

さいき

SAIKI CITY PUBLIC INFORMATION

CONTENTS

- 7月10日(日)は
参議院議員通常選挙の投票日です…②・③
- 開催会場が決定!
「西日本B-1グランプリin佐伯」……④・⑤



梅雨の中休み、色鮮やかなあじさいを眺めながら

2016
7.1
No.261

■投票所・投票時間

地域	投 票 所			投票時間
佐 伯	佐伯城南中学校体育館	佐伯小学校体育館	市役所(1階展示ホール)	7時～19時
	佐伯東小学校体育館	渡町台小学校体育館	旧佐伯広域森林組合	
	渡町台地区公民館	駅前区民会館	城西集会所	
	鶴岡小学校体育館	佐伯豊南高校体育館(旧鶴岡高校)		
	上堅田地区公民館	久部保育所	海崎駅前地区公民館	
	八幡小学校体育館	旧西上浦小学校体育館	木立小学校体育館	
上 浦	上灘文化センター	緑風荘(グリーンピア大越)	岸河内地区林業研修所	7時～18時
	古江公民館	津志河内公民館	青山小学校体育館	
	守後公民館	石間公民館	荒網代地区漁村センター	
弥 生	日向泊公民館	高松地区漁村センター	海人夏館	7時～17時
本 匠	蒲戸サービスセンター	夏井地区コミュニティセンター	津井地区公民館	7時～18時
	浅海井地区公民館	浪太地区公民館		
宇 目	床木公民館	大坂本生活改善センター	尺間地区体育館	7時～18時
	弥生保健センター	門田地区集会施設	久保公民館	
直 川	宇藤木地区集会施設			7時～16時
鶴 見	本匠地区公民館	本匠西地区公民館		7時～18時
	山部地区集会施設			7時～16時
米水津	宇目B&G海洋センター	宇目農村環境改善センター		7時～18時
	大原公民館	田原公民館	木浦公民館	7時～17時
蒲 江	直川地区公民館	仁田原分館	横川分館	7時～18時
	下直見分館	はさま老人憩の家	赤木分館	
深島集会所	吹浦公民館	鶴見振興局(1階ロビー)	日の浦公民館	7時～18時
	羽出公民館	中越公民館	梶寄公民館	
深島集会所	海辺の村地域活性化センター	色利地区基幹集落センター		7時～18時
	宮野浦地区センター	小浦高齢者コミュニティセンター		
深島集会所	間越地区生活改善センター			7時～16時
蒲 江	蒲江保健センター	猪串集会所	波当津集会所	7時～18時
	葛原郷土文化保存伝習所	名護屋地区公民館	森崎地区公民館	
	元猿集会所	河内地区公民館	西浦地区公民館	
	楠本集会所	畑野浦地区公民館	尾浦集会所	
	深島集会所			

7月10日(日)は 参議院議員通常選挙の投票日です

私たち一人ひとりの声を国政に反映させるため、必ず投票に行きましょう。



投 票 日	7 月 10 日 (日)
投 票 時 間	7時から19時まで ※閉鎖時刻を繰り上げる投票所がありますので、 投票所入場整理券などご確認ください。

選挙の公示日と選挙資格

公示日	6月22日(水)
年齢	満18歳以上(平成10年7月11日以前に生まれた人)
転入者	平成28年3月21日以前に佐伯市へ転入届を出し、引き続き3か月以上住所を有する人
転出者	平成28年3月10日以降に佐伯市へ転出届を出し、転出前に引き続き3か月以上佐伯市に住所を有していた人で、転出先の市町村の選挙人名簿に登録されていない人
市内で転居した人	6月10日までに市内で転居した場合は新住所地で投票し、6月13日以降に市内で転居した場合は旧住所地で投票することになります。

■投票所について

投票所は、投票所入場整理券に記載しています。記載された投票所以外では投票できませんのでご注意ください。投票所入場整理券がまだ郵送されていない人はお問い合わせください。

■開票時間・場所

投票日の20時30分から、番匠体育館で行います。

■期日前投票期間

6月23日(木)～7月9日(土)8時30分～20時

※振興局館内は7月2日(土)～9日(土)

※土・日曜でも投票ができます。

【期日前投票所】

- 市役所本庁舎1階展示ホール
- 上浦振興局1階市民休憩室
- 弥生振興局1階会議室
- 本匠振興局1階会議室
- 宇目振興局1階旧執務室
- 直川振興局1階第1応接室
- 鶴見振興局2階会議室
- 米水津振興局1階相談室
- 蒲江振興局1階会議室



《問い合わせ》佐伯市選挙管理委員会 ☎ 22-3623 または各振興局地域振興課

募集

ボランティアスタッフとして 一緒にB-1グランプリを盛り上げよう！



「2016西日本B-1グランプリ in 佐伯」は約10万人の来場者が想定される大きなイベントです。そのため、大会を成功に導くには、多くのボランティアスタッフの力が欠かせません。私たちと一緒に大会を運営し、“佐伯流おもてなしの心”で来場者をお迎えしませんか？



「さいき春まつり×B-1グランプリ」でも、会場内でお客さんの写真を撮影する「写真撮り隊」など、多くのボランティアの皆さんの働きがイベントを盛り上げ、成功への大きな力となりました。

■とき

11月19日(土)、20日(日)
8時30分～16時(予定)

※どちらか1日のみでも結構です。

■内容

会場内外での誘導案内、会場・トイレ清掃、投票所管理、駐車場の案内など

■対象 中学生以上

※中学生は学校を通じての申込みとなります。

※20歳未満の人は、保護者の同意が必要です。

■募集人員

2日間で延べ1,000人程度 ※先着順

■応募方法

応募用紙は、事務局(観光課内)、各振興局に備え付けてあるほか、西日本B-1グランプリのホームページ(<http://b-1gp.saiki.jp/>)からも印刷できます。

■申込期限 8月19日(金)

《申込み・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
(本庁舎2階、☎22-3942)

イベント運営に関わった感想は？
— 清家さん
最初は慣れなくて難しかったけど、お客さんが優しく接してくれて、徐々に楽しくなりました。声掛けなどは普段やったことがなかったもので、貴重な経験になりました。
B-1グランプリではどんなことをしたい？
— 藤本さん
今度は、各出展ブースのPRや販売のお手伝いなどのほか、列に並んでいる人たちが退屈しないような出し物を考えてみたいです。
— 成松さん
佐伯は魚がおいしくて、城山や歴史と文学のみちなどの観光スポットもたくさんあります。佐伯の良さを訪れた人に教えてあげたいです。

イベントを盛り上げてくれた3人に話を聞きました。

私たちにできる
おもてなしをしたい！



鶴谷中学校3年

藤本 莉歩 さん(写真左)
清家 恵美 さん(写真中)
成松 あり さん(写真右)

B-1グランプリの成功には、ボランティアの力が必要です！



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(☎22-3942)

～とにかく佐伯が大好き!～

佐伯市は、おいしい魚がいっぱいあるよ!



鶴谷中学校女子テニス部3年生

話題 開催会場が決定！

B-1グランプリの会場は、「市役所来客用駐車場」と「佐伯文化会館下お祭り広場」の2か所です。また、両会場をつなぐ歴史と文学のみちと仲町商店街などでも、併催イベントを計画しています。



B-1 豆知識

B-1グランプリが もたらす効果とは？

B-1グランプリは、市外からの来訪者に対して佐伯市をアピールし、「佐伯に来て良かった」、「また佐伯に行きたい」と思ってもらえる絶好のチャンス！

市民皆さんで丸となって、一緒に佐伯を盛り上げていきましょう！

【B-1グランプリの効果】

- ① 受入れ側(佐伯市周辺)地域の一体感の醸成
- ② 佐伯市の対外的なイメージアップ
- ③ 市民・企業などの「おもてなし精神」の向上
- ④ イベント会場外も含めた経済波及効果

募集

会社やお店の協賛を 募集します

B-1グランプリの運営費用の一部に充てるため、会社やお店の協賛を募集します。

協賛いただいた場合、大会の公式ガイドブック(5万部発行予定)に社名を掲載させていただくほか、協賛いただく金額によっては広告を掲載できます。このガイドブックは大会当日のほか、チケットの事前販売などの際に、幅広く配布されます。

「B-1グランプリin佐伯」は、ご当地グルメでまちおこしをしている西日本各地の出展団体が集結する注目度の高いイベントです。みなさんご協力をお願いします。

■申込期限 7月22日(金)

募集

イベント協力店などを 募集！

①イベントチケット利用店募集

B-1グランプリでは、ご当地グルメの購入にチケットが必要です。購入したチケットを使い切れない人のために、大会中及び終了後一定期間チケットが利用できるお店を募集します。

②トイレ協力店募集

会場や商店街などへの来場者のために、トイレ協力店を募集します。トイレも大事なおもてなし！ご協力をお願いします！

■応募方法 応募用紙は、事務局(観光課内)、各振興局に備え付けてあるほか、西日本B-1グランプリのホームページ(<http://b-1gp.saiki.jp/>)からも印刷できます。

■申込期限 7月22日(金)

介護保険サービス費の負担額が軽減されます

■対象者
世帯全員及び配偶者が住民税非課税で、預貯金などの資産が単身1,000万円以下（夫婦で2,000万円以下）の人
※配偶者は別居・事実婚含む
※資産などの分かる書類を添付して申請してください。

■対象者
介護老人福祉施設・介護老人保健施設・介護療養型福祉施設への入所時やショートステイ利用時の食費、居住費の負担軽減

負担軽減を希望する人は、事前に申請を行い、認定証の交付を受ける必要があります。
また、現在認定証を持っている人も、更新手続きが必要です。

■対象者
住民税非課税世帯で、特に生計維持が困難な人や生活保護受給者

【申請・問い合わせ】
高齢者福祉課介護保険係（本庁舎1階9番窓口、☎223117）または各振興局地域振興課市民サービス係

【負担限度額認定の判定要件】
（7月まで）
合計所得金額＋課税年金収入額
（8月から）
合計所得金額＋課税年金収入額＋非課税年金収入額

※故意に事実を隠し不正に負担軽減を受けた場合、これまで受けた負担軽減額に加え、最大2倍の加算金の納付を求めることがあります。

知っていますか？ 国民年金の免除手続き

■対象
平成28年7月分～平成29年6月分の保険料
※2年1か月前の月まで遡って免除申請をすることができま

■免除制度の条件
本人、配偶者、世帯主の前年所得がそれぞれ一定基準以下

国民年金には、経済的な理由で保険料を納めることが困難な場合に、申請手続きを行い、承認されると保険料が全額または一部免除になる制度があります。受付は7月1日から行っています。詳しくはお問い合わせください。

《受付・問い合わせ》
佐伯年金事務所国民年金課（☎221970）、保険年金課国民年金係（☎223187）または各振興局地域振興課

教育委員会臨時・嘱託職員募集

■募集内容
・学校主事（嘱託職員）
8人程度（市内各小・中学校に勤務）
・一般事務補助（臨時職員）
3人（平和祈念館やわらぎ・佐伯文化会館・国木田独歩館に勤務）

■申込方法
「臨時・嘱託職員採用申込書」に必要事項を記入し（写真添付）、申し込んでください（代理・郵送可）。

■申込期限
7月15日（金）※必着

■採用試験日
7月25日（月）

《申込み・問い合わせ》
教育総務課総務企画係（まな美2階、☎224070）

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

保険料額の決定について
平成28年度の保険料額が決定しましたので、7月中旬に通知書などをお送りします。

新しい保険証の送付について
○保険証は「保険料額決定通知書」と別に7月中旬にお送りします。
○現在の保険証（緑色）は、7月末で有効期限が切れます。8月以降は新しい保険証（桃色）を使ってください。
○新しい保険証の有効期限は、平成29年7月31日です。
○裏面で臓器提供の意思表示ができます。

平成28年度限度額適用・標準負担額減額認定証について
現在発行している認定証は、7月末で有効期限が切れます。既に認定証の交付を受け、8月以降も住民税非課税世帯の人には新しい認定証をお送りします。新たに交付を希望する人は申請してください。

■対象となる被保険者
平成28年度住民税非課税世帯の人

■申請に必要なもの
①保険証②印鑑③過去1年間に90日を超える入院があれば、入院日数が分かる証明書（領収書など）

非自発的失業者（働く能力も意志もあるが、雇用機会がない人）の保険料の減免について
申請により保険料が減免される場合がありますので、広域連合または市役所保険年金課にお問い合わせください。

《申請窓口》
保険年金課国民健康保険係
（☎22-3199）

《問い合わせ》
大分県後期高齢者医療広域連合
（☎097-534-1771）

歯科口腔健診～いきいきとした生活は口腔内の健康から～

■対象者
後期高齢者医療の被保険者で今年度76歳になる人
※受診には事前予約が必要です。

■検査項目
問診、かみ合わせ、歯及び入れ歯・口腔内・歯周病・飲み込み機能の状況

■実施期間
平成28年7月から12月まで

■実施場所
後期高齢者医療広域連合と契約した歯科医療機関
※実施機関一覧は受診券などと一緒に対象者にお送りしています。

■持参するもの
被保険者証、歯科口腔健診受診券、問診票

■費用 無料 ※年1回のみ

《問い合わせ》
保険年金課国民健康保険係（☎223199）、大分県後期高齢者医療広域連合（☎097-534-11771）

佐伯市SOSネットワーク事業が7月1日からスタート!

- 「SOSネットワーク」とは、認知症の高齢者などが行方不明になった時に、家族や警察、消防だけでなく、市や協力機関（福祉関係事業所・コンビニなど）が連携して行方不明者を早期に発見・保護するための仕組みです。
- 事業の内容
- 【事前登録システム】
行方不明になる心配のある家族の情報を、事前登録することができます。
登録者が行方不明となった時は、協力機関へ早急に情報を提供することができ、行方不明者を早期に発見・保護できるようになります。
登録された情報は、地域包括支援センター、佐伯警察署、佐伯市消防本部で保管します。
- 【緊急システム】
行方不明となった人の情報がSOSネットワークを通じて警察署から市に寄せられた場合、市から協力機関に捜索情報を提供します。情報を受けた協力機関は、通常業務の範囲内で、早期発見に協力していただきます。
- ※現在、協力機関を募集しています。詳しくはお問い合わせください!
- 《登録申請・問い合わせ》
高齢者福祉課地域包括支援センター（☎231632）

耕作放棄地を再生しよう!

- 農業に携わる人の減少や高齢化などにより、耕作放棄地が年々増加しています。
市では、こうした耕作放棄地解消のために、様々な取組を行っています。
- 現地検討会
地域おこし協力隊員が、耕作放棄地を再生した畑で作付け前の状態の見学会を行います。
当日は、これから取り組む農法についての紹介も行います。お気軽にご参加ください。
- とき
7月16日(土) 9時30分～11時30分 ※雨天中止
- 集合場所
本立地区公民館
- 参加費
無料
- 申込期限
7月12日(火)
- とき
7月23日(土) 9時30分～11時30分 ※雨天中止
- 集合場所
本立地区公民館
- 参加費
無料
- 申込期限
7月19日(火)
- 《申込み・問い合わせ》
まちづくり推進課食育推進・男女共同参画係（☎224529、メール：shoku@city.saiiki.jp）
- 「畑de野菜づくり」
大豆の種まきから味噌作りまで

グラッドストーン市で展示する写真を募集!

- 「写真を通じてお互いをもっとよく知ろう」
佐伯市と姉妹都市グラッドストーン市（オーストラリア）は、市民が撮った写真を互いに展示する交流展を行います。
- 募集写真
市内で撮影したもの。行事、動植物、風景、人物、日常生活など題材は自由。
- 募集点数
20点（応募者多数の場合は選考）
- 応募規格
デジタル写真、現像したもの、なんでも可。サイズは問いません。
- 応募方法
住所、氏名、電話番号、撮影場所、写真のタイトルを添えて提出してください（郵送、メールも可）。
- 応募期限
7月21日(木) ※必着
- 《応募・問い合わせ》
〒876-8585 佐伯市中村南町1番1号 佐伯市国際交流推進協議会事務局（秘書政策課内、☎224104、メール：sscsaku@city.saiiki.jp）

「防災士養成研修」受講者募集

- 市と県は、地域の防災活動で中心的な役割を果たす「防災士」を各自主防災組織に1人以上配置することを目指し、防災士養成研修を開催します。地区の防災リーダーとして活動する高い志をお持ちの皆さんの参加をお待ちしています。受講するには、所属する自主防災組織代表者（区長など）の推薦書が必要です。
- とき
8月27日(土)～28日(日)
※両日とも9時～17時(予定)
- ところ
三余館
- 定員
60人
- 受講料
無料
※市と県が全額負担
- 申込期限
7月20日(水)
※申込者多数の場合、防災士がいない地区や女性などを優先します。
- 《申込み・問い合わせ》
防災危機管理課（☎224567）または各振興局地域振興課

シイタケ栽培研修生とタケノコ生産研修生の募集

県では、原木シイタケ生産への就農を支援するための研修と、荒廃した竹林を再生し、タケノコの生産などに有効活用するための研修を行います。いずれも、募集人員を超えた場合は選考となります。

①シイタケ栽培基礎研修

- 定員 40人
■内容
計4回の研修会で、シイタケ栽培の基礎を学ぶ研修

②シイタケ生産現場通型研修

- 定員 5人
■内容
最大12日間、研修生の近隣優良生産者の現場に通い、直接技術指導を受ける研修

③タケノコ生産・竹林管理研修

- 定員 40人
■内容
計3回の研修会で、タケノコ生産・竹林管理に関する技術習得、先進地視察、タケノコの流通などを学ぶ研修

【申込期限】 ①②③ともに7月29日(金)

《問い合わせ》 大分県南部振興局林業・木材・椎茸班（☎22-0393）

スズメバチなどの駆除費を助成

市に登録された駆除業者（下表）に依頼して、活動中のスズメバチなどの巣を駆除した場合、支払った費用の一部を助成します（平成28年6月15日以降駆除分に限り）。駆除費用は業者によって異なりますので、直接確認してください。

■助成対象者

- ・市内で、活動中のスズメバチなどの巣がある建物または土地の所有者・使用者・管理者（法人を除く）
- ・自治会、その他市長が認める団体
- ・市内で、活動中のスズメバチなどの巣付近に居住する人

■助成金額

費用の2分の1 ※上限1万円で100円未満切捨て

■申請期限

駆除を行った年度の3月1日 ※予算が無くなり次第終了

■申請に必要なもの

申請書兼請求書、領収書の写し、駆除場所の位置図または見取図、駆除前及び駆除後の現況写真各1枚（土の中など写真撮影が困難な場所の場合を除く）、市税完納証明書（調査に同意する場合は不要）、暴力団関係者でない旨の誓約書

■その他

- ・助成金の申請などの手続きは登録駆除業者に依頼することができます。
- ・市では防護服の貸出しは行っていますが、ハチの駆除は行っていません。

《申込み・問い合わせ》 環境対策課（☎223956）または各振興局地域振興課

【登録駆除業者】

業者名	所在地	電話番号
一般社団法人 困り事お助け協会	佐伯市内町1番11号 kirakuビル1F-101	☎22-7722
有限会社 害虫防除センター	佐伯市7166番地1	☎23-4731
ハチの巣除去社 「 りゅうよう 隆洋」	佐伯市大字鶴望 5076番地4	☎22-2895 ☎090-1921-1590
高野一義	佐伯市大字稲垣 121番地12	☎080-2727-1414
はちし 蜂師大分	大分市賀来北1丁目 2番25号	☎0120-96-8944 ☎090-7465-8226

夏から秋にかけて スズメバチが増加します



農作業や野外活動の際は、十分注意してください。
※ハチの巣の駆除は危険を伴うため、駆除業者へ依頼することをおすすめします。

お盆前のし尿のくみ取りは、早めに予約を!

■収集業者

お盆前には、し尿のくみ取り依頼が集中し、収集業者が対応できない場合があります。早めに左記の収集業者に予約してください。

- ・宇目地域：(有)宇目清掃社（☎543777）、(有)佐伯環境センター（☎220967）
- ・蒲江地域：(有)蒲江衛生社（☎421366）
- ・右記地域以外：森組工業(有)（☎221170）、(有)佐伯環境センター（☎220967）
- ※浄化槽を設置している人は、維持管理業者に適切な管理をお願いしましょう。
- ※し尿・浄化槽汚泥以外のくみ取りを収集業者に依頼しないでください。

☆浄化槽汚泥は生きています

浄化槽汚泥の中で有機物を分解する善玉バクテリアが生きています。善玉バクテリアのためにも環境にやさしい洗剤を使いましょう。

《問い合わせ》

環境対策課環境保全係（☎223956）

自治委員会連合会役員が 決まりました

市内370区の自治委員（区長）で構成される、自治委員会連合会の役員が決まりました。任期は1年です。役員の方々には、他の自治委員の方々とともに、市民がより良い生活が送れるよう、行政と市民とのパイプ役として市の事業に協力をしていただきます。



副会長
かわの ただゆき
河野忠幸さん
宇目地区



会長
みずお
竹嶋水夫さん
上堅田地区



副会長
きみまさ
加藤公将さん
佐伯東地区



副会長
まさみ
吉岡政己さん
鶴見地区



副会長
きみひろ
宮本公博さん
下堅田地区

佐伯市観光協会 新会長に 橋本正恵さん

5月26日、観光協会の新会長に橋本正恵さんが選出されました。橋本会長は、「九州地域の震災や東九州自動車道の開通など重要な時ではありますが、会員の皆さんとともに頑張っていきたい」と抱負を述べました。



救急車の適正利用に ご協力を

119番する前に、救急車が本当に必要かどうか考えてみてください。

市内の救急出動件数は年々増加傾向にあります。救急出動件数が増えると緊急を要する人への対応が遅れ、救命に影響を及ぼすおそれがあります。

救急車が必要か判断に迷う場合は、消防署・かかりつけ医療機関・休日当番医などに相談しましょう。

救急車が本当に必要な人をより早く病院へ搬送できるよう、適正利用にご協力ください。

「こんな時は救急車をご利用ください」

- ・激しい頭痛、胸痛、腹痛などがある
- ・交通事故で負傷した
- ・息苦しそう、息をしない人がいる
- ・ケイレンが続く
- ・広い範囲のやけどをしたなど

《問い合わせ》

佐伯市消防署救急係（☎23301）



2016 さいき火まつり

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も催されます。

- と き 8月11日(木)
花火打上19時40分～20時30分
- ところ 佐伯魚市場周辺
※昨年とは会場が変更になっています。
- 駐車場 漁協奥埠頭 (300台)
濃霞グラウンド (100台)
鶴谷埠頭 (150台)
市役所 (130台)
※市役所から会場付近までは、無料のシャトルバスを運行します。

《問い合わせ》佐伯商工会議所(☎22-1550)

佐伯の夏がやってくる!

～2016・夏のイベント情報～

7月17日(日)
8時30分～魚がなくなるまで

間越来だんせへ市

- ところ 海辺の村交流館(米水津間越)
- 《問い合わせ》間越来だんせへ市実行委員会・戸高
(☎090-8220-1892)

7月18日(月)

①海の日記念式典

- 時 間 海の日記念式典：10時～10時30分
- ところ 平和祈念館やわらぎ
- 《問い合わせ》商工振興課商工係(☎22-3943)

②サマーフェスタinさいき

海上自衛隊や海上保安庁の船舶を一般公開。陸上自衛隊車両の試乗や交通船による湾内クルーズを行うほか、佐伯湾に飛行艇が停泊します。

- 時 間 9時～16時
- ところ 海上自衛隊佐伯基地分遣隊グラウンド及び棧橋
- 《問い合わせ》海上自衛隊佐伯基地分遣隊(☎22-0370)

7月31日(日)15時～

住吉神社夏祭り

楽しいイベント盛りだくさん。子どもたち大集合!夕方からは湯立て神楽、餅まき、豪華景品が当たる抽選会などを行います。

※豪華景品が当たる福引券販売中。

- ところ 船頭町住吉御殿
- 《問い合わせ》船頭町区・山城(☎22-0294)

つるみ豊魚祭2016 出店者募集!

- 申込期限 7月11日(月)
- 開催日・販売時間 9月25日(日)10時～15時
- 開催場所 公設水産地方卸売市場鶴見市場



■出店資格

市内に住んでいる人またはお店のある人(鶴見市場に買受人登録している人、佐伯市あまべ商工会の会員、佐伯市観光協会の会員、大分県農協佐伯事業部の所属団体は、市外でも出店可)

■申込方法

観光課または各振興局地域振興課にある申込要領を確認の上、申し込んでください。

《問い合わせ》つるみ豊魚祭実行委員会(鶴見振興局地域振興課内、☎33-1111)

～自然体験学習や研修にご利用ください～

海辺の村交流館がリニューアル!

《申込み・問い合わせ》米水津地区公民館 (☎35-6124)



「間越来だんせへ市」の会場としておなじみで、社会教育施設としても利用されている「海辺の村交流館」(米水津間越)がリニューアルしました。学習室や調理室、オートキャンプサイトなどを備え、さまざまな体験活動ができます。企業や個人での申込みもできます。みなさん、ぜひご利用ください!



ほくたちも
待ってるよ!
みんなで来てね♪

～施設の概要～

■学習室

- ・40人程度で利用できます。
- ・1時間300円

■調理室

調理台7台(ガスコンロ各2穴)、冷蔵庫あり

■海洋生態学習コーナー

ウミガメの生態や海の環境などを学べます。

■津波資料展示室

過去の南海トラフ地震に関する文書、現在の防災の取組「むらの覚悟」などについての資料を展示

■オートキャンプサイト(3区画)

- ・1日利用1,080円／1泊利用2,160円
- ・AC電源を設置(有料)、屋外調理場あり

バンガローも隣接!



料金など詳しくはお問い合わせください。

《問い合わせ》

はざこネイチャーセンター(☎34-8448)

夜間に水道管洗浄を行います

安全・安心な水を供給するため、配水エリア変更に伴う地区の水道管の洗浄を行います。たいへんご迷惑をおかけしますが、ご協力をよろしくお願いします。

■期 間 7月～8月末

■洗浄地区

城南町、池船町、来島町、中の島、中ノ島東町、長島町4丁目の一部、船頭町、大手町、城下東町、中村西町、中村北町、城下西町、内町、城東町、向島、西谷町

※洗浄日時などの詳細は、実施前、該当地区の各戸別に、お知らせをお配りします。

《問い合わせ》水道課水道維持管理係(☎22-4620)

蚊の発生を 予防しましょう

蚊が媒介する感染症を防ぐには、「蚊を増やさない、蚊に刺されない」対策が重要です。

植木鉢の受け皿やプラスチック容器などに雨水をためないようにし、農業用水の水桶などはこまめに入れ替えるか、ふたをするなど、ボウフラが発生しないよう注意しましょう。

また、屋外で活動する場合は、できるだけ肌を露出せず、虫よけ剤などを使用しましょう。

《問い合わせ》環境対策課(☎22-3956)

菌ちゃん野菜作り教室

- と き** 7月8日(金)
昼の部14時～、夜の部18時～
※90分程度
- ところ** エコセンター番匠2階大会議室
※駐車場に限りがあるので、乗り
合わせでお越しください。
- 参加費** 無料
- 講 師** ふくおか大地といのちの会代表
川口理恵 氏

菌ちゃん野菜ってなに?

- 生ごみから出来た堆肥で作る、ミネラルと栄養たっぷりのおいしい野菜です。
- 菌ちゃん野菜は、土の中で「菌ちゃんパワー」を取り込み元気いっぱいに育ちます。
- 野菜そのものにパワーがあるので害虫を寄せ付けず、安心して食べられます。

でも、家庭じゃ作れないでしょ?

- そんなことはありません! 川口先生が、菌ちゃん野菜作りを楽しく教えてください!

《問い合わせ》清掃課庶務係(☎22-3984)

『Saiki 40 三回目の成人式』

実行委員募集

人生の節目となる2回目の成人式を企画し、自分たちのオリジナルの式典をつくってみませんか。興味のある人はぜひご連絡ください。

- 開催日(予定)**
平成29年1月2日(月) 15時～

- 対象者**
市内在住の人または市外に転出した人で、今年度40歳になる人(昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生まれの人)

- 申込期限** 7月15日(金)

- 申込方法**
住所・氏名・電話番号を明記して、メールでお申し込みください。

《申込み・問い合わせ》

まちづくり推進課(☎22-4203、メール：machi@city.saiki.lg.jp)

さいき結旅



宇目産ブルーベリー狩り & ジャムづくり体験

お昼にはパンを中心とした軽食も用意します。
作りたてのジャムを早速味見してみましょう♪
夏休み時期に入りますので、子ども連れも大歓迎! 多くの人の参加をお待ちしています。

- と き** 7月28日(木)
9時30分～13時(予定)
- ところ** ブルーベリー園(宇目南田原)
宇目農村環境改善センター
- 集 合** 宇目振興局1階ロビー
※移動は自家用車です。
- 料 金** 3,000円、小学生以下2,000円
(軽食・お持ち帰りブルーベリー1kg込み)
- 申込期限** 7月25日(月)

《問い合わせ》佐伯市観光協会(☎23-1101)

佐伯市花のコンクール 作品展示

展示期間：7月6日(水)～22日(金)

第6回佐伯市花のコンクール(1月～6月の花)の応募作品を市役所本庁舎1階展示ホールに展示します。ぜひご覧ください。

☆第7回佐伯市花のコンクールの募集を 10月に予定しています。

対象は7月から12月末までに撮影した写真です。応募を希望する人は、期間内に写真を撮影し準備しておいてください。

- 部門** 団体、個人、学校、企業

- 応募対象**
L判サイズのカラー写真で、遠景・近景を各2枚以内(庭の花壇などの自分で管理している花の写真に限る)

《問い合わせ》環境対策課環境企画係(☎22-3995)

旭化成陸上部が佐伯で合宿



リオデジャネイロ五輪の代表選考を兼ねた日本陸上競技選手権(6月24～26日・名古屋市開催)を目前に、旭化成陸上部の3選手が佐伯市内で合宿をしました。合宿を始めるにあたり、6月10日、陸上部の宗猛総監督と西政幸監督が西嶋市長を訪問しました。

旭化成陸上部が佐伯で合宿するのは初。宗総監督は、佐伯豊南高校時代に何度も走ったコースを思い出しながら、「良いグラウンドで、延岡からも近いですね」と、今後の合宿候補地としても好印象を示しました。

西嶋市長は、「宗総監督の思い出の地で練習し、その成果を名古屋で発揮してほしい」とエールを送りました。



健康も 楽しい食事も よい歯から



6月5日、トキハインダストリー佐伯店で「親と子・高齢者よい歯のコンクール表彰式」が行われました。

「親と子の部」では松本卓也さん・孝叶くん親子が、「高齢者の部」では茅野義明さんがそれぞれ最優秀賞に選ばれました。

3人は、7月に行われる大分県大会へ出場することになっています。

松本さん親子、茅野さんともに虫歯のないきれいな歯をしていました。

受賞者のみなさん、おめでとうございます。



チキン南蛮発祥のまち
のべおか

おでかけ情報

第40回 まつりのべおか

あたたかい心
ふるさとを思う心
感謝の心

40回目を迎える延岡の夏の風物詩「まつりのべおか」。出会い神輿やばんば総踊り、太鼓競演会など多彩なイベントを開催。花火大会では多数の花火が延岡の夜空を彩ります。佐伯市の皆さんもぜひお越しください！

日時・会場

7月23日(土) 13時～
中央通交差点ほか

太鼓競演会
ばんば総踊り
出会い神輿 など

7月30日(土) 20時～
大瀬川河川敷(大貫町)

花火大会

※雨天時は、8月6日(土)
20時～に延期となります。

問合せ まつりのべおか事務局 ☎(0982) 32-6141



募 集

市営住宅の入居者募集

申込時にマイナンバーの通知カードなどが必要です。

地区	種別	住宅名	戸数
本匠	一般	下の原	1
宇目	一般	越野	1
	特公賃	上豊藤	1
直川	一般	向船場	1
	特公賃	こすもす	1
鶴見	一般	萱垣	1
	一般	吹浦	1
	一般	地松浦	3
米水津	特公賃	田鶴音	2
蒲江	一般	丸市尾	1

▽募集期間：7月11日(月)～15日(金)
▽抽選日：7月20日(水)
▽入居日：8月15日(月)
▽その他：申込資格や随時募集など不明な点については、お問い合わせください。
条例により暴力団員の申込

みはできません。
▽問い合わせ：佐伯市営住宅管理センター(☎23133)
33)、直川出張所(☎2116)
116)、鶴見出張所(☎31155)
1155)、蒲江出張所(☎41122)
41122)

税に関する作品の募集

いずれの作品も所属の学校を通じて佐伯税務署に提出してください。詳しくはお問い合わせください。

書写(習字)

▽応募資格：小学6年生
▽課題：「予算と税」「税の役割」「公共施設」「社会保障」から一つを選択
▽提出期限：9月7日(水)

中学生の作文

▽応募資格：中学生
▽テーマ：税に関すること
▽文字数：400字詰め原稿用紙3枚以内
▽提出期限：9月5日(月)

高校生の作文

▽応募資格：高校生
▽テーマ：税の意義と役割について考えたこと
▽文字数：800字以上

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。

弥生地域

▽とき：7月12日(火)9時～12時
▽ところ：弥生振興局第2会議室

米水津地域

▽相談委員：岩崎由記さん
▽とき：7月12日(火)9時～12時
▽ところ：米水津地区公民館

宇目地域

▽相談委員：磯田保江さん
▽とき：7月12日(火)13時～15時
▽ところ：宇目地区公民館

▽相談委員：田北文恵さん
上浦地域
▽とき：7月20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：7月20日(水)13時～15時
▽ところ：本匠地区公民館

行政相談委員表彰！

これまでの行政相談委員としての活動が評価され、田北文恵さん(宇目)と戸高浅生さん(直川)に大分行政評価事務所長感謝状が贈呈されました。おめでとうございます。

▽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

目と見え方の教育相談会

視覚障がいのある人とその保護者や関係者を対象に、家庭での接し方や、保育・教育・医療に関する教育相談に応じます。

聞こえと言葉の教育相談会

聞こえや言葉が気になる子どもについての教育相談会を行います。相談無料で秘密は厳守します。
▽とき：8月2日(火)9時30分～15時30分
▽ところ：大分県佐伯総合庁舎402会議室
▽対象：0歳から18歳までの子どもと保護者・関係者(保育士・教員など)
▽申込期限：7月19日(火)
▽申込方法：大分県立聾学校に申し込んでください。

▽申込み・問い合わせ：大分県立聾学校(☎097154312047)

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)。鶴見地区以外の人も連絡いただければ後日訪問します。

▽とき：7月11日(月)13時30分～16時30分
▽ところ：鶴見振興局1階会議室
▽問い合わせ：障がい者相談支援センターすきつぷ(☎28521)

精神保健福祉相談

精神科の専門医師による個別相談です(要事前予約)。
▽対象：精神障がいや認知症で悩んでいる人、家族など

福祉のしごと相談会

福祉職場の就職や職場体験、資格の取得方法などの相談に応じます(予約不要)。
▽とき：7月14日(木)、28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(☎09715217000)

金融相談会(無料)

融資に関することや事業経営に関することについての相談に応じます。
▽とき：7月13日(水)10時～16時
▽ところ：佐伯商工会議所
▽相談員：日本政策金融公庫大分支店職員
▽申込み・問い合わせ：佐伯商工会議所(☎21550)

行政書士無料相談

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：7月20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)
▽問い合わせ：大分県行政書士会事務局(☎097153717089)

不動産市民相談(無料)

▽とき：7月12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)

親のための婚活無料相談

子どもの結婚を望む親からの相談に応じます。また、結婚したい本人も相談できます。お気軽にご相談ください(要予約)。

▽とき：7月20日(水)、8月23日(火)10時～16時
▽ところ：よろうや仲町1階
▽問い合わせ：NPO法人H&B(☎097717519884)

大分県司法書士会無料相談

相続・売買などの不動産登記や会社設立・役員変更などの商業登記、成年後見、少額訴訟、夫婦・親子関係の諸問題、遺言書作成などの相談に応じます。
事前に予約が必要です。
▽とき：7月13日(水)13時～16時
▽ところ：三余館2階特別会議室
▽問い合わせ：大分県司法書士会佐伯支部・河野(☎232838)



夢おどる2つのサマー！

サマージャンボ宝くじ

1等・前後賞合わせて7億円！

サマージャンボミニ7000万

7,000万円×120本！
(発売総額360億円・12ユニットの場合)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



熊本地震災害義援金の受付期間を延長します

義援金の受付期間

- ・大分県への義援金 平成28年9月30日まで延長
- ・熊本県への義援金 平成29年3月31日まで延長

《問い合わせ》社会福祉課人権・社会・指導監査係 (☎22-3971)

・世帯 3万3,602世帯 (+1) ・男 3万4,448人 (-17)
・人口 7万4,389人 (-52) ・女 3万9,941人 (-35)

※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 12 ・死者 1
・物損事故 117 ・負傷者 16

講習

スポーツ講演会

小・中学生の保護者や指導者、学校関係者などをはじめ、誰でも参加することができます(入場無料)。
▽とき…7月15日(金) 19時(受付18時30分)
▽ところ…和楽1階大研修室
▽演題…スポーツにおける外傷・障害について
▽講師…玄々堂^{けんげんどう}高田病院整形外科・井上敏氏^{さとし}
▽問い合わせ…体育保健課(☎24062)

佐伯市民の腎臓を守る
市民公開講座

自覚症状の少ない「慢性腎臓病」は、気付かないうちに進行していることがあります。病気を知り、早めに対処することが、悪化を防ぐことにつながります。
▽とき…7月30日(土) 10時(受付9時30分)～11時30分(受付9時30分)

各種お知らせ

佐伯都市計画公園の事業認可変更に伴う縦覧

佐伯都市計画公園事業「2・2・20号大手前公園(大手町2丁目地内)」の事業が認可されましたので、事業地を表示する図面などの縦覧をします。
▽縦覧期間…告示の日(平成32年3月31日)
▽縦覧場所…大手前開発推進室(本庁舎2階)
▽問い合わせ…大手前開発推進室(☎24623)

佐伯市美術展受賞者作品展(書道・写真の部)

▽とき…7月12日(火)～8月4日(木) 8時30分～17時 ※土・日・祝日を除く
▽ところ…まな美1階市民ギャラリー
▽入場料…無料
▽問い合わせ…社会教育課文化振興係(☎24234)

▽ところ…和楽1階大研修室
▽演題…腎臓を守るためにできること(人工透析、脳卒中、心筋梗塞を防ぐために)

▽講師…焼津市立総合病院名誉院長・菱田明氏(日本腎臓学会元理事長)
▽申込期限…7月22日(金)
▽申込み・問い合わせ…健康増進課保健係(☎234500)

危険物取扱者保安講習

▽講習種別…A、C区分
▽とき…C区分…9月2日(金) 13時30分～16時30分 / A区分…10月4日(火) 13時30分～16時30分
▽ところ…佐伯文化会館中ホール
▽受講料…4,700円
▽申込期間…7月19日(火)～27日(水) ※土・日を除く
▽申込み・問い合わせ…佐伯市消防本部予防課(☎23377)

就職フェア

県内企業60社が参加する予定です。
▽とき…7月15日(金) 13時～16時
▽ところ…トキハ会館「ローズ・カトレアの間」
▽対象…来春卒業予定の大学・短大などの学生(既卒3年以内の人を含む)、県外在住のU・I・Jターン希望者
▽準備物…応募する企業数分の履歴書、筆記用具
▽問い合わせ…大分労働局職業安定課(☎097153512090)

ものづくり体験
マイ電波をキャッチしよう

ラジオを製作し、FMラジオの放送から聞こえてくる友だちの声を受信しよう!
▽とき・ところ…7月25日(月)野岡区民館、8月5日(金)佐伯図書館、8月8日(月)弥生児童館、いずれも10時30分(2時間程度)
▽参加費…小・中・高校生

成人発達障がい者家族教室

発達障がいを正しく理解し、適切な対応をするため、講義や演習などを行います(要事前申込み)。
▽とき…7月20日(水)、8月3日(水)、24日(水) 13時30分～16時(全3回)
▽ところ…大分県こころとからだの相談支援センター(大分市玉沢)

▽対象…16歳以上の発達障がい者の家族
▽参加費…無料
▽申込期限…7月15日(金)
▽申込み・問い合わせ…大分県こころとからだの相談支援センター(☎097154115276)

調理師試験準備講習

▽とき…7月26日(火)、27日(水) 10時30分～15時30分
▽ところ…和楽2階第1会議室
▽受講料…1万円(教本代含む)
▽申込方法…初日の受付(9時30分)で申し込んで

試験

ください。
▽問い合わせ…大分県食品衛生協会(☎097153210081)

狩猟免許試験・講習会

▽とき…第1種・第2種銃猟…8月20日(土) 9時～17時 / 網猟…わな猟…8月21日(日) 9時～17時
▽ところ…大分県佐伯総合庁舎4階大会議室
▽手数料…各5,200円 ※既に狩猟免許を受け、その有効期間内に他の狩猟免許を受ける人は各3,900円
▽申込期間…7月15日(金)～28日(木) ※申込用紙は大分県南部振興局、市役所・各振興局にあります
▽申込み・問い合わせ…大分県南部振興局森林管理班(☎20393)
初心者狩猟講習会

伝言板

第42回よろなか塾
「佐伯市の戦争遺跡」

▽とき…7月7日(木) 19時～20時
▽ところ…よろなや仲町ホール
▽講師…シャルム佐伯・丁田健太郎氏
▽入場料…無料
▽問い合わせ…彩木の会・北口(☎28289)

第3回佐伯市ベタンク交流大会参加チーム募集!

ふるってご参加ください。
▽とき…7月16日(土) 受付8時30分 ※雨天時は23日(土)
▽ところ…佐伯小学校グラウンド
▽参加条件…監督を含む1チーム4人編成 ※女性が1人以上いること
▽参加料…1人200円(当日徴収)
▽申込期限…7月9日(土)
▽問い合わせ…吉良(☎0901271218005)

▽とき…わな猟…8月6日(土) 10時～16時30分
▽ところ…弥生文化会館
▽申込期間…7月19日(火)～27日(水)
▽受講料…8,000円
▽申込み・問い合わせ…佐伯市猟友会事務局・江藤(☎0901839917461)

自衛官採用試験

受験資格など詳細はお問い合わせください。

自衛官候補生(男子)・一般曹候補生

▽とき…9月17日(土)
▽ところ…佐伯基地分遣隊
自衛官候補生(女子)
▽とき…9月23日(金)～24日(土)

▽ところ…大分県総合社会福祉会館、別府駐屯地
航空学生(海上・航空)

▽とき…9月22日(木)
▽ところ…大分県総合社会福祉会館
▽申込期限…9月8日(木)
▽問い合わせ…自衛隊佐伯地域事務所(☎231875)

蒲江文化協会長杯争奪夏季囲碁・将棋大会

▽とき…7月17日(日) 9時(受付8時30分)～
▽ところ…蒲江地区公民館2階講座室
▽参加料…1,300円(文化協会費300円と弁当代含む)
▽申込期限…7月13日(水)
▽問い合わせ…蒲江地区公民館(☎421113)

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! とっても便利な移動スーパー!
移動スーパー 訪問先募集中!
お刺身、寿司、惣菜、お肉、野菜・果物、パン、お菓子、日用品。
●お問い合わせは、お気軽にお電話で… ユーマートとくし丸 TEL22-2299

「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です。
FAX・窓口でご応募ください(電話不可)。

おひさまサロン

赤ちゃんのために少しだけ勉強したり、ママのためのリラックスタイムを提供します。

▽とき：7月12日(火)10時～11時45分(受付9時45分)
▽ところ：和楽第2会議室▽対象：妊娠中または出産後の女性▽内容：天然アロマの虫よけスプレー作り(定員12人)、おしゃべりカフェ▽参加費：700円
▽申込み・問い合わせ：グリーンコープふくしセンターおひさま・渡邊(☎090-1165-0599)

認知症家族の集い

様々な思いを語り合いながら、よりよい介護を学びます。電話での介護相談にも応じます。

▽とき：7月8日(金)11時～13時▽ところ：佐伯老人福祉センター▽参加費：無料▽問い合わせ：認知症の人と家族の会(☎227708)

子育てセミナー

子育て中の人なら誰でも参加できます。無料託児もあります。

▽とき：7月11日(月)10時～11時30分▽ところ：和楽第1会議室▽テーマ：子どもの健康と親の生活▽参加料：200円▽問い合わせ：家庭倫理の会佐伯市(☎5780)

やさしい防災教室

お気軽にご参加ください。夏休みを利用した親子参加も大歓迎です。

▽とき：7月23日(土)13時～▽ところ：佐伯東地区公民館▽内容：防災士講話、防災ビデオ、簡易トイレ、防災頭巾の作り方紹介など▽問い合わせ：国際ソロプチミスト佐伯・川野(☎090-9565-6628)

ありがとうの手紙コンクール2016

小・中・高校生の皆さん！

敬老の日に直筆の手紙と声のメッセージで「ありがとう」を伝えませんか？グラプリ、特別賞受賞作品は敬老の日にエフエムさいき番組内で放送します。

浴衣着付教室

浴衣で花火大会に出かけませんか。着物に合うヘアアレンジも教えます。

▽とき：7月15日(金)19時～21時▽ところ：和楽▽対象：ひとり親家庭の人▽参加料：無料※浴衣、帯、腰ひも(3本)は、各自で用意してください。▽問い合わせ：佐伯市母子寡婦福祉会・足立(☎090-1187212156)

大分トリニータ応援バス

▽とき・ところ：7月10日(日)18時～大銀ドーム▽対戦相手：FC琉球▽参加費：500円(幼稚園児以上)

同額)※チケットは各自持参。必要な人はご連絡ください。▽出発時刻・集合場所：15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：7月8日(金)▽問い合わせ：トリニータ後援会佐伯支部事務局(☎28871)

おゆずりします

▽子ネコ(生後1か月、キジ・オス2匹、黒・オス、黒・メス)：匿名(☎090-5382-4765)
▽整理ダンス(横80cm×高さ163cm×奥行き43cm)、卓球台：匿名(☎090-1196-0905)

佐伯市への寄附

(敬称略)

▽一般寄附：関西佐伯会・三島鐵工株式会社代表取締役 役小泉尚行(摂津市)

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

困り事お助け協会
一般社団法人
TEL 0972-22-7722
内町 1-11 kirakut 11F-101

こますけ 検索

皆様を支えられて40年！
中央葬祭社
さいきの いちばん

TEL 0972-22-0001
佐伯市船頭町 3-7

お電話でも
お気軽に
ご相談下さい。

家族葬や少人数の
葬儀には
別荘・別荘での
葬儀も承っております

ゼンシーホール中央 別館 佐伯市中ノ島東町 6-22
年中無休24時間対応 ☎0120-76-0002



熱中症にご注意を!

7月から9月は、熱中症による救急搬送者数が急増します。
特に高齢者や子ども、障がいのある人は、注意が必要です。
気温や湿度の高い日には、無理な節電はせず、適度に扇風機
やエアコンを使いましょう。

熱中症予防のポイント ① 暑さを避ける

室内では...

- ・扇風機やエアコンで温度調節
- ・遮光カーテン、すだれを利用
- ・室温をこまめに確認
- ・暑さ指数も参考に
(環境省の「熱中症予防情報サイト」
に掲載)

外出時には...

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、
こまめな休憩
- ・「熱中症一時休憩所」
(右の旗が目印です)も
ご利用ください。



熱中症一時休憩所
(7月から9月末まで設置)

熱中症予防のポイント ② こまめな水分補給

のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液(水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの)を補給する。

熱中症が疑われる人を見かけたら...



1. 涼しい場所へ避難させる
2. 体を冷やす(首、脇、足の付け根など)
3. 水分・塩分を補給する

※自力で水が飲めない、意識がない、けいれんなど、重症の場合はすぐ救急車を呼びましょう。

《問い合わせ》 南部保健所地域保健課 (☎22-0562)

西嶋市長の主な公務日誌(6月1日~15日)

- 1日(水) 佐伯市交通安全対策協議会総会(市役所)
- ・ケーブルテレビ佐伯との災害時の緊急放送に関する協定調印式(市役所)
- 2日(木) 自治委員会連合会新役員来訪
- ・番匠川水系水防意識社会再構築協議会(市役所)
- ・佐伯市医師会役員来訪
- 3日(金) 大分県行政評価事務所長来訪
- ・大分県南部振興局との意見交換会
- 4日(土) 本匠ほたる祭り
- 5日(日) 地区対抗スポーツ大会(総合運動公園ほか)
- 6日(月) 市議会開会(議場)
- ・一般質問ヒアリング(13日)
- 7日(火) 全国市長会議(東京都・8日)
- 9日(木) 五十川ゆきさん義援金受渡式(市役所)
- ・国際交流推進協議会総会(市役所)
- 10日(金) 旭化成陸上部来訪
- ・佐伯海事地域人材確保連携協議会総会(市内)
- 12日(日) 関東佐伯会(東京都)
- 13日(月) 佐伯飲食業連合組合総会(市内)
- 14日(火) 一般質問(17日)

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(7月) 4日、11日、18日、25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

- 7月13日(水) 15時～
／下堅田児童クラブ、つるおか子どもの家
- 7月27日(水) 15時～
／木立ゆめっ子クラブ、海の子児童クラブ

主な新着本(7月)の紹介

【一般書】

ザ・ロング・アンド・ワインディング・ロード(小路幸也)／
家康、江戸を建てる(門井慶喜)／おべんと帖百(伊藤ま
さこ)／花冷えて(あさのあつこ)／歳をとるのは面白
い([PHP]編集部)

【児童書】

コンビニたそがれ堂(村山早紀)／シャバーニ!(東山動
植物園)／てるてるぼうずとふりふりぼうず(せなけい
こ)／怪盗探偵山猫(神永学)／どうぶつあいうえおえ
ほん(ひがしかずこ)

今月のこの1冊!

～内容紹介～

長野県の富士見高校に
は全国でも珍しい「養蜂
部」がある。

1人の女子高生が始め
た養蜂部が、創部3年で
全国大会で優勝するまで
をつづったノンフィク
ション。

小さなミツバチが生んだ大きな奇跡の物語。



「みつばち高校生」
著者：森山 あみ

夏休みの学習教室

申込期間：7月12日(火)～22日(金)

※各教室とも申込期間は共通

学習教室の申込用紙は各学校に配布し、英語教
室の申込用紙は図書館に備え付けています。参加
費はいずれも100円(保険料)です。

◇子ども学習教室

夏休みの課題、自由研究・
調べ学習などをサポーターが
お手伝いします。



- とき 7月28日(木)～29日(金)
9時30分～11時45分(受付9時10分～)
- ところ 図書館視聴覚センター2階
- 対象 小学1～3年生
- 定員 両日とも90人※先着順

◇親子学習教室

●工作教室

- とき 7月30日(土)、31日(日) ※いずれか1日
9時30分～11時30分(受付9時10分～)
- ところ 図書館シアター
- 対象 小学1～3年生とその保護者
- 定員 両日とも親子25組※先着順
- 用意するもの ハサミ、スティックのり

●感想画教室

- とき 7月30日(土)
9時30分～11時30分(受付9時10分～)
- ところ 図書館多目的ホール
- 対象 小学1～3年生とその保護者
- 定員 親子20組※先着順
- 用意するもの
クレヨン、色鉛筆、水彩など
(クーピー不可)



※描きたい場面などを大まかに考えておいてください。

◇小学生英語教室

やさしく楽しく、英語や外国の文化に触れる
ことのできる教室です。

- とき 8月3日(水)、17日(水)、24日(水)
※3日間連続講座
10時～11時
- ところ 図書館多目的ホール
- 対象 小学1～3年生
- 定員 15人程度※先着順



《申込み・問い合わせ》佐伯図書館 (☎24-1010)

＋ 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	7月10日	秋山医院	向島2丁目	23-3177
		木下整形外科	新女島	23-8781
	7月17日	馬場内科クリニック	長島町2丁目	20-3344
		石川眼科医院	駅前2丁目	24-2200
	7月18日	水沼医院	駅前2丁目	23-0123
		島村耳鼻咽喉科	中の島1丁目	20-3387
歯 科	7月10日	矢野歯科医院	宇目小野市	54-3217
	7月17日	東歯科医院	蒲江浦	42-0067
	7月18日	はやし歯科医院	池船町	20-5518

◎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
7月10日	西田病院小児科	鶴岡西町2丁目	22-0180
7月17日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965

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

家庭でのクールビズ

クールビズは、オフィス以外の場面にも広がっているライフスタイルです。

節電と地球温暖化防止のため、みなさんぜひ実践してみてください。

- エアコンの設定温度は28℃にしましょう。
- エアコンのフィルターは、こまめに掃除しましょう。
- 冷房効率を上げるため、扇風機などを使って空気を循環させましょう。
- よしずやすだれ、緑のカーテンを設置しましょう。
- 体を締めつけず、肌との間に空気が通る衣服を選びましょう。

《問い合わせ》

環境対策課環境企画係（☎22-3995）

広報クイズ

問題

「〇〇の村交流館」がリニューアル！
様々な体験活動ができる施設もありますので、みなさんぜひご利用ください。

○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。7月15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。

6月1日号の正解は「ボード」でした。

正解者47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。

- 河野 正直 さん（上浦最勝海浦）
- 谷口 寿子 さん（鶴岡町）
- 中西真利子 さん（上浦最勝海浦）

市報発行日と締切日のお知らせ

7月15日号の発行予定日 7月15日（金）

8月1日号の原稿締切日 7月 8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



トマトの酢物

材 料	分量 (2人分)
トマト	120g
キュウリ	70g
塩	ひとつまみ
大葉	2枚
しらす干し	10g
だし汁	小さじ1強
酢	小さじ2強
砂糖	小さじ1
薄口しょう油	小さじ1

(1人分) 32キロカロリー・塩分0.7g

【作り方】

- ① トマトは食べやすい大きさに切る。
- ② キュウリは約2mmの厚さの輪切りにし、塩をふって軽くもんで水気を絞る。
- ③ 大葉は千切りにする。
- ④ だし汁・酢・砂糖・しょう油を混ぜ合わせ、トマト・キュウリ・しらす干し・大葉を加え和える。

これからの季節にピッタリな簡単副菜です。
「合わせ酢」の代わりに「味付きもずく」を使用すると、さらに簡単にできます。生姜を加えてもおいしいですよ。
食推協 弥生支部

トマトには、抗酸化作用のあるリコピンが含まれています。最近のリコピンに関する研究では、血中HDL (善玉) コレステロールを増やす働きが報告されています。

《問い合わせ》健康増進課保健係 (☎23-4500)

作ってみたい古代の「勾玉」

古代の人々は、勾玉にどんな思いを込めていたのでしょうか。

夏休みに、古代の人々の気持ちになって、勾玉を作ってみませんか。

■とき 7月31日(日)

13時30分～(受付13時～)

■ところ 三余館1階実習室

■対象 小学生(1～3年生は保護者同伴)

■定員 20人 ※先着順

■申込期限 7月30日(土)

■準備物

材料費(300円)、ビニール袋(レジ袋など)、新聞紙、タオル(手ふき用)、汚れてもよい服装、粉が気になる人はマスク

■申込方法

電話または窓口で直接お申し込みください(月曜は休館日です)。

《申込み・問い合わせ》

佐伯市歴史資料館 (☎220700)



弥生地区から出土した勾玉

今月の表紙

6月18日、「さいき番匠川あじさいロードウォーク」が行われました。参加者は、弥生スポーツ公園をスタートし、色鮮やかなあじさいが続く「あじさいロード(本匠宮ノ越)」を折り返す約12.5キロのコースで、ウォーキングを楽しみました。

編集後記

先日、高校時代のバレーボール部の後輩から「大会と一緒に出場してほしい」と依頼され、私はそれを引き受けることに。

後輩に詳しい話を聞いて驚きました。なんと、大会は1か月後に開催されるとのことだったのです。

チームメイトの足を引っ張らないようにと練習に参加し始めたのですが、自分の力量不足を痛感している今日この頃です。

大会は、この編集後記を執筆している次の日曜日に開催されます。果たして、その運命はいかに？

(松下喜)