

CONTENTS

- ●平成28年度佐伯市職員採用試験 …… ②
- ●出展団体が決定! 「西日本B-1グランプリin 佐伯」 ……… ③



平成28年度 佐伯市職員採用試験

試験案内と申込書は、総務課職員係(本庁舎5階)または各振興局地域振興課で平日の8時30分から17時の間に配布するほか、市のホームページから印刷もできます。

申込書に必要書類を添付して、総務課職員係 に郵送または持参してください。

■第1次試験日/会場

9月18日(日)

/鶴谷中学校及び佐伯市消防署

■申込期限(当日消印有効)

8月25日 (木)

■その他

- ・採用は、平成29年4月1日の予定です。
- •採用予定数は変更になることがあります。
- ・地方公務員法第16条に該当する人は受験できません。
- •採用後、佐伯市内に居住することを原則とします。
- 消防士については、日本国籍を有することを 条件とし、救急救命士の免許取得者は考慮し ます。
- 詳しくは、試験案内で確認してください。

〔募集する職種及び受験資格など〕

職種	試験区分	学歴・資格など	予定数
	大学卒業 程度	昭和62年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人で、大学を卒業した人または同程度の学力を有する人	10人 程度
	短大卒業 程度	平成3年4月2日以降に生まれた人で、短大を卒業した人	若干名
	高校卒業 程度	平成7年4月2日以降に生まれた人で、高校を卒業した人	若干名
事務職	社会人枠 (高校卒業 程度)	・昭和56年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた人で、高校を卒業した人 ・民間企業などでの職務経験が5年以上ある人 ※職務経験とは、週30時間以上の勤務を1年以上継続していた期間が該当します (詳しくは試験案内で確認してください)	若干名
	身体障がい 者(高校卒 業程度)	昭和56年4月2日以降に生まれた人で、身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている人(詳しくは試験案内で確認してください)	若干名
建築技術職	大学卒業 程度	昭和62年4月2日以降に生まれた人で、大学(短大を除く)で建築課程を専攻し卒業した人	若干名
土木	短大卒業 程度	昭和62年4月2日以降に生まれた人で、短大または大学で土木課程を専攻し 卒業した人	若干名
技術職	高校卒業 程度	平成7年4月2日以降に生まれた人で、高校で土木課程を専攻し卒業した人	若干名
機械 技術職	短大卒業 程度	昭和62年4月2日以降に生まれた人で、短大または大学で機械工学課程を専攻し卒業した人	若干名
保健師	大学卒業 程度	昭和62年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有する人	若干名
臨床心理士	大学卒業 程度	昭和56年4月2日以降に生まれた人で、臨床心理士の資格を有する人	若干名
保育士 幼稚園教諭	短大卒業 程度	平成3年4月2日以降に生まれた人で、保育士と幼稚園教諭の両方の資格を有する人	4人 程度
消防士	高校卒業 程度	平成3年4月2日以降に生まれた人で、視力(矯正視力を含む)が両眼で 0.7 以上、かつ、一眼での視力がそれぞれ 0.3 以上あり、色覚・聴力・四肢いずれも正常な人	4 人 程度

- ※「卒業した人」は、平成29年3月31日までに卒業見込みの人を含みます。
- ※ 臨床心理士以外の「資格」は、平成29年3月31日までに取得見込みの人を含みます。
- ※「短大」は、同等と認められる学校を含みます。

《申込み・問い合わせ》総務課職員係(**☎**22-4154)



11月19日、20日 開催!!

西日本B-1グランプリin佐伯 実行委員会事務局(☎22-3942)



話題



全23団体の出展が決定!

「西日本B-1グランプリin佐伯」の やでも 出展団体が決定し、7月15日、佐伯文化会館下櫓 門前で発表会が開かれました。

発表会では、佐伯豊南高校の生徒が出展団体ののぼり旗を手に、B-1グランプリのテーマ曲に合わせ櫓門から次々に登場しました。

今回全国各地から佐伯を盛り上げに集結する総勢23団体。どんな団体がやってくるのか。皆さん、 今から確認しておきましょう!

投票対象団体

- 日田やきそば研究会(大分県日田市)
- 対馬とんちゃん部隊(長崎県対馬市)
- 小浜ちゃんぽん愛好会(長崎県雲仙市)
- 大村あま辛カレーうまか隊! (長崎県大村市)
- 佐賀市はシシリアンライスdeどっとこむ (佐賀市)
- •田川ホルモン喰楽歩(福岡県田川市)
- **須崎鍋焼きラーメンプロジェクトX** (高知県須崎市)
- 今治焼豚玉子飯世界普及委員会 (愛媛県今治市)
- とくしま豆天玉連 (徳島市)
- 備後府中焼きを広める会 (広島県府中市)
- ひるぜん焼そば好いとん会 (岡山県真庭市)
- 津山ホルモンうどん研究会 (岡山県津山市)
- ・出雲ぜんざい学会(島根県出雲市)
- 鳥取とうふちくわ総研(鳥取市)
- うまいでえ!加古川かつめしの会 (兵庫県加古川市)
- あかし玉子焼ひろめ隊(兵庫県明石市)
- 伏見稲荷寿司ひろめ隊(京都市伏見区)
- 高槻うどんギョーザの会 (大阪府高槻市)

投票对象外团体

過去のB-1グランプリ全国大会 上位入賞団体

- 甲府鳥もつ煮でみなさまの縁をとりもつ隊 (山梨県甲府市、「B-1グランプリin厚木 |優勝)
- ・八戸せんべい汁研究所 (青森県八戸市、「B-1グランプリin北九州 |優勝)
- 十和田バラ焼きゼミナール (青森県十和田市、B-1グランプリin郡山 |優勝)
- 津ぎょうざ小学校 (三重県津市、B-1グランプリin十和田」第3位)

開催地ホスト団体

• 佐伯ごまだしうどん大作戦



- ※B-1 グランプリ当日は、投票対象団体の中から気に入った「まちおこし団体」に箸で投票し、その箸の総重量で順位を決定します。
- ※「投票対象外団体」は、これまでのB-1 グランプリ全国大会での上位入賞団体と開催地ホスト団体であり、この団体へ投票することはできません。

市役所からのお知らせ

旬

(特別児童扶養手当は8月

該当者

算額が変わります

第2子以降の加算額が変わります児童扶養手当の

SAIKI INFORMATION

~満40歳・50歳・60歳の皆さんへ~歯周病検診に行きましょう!

P T C

ニング)

各協力医療機関

(和楽内、☎2345 健康增進課保健係



1 9 9

5 3 4

状態を調べます)、

月2日~昭和32年4月1日生まれ)

■検診内容

問診、

歯周組織検査(歯と歯ぐきの健康

和42年4月1日生まれ)/

60歳(昭和31年4

日生まれ)/50歳(昭和41年4月2日~昭4歳(昭和51年4月2日~昭和52年4月

40歳(昭和51年4月2日~

するものです。

不審に思ったら、

ぐにご連絡ください

上ららりです。不審に思ったら、すMに誘導して現金を引き出させたり

シュカードをだまし取ったり、 る」などと言って高齢者からキャ

さい

月

問い合わせ》

1日(木)~12月31日(土)

※対象者には、8月中旬に受診券と協力医 希望する医療機関に直接予約をしてくだ 療機関の一覧表をお送りします。 (専門的な歯と歯ぐきのクリ 歯科医師による結果説 受診を

佐伯市保険年金課・後期高齢者医療広域連合からのお知らせ

品より安価です。 認されたもので、

療上同等のものとして製造販売が承品(新薬)の特許が切れた後に、治

をご存知ですか?

ジェネリック医薬品は、

先発医薬

■後発医薬品(ジェネリック医薬品)

°, ので、医師や薬剤師に提示して相談ク希望カード」をお送りしています 7月に保険証と一緒に「ジェネリッ してください ジェネリック医薬品を希望する人 医師や薬剤師に相談してくださ 後期高齢者医療保険の対象者は、

《問い合わせ》

大分県後期高齢者医療広域連合 保険年金課国民健康保険係 22 3

SAIKI INFORMATION •

この機会にぜひ、

歯周病検診を受けましょう。

は心疾患や糖尿病などの原因にもなります

つまでも健康な生活を送るためにも、

大半が歯周病によるものです。また、歯周病

する病気です。

²。40歳以降に歯を失う原因の症状に気がつかず静かに進行

歯周病は、

訪問健康相談を行います

A T

い合わせ》

SAIKI INFORMATION

手当の現況届の提出はお早めに

に は 7 るには現況届の提出が必要です。 「ひとり親家庭等医療費助成」を受給す 「児童扶養手当」、「特別児童扶養手当」、 現況届の提出はお早めに

※土・日・祝日を除く ○特別児童扶養手当 31日(水)

間中に届出がないと12月1日以降の 必要です)。 あります(支給停止中の人も届出が ひとり親家庭等医療費助成は、

8月12日(金)~9月12日(月)

現況届の提出がない場合~

円 (※)

児童扶養手当·特別児童扶養手当

医療費の助成が受けられなくなりま は、手当が支給されなくなることが

確認の上、手続きしてください。上旬)に案内文書を発送していますので ○児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費 助成 届出期間 8月 · 月下

日(月)~

〜期間中に

【加算額の変更内容】

第2子加算額 全部支給:一部支給::5, 0 0 0 円

第3子以降加算額 全部支給:一部支給:3,

0 0

第2子加算額 全部支給…1万円 一部支給…5, 000

円

9

9

9 0

第3子以降加算額 全部支給…6, 一部支給…3, 0 0 0 0 0 円円

8月12日(金)

※一部支給の加算額は受給者の所得に応 じて決定します。

福祉係(本庁舎2階48番窓口、 《届出・問い合わせ》こども福祉課こども または各振興局地域振興課 **2**2 3 9

5, 9 9

SAIKI INFORMATION •

は、加算額に変更はありません。給し児童扶養手当の支給を受けている人 必要ありません)。なお、公的年金を受 8月1日から、第2子以降の手当の (変更に関する届出 は加

受けることができます。 や耐震化についてのアド さを調べ、 形状や間取りから地震に対する強 す。簡易ではありますが、 市が建築士事務所協会と協力し

木造住宅の簡易耐震診断を実施します

直接支払い) ・昭和56年5月31日以前に着工さ次の条件すべてに該当する住宅 ■申込期限 ■募集件数 ハブなどを吟れた木造の ます。 9月5日(月)~9日 地上階数が2階以下の住宅 ブなどを除く)

0

0

Ŏ 円

(建築士

金)

ただければ、短時間で実施でき※当日、住宅の図面を用意しているります。 建築住宅課建築指導係 《申込み・問い合わせ》 (本庁舎4

を対象に訪問健康相談を行ら、市内在住の約100人ら、市内在住の約100人国民健康保険と後期高齢 います。

歌員を装った還付金詐欺が発生して

その多くは、

「医療費の戻りが

ッあ

■還付金詐欺にご注意を−

全国各地で、

市役所や広域連合の

対象者には、案内をお送て、健康管理や日常生活なて、健康管理や日常生活ないずれか)が自宅を訪問しいずれか)が自宅を訪問しいがれか)が自宅を訪問し を行 お願い をもった健康相談員 これは、 行いますので、ご協力をして訪問日時などの調整 が自宅を訪問し即・管理栄養士の 専門知識と経験 (保健

一般的に先発医薬

保険年金課国民健康保険係

-バイスを

建築士からリフォー

地震への備えは、

大丈夫です

住宅の簡易耐震診断を行

いま

住宅の

報 あ 5かると...

市役所からのお知らせ

SAIKI INFORMATION

SAIKI INFORMATION

原爆死没者と戦没者への黙とうをお願いします

8月9日(火)

11時2分

とき

8月6日(土) (広島平和記念日 8時15 分

8月15日(月) 長崎原爆の日 12 時

終戦記念日

ます。 利用して1分間サイレンを鳴らし ご理解とご協力をお願い 市内全地域で防災スピーカーを します。

総務課総務係

223 663

問い合わせ

人権市民講座(前期)

※気象状況などにより、

サイレン

を取りやめる場合もあります。

を願って黙とうを行うため、

日程でサイレンを鳴らします。

冥福をお祈りし、

世界平和の実現

弾の犠牲になった方々や戦没者の

広島、

長崎に投下された原子爆

受講料は無料です。

お気軽にご参

※時間はすべて13 一日程と内容

時

30

分

15

時

定員 80 人

とき 演題 講師 思いやりの心 大分県人権問題 8月5日 ~なぜ差別は続くのか~ 講師団 (金) (同和問題 I) 足立 完治氏 ありのままに生きること 大分県人権教育 8月18日 ~この世に命をいただいて~ 啓発推進協議会 (木) (同和問題Ⅱ) 橋本 純子 氏 大分県人権教育 10月7日 啓発推進協議会 障がいのある人の人権問題 (金) 疋田 正三 氏

大会議室

ところ 市役所本庁舎6階 希望する人は連絡をお願いします。 加ください。参加者数確認のため、

定別をなくす運動月間です

は、 社会福祉課人権·社会·指導監査係 される社会でなければなりません。 問題について考えてください。そして ています。 るため各種啓発事業を集中的に実施 動月間」と定め、同和問題の解決を図 結婚に反対されたり…。 いません。就職で不公平に扱われたり います。 るようになりました。 職業選択の自由などを奪われ差別され 身分とされた人たちは、 を守るために身分制度を強化し、 問い合わせ 八権の大切さを認識してください。 私たちの社会はすべての人が大切に 日本固有の人権問題である同和問題 これが同和問題の始まりといわれて この機会に、あなたももう一度同和 大分県では8月を「差別をなくす運 江戸時代、 今日においても、なお解決しては 徳川幕府はその支配体制 転居の自由や

223971)

7

低い

認知症は誰でもなる可能性のある病気です

~85歳以上の4人に1人にその症状があるといわれています~

市は、認知症になっても住み慣れた場所で、安心して、自分らしく 暮らし続けるための地域づくりを目指して、認知症に関するさまざま な施策に取り組んでいます。



【1】認知症を理解するために

■認知症サポーター養成講座

希望する地域·団体·学校などに出向いて 行います。お気軽にご相談ください。

■市民公開講座

認知症の予防や治療に関する講座を行います。

【2】適時·適切な医療·介護などの 提供のために

- ■認知症疾患医療センターの設置 長門記念病院に設置しています。
- ■早期発見、早期対応への仕組みづくり
- ■医療・介護従事者への研修会の開催

【3】若年性認知症の人のために

■若年性認知症の相談窓□

認知症の人と家族の会大分県支部(大分県介護研修センター内、☎097-552-6897)にご相談ください。

※地域包括支援センターでも相談を受け付けています。

【4】認知症の人の介護者の支援

- ■認知症カフェの開所・支援 なかまちプラザ、ケアタウンながとで実施
- ■「認知症の人と家族の会」との連携・協力 ○と き 毎月第2金曜日11時~13時 ○ところ 老人福祉センター
- ■介護教室の開催

【5】高齢者にやさしい地域づくり のために

■モデル地区による取組(西上浦地区ほか)

- 地区協議会 先進地視察
- 認知症サポーター養成講座
- 認知症SOSネットワーク捜索模擬訓練

■先進地の施策を学ぶ講演会の開催

- ○と き 10月23日(日)
- ○ところ 弥生文化会館

【6】認知症の予防法・早期発見のために

■おたっしゃ出前教室

65歳以上の人で、5人以上の要望があれば開催します(申込みが必要です)。

- ○**脳の健康チェック**(タッチパネルなど)
- ○ころばない身体チェック
- ○介護予防講話

認知症の人や、その家族の思いを大切にして、 取組を進めていきます。



《問い合わせ》地域包括支援センター(☎23-1632、FAX23-1661)

サイキッズ

スポーツ体験教室

子どもの体力・運動能力を向上させるためには、スポーツに親しむ習慣づくりが重要です。教室では、8つのスポーツすべてを楽しく体験することができます。

- ■対象 小学1~3年生
- 定員 24人(先着順)
- ■期日/対象競技

8月29日(月)セーリング、

- 9月24日(土)陸上、10月22日(土)水泳
- ※その他の競技(体操、バドミントン、サッカー、野球、テニス)の日程は、決定後参加者にお伝えします。
- ※時間はすべて9時30分~11時30分
- ■参加料 800円(保険料)
- ■申込方法 体育保健課に備え付けの申込用 紙に参加料を添えてお申し込みください。
- ■申込期限 8月19日(金)

《申込み・問い合わせ》

体育保健課スポーツ振興係 (まな美1階、☎22-4062)



大分県民体育大会が開催されます

第69回大分県民体育大会が県北ブロック (中津市・豊後高田市・宇佐市)を中心に開催 されます。佐伯市では、レスリング競技が9 月11日(日)に日本文理大学附属高校体育館 で開催されます。

佐伯市代表として出場する選手の皆さんの 勇姿に、熱い声援をお願いします。

■とき

9月10日(土)~12日(月)

※一部先行開催をする競技もあります。

■ところ

中津市・豊後高田市・宇佐市・佐伯市ほか

《問い合わせ》

体育保健課スポーツ振興係(☎22-4062)

労使関係セミナー

労働問題について理解を深めませんか。

- ■とき 8月23日(火) 13時30分~15時30分 (受付13時~)
- ■ところ 大分県佐伯総合庁舎4階 大会議室
- ■演題 『メンタルヘルスとストレスチェック』
- ■講師 NPO法人リラクセーション桜理事長 吉岡尚美氏
- ■参加料 無料
- ※講演のほかに、「無期転換ルール」対応の 説明もあります。

《申込み・問い合わせ》

大分県雇用労働政策課(☎097-506-3354)

みかんの害虫一斉防除に ご協力を!

うんしゅう わ せ

「温州(早生・普通)、小みかん、ポンカン、はるみ、キンカン、大分果研4号、タチバナ」を栽培している人は、ミカンバエの発生を防ぐため、次の期間中に薬剤散布を行ってください。

なお、薬剤を散布する際は適正な量を使用 し、近隣の田畑への飛散防止を心がけるなど、 十分注意してください。

■期間 8月13日(土)~21日(日)、 8月27日(土)~9月4日(日)

《問い合わせ》

農林課園芸振興係 (☎22-3239)

ファーマーススクール現地説明会

市では、新規就農するために栽培技術など を研修する「佐伯市ファーマーズスクール」 の研修生を募集しています。

第1回現地説明会を次のとおり開催します。 参加を希望する人は、事前にお申し込みくだ さい。

- ■とき 8月21日(日)10時~16時
- ■ところ 市役所本庁舎3階301会議室
- ■内容 説明会・面談・栽培施設の見学など

《申込み・問い合わせ》農林課(☎22-3239)

乳がん検診(マンモグラフィー検査)・腹部超音波検査 〈予約制〉



◆乳がん検診(マンモグラフィー検査)

予約期間の8時30分から17時までにお申し込みください。

【対象】40歳以上の女性(昭和52年4月1日以前に生まれた人) 【自己負担金】1,000円

検診日 受付		受付時間	会場	予約期間	申込み・問い合わせ
	20口(水)	9:30 ~ 10:30	夏井公民館		かま は) H = I かき / ズ
9	28日(水)	11:00~11:30 津井	津井公民館	8月22日(月)	健康増進課健診係
月	月 29日(木)	9:00 ~ 10:00	上浦 B&G 海洋センター	~26日(金)	和楽 1 階 2 3-7022
		10:30 ~ 11:30	 上浦保健センター		A 25 7022

当日会場で、20歳以上の女性を対象に子宮頸がん検診(500円)も行いますのでご利用ください(予約不要)。

◆腹部超音波検査 (肝臓・胆のう・腎臓・すい臓などの検査)

【対象】40歳以上の人(昭和52年4月1日以前に生まれた人) 【自己負担金】3,240円

6日(水)

全国山村振興連盟理事会

(東京都)

13日(水)

• 陸上自衛隊湯布院駐屯地司令来訪

• 原水禁キャラバン隊来訪

5日(火)

JR九州役員との意見交換会 新入職員との意見交換会

都内企業訪問

(東京都

· ~6 🗒

分遣隊)

	検診日	受付時間	会場	予約期間	申込み・問い合わせ
9 月	8日(木)	8:30 ~ 11:00	上浦保健センター	8月8日(月) ~12日(金)	健康増進課健診係 和楽1階 ☎23-7022

《問い合わせ》健康増進課健診係(和楽内、☎23-7022)

佐伯市人権教育・啓発推進協議会総 会(市役所)

弥生母親クラブ「ほっとまま」農林 国土交通省技監との懇談 水産大臣賞受賞報告 (市内)

(櫓門前)

8日(金)

7日(木) 社会を明るくする運動佐伯大会(弥

危機管理研修会 (大分市)

生文化会館

14日(木) • 海上自衛隊潜水艦隊司令官来訪

• 高校卒業予定者に対する求人確保要 • 大分県離島振興協議会総会(大分市

15日(金)

• 佐伯市都市計画審議会(市役所) 「B-1グランプリ」 出展団体発表会 請(市役所)

西嶋市長の主な公務日誌 (7月1日~15日)

1日(金)

主要地方道日之影宇目線整備促進期 社会を明るくする運動メッセージ伝 達式(市役所)

2日(土)

成会総会(市役所)

社会を明るくする運動 街頭キャン

4日(月)

ペーン(市内)

定例記者発表

三股憲基氏剣道八段合格報告に来訪

• 大分県国民健康保険団体連合会理事 会(大分市)

• 佐伯市自衛隊協力会総会

(佐伯基地

12日(火) • 石井ツタヱさん100歳お祝い訪問 • 佐伯市地区交流こんばんはバレ ボール大会開会式(総合体育館)

11日(月)

• 大分県まち・ひと・しごと創生本部 会議(大分市)



2016 さいき火まつり

~謝恩納涼花火大会~

迫力満点の尺玉花火を含む約3,000発の花火が 夏の夜空を彩ります。市民総踊りや太鼓の演奏など の催しもあります。

■と き 8月11日(木)

※荒天時は8月12日(金)に順延

18時10分~ 神事·太鼓演奏

18時50分~ 市民総踊り大会

19時40分~ 花火大会

■ところ 佐伯魚市場周辺

※昨年とは会場が変更されています。

■駐車場

漁協奥埠頭(300台)/

鶴谷埠頭(150台)/ 市役所

(130台・シャトルバス有)

※濃霞グラウンド周辺駐車

場は、有料観覧者専用の駐車場となります。

■無料シャトルバス

市役所~大分バス営業所付近(駅前2丁目)

■交通規制

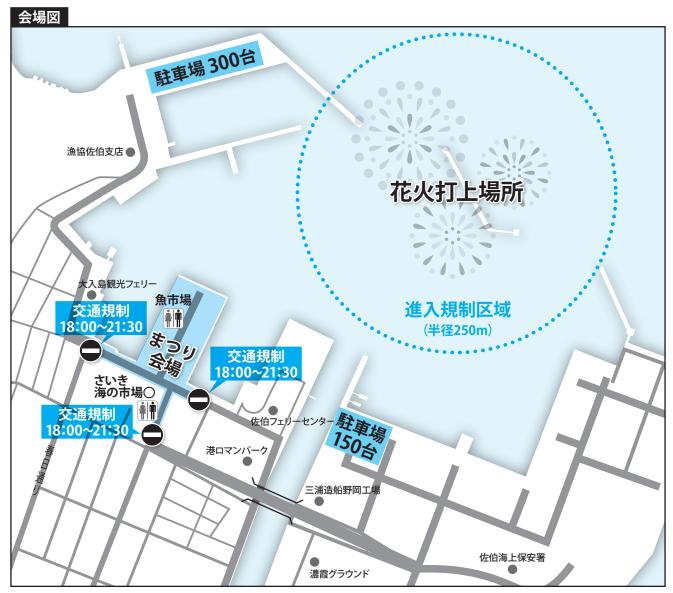
当日は、交通規制が実施されます。ご理解・ ご協力をお願いします。

【規制時間】

18時~21時30分

【規制箇所】

会場周辺地域の道路及び海上(下図のとおり)



《問い合わせ》

佐伯商工会議所(☎22-1550)※当日の開催情報は、商工会議所のホームページでご確認ください。

水彩画小品展/まな美

入場料は無料です。

《問い合わせ》

カルチャーサロン水彩教室・後藤(**☎**23-2833)

8月15日(月)18時30分~

なおかわ夏祭り/直川源六原グラウンド

ステージイベントのほか、盆踊り大会やお楽しみ 抽選会、約1,000発の花火大会を行います。

《問い合わせ》直川振興局地域振興課(☎58-2111)

8月20日(土)18時30分~

鶴岡地区盆踊り大会/鶴岡小学校グラウンド

《問い合わせ》鶴岡地区公民館(☎23-0601)

8月21日(日)

風流・杖踊/植松愛宕神社(9時30分~)、 尺間天満神社(12時~)

県指定無形民俗文化財で、400年以上の歴史があ る伝統行事です。奉納される勇壮な「杖踊」は、中 世歌謡や民俗芸能を今に伝える貴重なもので、一見 の価値があります。

《問い合わせ》観光協会弥生支部(☎46-1111)



8月7日(日)18時30分~

第16回水辺の里の音楽会/道の駅やよい

吹奏楽の野外演奏会です。皆さんも聴いたことが ある「あの曲」が演奏されるかも!?ゲストには佐 伯豊南高校吹奏楽部ブルーウィングスもやってきま す。道の駅やよい夜市も同時開催。食とともに音を 味わう夕べをお楽しみください。

《問い合わせ》

弥生吹奏楽団・市原(☎090-5296-3351)

8月20日(土)19時~(受付:18時30分~)

堅田おどりの夕べ/総合運動公園駐車場

300年ほど前から続く、歴史ある踊りです。県選 択無形民俗文化財に指定された優美な踊りをお楽し みください。踊りの後にはお楽しみ抽選会もありま

《問い合わせ》下堅田地区公民館(☎23-1531)



チキン南蛮発祥のまち

10月9日 開催

テーマは「のべおかのおいしい革命」

- 一般講座 参加費 各 500 円 会場 野口記念館
 - オープニング

12.45~

■ のべおかテロワール

 $13:00 \sim 14:15$

~延岡の風土に代々受け継がれてきた食文化~

講師 安藤和津 鈴木久泰 宮川順子 山本益博 吉田善兵衛

■ 美食と健康とダイエット $14:45 \sim 16:00$

講師 勝間和代 安藤和津 白澤卓二

三國清三 鎧塚俊彦

■ 知らなかった!世界の食文化 16:30 ~ 17:45 講師 山本益博 三國清三 宮川順子 吉村作治

夜楽 時間 19 時~ 21 時 参加費 6,000 円



会場 ○味処 国技館

○松乃寿し

○日本料理 高浜

※詳細は延岡市ホームページで ご確認ください。

チケット申し込み方法

■ 一般講座 8月11日(木・祝)10時より販売開始

販売場所 ▶全国のセブンイレブン、サークルK、サンクス

▶チケットぴあ (インターネット、電話予約システム)

▶延岡市役所企画課(8時30分~17時15分、平日のみ)

▶延岡総合文化センター(9時~18時、火曜日休み)

※一人1講座につき4枚まで購入できます。

往復はがきで申込 ■ 夜楽

※はがきに記載する内容などは延岡市ホームページ でご確認ください。

※一人1店舗のみ2枚まで申込できます。 ※申込多数の場合は、抽選となります。

問い合わせ

わがく

エンジン 02 in のべおか 実行委員会事務局

〒882-8686 延岡市東本小路2番地1 (延岡市役所企画課内) 電話 (0982) 22-7003

延岡市ホームページ http://www.city.nobeoka.miyazaki.jp/

宝の海を守りたい



6月25日、米水津間越で、「はざこ渚の交番」 落成式が行われました。

渚の交番は、「はざこネイチャーセンター」や 「海辺の村交流館」などの施設と連携した地域 一帯のことを指し、間越の環境教育や海の自然 を守る活動の拠点となるエリアです。

渚の交番が目指すのは「宝の海を守る」こと。 間越の自然を守り、多くの人が海とふれあえる 事業を創り出し、間越の自然を未来へ引き継い でいくことを目的にしています。

公売会で収納率の向上と税の公平を訴える



7月2日、総合体育館で公売会が行われ、税金滞納による差押物品が入札形式で即売されました。

今回は、宮崎県延岡市との合同開催で、テレビや絵画、貴金属、日用品(工具・洗剤)など121点が出品されました。未使用のものが定価より安く手に入る場合もあり、市内外から訪れた約200人の参加者たちは、メモを片手に、出品物を手に取って吟味していました。

11月3日には、佐伯市で九州各地の自治体が 持ち寄った約600点の差押物品を公売する 「オール九州市町村合同公売会inさいき」が開 催されます。

ままのわたい。

結婚の記念に写真を撮りませんか?



市では、婚姻届提出時に、ボードの前で記念 撮影ができる「メモリアルフォトサービス」を始 めました。

先日、このサービスの利用者第1号となる河津健太さん・梓さん夫妻が、ボード前で撮影を行いました。新婚ほやほやの二人にお話を伺ったところ「楽しい家庭をつくっていきたいです」と満面の笑みで答えてくれました。

二人の記念すべき瞬間を思い出に残す「メモリアルフォトサービス」を希望する人は、婚姻届提出時に市民課職員に声をお掛けください。

空き家の有効活用で定住促進を



6月30日、「佐伯市空き家バンク管理業務」を委託されている「佐伯宅地建物流通センター」が、市長との意見交換のために市役所を訪れました。

意見交換会では、佐伯市が防災に力を入れている点や、子育てしやすい環境が整っている点など、佐伯市の長所をアピールすることや、移住者向け住宅支援補助金「ようこそ佐伯住まいるサポート事業補助金」の周知を行い、空き家を利用した定住促進につなげていくことなどが確認されました。



オフィスYミュージック・山田壽一氏 (ライブでの収益金の一部や歌舞奏の 会会員から募った募金など)

「平成28年熊本地震災害義援金」

「平成28年大分地震災害募金」

5,615,007円

(平成28年7月21日現在)

受付状況



佐伯市職業病友の会 (会員から募った募金)

五十川ゆき音楽事務所 (ライブでの収益金の一部 とその会場で集まった募金)

復興支援の輪が広がる

「平成28年熊本地震」で被災し た熊本・大分両県の災害復興に役 立ててほしいと、市内各団体が義 援金や募金を西嶋市長に手渡しま した。

西嶋市長は、「日本赤十字社を 通して、集まった義援金と皆さん の思いを被災地の人たちに届けた い」とお礼を述べました。

このお金は、日本赤十字社及び 大分県を通じて被災者や被災地に 届けられます。募金は引き続き受 け付けていますので、皆さんのご 協力をお願いします。

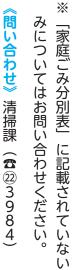


図書館図書部、活動が本格スタート!

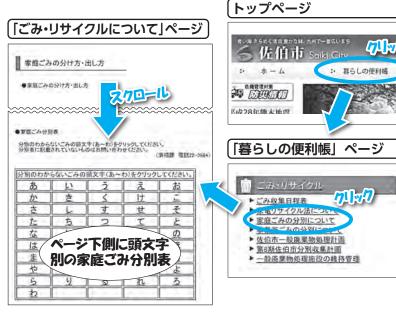
4月に発足した「佐伯図書館図書部」が活動を 本格的にスタート!中学生から20歳までの読書好 きな部員が集まり、同年齢の人たちの読書欲を盛 り上げたいと、十代の人向けの「YA(ヤングア ダルト) コーナー」の本の選書やイベントの企 画・運営などを行っています。

現在、部員を募集中とのこと。興味のある人は、 ぜひご参加ください。





家庭



市のホームページ「暮らしの便利帳」 冢庭ごみを頭文字別に分類した「家庭ごみ分別 が便利です 内の

・リサイクル」のページ内にあります

優 先

— 般

市営住宅の入居者募集

28

集

鶴見		宇目			直川	弥生	上浦	地区	
般	般	特公賃	— 般 ※	— 般	- 般	— 般	— 般	— 般	種別
地松浦	吹浦	上越野	新徳寺	宮ノ下	豊藤	萱垣	栂牟礼	浅海井	住宅名戸数
3	1	1	1	1	1	1	1	2	戸数

優 先 一般 江の津留 地松浦 東中浜 尾浦 大島 江頭 松合 3 1 1 1 1 1

Eメールアドレス info@city.saiki.lg.jp

蒲江

一般

12日(金) **入居日**…9月15日(木) 8月8日(月)

> です。 団員の申込みはできません。 ▽その他…条例により暴力 また、「一般※」は事故物件

県営住宅の入居者募集

申込資格など詳しくはお い合わせください。

6 2 0

▽ 募 集	佐伯	地区
期間…	— 般	種別
· 8月 8日	上久部	住宅名
H 月	1	戸数

分県住宅供給公社県南駐在 所(☎②3190) 申込み・問い合わせ…大 15日(月)※土・日・祝日

予約奨学生募集

般 般

西野浦

1

平成29年4月に高等学

校・高等専門学校・専修学 校高等課程への進学希望者

集します。 を対象に、

または大分県奨学会にお問 い合わせください 詳しくは、 中学校の先生

標準修業年限の終了月まで から在学する学校の正規の ▽貸与期間…平成2年4月 ▽募集期限…9月中旬 ▽貸与額…お問い合わせく

コンクール大分県統計グラフ

統計知識の普及と統計 作統の

調査課(☎097-506 校生、大学生、 査課提出:9月7日(水) 出:9月2日(金)/統計調 対象…県内の小・中・ 問い合わせ…大分県統計 — 般 高

予約奨学生を募

ださい。 会(2097-▽問い合わせ: ※要返還 5 0 6 -大分県奨学

品の規格など詳しくはお問 計グラフを募集します。 表現技術の向上のため、 い合わせください。 ▽応募期限…教育事務所提

2445)

講

▽とき…8月2日(土)9時 , 12 時 30 分

日(火)、

9月1日(木)・2

▽とき…8月2日(月)・

30

日(金)18時30分~21時30分

6 市報 さいき 2016年(平成28年) 8月1日号

門校

▽定員… ~6年生と保護者 対象…県内在住の小学3

(保険料) ルの作

号を明記し、 メールで①住所②児童と保

767 FAX20773 伯高等技術専門校(☎②0 ▽申込期限…8月18日(木) ▽申込み・問い合わせ:

▽ところ…佐伯高等技術専

(全4回)

場合は抽選を行い、 連絡します。 参加費: 00円程度 結果を

習・演習 成、大工道具を使用した実 ▽申込方法…FAXまたは 内容…ミニテーブ

ださい 護者の氏名・年齢③電話番 お申し込みく

夏休み親子大工教室

20組※応募多数の

live.jp) メール:daikukyoushitsu@

3Dモデリング入門講座

ケッチアップの操作方法 **内容**…3D-CADス

▽ところ…佐伯高等技術専

門校

▽定員…10人 のパソコン操作ができる人 対象…在職者でマウスで (先着順)

称・住所・電話番号を記入 齢④電話番号⑤勤務先の名 ハガキで①住所②氏名③年 ▽申込方法…FAXまたは ▽受講料 :: 無料

専門校(☎②0767、 西浜8-876-0822 A X 20 0 7 7 3) ▽申込み・問い合わせ…〒 ▽申込期限…8月25日(木) お申し込みください。 佐伯高等技術 佐伯市

座「不整脈について」南海医療センター健和 -健康講

きます。 どなたでも無料で参加で

氏 循環器内科部長・室園祐吉 …南海医療センタ

方法、ビジネスマナー

ビジネスマナー、就ションソフトの操作

職応募書類の書き方など

~ 16 時 とき…8月9日(火)15時

12月26日(月)

向…9月27日(火)

ところ… 南海医療セン

ター3階大会議室 問い合わせ…南海医療セ

ださい

への就職・派遣を希望する ・児童クラブなど

伯市シルバ 申込み・問い合わせ…佐 人材センター

学童保育従事者講習

▽ところ…和楽

ソフ

, 12 時

上浦地区公民館

5 3 7

書士会事務局(☎097

097-506-5222) 委員会事務局公務員課(☎

委員会事務局(☎097

▽問い合わせ ~9月16日(金)

5 2 1

▽訓練内容…ワープロ 表計算ソフト プレ

詳しくはお問い合わせく

市内在住の60歳以上の人

募集期限…8月3日(水)

専門学校佐伯教

い合わせ…

(室 (☎23) 室

とき…9月7日(水)

行政相談

定員…8人(先着順)

受講料:無料

(**2**33001)

求職者支援訓練

相 談

談に応じます。 対する要望などについて相 県 市などの仕事に

直川地域

, 12 時 とき…8月12日(金)9時

応接室 ところ…直川振興局第2

上浦地域 とき… 相談委員…戸髙浅生さん 8月17日(水)9 時

蒲江地域 員…本田忠文さん

福祉のしごと相談会

▽試験日…10月16日(日)

〉 12 時 とき…8月17日(水)9時

本匠地域 >ところ…蒲江地区公民館 相談委員:富髙緑さ

▽とき…8月25日(木)10時

16日(金)

お越しください。

予約不要です。

お気軽に

▽会場…大分県庁

間…受付中~9月

) 15 時 とき…8月17日(水)13時

▽受講料…5,90

4円(テ

キスト代)

▽定員…15人

№…8月31日(水)

▽ところ…本匠西地区公民

市民の窓係(☎經3399) 問い合わせ…公聴広報課 相談委員:川野幸三さ

または各振興局地域振興課

行政書士無料相談

じます。 自動車登録などの相談に応 書・内容証明作成、 遺言や遺産相続、 建設業等許認可申請 不動産関連の行政手続 法人設

会 (大分市城崎町) ▽とき…8月17日(水)13時 ▽ところ…大分県行政書士 ~16時※毎月第3水曜日 問い合わせ: 大分県行政

伯2階会議室 ▽ところ…ハローワー 12 時 内容…福祉職場への就職

0 9 7

-506-5222)

ク佐

委員会事務局公務員課

▽問い合わせ…大分県人事

552-7000) ▽問い合わせ…大分県福祉 法などの相談に応じます。 や職場体験、 人材センター 資格の取得方 0 9 7

試 験

問い合わせください。 受験資格など詳しくはお

大分県職員採用選考

25日(木) 児童自立支援専門員 ▽会場…大分県庁 >申込期間…受付中~ 試験日…9月18日(日) 問い合わせ…大分県人事 . 月

16日(金) (由布市) ▽会場⊹ 試験日: 申込期間…受付中~ 大分県消防学校 10月16日(日) 9月

委員会事務局公務員課 ▽問い合わせ… 大分県人事

097-506-5222)

般事務(2人)、教育事務(1 身体障がい者 職種(採用予定者数)…

選択可能 人) ※職種は第2志望まで ▽試験日…10月16日(日)

▽申込期間…8月2日(月) 大分県人事

6 市報 さいき 2016年(平成28年) 8月1日号

▽会場…大分県庁

「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)。

談に応じます。 楽器を持っていない人も相 るで」。 未経験者も大歓迎。 「ラッパ吹かんか?笛もあ

朩

またはレストラン跡

人程度▽問

3090

9

分市

レイ プア ヴェヒヴァ・長井 合わせ…フラ ハーラウ

*

)内は物故者

《香典返し》

ところ…佐伯文化会館中 とき…毎週水曜日19時~

伝

Ħ

市民吹奏楽団団員募集

水沼(☎080−1731 つな☆ばんプロジェクト ポーツ公園▽問い合わせ… 7時~▽ところ…池船ス

フラ発表会

9 6 0

板

中央区天神1 エルガーラホー 3 8 1 8 17 時

20時30分~、

ご供養:21時

片付け:8月16日(火)

福祉センター▽問い合わせ

6099、平日午前中のみ)

建築士会佐伯支部

…認知症の人と家族の

숲

(**2**27708)

船受付:18時~、

音楽演奏:

▽とき…8月15日(月)精霊

ティアも募集しています。 をしていただけるボラン

込み・問い合わせ…大分県▽定員…12人※先着順▽申

たり3,000円(材料費) 上の親子▽参加費…1脚当

▽とき…8月19日(金)11時

,13時▽ところ…佐伯老人

ください。

くはお問い合わせください とき…9月3日(土)12時 参加する大学など、 4 - 2 ル 詳し

▽ところ…エルガーラ8階 対象…一般及び高校生 (福岡市

す。詳しくはお問い合わせランティアも募集していま

お手伝いをしてくれるボ

がら、

よりよい介護を学び

様々な思いを語り合い

な

▽とき…8月2日(日)9時

作ってみませんか。

の工法によるイスを親子で

工さんと一緒に、

昔ながら

佐伯の木材を使って、

ます。電話での介護相談に

も応じます。

また、

お世話

大学通信教育協会(☎03 問い合わせ…(公財)私立

子育でについての勉強会

をご覧ください。

華やかで息の合ったフラ

▽とき…8月2日(日)13時

~(開場12時30分~)▽とこ

30 分 〈 所大分支部・佐野みゆき氏 無料託児もあります。 佐伯東地区公民館交流室1 とき…8月2日(金)1時 講師…東京家庭教育研究 お気軽に参加ください。 11時30分▽ところ…

(当日1,200円)▽問

ろ…弥生文化会館大ホー

ル

1,000円

合同入学説明会(無料)大学通信教育

3

13-4800)

環境に優しい精霊流し

認知症家族の集い(無料)

奏楽団・勝田(☎090

6430-7127)

佐伯支部·松藤(☎080

わせ…東京家庭教育研究所

木エワー

クショップ

問い合わせ…佐伯市民吹団費…月額1,000円

7 との動き(6月末日現在住民登録/前月比)

3万3,600世帯 (-2)•男 3万4,420人 (-28) 7万4,334人 (-55)

程度

• 女 3万9,914人

○ 通事故の状況(6月中)

14 103 0 18

ガールズサッカースクーSAIKI

2

各種お知らせ

市サッカー協会・荒川(☎0 (☎224062)または佐伯

▽参加料…無料

②私たち一人ひとりの人権

さまざ

90-5732-5281)

学3年生~中学生/Bコー ス:高校生~一般 な指導が受けられます。 とき…①8月2日②9月 対象女子…Aコース:小 初心者でも楽しく専門的

目的グラウンド 25 日 ⑦ 3 月 8 日 ※①②は無料体験会 ⑤平成29年1月7日⑥2月 ところ…総合運動公園多 時間::10時30分~12時 会費…年間5, 000円

X097-560-481 協会女子委員会·荒川(FA 備え付けの申込用紙に記載 県サッカー協会から派遣 の上、FAXでお申し込み ください。 申込先…佐伯市サッカー 申込方法…体育保健課に 母者…ヴェルスパ大分で 4

問い合わせ…体育保健課

協同組合漁政課(☎097 自死遺族のつどい 532-661

9月4日(日)14時 大分県こころと

就職説明会(無料)

を優先します 事前に申込みのあった人

就職を希望している人 対象…県内の水産企業へ ところ…和楽大研修室 16 時 とき…8月20日(土)13時 出展企業: ム、西南水産㈱、 (株) アク (有) (株) ア

17日③10月1日④12月17日

オーハタパールやまろ渡邉、神力水産、 合わせ…大分県漁業

分かち合いをします。 からだの相談支援センター とき… 内容…参加者の気持ちの ところ… 16時(受付13時30分~) 事前申込みが必要です。

5 4 1

▽参加料…無料

人権擁護委員の紹介

ています。 主に次の三つの活動を行っ 人権擁護委員が配置され 現在、 佐伯市には22人の

①常設・特設の相談所など で人権相談に応じる。

支援センター 分県こころとからだの相談▽申込み・問い合わせ…大 ⁻5276) 0 9 7

精神保健(うつ病)家族教室

合いなど 30分~16時(受付13時~) からだの相談支援センター とき…9月7日(水)13時 内容:講義、 ところ…大分県こころと 家族の話し

▽**申込期限**…8月2日(金)

申込み・問い合わ

事前申込みが必要です。

▽申込期限…8月31日(水) せ…大

務所

(再任) 意識を高めるため、 介します。 救済する まな人権啓発活動を行う。

業者に課税されます。 年間の事業の所得金額が 290万円を超える個人事 第1期分の納期限は8月

(**3** (2) (3) (2) (1) 合わせ…佐伯県税事 詳しくは、 をお忘れなく 個人事業税(県税)の納税

めましょう。 31日(水)です。 忘れずに納

前年

替が便利です。 お問い合わせください。 また、 納税には、 口座振

③人権侵害による被害者を 務局佐伯支局 (☎徑077 から委嘱を受けた委員を紹 7月1日付けで法務大臣 久壽米木人美さん(弥生) 髙野昭代さん (本匠)

個人事業税は、

合わせ…大分地方法

お家の前で、見て買えます。 軽トラにたっぷり300品目! 見て買えて、 注文もできる!

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! ●お問合わせは、お気軽にお電話で・・・・

ユーマートとくし丸 TEL22-2299

- 4157 F

13 中小企業退職金共済制度

- ◆掛金の一部を国が助成
- ◆掛金は全額非課税。手数料も不要
- ◆外部積立型なので管理が簡単 ◆パートさんの加入もOK
- ※詳しくはお問い合わせください。 《問い合わせ》中小企業退職金共済事業本部 (203-6907-1234)

とっても便利な



つおゆずり

22※取りに来られる人) (**☎**090-2097-▽食器棚(高さ1 50㎝、奥行4㎝)…吉良 90㎝、幅

>樹村眞治 (千靏子) の寄附

ます

葬儀も承っておりま_t 教儀も承っておりま_t で相談下さい。いつでも 当様に支えられて**40**年! 葬

ホール▽対象者…小学生以~12時▽ところ…三余館

いちばん

TEL 0972-22-佐伯市船頭町 3-7 00 セルモニーホール 中共 一別館 学士 紀 …… 一佐伯市中ノ島東町 6-22 年中無休24時間対応 🔯 0120-76-0002

内町 1-11 kirakuビル1F-101

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(8月) 1日、8日、15日、22日、29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

とぐま紙芝居

- 8月10日(水) 15時~/ひがしなかよしクラブ、星の子児童クラブ
- 8月24日(水) 15時~ / めだか児童クラブ、にじの丘児童クラブ

図書館を活用した。

- ●テーマ 自由
- ●応募期間 9月1日(木)~29日(木)
- ●応募部門

親子の部(小学1~3年生とその保護者)、小学生の部、中学生の部

●応募規定

- ・平成28年1月(前学年の3学期)から9月までに作ったもの
- A4用紙、B4用紙または模造紙に書いたもの(枚数は自由)
- ほかの学習コンクールに出品した作品は除く (「佐学研 理科作品展」に出品した作品は応募可)

※注意点※

- 申込用紙に氏名、学校名、利用した図書館、 資料名などを明記してください。
- 学校の学習活動の中で個人またはグループで 調べたもの、親子で調査研究したものを対象 とします。
- 図書館で調べたことのほか、インターネット、聞き取り、観察などで調べたことを取り入れても構いません。

主な新着本(8月)の紹介

【一般書】

「暮しの手帖」とわたし(大橋鎭子)/人生は一本の線 (篠田桃紅)/ツバキ文具店(小川糸)/真説真田名刀 伝(東郷降)/死の舞い(佐伯泰英)

【児童書】

海のなかのぞいた(よしのゆうすけ)/さようなら、まほうの国!!(藤真知子)/かえってきたクレヨン(オリヴァー・ジェファーズ)/少年たちの戦場(那須正幹)/つちはんみょう(舘野鴻)

ゅうしての1冊!

「親子でできる たのしい科学実験」

著者:カレン・ロマン・ヤング



~内容紹介~

授業とはひと味違う、幅 広いジャンルの科学実験58

を収録。「実験のまとめ方」「発表の仕方」も紹介。

読書感想文・エッセイ、感想画コンクール

出会った素晴らしい本、感動を与えてくれた本。感想や感動した場面を、文や絵にしてご応募ください。

●募集部門

撼想画 (対象:小学1~3年生)

・サイズは画用紙大~ゴッホ紙大

感想文・エッセイ (対象:小学4~6年生)

・400字詰め原稿用紙2枚以内

感想文・エッセイ・独歩作品感想文

(対象:中学生・高校生)

・400字詰め原稿用紙3枚以内

●応募資格

市内在住で、佐伯図書館の貸出券を持っている人

●応募期間 9月1日(木)~29日(木)

《応募・問い合わせ》

〒876-0843 佐伯市中の島2-20-33 佐伯図書館 (☎24-1010)

「ふるさと文庫」に新着本が追加されました

三浦造船所(株)のご厚意で設けられた基金により 充実を図っている「ふるさと文庫」。7月末に新着本が 追加されました。児童書や絵本が中心です。ご来館 の際にはぜひこのコーナーへお立ち寄りください。

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

医療機関名 住 所 休 月日 電話番号 8月11日 谷口医院 西谷町 22-3355 つつみ泌尿器科医院 城下西町 20-3232 医 佐伯中央病院 8月13日 常盤東町 22-8846 科 8月14日 曽根病院 長島町2丁目 23-8877 渡町台外科病院 長島町3丁目 22-7500 8月15日 8月11日 丸山歯科医院 向島1丁目 22-0832 歯 8月13日 やよい歯科医院 弥生井崎 25-3825 科 8月14日 中川歯科クリニック 長谷 25-0066

◎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

弥生井崎

46-2725

児救急当

8月15日

8月14日

当日

※受入患者:救急医療を要する子ども

上田歯科医院

※時間外の対応となり、通常の診療体制とは異なります。

8		曜	●診療	詩時間:	:10時	~12時
月	日	医療機関名		住	所	電話番号

西田病院小児科 鶴岡西町2丁目 22-0180

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。

みんなで 取り組もう!



家庭での節電

家庭の電力消費はエアコン、冷蔵庫、照 明が大きな割合を占めています。これらを 効率よく使えば、節電効果が高くなります。 みなさんもぜひ実践してみてください。

- ○エアコンの設定温度は28℃にし、フィル ターは2週間に1回掃除しましょう。また、 無理のない範囲でエアコンを消して、扇風 機を使いましょう。
- ○冷蔵庫は、冷風口の前に物を置かず、物を 詰め込みすぎないようにしましょう。また、 扉を開ける時間をできるだけ減らすことも ポイントです。
- ○照明は、LEDなどの省エネタイプのものを 使いましょう。また、日中は照明を消して、 夜間も照明をできるだけ減らしましょう。

《問い合わせ》

環境対策課環境企画係(☎22-3995)

広(報)ク)



問

ついに出展団体が決定した「西日本 B-1グランプリin佐伯」。 総勢○○ 団体が佐伯市に集結します。

○に入る文字(数字)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。8月 **15日(月)**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。

7月1日号の正解は「海辺」でした。

正解者51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。

- 田中 邦夫 さん(女島)
- 吉田千鶴子 さん (駅前)
- 永野 さん(中の島)

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)
- ↑ 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)

|| 命報発行目と締切目の お知らせ

8月15日号の発行予定日 8月16日(火)

9月1日号の原稿締切日 8月10日(水)

※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!食性さんの減塩・野菜料理



ひじきと野菜のサラダ

材 料	分量(2人分)
芽ひじき(乾)	3 g
キュウリ	4 0 g
大根	20 g
ニンジン	10g
粒コーン(缶詰)	10g
ツナ缶(水煮)	20 g
┌ 酢	小さじ1
濃口しょう油	小さじ1弱
砂糖	小さじ2/3
└ すりごま	小さじ2
サニーレタス	20 g
ミニトマト	2個

(1人分) 51キロカロリー・塩分0.53g

【作り方】

- ① 芽ひじきは、水に20分浸してもどし、サッとゆでておく。
- ② キュウリ·大根·ニンジンは長さ4cmの細い千切りにする。 ニンジンのみ、サッとゆでておく。
- ③ 缶詰の粒コーンとツナは水気を切っておく。
- ④ 酢・しょう油・砂糖・すりごまを混ぜておく。
- ⑤ ①②③④を抑える。
- ⑥ サニーレタスを敷き⑤を盛り付け、ミニトマトを添える。

夏バテしていませんか?たっぷり野菜に酢を使い、 体の中をすっきりさせましょう。 食推協 佐伯支部

食品100g中の栄養価(日本食品標準成分表)

	食	品名	鉄(mg)	カルシウム(mg)
改定前	ほしひじき		55.0	1,400
冲突然		ステンレス釜	6.2	1,000
改定後	ほしひじき	鉄釜	58.2	1,000

日本食品標準成分表が改訂されました。ステンレス釜でゆでる(市販ひじきの大半)と、鉄は減ってしまいますが、カルシウム源にはなります。 《問い合わせ》健康増進課保健係(☎23-4500)

① サイキッズ写真館

大きくなぁーれ☆♡



ばぬしぞの こうや 地主園幸矢くん(1歳6か月・長島町)

お子さんの写真を募集します

小学生以下のお子さんの写真に、 次のものを添えて送ってください。

- 写っているお子さんの氏名(ふりがな)
- ●生年月日 ●写真に添えるコメント
- 投稿者の住所・氏名・電話番号※写真は返却できません。
- ペラ具は巡却できませ ご了承ください。

《送り先》

〒876-8585 佐伯市中村南町 1-1 佐伯市役所公聴広報課

「サイキッズ写真館」行

型は りが、フッと笑ったように りが、フッと笑ったように うか。 うか。

第江ICを降りた交差点付近でヒマワリが満開。遊付近でヒマワリが満開。遊りで、まっすぐ太陽き、無言で、まっすぐ太陽き、無言で、まっすぐ太陽き、無言で、まっすぐ太陽を見つめるヒマワリの姿。を見つめるヒマワリの姿。 その横で、「暑い暑い」とうわ言を発しつつ、照りつける太陽に顔をそむける私ける太陽に顔をそむける私の姿。



後





今月の衰延

7月3日、瀬会海水浴場(上浦)で海開きがありました。地元の皆さんが浜を清掃した後、海の安全と多くの観光客の来場を祈って、神事が行われました。

そして、待ちに待った初泳ぎ。参加 した東雲小・中学校の子どもたちからは「水が冷たくて気もち良い」と 歓声が上がっていました。