!

このような場合、本来医療費を支払うべき加害者や保険会社に費用を請求するため、市の窓口に届出が必要です。

【届出に必要なもの】

国民健康保険証、印鑑(認印)、交通事故証明書(後日提出可)、個人番号が確認できるもの



要注意!

加害者との示談後に後遺症などが出ても、治療費を請求できないことがあります。必ず示談の前に「第三者行為による傷病届」を提出してください。

《問い合わせ》

保険年金課国民健康保険係(☎22-3199)

飼い猫は適正に管理しましょう!

■飼い猫を屋外に放すと・・・

- ・ふん尿やノミ・鳴き声などで近所迷惑!
- ・望まない子猫が生まれる!



●飼い猫は適正に世話(管理)を!

- ・飼い猫は室内で飼育
- ・猫用トイレの設置
- ・寄生虫の駆除
- ・必要によっては避妊・去勢手術
- ・飼い猫とわかる首輪をつける

お願い



ノラ猫にエサをあげないで!

《問い合わせ》

南部保健所衛生課(☎22-0562)

SAIKI INFORMATION

国民健康保険加入者(40~74歳)で、事業所健診を受診した皆さんへ

健康増進課健診係(和楽1階、☎237022)

特定健診受診率と国保の保険料の関係
特定健診の受診率が低い状態が続くと、国や県からの交付金が減り、国保の保険料が引き上げられる可能性があります(佐伯市の特定健診受診率は、平成26年度37.7%と県内ワースト4位)。特定健診の検査項目は、事業所健診の結果を市に提出すると、特定健診受診率が向上することになり、保険料の安定化にもつながります。

☆事業者の皆さんへ
社員の皆さんの健康を守るため、健診結果の提供にご協力をお願いします。

② 特定健診の受診率が向上し、保険料が安定化します。

① 保健師などへ「特定保健指導」などの相談をすることができます。

「事業所健診の結果を市に提出すること」

国保加入者が、労働安全衛生法に基づく事業所健診を受診した場合、その結果は事業者とともに市が把握することになっていきます。
平成28年4月以降、事業所健診を受診した人は、健診結果の提出にご協力をお願いします。

SAIKI INFORMATION

悪用防止!「本人通知制度」をご利用ください

市民課市民係(本庁舎1階、☎23849) または各振興局地域振興課

《申請・問い合わせ》

通知内容
交付日・交付書類の種類・交付回数・交付請求者の区分(代理人または第三者)

※他市に住んでおり、郵送で申請したい場合はお問い合わせください。

登録方法
事前登録申請書に必要事項を記入し、本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど)を添えて提出してください。
代理申請の場合は委任状が必要です。

登録できる人
佐伯市の住民基本台帳に記録されている人、戸籍に記載されている人

市では、住民票の写しや戸籍謄本などの不正請求や不正取得の早期発見・抑止のため、事前に登録した人に、証明書が交付されたことを通知する制度を実施しています。

SAIKI INFORMATION

佐伯城跡「石垣清掃ボランティア」募集!

社会教育課文化振興係(☎24234)

《問い合わせ》

必要なもの
軍手、草を刈る道具、飲み物など
※清掃後に、佐伯MARINEロータリークラブの提供で、おにぎりとお茶の準備をしています。

清掃場所
城山の山頂などの石垣やその周辺

集合場所
佐伯文化会館玄関前

とき
10月15日(土)9時~12時(受付8時30分)

※雨天中止

毛利高政が築城した佐伯城は総石垣の山城で、今もなお美しい石垣を見ることが出来ます。

佐伯のシンボル「佐伯城」の石垣の景観を守るために、皆さんのご協力をよろしくお願いします。

協力医療機関一覧
大島診療所、岡本医院、桑畑小児科医院、塩月内科小児科医院、杉谷診療所、丹賀診療所、鶴見診療所、西田病院、ミタライクリニック、御手洗病院

費用 無料

接種回数
1歳の誕生日の前日までに計3回

実施日
10月

対象者
平成28年4月1日以降に生まれた0歳児
※対象者には、接種記録カードと通知書をお送りします。健康保険の給付によるB型肝炎ワクチンの投与を受けた乳児は定期接種の対象となりません。

《問い合わせ》
健康増進課健康企画係(☎23500)

SAIKI INFORMATION

高齢者の皆さんへ インフルエンザ予防接種の助成を行います

高齢者を対象としたインフルエンザ予防接種の助成を行います。対象者は、実施期間中に協力医療機関で予防接種を受けることができます。必ず事前に予約をして受診してください。

■実施期間 10月上旬~平成29年2月28日(火)

■接種料金 1,200円

■用意するもの
健康保険証など、住所・氏名・生年月日が確認できるもの

※発熱、重い急性疾患にかかっている人、過去の予防接種で異常があった人は、事前に医師に相談してください。

※助成はひとり1回です。

《問い合わせ》健康増進課健康企画係(☎23-4500)

■対象者
佐伯市に住民票があり、次のいずれかに該当する人

- ①65歳以上の人
- ②60~64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能に障がいのある人、または、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいのある人(要医師相談)

協力医療機関一覧

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
秋山医院	23-3177	田淵内科	22-1203	大内クリニック	32-2179
池田医院	25-1177	つつみ泌尿器科医院	20-3232	からしま医院	46-0312
石田外科医院	22-0048	鶴岡クリニック	22-5199	近藤医院	46-0038
伊藤循環器内科クリニック	25-1700	鶴望野	24-3080	因尾診療所	57-6556
大入島診療所	24-2363	渡町台外科病院	22-7500	神宮医院	54-3014
片岡医院	24-1139	中浦循環器クリニック	23-2238	直川クリニック	58-3100
木下整形外科	23-8781	長門記念病院	24-3000	大島診療所	34-8056
彦陽クリニック	27-5088	長門在宅リハビリテーションクリニック	24-1001	丹賀診療所	34-8334
こうへいクリニック	20-3337	西田病院	22-0180	鶴見診療所	33-1161
クリニック佐伯の太陽	20-4088	馬場内科クリニック	20-3344	米水津診療所	35-6820
佐伯診療所	23-2212	東内科医院	22-2916	岡本医院	42-0015
佐伯中央病院	22-8846	水沼医院	23-0123	名護屋出張診療所	43-3252
塩月内科小児科医院	20-0070	谷口医院	22-3355	西野浦診療所	45-0027
島村耳鼻咽喉科	20-3387	やぐちレディースクリニック	20-3322	花井医院	42-0735
志村内科・胃腸科	25-1211	やつか整形外科	25-0117	ミタライクリニック	42-0003
杉谷診療所	22-4800			御手洗病院	42-0003
曾根病院	23-8877				

SAIKI INFORMATION

0歳児のB型肝炎ワクチンの予防接種が定期接種化されます

予防接種は協力医療機関で事前に予約の上、母子健康手帳と接種記録カードを持参して受けてください。

対象者
平成28年4月1日以降に生まれた0歳児
※対象者には、接種記録カードと通知書をお送りします。健康保険の給付によるB型肝炎ワクチンの投与を受けた乳児は定期接種の対象となりません。

実施日
10月

接種回数
1歳の誕生日の前日までに計3回

費用
無料

《問い合わせ》
健康増進課健康企画係(☎23500)

SAIKI INFORMATION

下水道工事による道路の通行止め

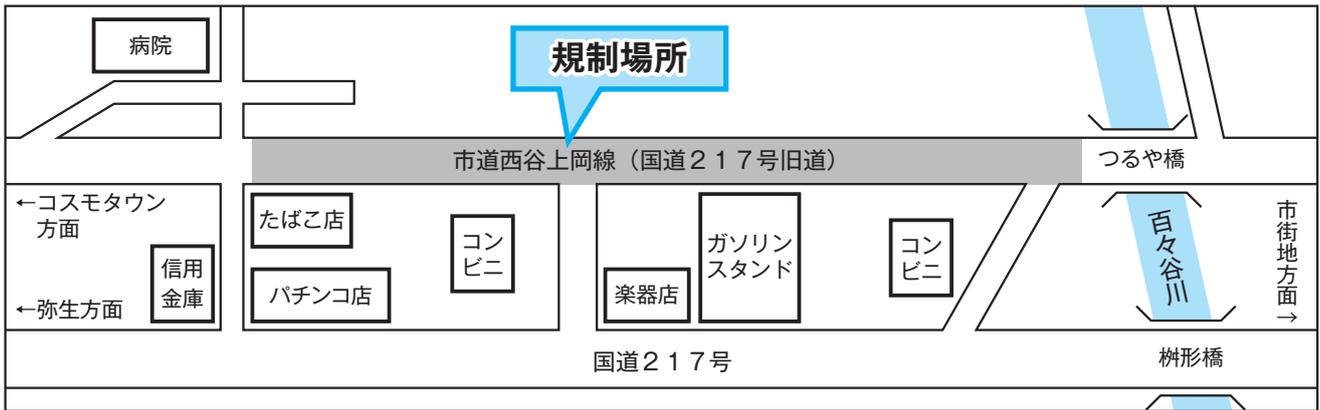
期間中、近隣の皆さんや通行車両にはご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

■規制内容 24時間車両通行止め
※交通誘導員を配置しています。

■規制期間 10月～平成29年4月

■規制場所 下記地図のとおり

※一度の工事での規制区間は、規制場所の一部のみで、全区間通行止めにはなりません。



《問い合わせ》 下水道課下水道工務係 (☎22-3120)、庄司建設工業(有) (☎23-7840)

SAIKI INFORMATION

届出が必要な土地取引について

一定面積以上の土地取引を行った場合には、契約締結後2週間以内に届出が必要です。

■届出人

土地の取得者(買主)

■届出が必要な土地

・都市計画区域内

5千平方メートル以上

・都市計画区域外

1万平方メートル以上

■届出が必要な取引

売買、交換、営業譲渡、

譲渡担保、共有持分の譲渡

など(これらの取引の予約

である場合も含みます)

■届出に必要な書類

届出書、契約書の写し、

位置図、周辺状況図、形状

図(字図など)

※各3部ご用意ください。

10月は「土地月間」です!

土地は限られた貴重な資源です。土地施策への皆さんのご協力をお願いします。

《届出・問い合わせ》

都市計画課計画・区画整理係 (☎22-3114)

SAIKI INFORMATION

市役所本庁舎で総合防災訓練を行います

市役所本庁舎の火災・地震・大津波を想定した訓練を行います。

訓練中は、駐車場や庁舎の一部が利用できなくなり、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■とき

10月19日(水) 9時～11時頃

※雨天時は11月22日(火)に延期(ただし、少雨の場合は実施)

■ところ

市役所本庁舎、来客用駐車場

《問い合わせ》

管財課財産管理係 (☎22-684)



東九州自動車道 (佐伯IC～延岡南IC間) 夜間通行止め

点検・補修などに伴い、通行規制を行います。詳細は、延岡河川国道事務所のホームページでご確認ください。

■予定期間

佐伯IC～北川IC間

11月7日(月)～19日(土)

北川IC～延岡南IC

11月21日(月)～12月3日(土)

■規制時間 20時～翌朝6時 ※土・日・祝日を除く

《問い合わせ》

国土交通省延岡河川国道事務所道路管理課
(☎0982-31-1260)

大入島観光フェリー「第八大入島」が 船舶定期検査のため欠航します

検査の間、自動車やバイクで大入島には渡れません。

なお、旅客用(人のみ)として、フェリー乗り場から「荒吉丸」を運航します。

■欠航期間(予定)

10月17日(月)～21日(金)

《問い合わせ》

大入島観光フェリー(株)佐伯本社(☎23-2880)

佐伯市戦没者追悼式

戦没者を追悼し、平和への願いを新たにすため、下記のとおり開催します。平服でご参列ください。
※要約筆記・手話通訳あり。

■と き 10月27日(木) 10時～(約1時間)

■ところ 佐伯文化会館大ホール

《問い合わせ》

社会福祉課人権・社会・指導監査係(☎22-3601)

個人事業税(県税)の納税を お忘れなく

個人事業税は、前年1年間の事業の所得金額が290万円を超える個人事業者に課税されます。

第2期分の納期限は11月15日(火)です。忘れずに納めましょう。

また、納税には、口座振替が便利です。詳しくは、お問い合わせください。

《問い合わせ》 佐伯県税事務所(☎22-3021)

西嶋市長の主な公務日誌(9月1日～15日)

- 1日(木)
 - ・地域おこし協力隊委嘱式(市役所)
- 2日(金)
 - ・佐伯市監査委員意見書提出(市役所)
 - ・ゆるキャラ「佐伯ごまだし大将」発表会(市役所)
 - ・東九州伊勢えび海道・伊勢えび祭り「敬老の日イベント抽選会」(延岡市)
- 3日(土)
 - ・湯布院駐屯地開設60周年記念行事(由布市)
- 6日(火)
 - ・一般質問(～9日)
- 9日(金)
 - ・大分南リトルシニア西日本選手権野球大会準優勝報告
- 10日(土)
 - ・県民体育大会総合開会式・応援(～11日、中津市ほか)
- 11日(日)
 - ・大分ソフトバレーボール倶楽部九州交流大会(総合体育館)
 - ・赤嶺シズさん100歳お祝い訪問
- 12日(月)
 - ・五十川万里子さん100歳お祝い訪問
- 13日(火)
 - ・佐伯長陽会I・O市長賞詞贈呈式(市役所)
- 14日(水)
 - ・グラウンドゴルフ国民体育大会出場報告
- 15日(木)
 - ・花のコンクール表彰式(市役所)
 - ・市内男性最高齢者大矢亀雄さん・女性最高齢者飛田チエ子さんお祝い訪問
 - ・渡辺一平選手リオデジャネイロオリンピック(水泳競技)出場報告



10月15日(土)～21日(金)は、 「違反建築防止週間」です。

違反建築防止週間は、建築基準法令に違反する建築物の是正、その発生防止のために取組を強化する週間です。

市民の皆さんに建築基準法その他の関係法令の目的・内容について理解を深めていただき、違反建築の防止を図ることにより、建築物の安全性の確保と良好な市街地環境の形成を進めていくためのものです。皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

また、関係リーフレットも用意していますので、ぜひ、ご利用ください。

◆重点事項

- ①建築基準法の周知徹底
- ②違反建築物の是正措置の推進
- ③中間検査及び完了検査受検の推進

《問い合わせ》建築住宅課建築指導係(本庁舎4階、☎22-3574)

～佐伯市若者の出会い支援事業～

地元の魚を使った クッキングパーティー

料理を通じて、元気で優しい漁業青年との出会いを見つけませんか？

- と き 10月8日(土)
10時～15時30分(予定)
- ところ 和楽
- 内容 料理教室、カップリングパーティー
- 参加費 500円
※お土産に佐伯の魚をプレゼント
- 募集人数 10人(先着順、20歳以上の独身女性)

■申込方法

住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、メールまたは電話でお申し込みください。

《申込み・問い合わせ》

大分県南部漁業青年協議会・中里(☎22-0394、
メール:nakazato-ayahiro@pref.oita.lg.jp)

参加者募集

弥生スポーツ教室

■対象者

市内在住の小学生以上の人

■受講料

500円(教室初日にお支払ってください)

■申込期間

10月11日(火)～31日(月)

※申込者が4人以下の場合、その種目は中止することがあります。

■申込方法

印鑑を持参のうえ、弥生B&G海洋センターにお申し込みください。

ソフトテニス教室／定員なし

と き 11月8日(火)～22日(火)

火・木曜日の19時30分～21時

ところ 弥生スポーツ公園テニスコート

卓球教室／定員10人(先着順)

と き 11月7日(月)～21日(月)

月・木曜日の19時30分～21時

ところ 弥生B&G海洋センター体育館

バドミントン教室／定員なし

と き 11月7日(月)～21日(月)

月・木曜日の19時30分～21時

ところ 昭和中学校体育館

《申込み・問い合わせ》

弥生B&G海洋センター(☎46-167)

6

10月は 「みんなで延ばそう健康寿命」推進月間

～いつまででん、たべち、あるいち、笑おうえ～

「健康寿命」とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間です。

★いつまでもいきいきと笑顔のカギ

- ・減塩マイナス3g
- ・野菜摂取350g
- ・歩数プラス1,500歩 (※1日の目安)

《問い合わせ》南部保健所(☎22-0562)

～絵本作家サトシンさんの読み聞かせライブ!!～ 「絵本&おてて絵本よみまショー」

- と き 10月11日(火)
13時～14時30分(開場12時30分～)
- ところ 佐伯東地区公民館
- 対象 子育て中の保護者や
未就学児童の親子
- 入場料 無料

《問い合わせ》

社会教育課生涯学習推進係(☎22-3245)

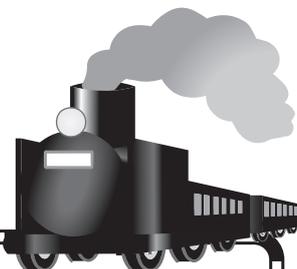


浅海井駅開業100周年記念イベント

10月に開業100周年を迎える浅海井駅。日心太鼓や上浦吹奏楽団によるステージイベント、餅まきなどが行われるほか、当日は様々な催しも同時開催！

とき 10月30日(日)10時～

ところ マリノポリス記念公園 (上浦浅海井浦)



～同時開催イベントのお知らせ～

こうろんうらみち

幸運浦路ウォーク

浅海井駅をスタートし、リアス式海岸の絶景を眺めながら約8kmのコースを歩きます。参加費は無料です。

■受付時間

8時30分～11時

■受付場所 浅海井駅

※参加者は受付終了後、各自スタートします(事前申込み不要)。

駅にぎわい市

特産品の販売や東雲中学校生徒の出店のほか、カラオケ大会も開催！

■時間 10時～16時

■ところ マリノポリス記念公園

おひさまマルシェ

手づくりお菓子の販売やフリーマーケットなど

■時間 10時～15時

■ところ しおさいの里

かみうら食のフェア

ここでしか味わえない「うまいもん」が大集合！

■時間 11時～15時

■ところ しおさいの里

《問い合わせ》上浦振興局地域振興課 (☎32-3111)

米水津おさかなまつり開催

米水津の一大イベント、おさかなまつり。大人気のブリッコレース、ブリのつかみ取りなどイベントが盛りだくさん！

米水津の魅力がたくさん詰まった会場に、ぜひお越しください。

とき 10月30日(日)
9時30分～14時30分
※雨天決行

ところ 米水津スポーツ公園
グラウンド

斉藤ルミ子ものまねライブ



五十川ゆき歌謡ショー



～内容～

【ステージの部】 斉藤ルミ子ものまねライブ、五十川ゆき歌謡ショー、餅まき、各種ダンスパフォーマンス、佐伯鶴城高校書道パフォーマンス、タックス〇×クイズ、お楽しみ抽選会

【会場内】 ブリッコレース、ブリのつかみ取り(抽選で小学生以下限定130人)、伊勢エビ・ヒラメ釣り、花木苗無料配布、子ども相撲大会、ふわふわトランポリン

《問い合わせ》米水津おさかなまつり実行委員会 (米水津振興局地域振興課内、☎35-6111)

西日本 B-1 グランプリ in 佐伯
11月19日、20日 開催!!
 問い合わせ
 西日本 B-1 グランプリ in 佐伯
 実行委員会事務局 (☎22-4573)



開催まで残り50日を切りました！佐伯を盛り上げるために集結する全23団体を紹介します！

【2016西日本B-1グランプリin佐伯 出展団体リスト】

地域名 大分県日田市	提供料理 日田やきそば	地域名 長崎県対馬市	提供料理 上対馬とんちゃん
団体名 日田やきそば研究会		団体名 対馬とんちゃん部隊	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 長崎県雲仙市	提供料理 小浜ちゃんぽん	地域名 長崎県大村市	提供料理 大村あま辛黒カレー
団体名 おばま小浜ちゃんぽん愛好会		団体名 大村あま辛カレーうまか隊！	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 佐賀県佐賀市	提供料理 佐賀シリアンライス	地域名 福岡県田川市	提供料理 田川ホルモン鍋
団体名 佐賀市はシリアンライス de どっとこむ		団体名 田川ホルモン喰楽歩	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 高知県須崎市	提供料理 須崎鍋焼きラーメン	地域名 愛媛県今治市	提供料理 今治焼豚玉子飯
団体名 須崎鍋焼きラーメンプロジェクトX		団体名 今治焼豚玉子飯世界普及委員会	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 徳島県徳島市	提供料理 とくしま豆天玉焼き	地域名 広島県府中市	提供料理 備後府中焼き
団体名 とくしま豆天玉連		団体名 備後府中焼きを広める会	
投票対象団体		投票対象団体	

来場者を花でおもてなし！ボランティア募集!!
 B-1グランプリ来場者を「お花でおもてなし」するため、プランター飾り付けの作業ボランティアを募集します。希望する人は連絡をお願いします。

■とき 11月13日(日)13時～(2時間程度)
 ■申込期限 11月6日(日)
 ■集合場所 上城地区防災避難広場
 《問い合わせ》NPO法人さわやか佐伯代表・山本 (☎090-5488-0290)

当日は、お気に入りの「まちおこし団体」に、箸で投票しよう!!!

ゲスト団体と開催地ホスト団体には投票できません。投票対象団体のみ投票できます。

地域名 岡山県真庭市	提供料理 ひるぜん焼そば	地域名 岡山県津山市	提供料理 津山ホルモンうどん
団体名 ひるぜん焼そば好いとん会		団体名 津山ホルモンうどん研究会	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 島根県出雲市	提供料理 出雲ぜんざい	地域名 鳥取県鳥取市	提供料理 鳥取とうふちくわ膳
団体名 出雲ぜんざい学会		団体名 鳥取とうふちくわ総研	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 兵庫県加古川市	提供料理 加古川かつめし	地域名 兵庫県明石市	提供料理 あかし玉子焼
団体名 うまいで!加古川かつめしの会		団体名 あかし玉子焼ひろめ隊	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 京都府京都市	提供料理 伏見稲荷寿司	地域名 大阪府高槻市	提供料理 高槻うどんギョーザ
団体名 伏見稲荷寿司ひろめ隊		団体名 高槻うどんギョーザの会	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 三重県津市	提供料理 津ぎょうざ	地域名 山梨県甲府市	提供料理 甲府鳥もつ煮
団体名 津ぎょうざ小学校		団体名 甲府鳥もつ煮でみなさまの縁をとりもつ隊	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 青森県十和田市	提供料理 十和田バラ焼き	地域名 青森県八戸市	提供料理 八戸せんべい汁
団体名 十和田バラ焼きゼミナール		団体名 八戸せんべい汁研究所	
投票対象団体		投票対象団体	
地域名 大分県佐伯市	提供料理 佐伯ごまだしうどん	※ご当地グルメの購入にはチケットが必要です。 ■チケット料金 1冊1,000円(100円×10枚綴り) ■前売りチケット販売場所 市役所本庁舎1階総合案内、観光課(本庁舎2階)、各振興局、佐伯商工会議所、番匠商工会、あまべ商工会、佐伯市観光協会など	
団体名 佐伯ごまだしうどん大作戦			
投票対象団体			

どっか
行こうや!

10%
8~

10月8日(土)~10日(月)
8日、9日は13時~21時、10日は13時まで

鶴岡商工振興祭／鶴岡小学校グラウンド

神幸祭行列、子どもみこし、稚児行列、少女舞踊隊などの催しを行います。8日と9日の夜には演芸大会もあります。また、9日の9時から鶴岡小学校体育館で剣道大会を行います。

《問い合わせ》鶴岡地区公民館 (☎23-0601)

10月16日(日)8時30分~魚がなくなるまで

間越来だんせへ市／間越海辺の村交流館

その日に水揚げされた旬の魚が勢ぞろい!活魚のセリ、鮮魚販売、加工品販売なども。

《問い合わせ》間越来だんせへ市実行委員会・戸高 (☎090-8220-1892)

10月30日(日)10~15時

さいき交通安全フェスタ／佐伯自動車学校

体験型の交通安全教室、ちゃりんこスクール、中学・高校吹奏楽部の演奏、バザー、農産物・海産物販売、高校茶道部お茶会・高校生パフォーマンスその他催し満載。パトカー・白バイ・消防車の展示、陸上自衛隊車両の展示・走行を行います。

※駐車場は自動車学校内駐車場、旧パチンコ店など

《問い合わせ》佐伯自動車学校 (☎22-2581)

10月9日(日)9時~15時

浦の市 蒲江まるかじりフェア
／県漁協蒲江支店荷さばき所(道の駅かまえ向かい)

マグロ解体ショーと販売、魚つかみどり、伊勢エビつかみどり、炭火焼バーベキューコーナー、タイ釣り、ヒオウギ貝釣り、お楽しみ抽選会などイベントが盛りだくさん!

《問い合わせ》道の駅かまえ (☎42-0050)

10月16日(日)10時30分~12時(一般対象)、
13時30分~15時(高校生対象)

佐伯独歩会講演会／三余館2階会議室

講師に国士舘大学教授・中島礼子氏をお招きします。演題は「独歩の自然観・生命観について(一般対象)」、「佐伯時代の独歩・文学の楽しさ(高校生対象)」。入場は無料ですので、お気軽にお越しください。

《問い合わせ》佐伯独歩会事務局 (☎090-7453-1271)



チキン南蛮発祥のまち
のべおか

おでかけ情報

のべおかの秋の恒例行事「のぼりざるフェスタ Together2016」では、延岡市を中心に、宮崎・大分の約100店舗が地場産品を展示・販売します。

「わんぱくのぼりざる」や鮎のつかみ取り、今年の干支「申年」にちなんだイベントもあるよ。
佐伯市のみんなも来てね!



延岡の地場産品



鮎のつかみ取り



わんぱくのぼりざる

のぼりざるフェスタ
Together2016

日時 10月22日(土)12時~17時
23日(日)10時~17時

会場 中町通り特設会場

(延岡市役所周辺)

問合せ

のぼりざるフェスタ実行委員会事務局
☎(0982) 34-7833

楽しくスポーツを体験



様々なスポーツに親しむキッカケをつくってほしいと、「サイキッズスポーツ体験教室」が企画され、24人の子どもたちが参加しました。

第1回目の教室では、8月29日、西上浦漁港で「セーリング」を体験。海面すれすれまで傾

く船体に、子どもたちは必死にしがみつきます。次第に慣れてくると、風向きを考えてバランスを取るコツをつかんだ様子。

「やったことのないスポーツを体験したいなあ」と胸弾ませる子どもたちは、今後、体操やテニスなどのスポーツに挑戦する予定です。



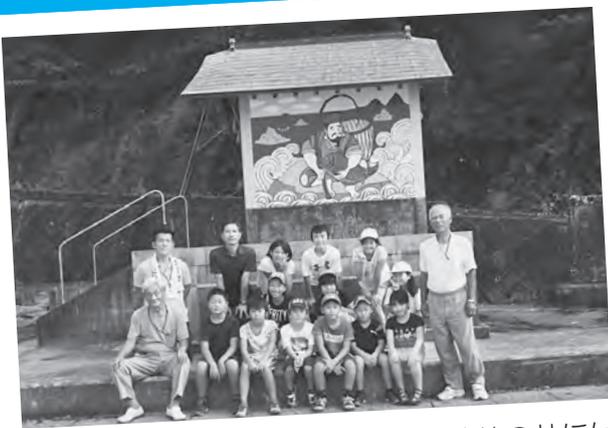
アユのすむ番匠川を未来に残したい!



8月27日、「第10回鮎のすむ番匠川の日並びに豊漁祭」が、本匠笠掛の河川敷で行われました。集まった関係者約100人は、川と水生生物に感謝し、豊漁・安全操業を祈願。その後、アユの成魚約300匹を記念放流しました。

引き続き行われた試食会では、番匠川漁業協同組合の三浦渉組合長が、「天然アユをお腹いっぱい食べてほしい」と挨拶。番匠川の養分の多いコケを食べて育った天然アユは、香りが良く腹わたまでおいしく食べられます。参加者は、こんがり塩焼きしたアユを余すところなく味わいました。

きれいな恵比寿様が完成!



大入島竹ヶ谷地区にある恵比寿神社の社には恵比寿様の絵が描かれていますが、劣化が進み、周囲の景観を損ねる状態となっていました。

そこで、大入島小学校の児童たちが夏休みを利用して、市の地域おこし協力隊員の指導の下、地域住民とともにきれいな恵比寿様の絵を完成させました。

参加した児童は「皆さんのおかげで素敵な絵を描くことができました。今回協力して作業したことは決して忘れません」と語っていました。

「佐伯ごまだし大将」お披露目



9月2日、市役所で、佐伯ごまだしうどんのイメージキャラクター「佐伯ごまだし大将」がお披露目されました。

ごまだし大将のモチーフは、ごまだしの材料であるエソ。頭にうどんのできた鉢巻きを巻き、自らうどんの器の中でだしをとっています。ごまだし大将は、開催を間近に控えた、「西日本B-1グランプリ」の周知や、佐伯の味力（魅力）発信の強化・まちおこしなどを通じて、佐伯市観光のPRを積極的に行っていきます。

世帯 3万3,577世帯 (-4) 男 3万4,367人 (-32)
人口 7万4,237人 (-50) 女 3万9,870人 (-18)

*平成24年7月9日付、「住民基本台帳法の一部を改正する法律」の施行により、外国人も住民基本台帳に記載されたため、外国人を含んだ人口となっています

人身事故 17 死者 0
物損事故 112 負傷者 27

募集

市営住宅の入居者募集

Table with columns: 地区, 種別, 住宅名, 戸数. Lists various public housing options like 蒲江, 米水津, 鶴見, etc.

Table with columns: 地区, 種別, 住宅名, 戸数. Lists options like 蒲江, 松合, 西野浦.

募集期間: 10月11日(火)~17日(月)
抽選日: 10月20日(木)
入居日: 11月25日(金)

障がいのある人のための「将棋教室」

事前に申込みが必要です。
とき: 10月8日(土) 10時~12時
ところ: 障がい者相談支援センターすきっぷ(和楽1階)

がい者相談支援センターすきっぷ (☎248521)

認定こども園職員(保育・教諭)募集

職種: 保育教諭(1人)
勤務地: やよいこども園にじいろこども園
応募資格: 幼稚園、認定こども園で3年以上の勤務経験がある人

森林ボランティア活動に参加してみませんか

とき: 10月22日(土) 10時30分~14時
ところ: 宇目小野市の山林(うめキャンプ村集合)
※総合庁舎から送迎バス有

申込み・問い合わせ: 佐伯広域森林組合 (☎543326)

相談

行政相談

国、県、市などの仕事に対する要望などについて相談に応じます。

直川地域

とき: 10月14日(金) 9時~12時

上浦地域

とき: 10月19日(水) 9時~12時

米水津地域

とき: 10月18日(火) 9時~12時

佐伯地域

相談委員: 磯田保江さん
とき: 10月19日(水) 9時~12時

鶴見地域

相談委員: 菅正人さん、石井常代さん

蒲江地域

相談委員: 菅正人さん、石井常代さん

上浦地域
とき: 10月19日(水) 9時~12時

ところ: 上浦地区公民館

相談委員: 本田忠文さん

本匠地域
とき: 10月19日(水) 13時~15時

ところ: 本匠西地区公民館

相談委員: 川野幸三さん

鶴見地域
とき: 10月20日(木) 10時~12時

ところ: 広浦公民館

相談委員: 川井正男さん

問い合わせ: 公聴広報課

市民の窓係(本庁舎2階、☎23399) または各振興局地域振興課

福祉のしごと相談会

福祉職場への就職や職場体験、資格の取得方法などの相談に応じます。

とき: 10月13日(木)、27日(木) 10時~12時

ところ: ハローワーク佐伯2階会議室

問い合わせ: 大分県福祉

人材センター (☎097155217000)

不動産市民相談(無料)

とき: 10月11日(火) 13時30分~15時30分
ところ: 三余館1階
問い合わせ: 大分県宅地建物取引業協会佐伯支部 (☎242844)

障がい者特設相談室

身体・知的・精神障がいのある人やその家族を対象に、日頃の悩み・福祉サービス利用・病気・家族関係・金銭など様々な相談に応じます。交通手段のない人は訪問します(事前連絡が必要)。弥生地区以外の人も連絡いただければ後日訪問します。
とき: 10月17日(月) 13時30分~16時30分
ところ: 弥生保健センター

行政書士無料相談会

遺言や遺産相続、契約書・内容証明作成、法人設立、不動産関連の行政手続き、建設業等許認可申請、自動車登録などの相談に応じます。
とき: 10月19日(水) 13時~16時 ※毎月第3水曜日
ところ: 大分県行政書士会(大分市城崎町)

講習

在職者セミナー(無料)

①パワーポイント講座
チラシやポスターを参考にしながら、パワーポイントで紙資料を作成するテクニックを学びます。
とき: 10月18日(火)~20日(木)、25日(火)~27日(木) 18時30分~20時15分 ※全6回
定員: 20人

対象: 仕事をしている人で、パソコン・ワープロの操作ができる人

JWICAD図面作成講座

とき: 10月17日(月)~18日(火)、20日(木)~21日(金) 18時30分~21時30分 ※全4回
定員: 10人
対象: パソコンが使用でき、CADを覚えて住宅や家具の図面を描きたい人

申込み・問い合わせ

佐伯高等技術専門学校 (☎240767, FAX 240773)

誤嚥性肺炎予防教室

誤嚥性肺炎って何?
とき: 10月12日(水)、19日(水)、26日(水) 13時30分~14時30分 ※すべて同じ内容

各種お知らせ

10月17日~23日は薬と健康の週間です

正しい薬の知識5原則

- ①説明書や薬袋をよく見て使用する。
②用法・用量を正しく守る。
③服用時間を守る。
④子どもの手の届かないところに保管する。
⑤日光・高温・湿気を避けて保管する。

くすりの電話110番

「くすり」の電話相談に応じます。お気軽にお問い合わせください。
受付期間: 10月17日(月)~23日(日) 10時~15時
問い合わせ: 大分県薬剤師会 (☎097154419512)

無料調停相談

10/23日(日) 9:00~15:30
和楽 2F 第一会議室

「調停制度」をご存知ですか? 今お抱えのトラブルは調停で解決できるかもしれません。この相談会で調停委員が問題点をお聞きし、調停を進めていくための具体的な方法をご説明します。資料などある方はお持ちください。(ここでは直接紛争解決をはかるものではないことを、ご了承ください)



調停とは話し合いで解決を図る制度です。
問い合わせ先 佐伯調停協会/大分地方・家庭裁判所
☎ 0972-23-6699
主催 佐伯調停協会 後援 大分地方・家庭裁判所 佐伯支部

「おゆずりします」「伝言板」の応募先は…
〒876-8585 佐伯市中村南町1-1
公聴広報課広報係(本庁舎2階、FAX 22-3281)

※「おゆずりします」のコーナーで取り扱う対象は、
家庭の日用品などで無料のものに限ります。
FAX・窓口でご応募ください(電話不可)。

被災した中小企業者などの 事業再建を支援

県では、平成28年熊本地震で被災した県内中小企業などの施設・設備の復旧にかかる費用を助成しています。申請に必要な「復興事業計画」の認定について、次の日程で公募を行います。詳しくはお問い合わせください。

▽対象：県内中小企業などがグループをつくり、地域の産業復興に欠かせない施設・設備の復旧への取組

▽申込期限：1次：10月28日(金)／2次：11月25日(金)

▽問い合わせ：大分県経営創造・金融課(☎097-506-13226)

大分県立盲学校 学校公開

▽とき：10月28日(金)

▽ところ：大分県立盲学校

▽内容：学校説明、施設案内、公開授業(10時～12時30分)、視覚障がい教育相談(13時30分～)

「トランプトイズ」海外編」出版記念講演会

高校時代(佐伯鶴城高校卒)まで佐伯市で過ごし、慶応大学卒業後、世界初となるカラオケサロンなどの事業を展開した作家・爵おおよま大山氏を講師に迎えます。参加を希望する人は、事前にお申し込みください。

▽とき：10月13日(木)19時～(開場18時30分)▽ところ：佐伯東地区公民館▽参加費：無料▽定員：150人▽申込み・問い合わせ：ケーブルテレビ佐伯(☎0120-2009811)

全国一斉清掃に参加しませんか?

▽とき：10月16日(日)7時30分～8時30分▽ところ：宿毛フェリー佐伯港乗り場周辺▽問い合わせ：家庭倫理の会(☎25780)

陶芸教室「作品展」

▽とき：10月14日(金)～16

※視覚障がいに関する教育相談は随時行っています。

▽問い合わせ：大分県立盲学校(☎097-53212638)

伝言板

大分トリニータ応援バス

▽とき・ところ：10月23日(日)14時～大銀ドーム▽対戦相手：ブルージャパン▽参加費：500円(幼稚園児以上同額)※チケットは各自持参。必要なのはご連絡ください。▽出発時刻・集合場所：11時30分(トキハインダストリー佐伯店第5駐車場こうへいクリニック横)

▽募集人数：45人(後援会員優先・先着順)▽申込期限：10月21日(金)▽問い合わせ：トリニータ後援会佐伯支部事務局(☎28871)

よろな塾「私が今からの佐伯に思っていること」

▽とき：10月6日(木)19時

～20時▽ところ：よろな塾仲町ホール▽入場料：無料

▽講師：柳井商店社長・柳井公二氏▽問い合わせ：彩木の会・北口(☎28289)

佐伯史談会文化講演会

どなたでも聴講できます。

▽とき：10月15日(土)13時30分▽ところ：渡町台地区公民館▽演題：史跡大友氏遺跡と佐伯氏▽講師：大分市教育委員会文化財課職員・坪根伸也氏▽入場料：無料▽問い合わせ：佐伯史談会事務局・伊東(☎248275)

子育てセミナー

子育て中の人ならどなたでも参加できます。無料託児もありません。

▽とき：10月24日(月)10時～11時30分▽ところ：佐伯東地区公民館▽テーマ：わが子のやる気スイッチを押すには▽参加料：200円

▽問い合わせ：家庭倫理の会佐伯市(☎25780)

販売、花の苗などの直売▽問い合わせ：大分県なおみ園(☎7333)

お酒で苦しむ人へ

一度、断酒会へ参加してみませんか。

▽とき：毎週水曜日19時30分～21時30分▽ところ：三余館番匠の間▽問い合わせ：大分県断酒連合会佐伯支部・成迫(☎090-1197-1946)

認知症家族の集い

詳しくはお問い合わせください。

▽とき：①家族の会：10月14日(金)11時～13時②提茶の会：21日(金)13時～③個別相談：28日(金)13時～▽ところ：佐伯老人福祉センター▽参加費：②のみ300円▽その他：②のみ申込みが必要▽申込み・問い合わせ：認知症の人と家族の会(☎27708)

ふれあいフェスタinなおみ

皆さん、お気軽にお越しください。

▽とき：10月10日(月)10時～13時50分▽ところ：大分県なおみ園▽内容：ダンス、民謡、和太鼓の披露、屋台

蒲江芸術文化祭

▽ところ：蒲江地区公民館

▽とき：10月22日(土)9時～20時、23日(日)9時～16時30分▽内容：日本画、洋画、彫刻、工芸、デザイン、書道、写真、陶芸、生け花、俳句などの展示

※幼稚園や小学校の書写図工作品展も同時開催

芸能発表会

▽とき：10月23日(日)11時～▽内容：舞踊、歌謡、フラダンス、大正琴、コーラス、詩吟など

▽問い合わせ：蒲江地区公民館(☎421113)

「みかんの木」オーナー募集

西上浦地域振興協議会が、管理育成を行います。収穫されたみかんはすべてオーナーの所有物になります。収穫や配送(着払い)の受付も行います。詳しくはお問い合わせください。

▽募集期間：10月12日(水)～31日(月)▽栽培場所：佐

大分県立佐伯支援学校 風の子まつり

多くの皆様のご来場をお待ちしています。

▽とき：10月29日(土)9時20分～14時10分(雨天時も実施)▽ところ：佐伯支援学校(佐伯市木立)▽内容：児童たちのステージ発表や作品展示・販売、福祉事業所の物品販売など▽問い合わせ：佐伯支援学校(☎3144)

おゆずりします

▽百科事典(3種類、全98冊)：西嶋(☎460732)

▽整理ダンス(7段、桜の木で作られたもの)、押し花の器具一式：清家(☎462723)

▽ネコ(生後2か月、キジ2匹、黒白1匹)：匿名(☎8064107863)

▽ネコ(生後2か月、黒メス、白黒メス、白黒オス、キジメス)：匿名(☎090-538214765)

つく丸 お家の前で、見て買えます。

軽トラにたっぷり300品目! 見て買って、注文もできる! とっても便利な移動スーパー!

お刺身、寿司、惣菜、お肉、野菜・果物、パン、お菓子、日用品。

移動スーパーつく丸 訪問先募集中!

●お問い合わせは、お気軽にお電話で… ユーマートとつく丸 TEL22-2299

ちりめん細工作品展

10月8日(土)12時～16時
9日(日)10時～15時

下げ飾り ミニ着物 人形 花 動物 干支 御馳走 その他多数

場所 佐伯文化会館 特別会議室
石村 ☎ 080-2018-4262

蜂駆除

スズメバチ アシナガバチ ミツバチ 危険な蜂の駆除と巣の撤去 おまかせください!

住居整理・遺品整理
不用品の処分
草刈り・空家管理
お墓掃除

一般社団法人 **困り事お助け協会**

TEL 0972-22-7722
内町1-11 kiraku 1F-101

伯市狩生▽募集本数：2～4本1万円を40組(2～4本で25kg程度収穫可)▽申込み・問い合わせ：西上浦地域振興協議会・大星(☎801278015342)

※土日祝日を除く8時30分～17時



図書館だより

佐伯図書館 (☎24-1010)



※10年間利用のない「かしだしけん」は利用できません。
再度利用するためには新規登録が必要です。

開館時間 佐伯図書館：9時～20時
※土・日・祝日は17時に閉館
視聴覚センター：9時～17時

休館日(10月)3日、10日、17日、24日、31日(月末整理日)

※休館日の本の返却は、ブックポストへ。

佐伯図書館・視聴覚センターの催し

紙芝居・絵本読み聞かせ

- と き 毎週土曜日 10時～
- ところ 視聴覚センター1階 えほんワールド

こぐま紙芝居

- 10月12日(水) 15時～
／ひがしなかよしクラブ、海の子児童クラブ
- 10月26日(水) 15時～
／めだか児童クラブ、星の子児童クラブ

主な新着本(10月)の紹介

【一般書】

おおあたり(畠中恵)／夜を乗り越える(又吉直樹)／老いも病も受け入れよう(瀬戸内寂聴)

【児童書】

おならくらげ(ささきあり)／シロガラス4(佐藤多佳子)
／絵本はなちゃんのみそ汁(安武信吾)

オープンエアライブラリー

移動図書館車「こぐま号」がやって来ます。
テーブルでコーヒー片手に、気軽に読書を楽しんでみませんか?

- と き 10月15日(土)12時～16時
- ところ トキハイндastreetー佐伯店
(正面入口横の広場)

市民文化講座(入場無料)

- と き 10月22日(土)13時30分～
- ところ 視聴覚センター
- 演 題 「東日本大震災と熊本地震」
～被災地での支援活動を通じて～
- 語り手 東京農業大学復興支援隊初代隊長
もろはし 諸橋賢一氏
- 聞き手 防災士 西山隆氏

今月のこの1冊!

～内容紹介～

柿の加工・保存・調理がぜんぶわかる、柿をムダなく使いきるための本。2週間足らずでできるスピード柿渋、カビをださない干し柿、柿産地農家の料理レシピなどを収録。



「柿づくし」
著：濱崎 貞弘

「図書交換市」開催!

事前に図書館カウンターに本をお持ちいただくと、その場で図書交換券を差し上げます。交換券は、交換市当日に枚数分の本と交換ができます。

■と き

- ①11月5日(土)、6日(日)9時10分～16時30分
- ②11月8日(火)、9日(水)9時10分～17時
- ※8日、9日は、交換券なしで20冊まで本の持ち帰りができます。

■ところ 視聴覚センター2階

■本の持込期間 10月1日(土)～30日(日)

※交換券は1日10枚まで(10冊以上の本を持ち込んでも交換券は10枚までしかお渡しできません)。

■その他

- 破損・汚損した本や雑誌類は不可。
- マンガ類は単行本に限り交換できます。
- 「かしだしけん」をつくろうキャンペーンでお渡しした交換券も利用できます。
- マイバックを各自で用意してください。

交換市期間中、図書館除籍本の無料配布も行っています。

- と き 11月5日(土)～9日(水)
9時～17時 ※休館日は除く
- ところ 1階フロア

ビブリオバトル

発表者(ビブリオバトラー)たちが、おもしろいと思う本の魅力を5分間で紹介しあい、「読みたくなった」と思った聴衆の投票数で勝敗が決まるビブリオバトル。

決勝戦の様子を、観戦してみませんか。

- と き 11月13日(日)15時～16時
- ところ 視聴覚センター2階シアター

＋ 急に体調が悪くなったら…

休日当番医と小児救急当番医のお知らせ

当番医は変更する場合があります。事前に佐伯市医師会救急情報センターの当番医情報で確認してください。

◆当番医情報…☎24-0112(土・日・祝日とその前日のみ)

●診療時間：9時～17時

休日当番医

	月 日	医療機関名	住 所	電話番号
医 科	10月 9日	秋山医院	向島2丁目	23-3177
		佐伯眼科	常盤西町	25-1500
	10月10日	馬場内科クリニック	長島町2丁目	20-3344
		島村耳鼻咽喉科	中の島1丁目	20-3387
10月16日	城東医院	中村東町	22-0140	
	大内クリニック	上浦津井浦	32-2179	
歯 科	10月 9日	鶴岡クリニック	鶴望	22-5199
	10月10日	タケオ歯科医院	蒲江浦	42-1770
	10月16日	つるかお歯科医院	鶴岡町3丁目	23-7330

◎西田病院(鶴岡西町2丁目)、長門記念病院(鶴岡町1丁目)、御手洗病院(蒲江浦)、佐伯中央病院(常盤東町)は常時受付

小児救急当番医

※受入患者：救急医療を要する子ども

※時間外の対応となり、通常の診療体制とは異なります。

日 曜

●診療時間：10時～12時

月 日	医療機関名	住 所	電話番号
10月 9日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965
10月16日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070

祝日は、桑畑小児科医院(9時以降、早めの時間)塩月内科小児科医院(8時以降)に電話でお問い合わせください。

平日時間外

●診療時間：17時～19時
(祝日除く)

曜日	医療機関名	住 所	電話番号
月曜日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
火曜日	西田病院小児科	鶴岡西町2丁目	22-0180
水曜日	西田病院小児科	鶴岡西町2丁目	22-0180
木曜日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965
金曜日	西田病院小児科	鶴岡西町2丁目	22-0180

●受診する際は、医療機関に必ず電話でご連絡ください。

市役所の電話番号

☎宇目振興局(☎52-1111)

☎市役所本庁(☎22-3111) ☎直川振興局(☎58-2111)

☎上浦振興局(☎32-3111) ☎鶴見振興局(☎33-1111)

☎弥生振興局(☎46-1111) ☎米水津振興局(☎35-6111)

☎本匠振興局(☎56-5111) ☎蒲江振興局(☎42-1111)

みんなで
取り組もう!

エコ活動

エコドライブに取り組もう

安全運転で、地球にも優しく(CO₂排出削減)、財布にも優しい(燃費向上)エコドライブを目指しましょう。

- 車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転をしましょう。
- エアコンは適切に使用しましょう。
- ムダなアイドリングはやめましょう。
- 走行の妨げとなる駐車はやめましょう。
- 自分の車の燃費を把握しましょう。



《問い合わせ》

環境対策課環境企画係(☎22-3995)

広報クイズ?

問題

開業○周年を迎える浅海井駅。10月30日(日)は、駅周辺で様々な催しが同時開催されます!

○に入る文字を当ててください。答えは市報の中にあります。ハガキに答えと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、〒876-8585 佐伯市中村南町1-1 佐伯市役所公聴広報課広報係へご応募ください。10月14日(金)までの消印有効です。

正解者の中から3人に記念品(図書カード500円分)を差し上げます。

9月1日号の正解は「夢」でした。

正解者41人のうち、次の方々が当選しました。おめでとうございます。

- 金田 文敏 さん(中の島)
- 狩生 英子 さん(弥生大坂本)
- 松下 由美子 さん(直川赤木)

市報発行日と締切日のお知らせ

10月15日号の発行予定日 10月17日(月)

11月1日号の原稿締切日 10月7日(金)

※各世帯に配布されるまで日数がかかるため、市報発行日を含む5日以内に開催される催しや募集期限があるお知らせについては掲載できません。

公聴広報課広報係(本庁舎2階、☎22-3281)



健康づくりにあと一皿！ 食推さんの減塩・野菜料理



色いろ☆ごまドレサラダ

材 料	分量（2人分）
モヤシ	30g
キュウリ	20g
ニンジン	15g
ロースハム	10g
スイートコーン	16g
酢	大さじ1強
砂糖	小さじ1強
塩	小さじ1/6弱
ゴマ油	小さじ1弱
すりゴマ	小さじ1

（1人分）58キロカロリー・塩分0.57g

【作り方】

- ①モヤシは、ひげをとる。
キュウリは、斜めに薄く切ってから千切りにする。
ニンジン、ロースハムも千切りにする。
スイートコーン（缶詰）は、水気を切っておく。
- ②鍋に湯を沸かし、モヤシをゆで、同じ湯でニンジンをゆでる。
- ③酢・砂糖・塩・ゴマ油・すりゴマを混ぜ合わせてドレッシングを作り、野菜・ハム・コーンを和える。

食欲の秋です。野菜料理も食べてくださいね。カルシウム豊富なゴマを使ったサラダをどうぞ。

食推協 宇目支部

《問い合わせ》健康増進課保健係 ☎23-4500

歴史資料館 特別展

岡藩うめの郷 ～ 鉾山と祈り～

岡藩の領地だった江戸時代の宇目地区では、佐伯藩とは違う独自の地域文化が栄えました。本展では、木浦鉾山やキリシタン文化などにまつわる資料を展示し、近世の宇目の魅力に迫ります。

■とき 10月14日（金）～11月27日（日）
9時～17時（入館は16時30分まで）

■休館日 毎週月曜日

■ところ 歴史資料館1階展示室

■観覧料 一般300円（15人以上の団体は200円）、小・中・高校生無料

※11月19日（土）・20日（日）は「西日本B-1 グランプリin佐伯」開催のため無料

■展示解説 10月23日（日）、11月6日（日）、20日（日）13時30分～（30分程度）



きりしたん えかがみ
切支丹柄鏡
(個人蔵)

《臨時休館のお知らせ》
特別展の準備作業のため10月12日（水）・13日（木）は臨時休館いたします。

《問い合わせ》歴史資料館 ☎20700

今月の表紙

9月10日・11日、大宮八幡神社の秋の大祭「五丁の市」が行われました。

鮮やかな大漁旗で飾られたジョーヤラ船は、笹良目港を五丁の浜へ向け出発。船の上では、彦陽中学校の生徒たちが、大漁を祈願する勇壮なジョーヤラ踊りを披露しました。

また、船が立ち寄った佐伯魚市場では盛大に餅まきも行われ、多くの人でにぎわいを見せていました。

編集後記

休日には、2歳になる息子と夕食の買い出し。想像以上に激戦でした。

お店に入ると、駄菓子やガチャガチャなどの誘惑が……。さらに包装紙の有名キャラクターがニッコリほほえんでいるからたまりません。

「ダメー！」を連発する父親を相手に、息子はついに必殺技を習得。「大の字で地面にはいつくばり、大声で訴える」アレです。

反響する声と周囲の視線でひるんだ私の横で、買ってもらえることを確信した息子。勝ち取ったジュースを高々と持ち上げるポーズは「乾杯」そのもの。父親は「完敗」そのもの。（松下健）