

特集

空き家の未来を考える。



2022

2

No.369

# 空き家の き 家 の

# 未来を考える。

## 今から できる対策を



## 全国で年々増加の一途をたどる“空き家”

佐伯市の現状も深刻で、

今後も急速なペースで増えるといわれています。

空き家の未来は、地域の未来。

これからのために、今できることを考えてみましょう。

大分県の空き家率は全国で11位とかなりの上位に位置しています。佐伯市では、平成25年は2439戸だった空き家が4年間で3625戸まで増え、急速なペースで増加していることが分かります。

空き家に関する法律「空家等対策の推進に関する特別措置法」では、空き家の適切な管理は所有者の責務と規定されています。たとえ今は生活していても、将来的に人が住む予定がなければ、その家の所有者も、いずれ直面する問題です。空き家を抱えている人や、今後抱えると予想される人は、放置することで生じる問題点を知つて適切な対策を立てましょ。

国の「平成30年住宅・土地統計調査」によると、全国の総住宅数に占める空き家の割合は13.6%。これは7戸に1戸が空き家という深刻な状

## 空き家の管理 で き て い ま す か ?

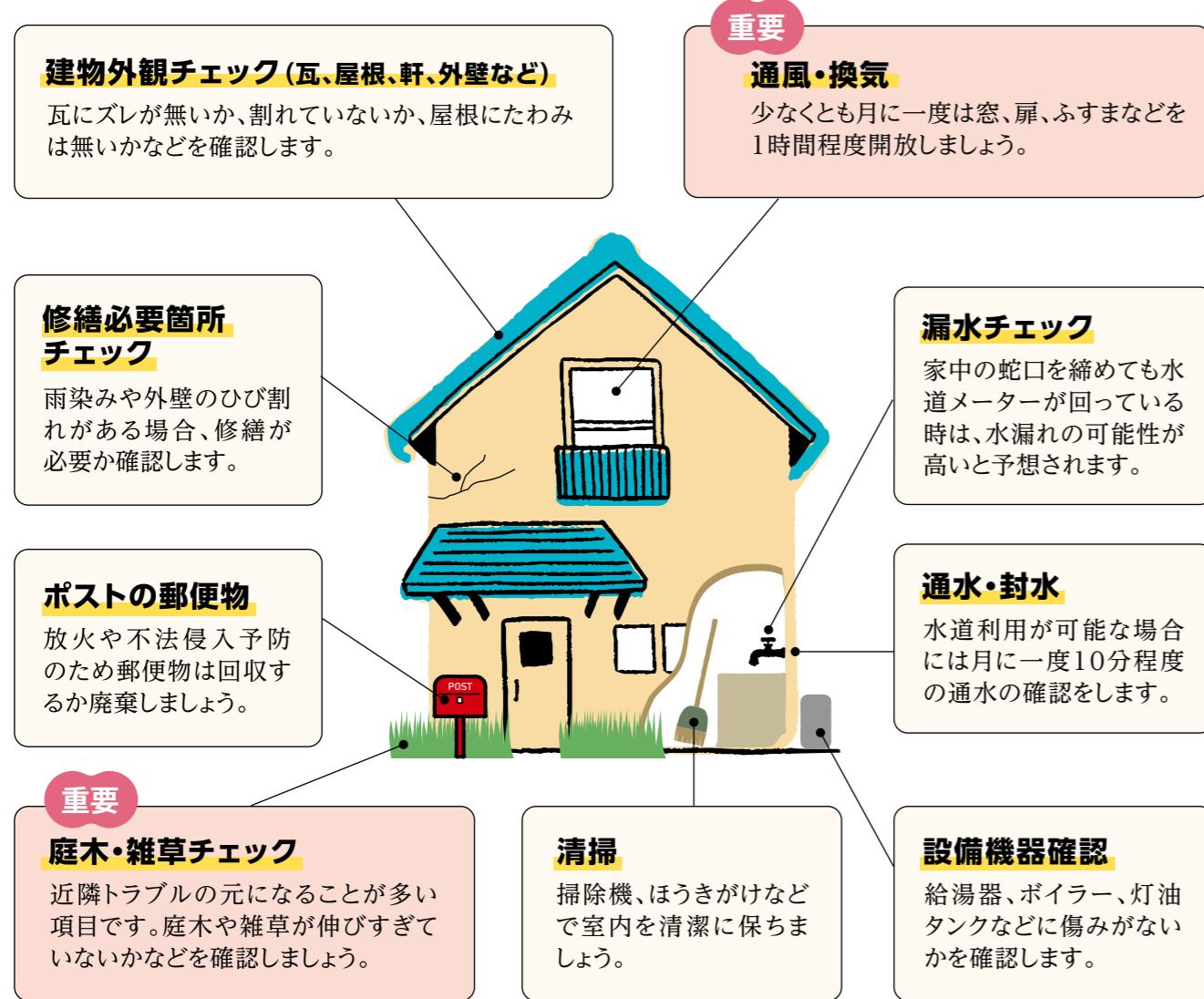
空き家を放置しておくと様々な

家が老朽化し、瓦や窓ガラスが飛散するなどして通行人や財産に損害を与えるリスクのほか、樹木や雑草が繁茂して敷地外へ伸び、通行などの障害になることも考えられます。このほか害虫の発生や動物が住みついたり、不審者が侵入して犯罪の温床となる恐れも。また、ごみが不法投棄され、周辺の生活環境の悪化を招くこともあります。

もしも自身で管理できない場合は、空き家バンクへの登録や、建物の状況に応じて解体という選択肢もあります。

## POINT

## 自分で管理する場合の“ポイント”







# 国民健康保険の届出を忘れずに

～ 資格の適正な適用について、ご協力をお願いします～

## ●国民健康保険の加入対象者

国民健康保険(以下、国保)は、74歳までの人で社会保険(健康保険、共済・船員保険を含む)の被保険者及びその被扶養者を除く、すべての人が加入する制度です。

退職などで社会保険を脱退した人は、国保の加入手続きをしなければなりません。手続きが遅れると、社会保険の資格喪失日までさかのぼって課税されますので、早めに手続きをしましょう(会社を退職して14日以内)。

## ☆手続きに必要な物

- ・窓口に来る人の本人確認書類  
(運転免許証、マイナンバーカードなど)
- ・社会保険の喪失証明書
- ・マイナンバー確認書類  
(マイナンバーカードなど、対象者全員分)
- ・委任状(代理人が同世帯でない場合)

## ●社会保険などに加入したため、国民健康保険を脱退する人

社会保険などに加入した人は、国保の資格喪失届が必要です。

届出をしないと、国保税と社会保険料を重複して納めることになります。忘れずに手続きをしましょう。

## ☆手続きに必要な物

- ・窓口に来る人の本人確認書類  
(運転免許証、マイナンバーカードなど)
- ・社会保険の取得証明書または社会保険の被保険者証(対象者全員分)
- ・国保の被保険者証(対象者全員分)
- ・マイナンバー確認書類  
(マイナンバーカードなど、対象者全員分)
- ・委任状(代理人が同世帯でない場合)

## 社会保険の被扶養者になれる場合があります

同じ世帯に社会保険の加入者がいる場合は、その人の被扶養者として認定されることがあります。扶養認定されるかどうか、勤務先に相談してから手続きをしてください(被扶養者に認定されても、社会保険料が高くなることはありません)。

被扶養者の要件については、各保険者(勤務先)にお問い合わせください。

## 申告を忘れずに

2月から、所得の申告が始まります。申告しないと国保税の軽減が受けられず、医療費の限度額認定が正しく認定されません。受付期間内に申告を済ませましょう。

なお、申告で医療費控除を受けようとする人は、「高額療養費」の支給対象に該当するかどうか、申告前に保険年金課にお問い合わせください。

申告の受付期間などの詳しい内容については、市報さいき1月号と一緒に配布した「令和4年度市民税・県民税申告のお知らせ」をご覧ください。

## ご存じですか？一部負担金の減免などの制度があります。

6か月以内に発生した災害などにより、収入が一定額以下になったとき、医療機関に支払う金額が減免や徴収猶予される制度があります。事前にお問い合わせください。



《問い合わせ》 国保の届出について:保険年金課(☎22-3291)または各振興局  
所得の申告について:課税課 (☎22-3115)または各振興局

# 子育て支援給付金について



給付金名	対象者	申請期限
<p>&lt;令和3年5月6日～受付中&gt; 子育て世帯生活支援特別給付金 (ひとり親世帯分)</p> <p>児童1人当たり一律 5万円</p>	<p>新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準となっている人</p> <p>※すでに支給を受けた人は除きます。</p>	2月28日(月)
<p>&lt;令和3年8月2日～受付中&gt; 子育て世帯生活支援特別給付金 (その他世帯分)</p> <p>児童1人当たり一律 5万円</p>	<p>令和3年3月31日時点で18歳未満の児童(障がい児の場合は20歳未満)を養育する父母などのうち、次の①または②のいずれかに該当する人</p> <p>※令和4年2月末までに生まれた新生児も対象になります。</p> <p>①令和3年度住民税均等割が非課税の人 ②令和3年1月1日以降の収入が新型コロナウイルスの影響で急変し、住民税非課税相当の収入となった人</p> <p>※すでに支給を受けた人、ひとり親世帯分の特別給付金で支給を受けた人は除きます。</p>	3月15日(火)
<p>&lt;令和4年1月4日～受付中&gt; 子育て世帯への臨時特別給付金 (一括給付)</p> <p>児童1人当たり一律 10万円</p>	<p>次のいずれかに該当する児童の保護者のうち、生計を維持する程度の高い人</p> <p>①公務員で職場から令和3年9月分の児童手当を受給した人が養育する児童 ②令和3年9月30日時点で平成15年4月2日～平成18年4月1日生まれ(高校生など)の児童で、児童手当支給対象となる児童と同世帯でない児童(保護者の所得が児童手当の特例給付と同等未満の所得である場合) ③令和3年10月以降、令和4年3月31日までに生まれた児童手当(特例給付を除く)の支給対象児童(新生児)</p>	2月28日(月) (新生児は4月15日(金)まで)

※各給付金において、基準日以降にひとり親になるなど、世帯の状況が変わることにより新たに対象となる場合があります。

※こども福祉課が窓口となっている給付金について、申請の必要がある人はそれぞれ締切りが異なりますのでご注意ください。

《問い合わせ》 こども福祉課(☎22-3180)

# 税の申告をお忘れなく

課税課からのお知らせ

市県民税・国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の申告受付を行います。  
詳しくは、市報1月号と一緒に配布した「令和4年度市民税・県民税申告のお知らせ」をご覧ください。



## 本庁舎1階 特設申告会場

とき 2月7日(月)～10日(木) 9時～16時

※令和3年中に給与・年金(非課税年金含む)収入のみ、または収入がなかった人のみが対象

2月14日(月)～25日(金)、3月7日(月)～15日(火) 9時～16時

※土・日・祝日を除く

※休日の申告窓口として、3月6日(日) 9時～15時まで受付を行います。

※2月28日(月)～3月4日(金)の間、**本庁舎1階特設申告会場での申告受付を休止**します。

## 各振興局

とき 2月28日(月)～3月11日(金) 9時～15時

※土・日を除く

※振興局ごとに事業収入の申告受付ができる日が異なります。詳しくはお問い合わせください。

《問い合わせ》 課税課市民税係(☎22-3115)

## 軽自動車・原動機付自転車などの廃車 および名義変更の手続きはお早めに！



軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日に軽自動車・原動機付自転車などを所有している人に課税されます。廃車や友人に譲ったなどにより、すでに軽自動車などをお持ちでない人は、4月1日までに廃車および名義変更の手続きをお願いします。

また、現在軽自動車などを所有していないが廃車手続きを行っていない場合や4月2日以降に廃車手続きをされた場合は、令和4年度の軽自動車税(種別割)が課税されますのでご注意ください。

### ○手続きを行う窓口

車両の種類	必要な物	届出・問い合わせ
・原動機付自転車 (125cc以下) ・小型特殊自動車 (農耕作業用含む)	廃車:ナンバープレート※1 名義変更:ナンバープレート※2	課税課市民税係 (本庁舎1階12番窓口☎22-4501) 各振興局
・軽自動車 (軽三輪・軽四輪)	手続きの内容によって、必要書類が異なります。右記問い合わせ先にご確認ください。	大分県軽自動車協会 (☎097-524-0222) 佐伯地区自家用自動車協会 (☎22-0513)
・軽二輪 (125cc超～250cc以下) ・二輪小型自動車 (250cc超)		九州運輸局大分運輸支局 (☎050-5540-2087) 佐伯地区自家用自動車協会 (☎22-0513)

※1 紛失した場合は200円の手数料がかかります。

※2 ナンバーを変更しない場合は不要。

# さいきとびっくす

令和3年度大分県国民文化祭レガシー事業  
大分県子どもの舞台芸術フェスティバルVol.2  
「タカラとワカ海を越える軌跡」初の市外公演

あの感動を県民で創る!! iichikoグランシアタで!



- と き 3月6日(日) 14時~
- と こ ろ iichiko総合文化センター  
グランシアタ(大分市)
- チケット 1,000円  
全席自由(一部指定有)

## ●発売場所

- ・旧ようや仲町  
2月12日(土)~毎週土・日曜日  
13時~18時※当日券も有り
- ・メール受付 2月12日(土)~  
saikikodomo@icloud.comに申込み

問 文化芸術交流課(☎22-4529)

佐伯市こどもミュージカルYouTubeチャンネル▶



新型コロナウイルスの影響により、延期・中止・入場制限する場合があります。

## 閉館した佐伯文化会館の緞帳をお譲りします。

佐伯文化会館大ホールの緞帳「いづみ」は、故菅一郎画伯が神武天皇東征の伝承を原画に描き作成されたもので、昭和46年の開館から令和2年の閉館まで広く市民に親しまれてきました。

文化会館の解体準備のため、緞帳を活用していただける市民や企業、団体に無償でお譲りします。

- 緞帳の大きさ 幅19m、高さ8m、重量約1トン
- 譲渡の条件 一括譲渡と、部分譲渡の両方を受付けます。  
ただし一括譲渡希望者を優先します。
- 対象 市民または市内に事業所などを有する企業・団体・  
法人を優先としますが、応募状況により、市外の人も  
認める場合があります。
- 申込期限 3月1日(火)  
電話、FAX、メールなどにてお申込みください。  
譲渡後の再活用内容を考慮し、決定させていただきます。
- 経費の負担  
ステージからの緞帳の取り外し、及び運搬を含む一切の経費は譲受人の負担とします。  
※緞帳は、ステージ上部に格納された状態で、電気契約は解約済
- 撤去・移動期限 3月31日(木)

問 社会教育課 文化財係(☎22-4234、FAX 22-0701) bunkaska@city.saiki.lg.jp

## Saiki city Lecture & Event Guide

### 市史編さん市民講座

### 講演「100年前のパンデミック —スペインかぜの猛威と大分・佐伯—」

およそ100年前の1918年(大正7年)に世界はコロナ禍を上まわる悲惨なパンデミック(世界的な大流行)を経験しました。それが、新型インフルエンザの「スペインかぜ」でした。

この感染症で、大分や佐伯はどのような状況に陥ったか、また、このパンデミックがその後、長い間忘れ去られることになった理由についても考えていきます。

- と き 2月19日(土)  
13時30分~15時(開場:13時)

- と こ ろ さいき城山桜ホール 小ホール

- 講 師 長野 浩典氏  
(市史編さん近代部会長)

- 定 員 40人(先着順/予約不要)

- 入 場 料 無料

#### ●ご来場時のお願い

マスクの着用をお願いします。また、当日発熱などの症状のある方は参加をご遠慮ください。

問 社会教育課 市史編さん係(☎22-4095)



佐伯文化会館の緞帳「いづみ」



12/26(日)

### 子どもが輝けば、まちが輝く



「2021 大分県子どもの舞台芸術フェスティバル in 佐伯」がさいき城山桜ホールで行われました。1部は佐伯市8期生こどもミュージカル「くぬぎの森の源兵衛～佐伯なばの話～」を上演。2部は津久見市津久見櫻の実少年少女合唱団による合唱ミュージカル「森の歌」が上演されました。

12/23(木)

### 災害や防災への取組を知る



佐伯支援学校高等部の生徒15人が防災学習を行いました。生徒は長島防災高台ややまばと児童公園防災備蓄倉庫を見学。施設の見学や体験を通じて、災害から身を守る方法や災害発生時に取るべき行動などを学びました。

1/9(日)

### 地域防災への士気を高める



「令和4年佐伯市消防団出初式」が佐伯市消防本部で行われました。今年も規模を縮小して、各方面隊の代表者と関係者のみで開催。消防団・岡村常春団長は「地域防災の要である自覚と誇りを持ち、安全安心なまちづくりに取組みます」と決意を述べました。

1/7(金)

### 美しいまちづくりに貢献



「環境美化大賞」の表彰式が市役所で行われました。環境美化活動の顕彰者や標語入賞者の個人や企業、団体の皆さんに表彰されました。受賞した標語は来年度の環境美化ポスターに採用され、環境美化の啓発に使用します。

第2回

### 上浦フォトコンテスト作品募集



昨年度 グランプリ作品「夜の瀬戸海水浴場」



応募作品

上浦内で撮影したことがわかる写真(コスプレ写真OK!)

応募期間

2月7日(月)～3月7日(月)

賞品

「グランプリ 1名」「優秀賞 10名程度」

☆受賞者には賞品などを贈呈!

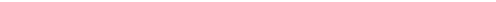
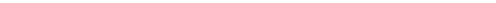
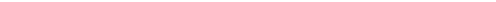
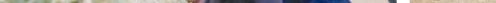
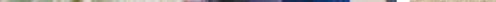
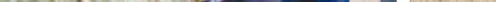
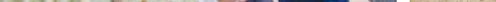
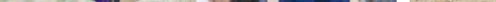
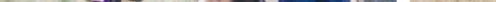
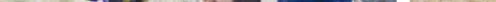
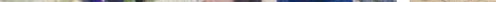
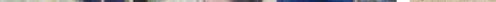
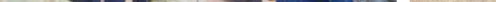
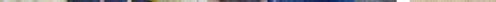
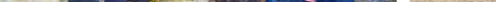
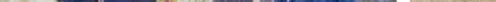
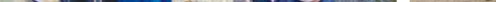
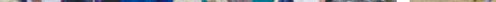
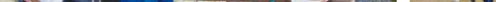
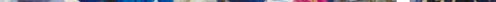
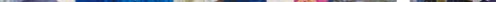
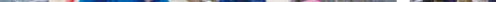
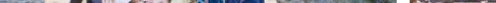
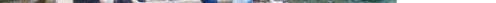
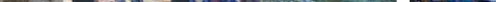
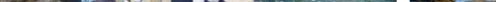
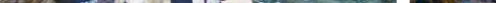
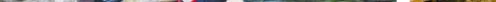
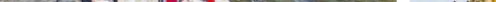
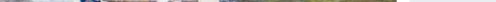
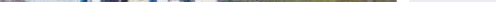
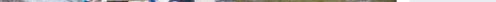
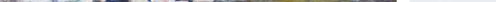
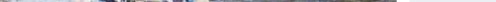
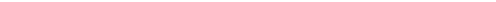
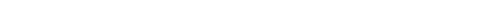
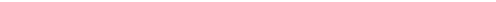
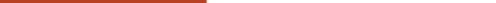
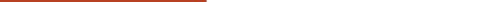
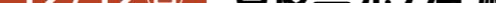
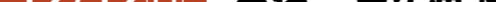
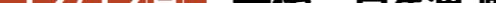
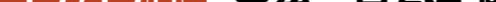
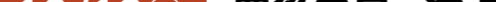
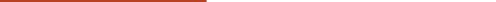
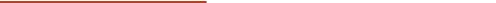
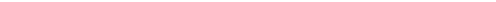
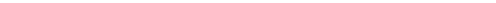
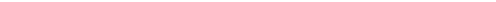
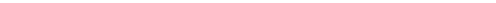
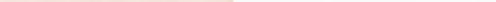
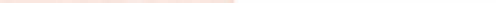
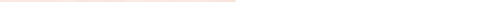
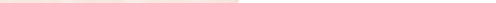
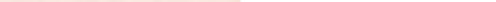
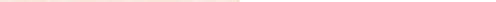
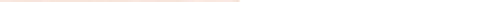
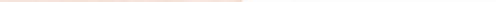
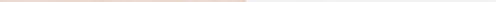
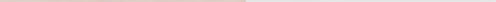
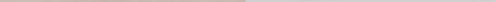
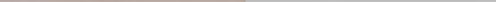
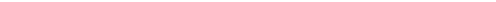
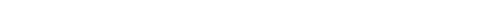
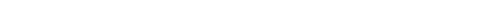
ようこそ海の上浦へ  
webサイトQRコード



※詳しい応募方法などはホームページをご覧ください。  
<URL> <https://kamiurasaike.wixsite.com/website>  
【問い合わせ】佐伯市観光協会 上浦支部 ☎32-3111

12/12(日)

### 人権標語入選者表彰式及び全国中学生人権作文コンテスト佐伯地区大会表彰式



# おすすめの新刊

今日のこの1冊!



## ■ 都々逸っていいなあ

著／小野桂之介 監修／吉住義之助 出版社／角川文化振興財団

色恋、ユーモア、日常生活など、人の「心情」を七・七・七・五の音数律にのせて表現する都々逸。この世界を知ってしまうと、ついつい口ずさまずにはいられない。

さあ、あなたもしやれた都々逸の世界へ!

## ■ プチ多肉の寄せ植えアイデア帖 著／平野純子 出版社／講談社

形や色が面白く、初心者が育てやすい多肉植物。小さなジャム瓶や100均の小物と組合せることで、自分だけのかわいい世界が作れます。多肉植物図鑑や育て方のポイントなども収録。

## ■ あ・さ・ご・は・ん! 作／武田美穂 出版社／ほるぷ出版

「おみそしる、ぐつぐつぐつ。おこめ、ごとごとごと」朝御飯ができるまでを、おいしそうなイラストとリズミカルな文章で描いた、武田美穂さんの食べ物絵本新シリーズ。親子で読んだら、きっとお腹がすくはず。

## 各講座

梅香る。図書館で感じる季節。

### 日曜文化教養講座 リラックスヨガ教室

- とき 2月27日(日)  
13:30~15:00
- ところ 2階 多目的ホール
- 定員 10人(要申込)
- 準備物 飲料水、ヨガマット、  
ブランケット(寒さに敏感な人)  
※ヨガマットのない場合はバスタオル  
でもできます。
- 参加費 500円(保険料含む)
- 講師 (ManaYoga主催 ヨガ講師) 佐藤 千恵子氏  
※動きやすい服装でご参加ください。



### はじめてのスマートフォン教室

- 講習スケジュール
  - ①Facebookの基礎  
2月17日(木) 10:30~12:00
  - ②LINEを始めよう  
2月17日(木) 13:30~15:00
- ※講座内容は全て基本操作のみです。
- ところ 2階 多目的ホール
- 定員 各講座6人(要申込)
- 参加費 500円(資料代)
- 準備物 スマートフォンまたはタブレット

## 各上映会

- 子ども上映会 おしりたんてい ププ かいとう U たい かいとう U!? トムとジェリー 4  
2月12日(土) 15:00(上映時間60分)  
2月23日(水) 15:00(上映時間52分)

- 上映会 ※同一作品を月2回上映します

ファーストラヴ 2月9日(水)・19日(土) 13:30(上映時間 119分)

## おひな様展示しています!



今年もおひな様を展示します。  
ひな人形になれる顔出しパネルで記念写真も撮れます♪  
おひな様と一緒に、心和むひとときを過ごしませんか?

とき: 2月3日(木)~3月6日(日) ところ: 1階  
※2/26・27には、小学生以下の子様に  
ひなあられをプレゼント!(先着50人)



※イラストはイメージです。

## 申込み・問い合わせ

## 三浦造船佐伯図書館(☎24-1010)

開館時間: 10時~18時 ※毎週火曜日休館  
※児童室側入口からも入館できます。

図書館ホームページは  
コチラ→



# さくフェス 2022

さいき城山桜ホールを活動の拠点に中高生で編成されたSAKURAプロダクション(通称:サクプロ)が主体となり、高校生以下の出演者によるステージパフォーマンスや各種体験、発表、来場者参加型のイベント「さくフェス」を開催します。

ぱくぱくテラスには  
キッチンカーも集結!

■とき 2月26日(土)11時~ **入場無料**  
(大ホールイベントは13時開演)

■ところ 大ホール、アートプラザなど

■出演者 日本文理大学附属高校チアリーディング部、  
佐伯鶴城高校書道部展示、佐伯豊南高校味来堂出店、  
やよい梅牟礼陣太鼓、市内ダンスチーム、  
Saikiキッズコーラスなど



《問い合わせ》 さいき城山桜ホール☎24-2228  
Mail:ootemae@city.saiki.lg.jp

## 気ままに♪気になる 楽器体験会2022

楽器の紹介を含むミニコンサートをはじめ、  
講師をお招きし普段触れる機会のないフルート、サックス、クラリネット、ヴァイオリン、ドラムといった楽器体験ブースも設けます。演奏する楽しさを体感できるイベントです。



とき 2月20日(日)13時~16時

ところ 小ホール、スタジオ101ほか

対象 小学5年生以上(定員:60人)

参加費 500円

申込期限 2月15日(火)

### 申込方法

申込フォーム(インターネット)からお申込み  
または所定の申込用紙に必要事項を記入の上、  
さいき城山桜ホールまで直接提出してください。

詳しくはホームページを  
ご覧ください。



## 公の施設(福祉保健部所管)の 指定管理者が決定しました。



詳細については市ホームページに掲載しています。

■指定管理期間 4月1日~令和7年3月31日

■担当課……… **【高齢者福祉課】16施設** **【こども福祉課】5施設**  
**【社会福祉課】2施設** **【保険年金課】3施設**  
**【障がい福祉課】1施設**

《問い合わせ》 高齢者福祉課(☎23-6800) こども福祉課(☎22-3972)  
社会福祉課(☎22-4150) 保険年金課(☎22-3199)  
障がい福祉課(☎22-4524)







食推さんの！

未来へ伝えたい  
ふるさとの味

## れんこんのり巻き

問い合わせ／健康増進課保健係 ☎ 23-4500



**ヒトコト！**  
れんこんはカリウムやビタミンC、食物繊維が豊富です。薄く切ると「シャキシャキ」、少し厚めに切ると「ホクホク」、すりおろして使うと「もちもち」します。切り方によって、食感が変わる冬の食材を楽しんでみてください。

### 材料(6個分)

- れんこん ..... 300g
- 片栗粉 ..... 大さじ3
- 焼きのり ..... 全型1枚
- サラダ油 ..... 大さじ1/2
- 酒 ..... 大さじ1
- みりん ..... 大さじ1
- 砂糖 ..... 小さじ1
- 濃口しょうゆ ..... 大さじ1

A

### 作り方

- ①れんこんは皮をむき、薄い輪切りを6枚切り、水にさつと通す。残りはすりおろし、水気を軽く切る。
- ②すりおろしたれんこんと、片栗粉を混ぜ合わせ、丸めて5mmほどの厚さにし、輪切りれんこんをのせて軽く押さえる。
- ③熱したフライパンに油をしき、れんこんの面を下にして焼く。
- ④両面を交互に色よく焼き、合わせた調味料Aを加えて絡める。最後に6等分に切った焼きのりを巻く。

(1個分)

- ・エネルギー 73kcal
- ・食塩相当量 0.5g

### 食生活改善推進協議会

お餅のような食感で、ほどよい甘辛味は、子ども達にも好評です。また、れんこんは穴が沢山あることから、将来を見通すという意味で、縁起が良い食材です。

〈直川支部〉

「季節野菜のおすすめメニュー」をホームページで紹介しています。



## ふるさと納税返礼品提供事業者を募集します

地元特産品などのPRや市内産業の振興、地域の活性化につなげるため、寄附者へのお礼品として贈呈する商品やサービスを提供していただける協力事業者を募集しています。登録は随時受付けていますが、事業者や返礼品の要件などがあります。詳しくはお問い合わせください。

### 返礼品提供事業者のメリット

1. ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」「楽天ふるさと納税」などに掲載されます(現在4つのサイト)。ホームページを持っていない事業者でも気軽にインターネットを活用した返礼品のPRが可能です。
2. 返礼品が全国各地に届くことで、商品や農林水産物のPRや販路拡大が期待できます。愛情込めて育てた農林水産物や、丹精込めて生産された加工品など、返礼品の魅力を込めた独自パンフレットなどを返礼品発送時に同封できます。
3. ふるさと納税ポータルサイトへの掲載料や手数料、返礼品の送料などは市が負担します。また、写真撮影や商品紹介文章なども市が行います。

### 返礼品の例

佐伯産の農林水産物、市内で製造・加工された農林水産加工食品、市内施設で利用できる買い物券・食事券・宿泊券・観光・農林水産業体験チケットなど

また、事業者でなくても、「あそこの商品、ふるさと納税の返礼品にどうかしら…」「私だったら、このサービスがふるさと納税にあつたら使ってみたい」といった返礼品提案に関する様々な情報も受付けています。皆さんからの情報をお待ちしています。

《問い合わせ》ブランド推進課 ☎ 22-3486

# 佐伯の恵み まるかじり

ひと口食べれば思わずう  
なる佐伯食材をピック  
アップ。佐伯ブランドの  
知られざる美味しい情  
報をお届けします。

## ワタシが育てています!

日々の世話や出荷前の24時間殺菌  
など徹底した品質管理で安全かつ  
美味しいマガキを育てています。こ  
の3月から、1年中味わえる新しいタ  
イプのマガキを出荷予定。佐伯のマ  
ガキ養殖を盛り上げたいです。



石井 じゅんや 淳也さん

まるで海の宝石!  
見た目・味ともに一級品

#22  
マガキ



Pacific oyster



◆こちらからインタビュー動画をご覧になれます。

ネット販売も好評

佐伯のマガキは「さいき海の  
市場まる」や「かまえインター  
パーク」で販売。石井さんのマ  
ガキ「海生」はインターネットで  
も購入できます。

佐伯のマガキは「さいき海の  
市場まる」で販売。石井さんのマ  
ガキ「海生」はインターネットで  
も購入できます。

ネット販売も好評

番匠川から豊かな栄養が流れ込  
む佐伯湾のマガキは、クリーミー  
で上品な味わいが特徴です。「ゼ  
ひ生で食べてほしい。成長が早  
く、産卵を経験しないマガキはえ  
ぐみや臭みが一切ないのでカキが  
苦手な人にも好評です」そう話す  
のはマガキ養殖に情熱を注ぐ石井  
さん。生で味わう場合、そのまま  
か、タバスコで甘みを引き立てる  
のがお勧めです。

食べるなら生が最高!

佐伯湾では、一粒種のマガキを  
専用バスケットに入れて海面で育  
てる「シングルシード方式」を用  
いた養殖が注目を集めています。  
この方式で育てられたマガキは形  
が美しく、小ぶりでも身入りの良  
さが特徴の高級品として知られ、  
オイスターバーなどで人気です。

知る人ぞ知る高級マガキ







愛南町ご当地キャラクターの  
「なーしくん」が愛南町の  
魅力（味力）を紹介します。



大分・愛媛両県の自治体同士でお  
互いの地域の魅力を紹介し合う取  
組みを行っています。海を挟んだ隣  
県に目を向けてみましょう。

食べて味わう。愛南町



マダイ



適度に脂がのり身の締まった  
マダイは、お刺身・塩焼き・  
鯛めしなど食べ方いろいろ

ヒオウギ貝



甘くて味の濃いヒオウギ貝  
自然が生み出す色鮮やかな  
貝殻はアートとしても注目中

愛南ゴールド



豊かな香りと程よい甘さ、爽  
やかな酸味の愛南ゴールド  
美しい金色のかんきつ



三ツ畳田島



オレンジ色に光る宇和海に  
浮かび上がる「三ツ畳田島」  
絶景の夕焼けポイント

篠山



アケボノツツジやシャクナゲ  
の花が山一面を埋め尽くす  
山頂からの眺めは絶景

石垣の里



平成19年「美しい日本の歴史  
的風土100選」に選ばれた  
小さな集落「外泊」



見て楽しむ。愛南町

問: 愛南町役場総務課 電話: 0895-72-1211



愛南町  
ホーム  
ページ



# 奨学金の返還を支援します



若者への修学奨励と地元居住・地元就職の促進を図るため、奨学金の返還を支援します。  
詳しくは、4月以降に市のホームページなどでお知らせします。

## 対象者 次のすべてを満たす人

- ① 令和2年3月以降に高専・専門学校・大学など(高校生は対象外)を卒業または卒業予定で、在学期間に奨学金の貸与を受け、その返還を予定している人、または現在返還を開始している30歳以下の人
- ② 令和2年4月1日以降、市内に居住しているまたは居住予定で、8年間以上定住する意思がある人
- ③ 令和2年4月1日以降に市内の事業所に正規雇用されている人、または自営業、第1次産業(農・林・水産業)に従事している人

## 返還支援額

借入金の5分の4  
(最大160万円 ※大学生の場合)  
9年間かけて返還支援※毎年申請が必要

## 支援対象奨学金

- ・佐伯市奨学金
- ・大分県奨学会奨学金
- ・日本学生支援機構奨学金(第1・2種)

## 申込期間

4月～5月

《問い合わせ》 学校教育課(まな美2階、☎22-4064)

## 新型コロナワクチン追加(3回目)接種のお知らせ



### 2月7日(月)から一般向けの追加(3回目)接種が始まります

新型コロナワクチンの追加(3回目)接種を受ける人は、3回目接種時点で

**2回目の接種を終了した日から、原則8か月以上経過した、18歳以上の人です。**

※3回目接種で使用するワクチンは「ファイザー社製ワクチン」と「モデルナ社製ワクチン」の2種類を予定しています。

※65歳以上は、「2回目接種を終了した日から7か月以上」に短縮可能となっていますが、ワクチンの供給量または接種対象者数を考慮し、下記の内容で接種券の発送時期を調整していますので、ご理解とご協力をお願いします。

### 1月下旬から随時、接種券を発送しています

国からのワクチンの供給量との調整や、予約時の混雑を避けるため、接種券の発送時期については、2回目接種が終了した日を基準に、郵便にて2週間毎に発送予定です。

2回目接種が終了した日
令和3年6月1日～30日
令和3年7月1日～31日
令和3年8月1日～31日



3回目接種券の発送時期(予定)
令和4年1月下旬以降
令和4年2月中旬以降
令和4年3月上旬以降

接種券が届いた人からワクチン接種の予約が可能となります(詳しい情報は接種券に同封)。

※郵便状況などにより、到着が遅れる場合があります。あらかじめご了承ください。

※2回目接種後に佐伯市に転入された人は、別途申請が必要になる場合があります。

※国からのワクチンの供給量により、日程などが変更になる場合があります。

追加(3回目)接種の詳しい情報については、市のホームページなどで随時お知らせします。



《問い合わせ》 新型コロナワクチン予防接種相談窓口(☎23-3935)

# 今日から健康づくり!

vol.10

問い合わせ 健康増進課 保健係 ☎ 23-4500

## 子どもの健康②3歳児の10人に1人は朝食を食べていない日があります!

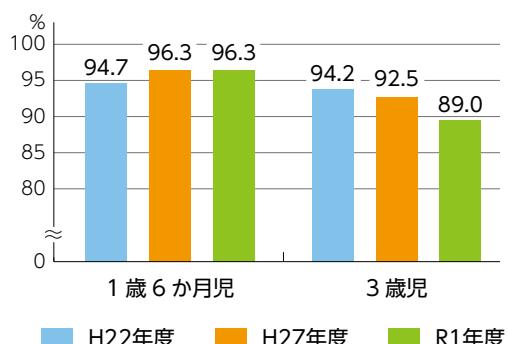
生涯を通して健やかな生活をしていくためには、子どもの頃から基本的な生活習慣を身に付けることが重要です。健康的な生活習慣(栄養・食生活・運動)は、**成人期以降の生活習慣病予防**につながります。

### 佐伯市の朝食を毎日食べる子どもの割合

1歳6か月児では増加しているものの、3歳児では減少しています(図1)。**朝食は、体内時計の目覚ましになります。**1日を活動的に過ごすために、朝食を食べて体内時計をリセットしましょう。

※体内時計については、先月号に掲載

図1 佐伯市の朝食を毎日食べる子どもの割合



出典: 第3期佐伯市健康づくり計画

### 子どもが朝食を食べるためには

まずは周りの大人が食べることが大切です。大人の場合、夕食を食べる時間が遅いと、朝にお腹が空かなくなるため、夕食は寝る2時間前までに済ませましょう。

また、**朝食を準備する時間と、子どもが朝食を食べるための時間を大人が作つてあげる必要があります。**子どもは起床後20分ほど経つと食欲が出てくるため、食べる時間を考えて起こしてあげましょう。



### 基本の3つの栄養素

朝食には睡眠時に低下した**体温を上昇させて、脳や身体の機能をウォーミングアップさせる効果**があります。朝の元気の素になる基本の3つの栄養素をそろえましょう。特に重要なのは、**炭水化物とたんぱく質**です。納豆や卵、冷凍野菜、カット野菜など包丁が要らない食材を使った料理がおすすめです。

#### 1 炭水化物

ごはん  
食パン・ロールパン  
ライ麦パン

おすすめ:  
チーズトースト  
卵サンド・野菜サンド

#### 2 たんぱく質

大豆製品(納豆・豆腐)  
卵(ゆで卵・卵焼き・目玉焼き)  
乳製品(牛乳・ヨーグルト・チーズ)  
焼き魚  
肉加工品(ウインナー・ハムなど)

#### 3 ビタミン・ミネラル

野菜(みそ汁・スープ・サラダ)  
果物 前日にゆでて  
おくと便利  
かんたん素材:  
ミニトマト・ゆでブロッコリー  
冷凍枝豆・コーン・もやし

### 理想的な朝食例



### パパッとできる朝食例



忙しくてもこれだけは  
食べよう!

できることから始めてみましょう。「早寝・早起き・朝ごはん」で元気な1日を!!

# すこやかコーナー

2月

発熱などで受診の際には必ず事前に医療機関へ電話で相談をし、案内に従って受診をしてください。

## 休日当番医

医科 9時～17時			
2月11日	秋山医院	向島2丁目	<b>23-3177</b>
2月13日	馬場内科クリニック	長島町2丁目	<b>20-3344</b>
2月20日	片岡医院	長谷	<b>24-1139</b>
2月23日	渡町台外科病院	長島町3丁目	<b>22-7500</b>
2月27日	近藤医院	弥生江良	<b>46-0038</b>
3月 6日	中浦循環器クリニック	向島2丁目	<b>23-2238</b>

歯科 9時～17時			
2月11日	川野歯科医院	春日町	<b>22-2105</b>
2月13日	麻生歯科医院	駅前1丁目	<b>20-0808</b>
2月20日	わきた歯科医院	船頭町	<b>23-8241</b>
2月23日	きよなが歯科クリニック	鶴岡町1丁目	<b>20-0702</b>
2月27日	隈歯科医院	長島町3丁目	<b>24-1515</b>
3月 6日	つるおか歯科医院	鶴岡町3丁目	<b>23-7330</b>

◎西田病院(鶴岡西町☎22-0180)、御手洗病院(蒲江☎42-0003)、長門記念病院(鶴岡町☎24-3000)、佐伯中央病院(常盤東町☎22-8846)、曾根病院(長島町☎23-8877)は常時受付。

※当番医は変更される場合もあります。事前に佐伯市医師会救急情報センターで確認をお願いします。

●当番医情報☎24-0112(土・日・祝日の当日とその前日のみ)



## 小児救急当番医

小児科 10時～12時(日曜日)			
2月13日	桑畠小児科医院	中村東町	<b>22-1965</b>
2月20日	塩月内科小児科医院	女島	<b>20-0070</b>
2月27日	西田病院小児科	鶴岡西町	<b>22-0180</b>
3月 6日	桑畠小児科医院	中村東町	<b>22-1965</b>

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

平日時間外小児救急当番医 17時～19時(祝日除く)			
月曜日	塩月内科小児科医院	女島	<b>20-0070</b>
火曜日	西田病院小児科	鶴岡西町	<b>22-0180</b>
水曜日	西田病院小児科	鶴岡西町	<b>22-0180</b>
木曜日	桑畠小児科医院	中村東町	<b>22-1965</b>
金曜日	西田病院小児科	鶴岡西町	<b>22-0180</b>

◎受入患者:救急医療を要する子ども

◎当番医情報☎24-0112(土・日・祝日の当日とその前日のみ)

◎受診する際は、医療機関に必ず電話でご連絡ください。

## 乳幼児健康診査・のびのび教室

●佐伯・上浦・鶴見・米水津地域  
(会場／和楽☎23-4500)

健診名	とき	内 容
乳児健診 (R3年9月生)	2月3日(木) 2月24日(木) 受付時間…個別連絡	身体測定、発達チェック 内科診察、離乳食指導 保健指導、ブックスタート
1歳6か月児健診 (R2年7月生)	2月10日(木) 受付時間…個別連絡	身体測定、内科・歯科診察 栄養・歯科・保健指導
3歳児健診 (H30年8月生)	2月17日(木) 受付時間…個別連絡	身体測定、尿検査 内科・歯科診察、 栄養・歯科・保健指導
8～9か月児 のびのび教室	2月2日(水) 受付時間…個別連絡	身体測定 離乳食指導など

※新型コロナウイルスの影響で、日程・対象者が変更になる場合があります。受付時間は個別にご案内します。変更の場合には、対象者に案内をお送りします。

健診名	とき	内 容
乳児健診 (R3年9～10月生)	2月15日(火) 受付時間…個別連絡	身体測定、発達チェック 内科診察、離乳食指導 保健指導、ブックスタート
3歳児健診 (H30年6～8月生)	2月9日(水) 受付時間…個別連絡	身体測定、尿検査 内科・歯科診察、 栄養・歯科・保健指導

●蒲江地域 ※乳児健診とのびのび教室は和楽で行います。  
(会場／蒲江保健センター☎23-4500(和楽))

健診名	とき	内 容
1歳6か月児健診 (R2年5～7月生)	2月16日(水) 受付時間…個別連絡	身体測定、内科・歯科診察 栄養・歯科・保健指導
3歳児健診 (H30年6～8月生)	2月16日(水) 受付時間…個別連絡	身体測定、尿検査 内科・歯科診察、 栄養・歯科・保健指導

## 無料相談のご案内

予 = 予約

※新型コロナウイルスの影響により延期・中止になる場合があります

相談	とき	ところ	問い合わせ
<b>行政相談</b> 行政相談委員が、国、県、市などの仕事に対し、相談に応じます。	2月 9日 (水) 9時30分～12時 2月16日 (水) 9時30分～12時 2月17日 (木) 9時～11時 2月18日 (金) 9時～12時 2月18日 (金) 10時～12時	上浦地区公民館 蒲江地区公民館 弥生振興局1階相談室 直川振興局第2応接室 市役所本庁舎2階203会議室	市民課市民の窓係 (☎22-3399) または各振興局
<b>公証人による相談会</b>	2月16日 (水) 13時30分～16時30分	市役所本庁舎2階203会議室	予 大分公証人合同役場 (☎097-535-0888)
<b>精神保健福祉相談</b>	2月 8日 (火) 14時～16時	南部保健所	予 南部保健所 (☎22-0562)
<b>ひきこもり家族の会</b>	2月16日 (水) 13時30分～15時		
<b>行政書士無料相談会</b>	2月16日 (水) 13時30分～16時30分 2月17日 (木) 13時～15時	ジェイコム J:COMホールホール大分 (大分市) 市役所本庁舎2階203会議室	予 大分県行政書士会事務局 (☎097-537-7089) 大分県行政書士会事務局 (☎097-537-7089)
<b>司法書士会相談</b>	2月10日 (木) 13時～16時	和楽2階 第1会議室	予 大分県司法書士会 (☎23-8989)
<b>不動産市民相談</b>	2月 8日 (火) 13時30分～15時30分	長島町2丁目1-1 千栄ビル	予 大分県宅地建物取引業協会 佐伯支部(☎24-2844)
<b>民生委員心配ごと相談</b>	2月16日 (水) 9時～12時 3月 2日 (水) 13時30分～16時	蒲江地区公民館	予 社会福祉協議会 (☎23-7450)
<b>弁護士相談</b>	2月17日 (木) 13時30分～16時 3月 3日 (木) 13時30分～15時30分	佐伯市社会福祉センター	
<b>交通事故相談</b>	3月 1日 (火) 10時～15時 ※12時～13時除く	大分県南部振興局	予 大分県南部振興局 (☎22-0390) 前日午前中まで要予約

12月5日(日) 日本一水車マラソンin本匠  
12月7日(火)～10日(金) 議会一般質問  
12月10日(金) 若手・中堅職員政策提案PT会議  
12月14日(火) 議会一般質問  
12月15日(水) さいきの茶の間開所式(米水津)  
12月16日(木) 有機栽培米学校給食試食会(直川小)  
12月17日(金) (株)三浦造船所進水式  
12月18日(土) 市川一清氏市長賞詞贈呈式  
12月21日(火) 福谷スミ子さん百歳お祝い訪問  
12月22日(水) 高橋力子さん百歳お祝い訪問  
12月26日(日) 佐伯市交通安全市民大会  
12月28日(火) 子どもの舞台芸術フェスティバルin佐伯  
消防団年末夜警出発式  
仕事納め式(本庁舎・消防)

12月1日～31日

田中市長の主な公務日誌



# さいきゅ~亡投稿写真募集

## 対象

市内在住の小学生以下の子ども

## 申込方法

子どもの写真とともに次の内容を添えて、「さいきゅ~と」と明記しご応募ください。

- ・小学生以下の子どもの写真 ※メールの場合は写真データ
- ・子どもの名前(ふりがな)
- ・写真に添えるコメント(30字程度)
- ・生年月日、住所(行政区や大字名)
- ・投稿者の住所・氏名・電話番号



こちらからでも  
投稿できます!

## 人 の動き (12月末日現在/前月比)

人口	6万8,364人	(-90)
男	3万1,891人	(-34)
女	3万6,473人	(-56)
世帯	3万3,191世帯	(-39)

## 交 通事故の状況 (12月中)

人身事故	11	死 者	0
物損事故	118	負傷者	13

## 救 急・火 災発生状況 (12月中)

救急件数	293件	(年間累計3039件)
火災件数	1件	(年間累計 30件)

温度差による血圧変動で起こる「ヒートショック」対策をしましょう。

## 納 稅

夜間の納税窓口を開設します。

と き 2月10日(木)・2月28日(月)  
17時～19時

と こ ろ 市役所本庁舎1階16番窓口

※18時以降は時間外通用口をご利用ください。  
※スマートフォンのアプリ(PayPay, LINEPay, PayB.  
ゆうちょPay)からも納税できます。

問 収納課(☎22-3182)

## 市報発行日のお知らせ

・3月号: 3月1日(火)

※4月号の原稿締切は2月25日(金)です。  
市報発行を含む5日以内に開かれる催し  
や募集期限があるお知らせは掲載できま  
せん。

## 市役所の電話番号

市役所本庁舎	(☎22-3111)
上浦振興局	(☎32-3111)
弥生振興局	(☎46-1111)
本匠振興局	(☎56-5111)
宇目振興局	(☎52-1111)
直川振興局	(☎58-2111)
鶴見振興局	(☎33-1111)
米水津振興局	(☎35-6111)
蒲江振興局	(☎42-1111)

※市報に掲載している各種イベントなどは、  
新型コロナウイルスの影響により、延期・中  
止または入場制限をする場合があります。

## 今月の表紙

千葉県から大分県の国東を経て佐伯市に移住してきた三石さん家族。「蒲江は気候が温暖で、まわりの人もとても親切なので住みやすいです。また釣り好きには堪りません」と話してくれました。全国でも年々増加している”空き家”は佐伯市でも深刻な状況です。家は大切な財産、と同時に所有者の適切な管理が求められます。佐伯市では、空き家相談会の開催や、市の窓口で随時相談を受けています。使ってない空き家を有効活用することで地域の住環境を守り、地域を活性化することができます。空き家の未来をこの機会に考えてみてほしいと思います。



仲良し家族!!  
力あります!!  
ありがとうございます!!

## 佐伯市の情報を発信中!

佐伯市  
ツイッター



佐伯市  
フェイスブック



佐伯市  
インスタグラム



佐伯市  
ライン



市報さいきが動画で閲覧できます。

特設サイトはこちらから



**編・集・後・記** 新成人の皆さんおめでとうございます。今月号では新成人に「ハタチの誓い」を話してもらいました。私が20歳のときは「何がしたい」「どうなりたい」といったものがなかったので、新成人のコメントを聞いて感心しました。

ふと昨年の市報を見ると、一年前の編集後記で2021年の目標を書いていた私。まったく達成できなかったので2022年も「スポーツとダイエットにがんばります」。(小野)

# さいき城山桜ホール インフォメーション

さいき城山桜ホールにて開催されるイベント・企画のお知らせコーナーです。

進化を続けるDRUM TAOのステージと  
佐伯市の文化芸術団体とのスペシャル  
コラボステージを開催!!

「2022光」	「コラボレーションライブ」
4月2日(土)15時~	4月3日(日)12時~
(開場14時30分)	(開場11時30分)

ところ  
大ホール  
チケット(各日)  
**全席指定**  
市民 4,000円  
一般 5,000円

**(発売日)**

車椅子席 2月7日(月)~12日(土)17時まで  
一般発売 2月13日(日)9時~

※さいき城山桜ホール窓口で販売。一般発売についてはインターネット(ライブポケット)からも購入できます。

**ツキイチ映画**  
犬と人間の極上のハグストーリー  
『僕のワンダフル・ライフ』

**3月上映作品**

もう一度君に会いたい  
僕のワンダフル・ライフ

DVD VODS PURPOSE

(C) 2016 Universal Studios and Storyteller Distribution Co., LLC. All Rights Reserved.

**と き** 3月12日(土)  
①10時~ ②14時~(字幕)

**と こ ろ** 大ホール(自由席)  
各回定員100人

**チケット** 一般:500円  
高校生以下:200円

※さいき城山桜ホール窓口で販売中

**さ い き 城 山 桜 ホ ー ル**

24-2228 Mail : ootemae@city.saiki.lg.jp

検索

## タイムマシン クイズ vol.010

右の掲載写真はおよそ400年前  
から伝わる宇目の伝統行事です。  
何のお祭りかわかりますか?

ハガキに答えと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、今月号のお気に入りの記事を書いて、  
〒876-8585 佐伯市中村南町1-1 佐伯市役所秘書広報課広報係へ  
ご応募ください。2月15日(火)までの消印有効です。

QRコードからも  
ご応募できます。

1月号の正解は  
**「⑧久留須商店街(直川)」**  
でした。

クイズ正解者の  
中から  
さいき産品  
などを 毎月2名様  
**プレゼント!!**

※当選者の発表は、引換券の発送をもってかえ  
させていただきます。  
※賞品は店舗で引換えとなります。

**UD FONT** 見やすいユーニバーサルデザインフォントを採用しています。