



未来の宝、子どもへ伝えたい佐伯の食。

食
ぶ
る
こ
と、
生
き
る
こ
と

食 生 食べる、生きること

未来の宝、子どもへ伝えたい佐伯の食。

さいきオーガニックシティの実現に向けて取組んでいる佐伯市。未来を担う子どもたちへ、今伝えたいのは佐伯の豊かな山海の幸。より新鮮で、安全・安心な食材を食べてもらうため、給食作りや献立作りなど、子どもの食を担う現場では生産者や産地との距離を近くに保ち、様々な工夫がなされています。今号では、給食を通じて食の大切さを伝える様々な取組をクローズアップします。



さいき活き活き献立の日ってなあに？

「さいき活き活き献立の日」とは平成20年度から始まり、地域の新鮮な食材を給食に使う取組です。佐伯市ではこの取組の中で、栄養士が直接生産者のもとを訪ねて、食材のことを学ぶという活動が行われています。

▼生産者の田んぼを取材中



11月の「活き活き献立」の食材は「米粉」!!



取材した内容を学校の掲示板に掲載して詳しく紹介しています。



佐伯小学校 栄養教諭
すがはら さき
菅原 彩希さん

子どもたちに、より食への関心をもってもらいたい

長い間続いてきた「さいき活き活き献立の日」ですが、生産者さんとの関係は、教育委員会を通じて築かせてもらっています。生産者さんのもとを訪れる時は、食材の作り手の声を直接聞ける良いチャンスなので、実際の仕事内容や大変なこと、うれしいことなどを聞いています。子どもたちに佐伯の食材についてもっと詳しく知って興味や関心を持ってもらいたい、たくさん給食を食べてほしいという思いがあります。

佐伯市の給食センターは100食未満の小さいセンターから2000食を超える大きいセンターまで規模は様々です。すべての給食センターで作ることができる献立を考えることは難しいですが、生産者さんから聞いた食



おうかん
農事組合法人 王冠
三代目組合長
たはら としひで
田原 俊秀さん

子どもの頃の記憶は大人にまで残る

「農事組合法人王冠」では、農業の規模拡大や省力化技術の導入、人材確保・養成に積極的に取組んでいて、集落の農地を守り、集落に還元できる組織を目指しています。現在は36人の組合員が所属しています。約20ヘクタールある農地では米・大豆・大麦・野菜などの多くの農産物を育てています。その中には「学校給食応援畑」などもあり、多くの食材を学校給食に提供しています。

「王冠」で米粉を作っている田んぼは300坪ほど。最近では小麦アレルギーの子どもも増えているため、小麦粉の代用として米粉の需要が高まっています。またお米の消費量が減っていることもあり、お米を作っても余ること

材の魅力が最大限に伝わるような献立を考えるように努めています。また、衛生面や食材の安全面については、特に注意しています。

これまでは「ジビエカレー」、「ひらめのマヨネーズ焼き」、「甘酒むしパン」、「新玉ねぎの肉じゃが」などのメニューを考案しました。今回のテーマは米粉で、米粉について様々なことを学びました。「さいき活き活き献立の日」がある時は、事前にポスターを子どもたちへ配っているの、「今日の給食には何が入ってる?」「佐伯にはこんなのがあるんだ」「美味しい!」などといった反応をしてくれそうです。

佐伯には美味しい食材がたくさんあります。「さいき活き活き献立の日」ではその一部を紹介していますが、毎日の給食にも佐伯で作られている食材はあります。私たちは、皆さんに「美味しい」「また食べたい」と思ってもらえるような給食を出せるように頑張っています。感想を伝えてくれたり、食缶が空っぽになっているととてもうれしいです。

これからも、安全・安心、美味しい給食を届けられるように頑張るので、たくさん給食を食べてくださいな。

があるので、米粉を小麦粉の代用として、パンやお菓子などに使ってもらえるとうれしいですね。

私は子どもたちに食べ物がどんな場所であるかという風に作られているかを知ってもらいたいので、小学生の田植え体験や稲刈り体験などもできるだけ受け入れています。子どもの頃に食べたものや味などは大人になっても覚えていて育ってほしいし、安全・安心な地元の食材を食べて大きく育ってもらいたいと思います。



給食ができるまで

栄養バランスの良い内容で毎日子どもたちのお腹と心を満たしている給食。実際はどんな風にできているか、「剣崎学校給食センター」の1日をのぞいてみましょう。

「ただ今打合せ中」



START!

7:30 食材搬入・検収

7:40 内容確認・打合せ

8:00 調理開始

揚げ物などは毎回温度を計って記録しています(中まで火が通っているかなど、1つ1つ計っています)また、アレルギー(7品目)対応を調理工程の中で注意しながら進めています。



食材の洗淨



食材をカット



剣崎学校給食センターの皆さん



具材を混ぜる

量が多いので3人がかり



揚げる

かき揚げ完成

アレルギー用の卵抜きは個別に混ぜます。

さつまいも完成



コンテナに詰め込む

11:00 配送

トラックで各学校へ



12:10 いただきます!

MESSAGE

残さずもりもり食べてほしい



給食センター
はらだ さゆり
業務責任者 原田小百合さん(右)
たにくち ゆうこ
副業務責任者 谷口優子さん(左)

普段の給食作りで心掛けているのは、生野菜や葉物野菜に虫がつくなどの異物混入がないようにすることです。子どもたちの給食の時間は決まっているので、その時間までに間に合うように調理するのはもちろん、煮物などは煮崩れないよう気を使っています。

カレーやあげパンなどのメニューは人気ですが、子どもたちに願うのは、できるだけ何でも美味しく残さず食べてほしいということ。やっぱり「美味しかった」という感想が一番うれしいですね。

ふるさと給食の日へかける思い

佐伯市では毎月19日前後に「ふるさと給食の日」と称し、地域の食材や郷土料理を給食に組込んでいます。また子どもたちに食に関心を持ってもらうよう、クイズを出すなどの工夫も。「ふるさと給食の日」の献立づくりへかける思いとは?



主任学校栄養職員
おの ひろみ
小野浩美さん

旬を感じて体も心も健康に

「ふるさと給食の日」に使う食材は、毎回栄養士が集まり予算を考慮しながらどんなものを使うかを検討してそれぞれの給食センターで献立を決めています。

まずは安全で安心な食材であることが大前提です。そのほかにも、佐伯産の食材が全体の何割使われているか、栄養バランスは良いか、前月との重なりがないかなど、様々な面を考慮して献立を決めていきます。また7品目のアレルギー対応にも気を配っています。

特に令和2年から4年にかけては、新型コロナウイルスの影響により、余剰食材が出ており、そのような地元食

給食一口メモ	2022年10月
10月1日 スポーツの日	10月19日 ふるさと給食の日
10月2日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月20日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月3日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月21日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月4日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月22日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月5日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月23日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月6日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月24日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月7日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月25日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月8日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月26日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月9日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月27日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月10日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月28日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月11日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月29日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月12日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月30日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。
10月13日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。	10月31日 今日の給食は、お肉のステーキと、じゃがいも、ほうれん草、人参、きのこ、トマト、卵、牛乳、ヨーグルト、果物です。

給食で使われている食材をクイズなどで紹介

給食時間におじゃまします!

「ふるさと給食の日」に給食を食べた子どもたちに、感想を聞いてみました。松浦小学校2年生へ潜入ルポ!

いつも美味しい給食をありがとうございます!



お野菜大好き!

毎日献立表を楽しみに見えています。

たくさんおかわりをしています。

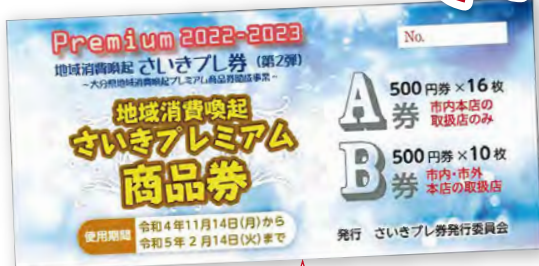


問い合わせ 体育保健課 学校給食係(まな美1階) ☎22-4134

地域消費喚起

さいきプレミアム商品券

第2弾



発行総額

7億8千万円!

1枚500円の商品券26枚つづり(13,000円相当)を
1冊10,000円で販売します。

プレ券の購入には
「引換券」が必要です!!

市内に本店がある登録取扱店…A券、B券ともに使用可
市外に本店がある登録取扱店…B券のみ使用可

販売期間 11月14日(月) ~ 30日(水)

商品券販売場所

月~金曜日 市内の郵便局33局で販売 ※簡易郵便局を除く

(郵便局)

佐伯、佐伯駅前、佐伯大手前、佐伯野岡、池船、大入島、海崎、木立、下堅田、鶴岡、西上浦、上浦、
弥生、植松、切畑、本匠、因尾、宇目、宇目千束、小野市、木浦鉾山、直川、鶴見、中浦、東中浦、
豊後大島、米水津、色利、蒲江、畑野浦、下入津、西野浦、丸市尾

土・日・祝日 市役所本庁舎1階展示ホール、宇目振興局、蒲江振興局で販売

(市役所本庁舎1階展示ホール) …… 11月19日(土)・20日(日)・23日(水)・26日(土)・27日(日)

(宇目振興局・蒲江振興局) …… 11月19日(土)・20日(日)・27日(日)



▲詳しくは
こちらから

使用期間 11月14日(月) ~ 令和5年2月14日(火)

購入時に必要な物・注意点

- ・購入の際は、郵送された「購入引換券」をご持参ください。
- ・購入の際は、**本人確認**を行いますので、**本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、保険証など)**をご持参ください。
- ・**本人以外の代理購入もできますが、その際には、引換券の代理人記載欄に住所、氏名を記入の上、代理人の本人確認書類をご持参ください。**
- ・商品券は購入引換券に記載された冊数を一括で購入してください(分割購入不可)。
- ・商品券はお近くの郵便局で購入できますが、各郵便局の販売冊数に限りがあるため、売切れ次第販売終了となります。その際は、ほかの郵便局でお買い求めください。

使用時の注意点

- ・プレ券1冊の内容はA券16枚、B券10枚となっており、使用できる場所が異なります。
使用できる店舗は、市のホームページをご覧ください。
- ・商品券は、必ず使用期間内にご使用ください。使用期間を過ぎた商品券は、無効となります。
- ・使用期間を過ぎた商品券については、購入代金の払い戻しなどはできません。

《問い合わせ》 さいきプレ券発行委員会

佐伯商工会議所 ☎22-1550 / 佐伯市番匠商工会 ☎46-0402 / 佐伯市あまべ商工会 ☎33-0217

令和5年度 保育所・認定こども園の入所申込み受付が始まります!!

**4月入所
一次受付**

【受付期間・場所】

12月1日(木)~14日(水)
【土・日除く】

こども福祉課 8時30分~18時

各振興局 8時30分~17時

対 象 仕事、出産、病気、家族の看護などの理由により、保護者が保育できない幼児

**一次受付期間を過ぎると
二次受付(3/10)での調整となります。**

申込方法 申込書に必要書類を添えて提出してください。現在入所中の園児、今年度中に申込んでまだ入所が決まっていなかった幼児も、申込みが必要です。
(現在入所中で継続希望の場合は、入所中の保育所で申込書類の提出ができます。)
なお、各保育所には定員があるため、希望する保育所に入所できない場合があります。



申込書配布開始日・場所

11月1日(火) こども福祉課または各振興局

(現在入所中の人には、保育所から申込書類を配布します。)

※詳しくは、お問い合わせいただくか、「保育所等入所申込の手引き」をご覧ください。



市内認可保育所・認定こども園

私立保育園

大日保育園、八幡保育園、長島保育園、ふれあい保育園、松浦保育園、さくら保育園

公立保育所

つるおか保育所、畑野浦保育所

私立認定こども園

やよいこども園、にじいろこども園、カトリック佐伯幼稚園、ルンビニこども園
みなみ保育園※、みなと保育園※、佐伯保育園※

公立認定こども園

かまえこども園、うめこども園、ほんじょうこども園、なおかわこども園

地域型保育

(福)長陽会 愛、ながと保育園、花みずき保育園

※みなみ保育園、みなと保育園、佐伯保育園は令和5年4月に認定こども園として開園予定

公立こども園1号利用(幼稚園利用で9時~13時までの保育)希望者については、12月14日(水)を締切とします。ただし、随時受付を行っていますので、入所希望月の前月10日(10日が閉庁日の場合は翌開庁日)までに申込んでください。

申込み・問い合わせ

こども福祉課 こども福祉係 本庁舎2階48番窓口 ☎22-3972 または各振興局

令和5年度 市立幼稚園の入園児を募集します

対 象 平成29年4月2日から平成30年4月1日までに生まれた幼児

募 集 園 佐伯幼稚園、佐伯東幼稚園、渡町台幼稚園、鶴岡幼稚園、上堅田幼稚園、八幡幼稚園、下堅田幼稚園、木立幼稚園、松浦幼稚園、よのうづ幼稚園

願書配布・受付期間 **12月1日(木)~16日(金)**
【土・日除く】

期間厳守

願書配布・受付場所

- ・学校教育課 学事係
- ・入園希望幼稚園及び隣接する小学校(よのうづ幼稚園は米水津小学校)
- ※なお、八幡幼稚園・木立幼稚園・松浦幼稚園は休園中のため、学校教育課または隣接する小学校でのみ受付を行います。

受付時間 学校教育課 8時30分~17時

小学校 8時30分~15時(15時~16時30分までは幼稚園)

申込方法 上記の場所で願書を受取り、必要事項を記入して期間内に提出してください。

そ の 他 放課後児童クラブでの幼稚園児の受入れはありません。



問い合わせ

学校教育課 学事係(まな美 2階) ☎22-3154

Pick up Information



マイナポイント付与対象となる マイナンバーカードの申請期限 が延長となりました

問い合わせ

市民課マイナンバーカード申請交付班
(本庁舎1階1番窓口) ☎ 22-4573



現在、最大2万円分のマイナポイントが受け取れるキャンペーンを実施中ですが、申込みにはマイナンバーカード(個人番号カード)が必要です。該当となるカードの申請期限が9月末から12月末に延長となりました。

※マイナポイントは令和5年2月末までの申込みが必要です。

窓口でのマイナンバーカードの申請方法

次の必要な物をお持ちの上、市民課または各振興局にお越しください。

必要な物

- 本人確認書類(顔写真のあるもの1点と顔写真のないもの1点、または顔写真のないもの2点)
- 顔写真のあるもの…運転免許証、パスポート、身体障がい者手帳、在留カードなど
- 顔写真のないもの…健康保険証、介護保険証、医療費受給者証、学生証など
- 通知カード(お持ちの人のみ)
- 個人番号カード交付申請書(お持ちの人のみ)
- 住民基本台帳カード(お持ちの人のみ)

窓口以外での申請方法

交付申請書がお手元にあれば、スマートフォン・パソコン、郵送、証明用写真機でも申請できます。

※交付申請書が必要な人はお問い合わせください。

※マイナンバーカードの交付は、申請から2か月程度の時間を要します。お早めの申請をおすすめいたします。



子宮頸がん予防ワクチンの 任意接種費用の助成

問い合わせ

健康増進課(和楽1階)
☎ 23-4500



子宮頸がん予防ワクチンの積極的勧奨の差し控えにより、定期接種の機会を逃した人が、対象年齢を過ぎて、任意接種として自己負担で接種した場合の接種費用を助成します。

対象者

定期接種の機会を逃した平成9年4月2日から平成17年4月1日までの間に生まれ、次の①～④のすべてに該当する女性

- ① 令和4年4月1日時点で佐伯市に住民登録がある
- ② 高校1年生相当までに子宮頸がん予防ワクチンの3回接種を完了していない
- ③ 高校2年生相当から令和4年3月31日までに日本国内の医療機関で2価または4価ワクチンを自己負担で接種している
- ④ 助成を受けようとする接種回数分について、キャッチアップ接種を受けていない

助成金額

上限額の範囲内で、最大3回分まで接種費用の実費相当を一部助成

申込方法

所定の申請書兼請求書に必要事項を記入し、接種費用の支払いを証明する書類及び接種記録が確認できる書類と通帳などの写しを添えて申込んでください。

申込期限

令和7年3月31日(月)



低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金

問い合わせ

こども福祉課(本庁舎2階48番窓口)
☎ 22-3180

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)

● 次の①または②のいずれかに該当する人は申請が必要となります。

- ① 公的年金などを受給していることにより、令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない人
- ② 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

※すでに支給を受けた人やひとり親世帯以外分の特別給付金で支給を受けた人は除きます。

※申請不要の対象者は、6月15日に支給済みです。

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯以外分)

● 令和4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は申請が必要となります。

※令和5年2月末までに生まれた新生児も対象

- ① 令和4年度住民税均等割が非課税の人
- ② 令和4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

※すでに支給を受けた人や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。

※申請不要の対象者は、6月30日に支給済みです。

支給額

児童1人当たり一律5万円

申請期限

令和5年2月28日(火)

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。詳しくはお問い合わせください。



骨髄移植後などにおける 再予防接種費用の助成

問い合わせ

健康増進課(和楽1階)
☎ 23-4500



小児がん治療で造血幹細胞の移植(骨髄移植など)や抗がん剤治療などを行ったことにより定期の予防接種で得た免疫が低下、または消失したため、予防接種の再接種が必要となった人に、再接種にかかる費用を助成します。

対象者

再接種を受ける日において、①～③のすべてに該当する人

- ① 造血幹細胞の移植(骨髄移植など)や抗がん剤治療などにより過去に接種した定期の予防接種で得た免疫が低下、または消失したため、再接種が必要と医師が認める人
- ② 佐伯市に住民票がある20歳未満の人
- ③ 令和4年4月1日以降に再接種した人

※ワクチンにより年齢上限あり

助成金額

上限額の範囲内で、再接種にかかった費用を一部助成

申請方法

予防接種を受ける前に健康増進課に申請をしてください。申請後、認定または不認定の通知書を発行します。医療機関で再接種した費用はいったん全額自己負担し、払い戻しの申請をしてください。

※事前に申請を行わずに再接種した場合は、助成の対象外となります。

払い戻しの申請期限

再接種日の翌日から1年以内

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。

さいきde縁劇 わらび座創立70周年記念作品 ミュージカル 北斎マンガ

生涯に渡って生きる面白さを発見し続け、どこまでも納得のいく絵を求め描き続けた人間・葛飾北斎の生きざまを描きます。



と き 11月19日(土) 15時～(開場14時30分)

ところ 大ホール(全席指定)

チケット 一般:2,000円 高校生以下:1,000円
※当日券は500円加算

ローマの休日 ～全編上映ライブコンサート～ ローマ・イタリア管弦楽団

映画「ローマの休日」の上映にあわせてローマ・イタリア管弦楽団がその場で生演奏します。最高に贅沢な“体感型映画鑑賞”をお楽しみください。



指揮者: ニコラ・マラスコ

コンサートマスター: アントニオ・ペッレグリーノ

演奏: ローマ・イタリア管弦楽団

と き 11月30日(水) 18時30分～(開場18時)

ところ 大ホール(全席指定)

チケット S席 5,000円 (ペアチケット)9,000円
A席 3,000円 (ペアチケット)5,000円
B席 2,000円

チケットは、さいき城山桜ホール窓口、インターネット(ライブポケット)で販売中。

ツキイチ映画



(C) 2020 VENDOME PICTURES LLC. PATHE FILMS

12月上映作品
家族の中でたったひとり、健聴者である少女は、「歌うこと」を夢みた。聞こえない耳に届く最高にイカした歌声が、今日、世界の色を塗り替える。アカデミー賞作品賞受賞作『CODA あいのうた』

と き 12月11日(日)

① 10時～(開場9時30分)
〈日本語吹き替え〉
② 14時～(開場13時30分)
〈字幕〉

ところ 大ホール(自由席) 定員各回100人

チケット 一般:500円 高校生以下:200円
(当日券の販売は窓口までお問い合わせください。)

食育ワークショップ

おいしい玄米ご飯の炊き方と野菜を使ったランチプレートを作ろう

と き 11月11日(金) 10時～12時

講師: 染矢 弘子 氏(スローカフェ・茶蔵)

知りたかった!を実現する
作りたい成形パンを学ぼう

と き 11月21日(月) 10時～12時

講師: 竹田 純一 氏(パン工房トムソーヤ)

ところ キッチンコート

定員 各12人 参加費 各1,500円

《問い合わせ》

まちづくり佐伯 ☎22-9900

メール: shokusaiki@gmail.com

ブランド推進課 ブランド推進係 ☎22-4673

《問い合わせ》 さいき城山桜ホール 詳しくはホームページをご覧ください。
(☎24-2228) Mail: ootemae@city.saiki.lg.jp

さいき城山桜ホール

検索



佐伯市は、さいきオーガニックシティ（人と自然が共生する持続可能な循環型共生社会）の実現に向けて、SDGsの視点である「経済・社会・環境」の3つの側面に配慮した取組を進めていきます。この連載では、その実現に向けた取組を紹介していきます。これらの取組を行うことにより、さいきオーガニックシティの実現と『地域が輝く「佐伯がいちばん」の人・まちづくり』につなげます。

サイクルツーリズムの推進



自転車イベントなどの開催による経済の活性化
1,000人以上の市内外の参加者が集まる大会の開催により、佐伯市内の経済活性化につながります。

《問い合わせ》政策企画課（☎22-4104）

自転車は、子どもから大人まで手軽に乗ることができる身近な乗り物であるとともに、利便性が高い、環境に優しい、健康に良い、維持コストが安いなどの様々な利点があります。市では自転車が走りやすい道路環境の整備や自転車ルール・マナーの向上、自転車イベントの開催などに取組んでいます。

社会



地域住民との交流

自転車イベント（ツール・ド・佐伯）では、スピードを競わず、海、山、川の景観や、地域の郷土料理などを楽しんでいただくため、地域に暮らす人々が温かいおもてなしの心でお迎えします。

環境



温室効果ガスの削減

自転車人口の増加は、市民の健康増進だけでなく、温室効果ガスである二酸化炭素の排出抑制にもつながります。

食推さんの!

未来へ伝えたい ふるさとの味

いもきり

〔食生活改善推進協議会弥生支部〕

いもきりは、さつまいもを薄く切って日干しした「かんころ」の粉が主役です。かんころ粉を捏ね、うどん風に仕上げた1品は、かんころの優しい甘味が何とも言えない、懐かしい1品です。

問い合わせ／健康増進課保健係（和楽1階 ☎23-4500）

POINT

今回は、いもきりを味わうために、何も入れていませんが、野菜やお肉などを入れても、美味しくいただけます。ご家庭でもアレンジして作ってみて下さい。



他にも!

食推さんの「40周年記念レシピ集～私たちのあゆみ～」がホームページで閲覧できます。



材料(4人分)

- いもの粉 80g
- 小麦粉 40g
- 水 適量
- 塩 少々
- 小ねぎ お好みで
- いりごま 1g (小さじ1/2)

だし汁(4人分)

- いりこだし 500ml
- 塩 1g (小さじ1/6)
- 薄口しょうゆ 16g (大さじ1弱)
- みりん 9g (大さじ1/2)

作り方

- ① いもの粉と小麦粉、塩を混ぜ合わせて、水を少しずつ加えながら、耳たぶ程度の柔らかさまで捏ねる。
- ② ①をめん棒で薄くのばして、細長く切り鍋で湯を沸かし茹でる。
- ③ ②が浮いてきたら、すくい上げお椀に盛り付ける。
- ④ いりこでだしをとり、塩、薄口しょうゆ、みりんを味を調える。
- ⑤ ③に④をかけ最後にごまとおねぎをのせる。

★エネルギー71kcal、食塩相当量1.1g(1人分)



佐伯っ子科学技術力育成事業講演会 愛すべき「ざんねないきもの」と進化

- [と き] 12月3日(土) 13時～
 [と ころ] さいき城山桜ホール
 [講 師] 動物学者・今泉忠明氏
 「ざんねないきもの辞典」監修
 [定 員] 600人
 [対 象] 市内の小・中学生(高校生、一般も可)
 [入 場 料] 無料
 [整理券配布] 11月8日(火)～
 [配布場所] 社会教育課(まな美1階)、
 各地区公民館・コミュニティセンター、
 市役所本庁舎1階総合案内、三浦造船佐伯図書館
 [申込方法] 配布場所にある申込書を提出し、整理券と引換え
 または、2次元コードからも申し込みができます(券不要)。



◆申込み・問い合わせ……社会教育課生涯学習推進係(まな美1階)／☎22-3245

古代のまが玉をつくろう！ ～目指せ！たまつくりべ～

昔の人は、どのような目的でまが玉を作ったのでしょうか？ 実際に出土したまが玉の観察と、柔らかい石材を使ったまが玉づくりを通して「古代の人々にとってのまが玉」について考えてみませんか？

- [と き] 11月23日(水) 13時30分～15時30分
 受付 13時～
 [と ころ] 旧三余館1階実習室
 [対 象] 小学5年生以上
 ※保護者の見学は可能です
 [定 員] 15人 ※先着順
 [必要な物] 材料費300円、タオル(手拭き用)、
 汚れてもよい服装
 [申込方法] 11月5日(土)から、電話または歴史
 資料館窓口で受け付けます。
 ※月曜日休館
 [申込期限] 11月22日(火)17時



▲着色したまが玉(レプリカ)

◆問い合わせ……歴史資料館／☎22-0700

佐伯城跡 「石垣清掃ボランティア」募集！

今年で12回目となる「石垣清掃ボランティア」。私たちの手で、佐伯城跡をきれいにしましょう。

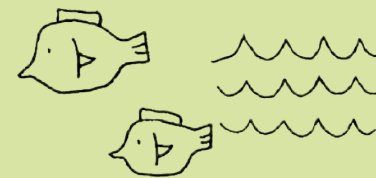


- [と き] 11月12日(土) 9時～11時
 受付 8時30分～
 ※雨天時は11月19日(土)に延期
 [集合場所] 旧佐伯文化会館跡
 [清掃場所] 三の丸(旧文化会館)前の石垣・城山
 山頂などの石垣とその周辺
 [清掃道具] 軍手や草を刈る道具、飲み物などは
 各自でご準備ください。
 ※ゴミ袋は主催者で準備します。



国指定史跡を
目指して！

◆問い合わせ……社会教育課文化財係／☎22-4234



11月12日～25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間 ～令和4年度のテーマ「性暴力を、なくそう」～

女性に対する暴力の根底には、女性への人権の軽視があります。女性に対する暴力根絶のシンボルである「パープルリボン」にちなみ、情報提供や意識啓発を図ることを目的に、「パープルリボン」啓発展示を行います。

- [と き] 11月17日(木)～24日(木)
 [と ころ] さいき城山桜ホール1階アートプラザ
 [内 容] 相談先情報、啓発ポスター・チラシ、資料、
 シールアンケート、パープルライトアップ協賛企業紹介



全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

ひとりで悩まず、ぜひお話を聞かせてください。秘密は守ります。夫、パートナーからの暴力、職場でのいじめやセクシュアル・ハラスメント、ストーカーなど、どんなことでも相談してください。法務局職員または人権擁護委員が相談をお受けします。

- と き 11月18日(金)～24日(木)
 平 日 8時30分～19時
 土日祝 10時～17時

- 電話番号 0570-070-810
 (全国共通)

性犯罪・性暴力で悩んでいる方、一人で悩まず、相談してください

電話で相談 内閣府 性暴力被害者のためのワンストップ支援センター #8891
 SNSで相談 内閣府 性暴力に関するSNS相談キュアタイム Cure time
 ハートさん 警察庁 性犯罪被害相談電話 #8103
 パープルリボンは女性に対する暴力根絶のシンボルマークです。性暴力をなくそう

◆問い合わせ……福祉保健企画課人権推進・男女共同参画係(本庁舎2階46番窓口)／☎22-3085

佐伯市出身の元プロ野球選手が 教える野球教室

- [と き] 12月29日(木) 13時～15時
 [と ころ] 佐伯総合運動公園屋内運動広場
 [講 師] 川崎憲次郎氏
 (元ヤクルトスワローズ、佐伯城南中学校出身)
 安藤信二氏(元西武ライオンズ、堅田中学校出身)
 西嶋賢司氏(元ロッテオリオンズ、鶴谷中学校出身)
 [対 象] 市内の中学生
 [定 員] 50人 ※先着順
 [参 加 費] 無料
 [申込方法] 二次元コードまたは
 電話・メールで申込み
 [申込期間] 11月7日(月)～12月9日(金)



◆問い合わせ……
 社会教育課生涯学習推進係
 (まな美1階)／☎22-3245
 syogai-suishin@city.saiki.lg.jp

子どもの貧困を考える！ カタローエ大分 in 佐伯 ～子どもが子どもらしく笑えるまち佐伯～

子どもの貧困や貧困により生じる問題を知り、地域や自分たちにできることを考えてみませんか？

- [と き] 11月27日(日) 13時～15時30分
 [と ころ] 佐伯市役所6階大会議室
 [内 容]
 ①基調講演「困難な生活環境にあるこどもの支援を考える」
 講師：大分県こども・女性相談支援センター長 河野洋子氏
 ②事例発表：「しげまさ子ども食堂」首藤文江氏
 ③佐伯市の取組報告：「つながるマップ」
 [定 員] 会場50人 オンライン100人
 [参 加 費] 無料
 [申込方法] 二次元コードから申込み
 [申込期限] 11月11日(金) 17時



◆問い合わせ……
 カタローエ大分 in 佐伯実行委員会／
 ☎080-5843-6216
 福祉保健企画課企画管理係
 (本庁舎2階46番窓口)／☎22-4684



10月1日から運航を開始した、蒲江漁港と屋形島・深島を結ぶ定期船の安全祈願祭が行われました。田中市長や船長ら関係者17人が出席し、運航の無事を祈りました。田中市長は「しっかりとしたサービスを提供し、航路が持続できるように努力します」とあいさつしました。

さいき城山桜ホールに来館者が50万人を突破しました。50万人目は市内在住の水本詩織さんと彩愛ちゃん、彗星くん親子です。記念品を受け取った水本さんは「イベントがあるときには家族で遊びに行きたいです」と喜びました。

「全日本空手道選手権大会」への出場を決めた、木許翔貴くん(渡町台小学校2年・前列左)、橋本勇海くん(蒲江翔南小学校3年・前列右)、木許樹希也くん(渡町台小学校6年・後列左)、宇戸田悠仁くん(蒲江翔南中学校3年・後列真ん中)、佐倉漣くん(鶴岡小学校6年・後列右)が、市役所を訪れ、意気込みを語りました。

還暦と古希の軟式野球全国大会出場を決めた、佐伯クラブの選手ら8人が市役所を訪れました。還暦チームは5月の県予選大会で見事優勝、古希チームは6月の県予選大会でパート優勝し、出場権を獲得しました。

長寿のお祝いをするため、市内最高齢者を田中市長が訪問しました。女性の最高齢者は109歳の安部雅子さん(写真右)。日ごろから施設でボール遊びや歌などを楽しんで過ごしています。

男性の最高齢者は小野登さん(写真左)で現在108歳。大分県内の男性最高齢者でもある小野さんの長生きの秘訣は何でも食べることとか。

お2人を訪ねた田中市長は、お祝いの盾と記念品を手渡し、「ますますお元気でいらしてください」と声を掛けました。安部さん、小野さんこれからもお元気で過ごしてくださいね。

「豊後二見ヶ浦」遊歩道完成記念式典

豊後二見ヶ浦の遊歩道の完成を記念して式典や記念イベントを行います。
上浦地区の商店による出店もあります。ぜひお越しください。

と き／11月20日（日）10時～13時頃

ところ／東雲中学校裏庭付近

※雨天時は東雲中学校体育館で行います。

内 容／記念式典、もちまき(おせったい)、鶴岡八幡太鼓の演奏

東雲小・中学生の演舞、軸丸綾香さんミニコンサート、苗木の無料配布

●当日は東雲小・中学校運動場を駐車場として開放いたします。

◆問い合わせ…豊後二見ヶ浦事業実行委員会(上浦振興局内)／☎32-3111



佐伯市出身で、佐伯市民大学学長でもある、元Google日本法人名誉会長・村上憲郎氏をお迎えし、第4回講演会がさいき城山桜ホールで開催されました。村上学長は、IoT・AI技術^{アイオーティー エーアイ}が切り拓く「超スマート社会」の解説や今後の可能性について語りました。

「日韓フェスティバル in 佐伯」がさいき城山桜ホールで行われました。会場では、ダンスパフォーマンスの披露や、韓国コスメ・韓流グッズ、韓国料理の出店などが並び、県内外から多くの人でにぎわいました。

▶実際に触って、味わって、果汁がのっていると感じたら収穫！



マリンレモン栽培 1年の流れ



◀高台にある野村さんの畑。海が近く、温暖な気候とたっぷりの愛情が香り豊かなマリンレモンを育てます。

プロの目 check!



おいしさのポイント

旬である10～11月頃収穫されたものは特に強い香りが楽しめます。果皮が薄く、キメが細かいものを選びましょう。ハイボールや焼酎との相性抜群なので、ぜひ試してください！

上に伸びる枝に栄養が回ってしまわないよう、こまめに剪定。

春 せん 〈剪定〉

花が咲き始めたら、虫がつかないように予防、除草作業、肥料やりなどの作業を繰り返します。

夏 〈予防・除草・肥料〉

基準のサイズになり果汁がのったら収穫。野村さんは実際に家でハイボールなどに入れて“果汁ののり”を確認しています。

秋 〈収穫〉

野村さんの1日

午前中は息子さんと本業である漁へ。主に船曳網でちりめんの原料を漁獲。午後からマリンレモンの作業に入ります。

マリンレモン×地元洋菓子店！香り高い絶品スイーツ

マリンレモンはスイーツとの相性抜群！佐伯市のオリジナル商品なので、市外、県外の人へのギフトにもぴったりです♪

お菓子のうめだ

皮ごと食べられるマリンレモンをリッチな生地にたっぷり練り込んだ贅沢ケーキ。しっとり食感の中に、さわやかな香りと程よい酸味が“ふわっ”と広がります。



さきみレモンがたっぷり！
さきみマリンレモン(1個) 184円(税込)

■お菓子のうめだ
☎24-1231 住所：鶴見寺田2616-4
営業時間：9時～20時 店休日：なし

月うさぎ

マリンレモンの果汁・皮を丁寧に取り分けて作った“自家製ジャム”を生地やあんこに練り込んだ地産地消銘菓を2種類ご用意！さわやかな風味がクセになる逸品です。



もちもち食感の
おまんじゅう
佐伯
マリンレモン
(1個) 130円(税込)



爽やかな
フランス菓子
佐伯銘菓
ウィークエンドシトロン
(1個) 140円(税込)

■月うさぎ(古川製菓)
☎22-0099 フリーダイヤル：0120-229-070(携帯不可)
住所：女島2-2 営業時間：9時～19時 店休日：元旦のみ

漁師まちで生まれたレモン

佐伯の特産品として知られるマリンレモンは、豊後水道の潮風と太陽が育てた特別なレモン。海産物を活用するなど漁業が盛んな佐伯ならではの栽培法が特徴で、甘く芳醇な香り、濃厚な果汁が楽しめます。「海産物由来の肥料を使うので海の恵みがギュッと詰まっているんですよ」そう話すのは鶴見地区で約100本のマリンレモンを育てている野村さん。本業は漁師で、父親亡き後、2年ほど前に栽培を引き継ぎました。最初は戸惑いながらの作業でしたが販売を待ち望むお客様の熱意に触れ「いいものを提供したい」と一念発起。品質を追求するためにハウス栽培から露地栽培へ切替えた父親の遺志を継ぎ、無農薬で味・香りにこだわった安全・安心・高品質のマリンレモンを作っています。

※1海産物系有機資材(魚粉堆肥・魚油堆肥)の施用を含むマリンレモン専用の栽培方法を記録したものの。

佐伯ブランドとして全国区に

マリンレモンの定義は「マリンレモン栽培暦」に基づいて佐伯市内で栽培すること。令和3年、佐伯市が名称の商標登録を行ったこともあり、その知名度・需要は飛躍的に高まっています。栽培面積も増加傾向で、今後の展開がますます楽しみです。

マリンレモンはここで味わえます



野村さんのマリンレモンは市内や下関へ出荷されます。また、市内の飲食店(つるみテラス、海鮮の宿 まつ浦など)でも味わうことができます。



▲こちらから動画をご覧になれます。

おすすめの新刊



今月の
この1冊

お米を味わう70レシピ 炊き込みごはん

著／荒木 典子 出版社／成美堂出版

旬の食材や缶詰を使った、70通りものレシピを紹介。四季を感じるものから、世界の炊き込みご飯まで。新しい炊き込みご飯の世界に出会えます。お気に入りのレシピを見つけてみませんか？

日本水引 結ぶ、祈る、贈る、日本のかたち

著／長浦 ちえ 出版社／誠文堂新光社

冠婚葬祭などの、のしや贈り物に使われてきた水引。水引デザイナーの著者が、作法や結び方、ルーツなどを豊富な図版とともにわかりやすく紹介。水引文化をより深く知ることのできる1冊です！

江戸日本ねこづくし 旅するさがしもの絵本

作／吉田 愛 訳／エミリ・バリストレーリ 出版社／講談社

2000匹を超えるねこと一緒に、江戸時代の日本を旅してみませんか？北は蝦夷、南は琉球まで、各地の伝統や文化を、武士や町人になったねこたちと一緒に学べます。英文併記もあり、親子で楽しめます♪

日曜文化教養講座 リラックスヨガ教室

と き／11月20日(日)…14時30分～16時

ところ／2階 多目的ホール

定 員／10人(先着順)

準備物／ヨガマット、タオル、飲料水、
ブランケット(肌寒い人)

参加費／500円(保険料含む)

講 師／Mana Yoga主催 佐藤 千恵子氏

※動きやすい服装でご参加ください。



各無料上映会(11月)

■子ども上映会

ふしぎ駄菓子屋 銭天堂 二巻 獲ばくもなか(90分)

11月12日(土)…15時

■上映会 ※同一作品を月3回上映します

きばいやんせ! 私(116分)

11月6日(日)・19日(土)・23日(水)…13時30分

リサイクル図書を配布します！

図書館で使用しなくなった本を、無料配布します。

ご自由にお持ち帰りください。

とき／11月12日(土)～13日(日) ところ／2階 多目的ホール

対象／どなたでもお持ち帰りいただけます。

※冊数制限はありませんが、箱ごとなど多量のお持ち帰りはご遠慮ください。

紅葉と楽しむ本

[各講座・イベント紹介]

はじめてのスマホ教室

■11月の講習スケジュール

●スマートフォン・タブレットの基礎

11月10日(木)…10時30分～12時

14時30分～16時

※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

対 象／スマホ・タブレットを使い始めて

1年未満の人

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

「おうちの本」の譲渡会 開催します♪

自宅で不要になった本を回収し、利用者の皆さんに提供します！

1階 中庭前(児童側)

問い合わせ／三浦造船佐伯図書館 ☎24-1010

開館時間：9時30分～18時 ※毎週火曜日休館

図書館ホームページは
コチラ▶



佐伯発、**粋**で元気な
企業と働く人々をご紹介

イキな佐伯の ヒトと企業

Vol. 31

うえだ ひろな
植田 広奈さん
入社4年/インターネット事業部

さかもと あや
坂本 綾さん
入社4年/総務部

まえだ あや
前田 彩さん
入社5年/インターネット事業部

あかぎ かえ
赤木 香絵さん
入社3か月/インターネット事業部



▲こちらから動画が
ご覧になれます。

今回は

創業以来、創意工夫を重ね
高品質・安心価格なお肉を全国へ届ける

「西日本畜産株式会社」

卸から店舗経営まで
食肉業界に幅広く貢献

—— お肉のコンシェルジュが
細やかに対応

当社は昭和51年創業の総合食
肉商社です。近年はインター
ネット販売にも力を入れてお
り、北海道から沖縄まで全国各
地のクライアントと取引してい
ます。本社併設の自社加工場
は全国に先駆けて3Dシヨック
フリーザー（急速凍結）を導入。
徹底した品質管理に加え、経験
豊富なプロの職人が捌くこと
で

ロス^{※1}を最小限とし、高品質・安心
価格を実現しています。それら
を扱う従業員は「お肉のコン
シェルジュ」です。膨大な商品
の中から要望や経営形態に
応じて的確な提案ができるよう、日々
研鑽^{けんさん}を積んでいます。

—— 佐伯のまちを元気に！
本社では卸業者ならでは
のバーベキュー商品など一般消費
者向けの業務用食肉販売^{※2}を行
っており、毎週土曜のドライブス
ルー販売^{※3}も好評。また、自社プ
ラ

ンドのお店「とんかつ かつ弘」
は今後店舗を増やしていく予定
もあります。このような、地域
での活動や通販事業の拡大、
SNSによる情報発信などを通
じて会社の知名度を高め、雇用
創出、ひいては佐伯市の活性化
に寄与していきたいと考えてい
ます。

—— 男女・年齢問わず活躍！

① インターネット事業部に
在籍し、全国の飲食店やホテル
へお肉をお届けしています。社
員の挑戦を応援してくれる会
社なのでやりがいがあります。

② 佐伯市のふるさと納税の
梱包、発送業務などを行って
います。クチコミやレビューを見
るのが楽しみです。産休・育休^{※4}
制度が整っており、女性も働き
やすい職場だと思います。

③ 入社して3か月なので学
ぶことが多いですが、やりがい
とおもしろさを感じています。

④ お肉の世界はとても奥深
いです。総務としてしっかりサ
ポートできるよう、知識を増や
していきたいと思っています。

※1 お肉をカットした際に出る、廃棄する部分 ※2 本社での業務用食肉販売は8時～17時、水・日曜休み
※3 ドライブスルー食肉販売は土曜日13時～14時、売り切れ次第終了。メニューはインスタグラムにて告知。 ※4 育休は男性も2人実績あり

西日本畜産株式会社

佐伯市西浜3-11 ☎23-8080 FAX24-0477

HP: <https://www.nishichiku.co.jp> Instagram、YouTube: 「西日本畜産株式会社」で検索

設立年月日: 昭和51年11月 資本金: 2,000万円 売上高: 11億円 従業員数: 139人



くらしの情報

各種お知らせ

夜間納税窓口

とき 11月30日(水)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。

※スマートフォンアプリ(ペイペイ・ラインペイ・ペイビー・ゆうちょペイ)からも納税できます

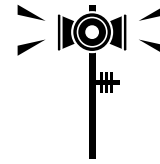
⑩ 税務課収納係(☎②③182)

全国瞬時警報システム(アラート)伝達試験

防災スピーカーと防災・行政ラジオを使い、放送試験を行います。

実際に避難場所へ避難する必要はありません。

とき 11月16日(水)11時頃
⑩ 防災危機管理課(☎②④578)



佐伯都市計画道路の変更案について

都市計画の変更案の作成にあたり、市民の皆さんの意見をいただくため、説明会と縦覧及び公聴会を開催します。市内在住の人と利害関係者は、期限までに公聴会で意見を述べる申し出をすることができます。

変更案の内容 佐伯都市計画道路3・6・14号馬場常盤線の区域を計画より一部変更

説明会

とき 11月10日(木)19時～

ところ 市役所本庁舎6階大会議室

縦覧

縦覧期間 11月18日(金)～12月2日(金)8時30分～17時

※土・日・祝日を除く

縦覧場所

都市計画課 公述申出書は都市計画課にあります。12月2日(金)17時までに都市計画課に持参または郵送してください。※郵送は当日消印有効

公聴会

公聴会

令和4年 秋季全国火災予防運動!

「11月9日(水)～15日(火)」の間、秋季全国火災予防運動が実施されます。火災の発生しやすい時季を迎えるにあたり、日頃から火災予防に努めましょう。

●2022年全国統一防火標語

「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

11月は「ねんきん月間」11月30日(いいみらい)は「年金の日」です

日本年金機構では毎年11月を「ねんきん月間」と位置づけ、公的年金制度に対する理解を深めるための取組を行っています。

また、11月30日はご自身の年金記録や年金受給見込額を確認し、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく「年金の日」です。

この機会に、年金記録の確認や年金見込額を試算できる「ねんきんネット」を



ご利用ください。

⑩ 佐伯年金事務所(☎②1970)、ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号(☎0570・058・555)

悪用防止! 「本人通知制度」をご利用ください

住民票の写しや戸籍証明などの不正請求、不正取得を早期発見・抑止するため、事前に登録した人へ証明書が交付されたことを通知する制度です。

●登録できる人:佐伯市に住民票または本籍がある人

●登録方法:申請書に必要な事項を記入し、本人確認書類を添えて提出してください。申請書は市民課または各振興局にあるほか、市のホームページからも印刷できます。

※代理申請の場合は、委任状が必要です。

※市外に在住しており、郵送で申請したい場合は問合せください。

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

⑩ 市民課(☎②3818)または各振興局

東九州自動車道の夜間通行止め

東九州自動車道の路面補修、施設の点検などに伴い、通行止めを行います。ご理解と協力をお願いします。詳しくは、延岡河川国道事務所のホームページをご確認ください。

通行止め予定区間・期間

(※土・日・祝日を除く)

東九州自動車道

北川IC～延岡南IC 10月24日(月)～11月26日(土) 朝まで

●東九州自動車道 佐伯IC～北川IC 11月28日(月)～12月24日(土) 朝まで

通行止め時間 20時～翌朝6時

⑩ 国土交通省延岡高速道路維持出張所(☎0982・28・9303)

が必要)

申込方法 電話または番匠商工会ホームページから申込書をダウンロードの上、お申込みください。



申込期限 11月8日(火) ⑩ 番匠商工会(☎④0402)

オーガニック推進事業 ワークシヨップ 「野草塾」本物の野菜は野にある!

野草の見分け、摘み草を体験してみませんか? とき 11月24日(木)10時～12時

ところ 野草塾つみ草(佐伯市大字青山)

講師 うんのちえこ氏(野草師)

参加費 500円(3歳以下無料)

定員 15人

申込方法 電話またはホームページから申込み

申込期限 11月18日(金)17時 ⑩ ブランド推進課(☎②4673)

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。

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。

祝!百歳

9月に100歳を迎えられました。おめでとうございます。

神崎 順子さん(長島町)
吉岡 富子さん(上浦浅海井)
牧 トシコさん(宇目塩見園)
大友 シカさん(東町)
矢野 清美さん(宇目千束)
高橋 静子さん(中の島)

介護職員初任者研修

条件により受講料半額分の助成金を受け取ることが出来ます

当法人職員の講師と共に介護の基礎を学びながら、資格取得を目指しましょう!

開講期間	令和5年1月中旬開始～3月中旬終了
実施時間	平日(18～20時)2日/週 土曜(10～15時)1日/週 計3日/週
会場	佐伯中央病院 他
受講料	テキスト・実習代込み 税込 40,000円

◆お問い合わせ・お申し込み先◆
社会医療法人 小寺会 佐伯中央病院
〒876-0851 佐伯市常盤東町6-30
TEL 22-8846 担当: 西方
(受付時間: 平日 8:00～17:00)

パート従業員募集中! 蒲江に新工場!

2022年12月に新工場開設! 新しい工場で一緒に働きませんか? 初めての方でもOK! ていねいに指導いたします!

衛生的な環境での軽作業です!

時給 900円～1,000円
基本時間 8:00～17:00 残業代 150% 早出手当、通勤手当
休日 土・日曜日+会社指定日(年休10日) 応募締切 2022年11月末
正社員も引き続き募集中! ハローワークにお問合せください 応募方法 山田水産(株)本社に履歴書郵送

山田水産株式会社 〒876-0815 大分県佐伯市野間町1-5-3 TEL 0972-22-1425

不用品引き取り買取り販売

大体なんでも引き受けます

家の片付け 終活 運品整理
見積り無料 委託販売

家の片付けもお安く対応できます!
☎090-5744-3603

合同会社マチラボ 〒879-3102 大分県佐伯市直川大字上直見711-1アトレ跡地
直川でリーズナブルな価格でリサイクルショップもしております。ぜひ遊びに来てください。

健康アプリ 「おおいた歩得」を 活用しませんか

「おおいた歩得」は、大分県が運営する健康寿命の延伸や健康状態の維持・改善を目的とした健康アプリです。

日常のウォーキングや健康ポイントが目標に達すると「おおいた歩得カード」が画面に表示され、県内の協力店で特典を受けることができます。さらに、カードのランクアップにより抽選で豪華賞品が当たります。無理せず楽しみながら健康づくりに取り組みませんか。詳しくは、「おおいた歩得」の専用ホームページをご覧ください。



⑤ 大分県健康づくり支援課(☎097・506・2666)健康増進課健康医療推進係(☎②4500)

大分県最低賃金額を改定
大分県(地域別) 最低賃

金額を10月5日から改定しました。

最低賃金額 854円

この最低賃金額は、大分県内で雇用されるすべての労働者に適用されます。

⑤ 大分労働局賃金室(☎097・536・3215)

台風14号で被災した人の 電気料金について

台風14号の影響により被災した人に対し、電気料金などの特別措置を実施します。特別措置の適用には、罹災証明などの被害状況が確認できるものの提出など、お手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

特別措置の内容

- 電気料金の支払い
 - ・支払期日を1か月延長します。
- 電気を使用しない場合
 - ・電気を全く使用しない場合は電気料金をいただきません。
- 被害にあった家屋などを修理する場合
 - ・家屋などの復旧のための電気を使用する場合の工事費はいただきません。

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。

相談

農地相談会を開催

とき 12月9日(金)10時～15時

ところ 八幡地区公民館

対象 八幡・西上浦・上浦地域の農地の人

相談内容 農地の売買・賃借・転用・農地バンクの活用・農作業委託・農業者・年金

相談員 中立的農業委員・地元農業委員など・農業委員会事務局

申込期限 11月25日(金)17時まで

※相談会は事前に申込みが必要です。

⑤ 農業委員会事務局(☎4023)

**人権擁護委員会による
人権なんでも相談所**

とき 毎週月曜日9時～16時※祝日を除く

ところ 大分地方方法務局佐伯支局

⑤ 大分地方方法務局佐伯支局

支局(☎②40772)

ひとり親のための 無料法律相談会

ひとり親家庭が抱える様々な法律問題について、弁護士が専門的な相談に応じます。相談は無料ですが、事前予約が必要です。

とき 11月8日(火)13時～16時

ところ 市役所本庁舎2階203会議室

⑤ こども福祉課家庭児童相談係(☎②3976)

お金の困りごと相談会

多重債務で悩んでいませんか?家計管理に関することや、事業者からの相談も受け付けます(無料・要予約)

とき 11月22日(火)13時～15時

ところ 市役所本庁舎2階203会議室

相談対応者 弁護士または司法書士、専門相談員

予約方法 11月21日(月)までに電話でお申込みください。

⑤ 九州財務局大分財務事務所(☎097・532・7188)

募集

佐伯准看護学院生徒募集 (一次入試)

とき 12月17日(土)

ところ 佐伯准看護学院

願書受付期間 11月25日(金)～12月9日(金)

試験科目

国語、面接



⑤ 佐伯准看護学院(☎1310)

めざせ! 未来のオリンピック!

「チーム大分ジュニアアスリート発掘事業」7期生を募集します。

とき 12月17日(土)

ところ 佐伯市総合体育館

対象 小学6年生

申込方法 インターネット、または応募用紙を郵送

※応募用紙は11月初旬に配布予定です。

申込期限 12月9日(金)

⑤ 大分県体育保健課(☎097・506・5642)

番匠川の樹木などを 伐採してくださる人を 募集します

伐採期間 許可日から令和5年5月31日(水)

伐採場所 番匠川桤野橋付近(佐伯市上岡地先)

樹種 木・竹※樹木などは農業資材や燃料のほか、販売目的での利用も可能です。

申込方法 佐伯河川国道事務所のホームページ

⑤ 佐伯河川国道事務所(☎1310)

⑤ 佐伯河川国道事務所(☎1310)

講習・講座

在職者セミナーのご案内

●大工手工具調整講座

とき 11月15日(火)・17日(木)・22日(火)・24日(木)18時～21時(3時間×4日間)

内容 カンナ、ノミ、ノコギリなどの仕込み、研ぎなどを実技指導

申込期限 11月9日(水)

●谷棒隅木講座

とき 12月6日(火)・8日(木)・13日(火)・15日(木)18時～21時(3時間×4日間)

内容 企業などに在籍または自営の人で谷棒隅木を学びたい人

申込期限 11月30日(水)

ところ 佐伯高等技術専門校本館実習棟

受講料 無料

定員 各コース10人※先着順

申込方法 氏名・住所・年齢・電話番号・勤務先(名称)・

⑤ 佐伯市母子寡婦福祉会・足立(☎090・52909440)



相談

農地相談会を開催

とき 12月9日(金)10時～15時

ところ 八幡地区公民館

対象 八幡・西上浦・上浦地域の農地の人

相談内容 農地の売買・賃借・転用・農地バンクの活用・農作業委託・農業者・年金

相談員 中立的農業委員・地元農業委員など・農業委員会事務局

申込期限 11月25日(金)17時まで

※相談会は事前に申込みが必要です。

⑤ 農業委員会事務局(☎4023)

**人権擁護委員会による
人権なんでも相談所**

とき 毎週月曜日9時～16時※祝日を除く

ところ 大分地方方法務局佐伯支局

⑤ 大分地方方法務局佐伯支局

支局(☎②40772)

ひとり親のための 無料法律相談会

ひとり親家庭が抱える様々な法律問題について、弁護士が専門的な相談に応じます。相談は無料ですが、事前予約が必要です。

とき 11月8日(火)13時～16時

ところ 市役所本庁舎2階203会議室

⑤ こども福祉課家庭児童相談係(☎②3976)

支援センター(和楽3階)②1632

介護予防講演会

住み慣れた地域で元気に生活を送るために、介護予防の実践や早期発見のポイントを学んでみませんか?

とき 11月20日(日)9時30分～12時30分

ところ 米水津地区公民館

内容

・講演「介護予防は何歳からでも大丈夫!」早め

に気づいて、早めに「予防」

・介護予防体験、相談などを同時開催

申込期限 11月11日(金)

⑤ 高齢者福祉課地域包括支援センター(和楽3階)②1632

⑤ 高齢者福祉課地域包括支援センター(和楽3階)②1632



佐伯市民大学令和四教室
第11回講座のお知らせ

とき 11月20日(日)15時〜17時(受付14時30分〜)

ところ 佐伯東地区公民館

講座タイトル 内山節著『民主主義を問いなおす』(2021農文協)に学ぶ講師 岩佐礼子氏(あまべ文化研究所代表)

申込方法 二次元コードを読み取って申込フォームで申込み

⑤ 地元学の会(☎489293)



着つけ教室(中級)
受講者募集

相手に着付ける講習で、それぞれの体型に合わせて補正をします。

普段着から礼装、小紋の着物と振袖・留袖、男性の着付けや羽織袴、帯は名古屋帯・袋帯など指導します。

とき 12月2日(金)〜令和5年3月31日(金)毎週金曜日(全16回) 19時30分〜21時30分

ところ さいき城山桜ホール2階和室

講師 戸高松榮氏

料金

- ・申込料 1,000円
- ・受講料 10,400円

(全16回分)

対象 成人女性※自分で着付けができる人(保護者同伴なら高校生も可)

定員 10人

申込方法 お電話で予約してください。申込時に、申込料と受講料をお支払いください。

⑤ さいき城山桜ホール(☎242228)

試験

消防設備士試験

とき 令和5年2月5日(日)10時〜

ところ 大分大学

申請期間

●電子申請 12月4日(日)〜13日(火)

●書面申請 12月7日(水)〜16日(金)

願書の配布 11月17日(木)〜

スポンジボールテニス
会員募集

週1回、気軽にできるスポンジボールテニスを楽しんでみませんか?

とき

- ・毎週水曜日20時〜22時
- ・月2回日曜日13時〜16時

ところ 番匠体育館または野岡体育館

服装 ジャージなど運動ができる服装、室内用シューズ、飲み物

対象 40〜60代の人

参加費 1回200円(ラケット貸出、見学、体験は無料)

⑤ 佐伯アップル・板井(☎242535)

すきっぷサポート事業

障がいのある子どもから大人までを中心に、その家族やサポートする人たちと楽しい時間を過ごしながら活動します。

絵手紙教室

とき 11月19日(土)10時〜12時

⑤ 佐伯市障がい者相談支

消防本部予防課・各署所

⑤ 佐伯市消防本部予防課(☎23377)

伝言板

認知症啓発映画上映

『徘徊マリン87歳の夏』

とき 11月6日(日)

- ① 10時20分〜12時00分
- ② 14時20分〜16時00分
- ③ 18時20分〜20時00分

※各回上映後は佐伯市で認知症支援に携わる方々の講評があります。1回目の上映終了後のみ、とんとん食堂の昼食付き

ところ まちなかコミセン(仲町商店街)

定員 各25人

参加費 500円

⑤ 共生社会実現サポート機構 とんとんとん(☎8058436216)

手づくり人形劇団
つくしんぼ観劇会
40周年記念公演

とき 11月18日(金)10時15分

702 (一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン宛(☎09218337575)

認知症の人と家族の会

とき 11月11日(金)・12月9日(金)10時〜15時、11月18日(金)・25日(金)・12月2日(金)13時〜15時

ところ 社会福祉センター

参加費 無料

⑤ 認知症の人と家族の会・山本(☎27708)

西浜清掃のお知らせ

とき 11月27日(日)8時〜9時

ところ 西浜海岸

⑤ つな☆ばんプロジェクト・水沼(☎08017317960)

佐伯市への寄附

(敬称略)

《香典返し》

※(一)内は物故者

▽渡邊一豊(渡邊タツエ)

：米水津小浦区

〜/19日(土)19時30分〜

ところ 上浦地区公民館

入場料 無料

劇団むすび座
「オズの魔法使い」

とき 12月15日(木)19時〜

ところ さいき城山桜ホール大ホール

チケット 4歳以上1,000円(一部指定席)

⑤ NPO法人さいき劇場(☎09059445191)

元越山の登山会

眺望絶景な秋の尾根道を歩いてみませんか。

当日は、地元特産品などの販売会も予定しています。

とき 11月20日(日)8時30分〜

ところ 米水津色利登山道駐車場

⑤ 元越山色利登山道を守る会事務局 今田(☎09036021365)

「ミカンの木」の
オーナー募集

自分の木で収穫されたミカンはすべて自分の物。管理育成は西上浦地域振興協議会が行います。詳しくはお問い合わせください。

募集期間 11月4日(金)〜11日(金)8時30分〜17時(水・土・日を除く)

場所 狩生地区

募集本数 40組(20kg程度収穫可)※1口1万円です

⑤ 西上浦地域振興協議会 福谷・多田(☎277001)

しろやま共同保育園
見学会のお知らせ

園児が作ったみそ玉の無料配布やヤギの餌やり体験など、どなたでも楽しめる催しを企画しています。

とき 11月13日(日)9時〜11時30分

ところ しろやま共同保育園

⑤ しろやま共同保育園(☎231850)

令和4年度全国学力・学習状況調査に係る佐伯市結果

佐伯市では、市内の小学6年生、中学3年生を対象とし、4月19日に「全国学力・学習状況調査」を実施しました。

※全国・大分県の数値は、市町村立の小・中学校の数値を集計したものを使用。

※各小・中学校の結果については、各学校のホームページをご覧ください。

【対象・教科】

小学6年生…国語、算数
中学3年生…国語、数学

※数値は正答率(正答した割合の平均値)

小学校(6年生)	国語	算数	理科
佐伯市	65.0	61.0	63.0
大分県	66.0	64.0	64.0
全国	65.6	63.2	63.3
県比	-1.0	-3.0	-1.0
全国比	-0.6	-2.2	-0.3

中学校(3年生)	国語	数学	理科
佐伯市	68.0	52.0	49.0
大分県	69.0	52.0	49.0
全国	69.0	51.4	49.3
県比	-1.0	0.0	0.0
全国比	-1.0	+0.6	-0.3

犬、猫の飼い方マナーを守りましょう

動物の飼育または管理の正しい方法を普及し、人と動物とが共存でき、誰もが快適に暮らせるまちづくりをしましょう。

犬の散歩マナーについては次のことを守ってください…



- ◆ 他人の土地に排せつさせないようにしましょう。
- ◆ 公共施設(公園や道路)で排せつしたフンは、飼い主が必ず持ち帰りましょう。
- ◆ 公共施設(公園や道路)で排せつしたおしっこは、飼い主が水で洗い流しましょう。
- ◆ 犬を放し飼いしない(大分県条例で禁止されています)。リードは必ず付けましょう。

猫の飼育などについては次のことを守ってください…



- ◆ 他人の土地に入らないよう猫は室内で飼いましょう。
- ◆ 猫は繁殖力が非常に強いので野良猫にはエサを与えないようにしましょう。
- ◆ 無秩序な野良猫へのエサやりはかわいそうな猫を増やすだけではなく、生活環境の悪化や周辺住民との人間関係も損なう原因となります。一時的な感情でエサを与えることはやめましょう。

犬・猫を捨てることは犯罪です…



犬・猫を捨てると1年以下の懲役または100万円以下の罰金が科せられることがあります。(動物の愛護及び管理に関する法律第44条第3項)

不妊去勢手術を受けましょう…



佐伯市では、飼い犬・飼い猫に対する不妊去勢手術の費用の一部を助成しています。

次の市内獣医への事前の予約、または助成金の申請手続きが必要になります。

助成対象	ココロアニマルクリニック	☎23-3838
市内獣医	広瀬動物病院	☎22-0757

フッ化物とは

- ・ 歯の質を強くする
- ・ 初期のむし歯の修復を助ける
- ・ むし歯菌の動きを抑え、酸の産生を減らす

フッ化物洗口で
むし歯予防

県内の子どもの「むし歯」保有数が、全国平均と比べ、高い状況にあったことから、児童生徒の「むし歯」予防を推進するため、佐伯市教育委員会では、平成30年度より、市内すべての公立幼稚園、小学校、中学校において、希望者を対象にフッ化物洗口を行っています。

図からもわかるように、平成28年の12歳児1人当たりのむし歯保有数は、平均1.14本でしたが、令和3

vol.19

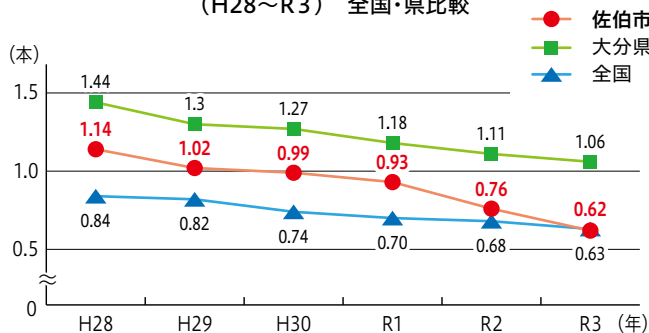
子どもの
歯の健康市内のフッ化物洗口の
現状や取組

対象 幼児、小・中学生



図 12歳児1人平均むし歯本数の推移

(H28～R3) 全国・県比較



【出典】全国平均の数値は学校保健統計調査

大分県及び佐伯市の平均数値は県体育保健課調べ



▲鶴岡小学校でのフッ化物洗口の様子

年度では、平均0.62本まで減少しました。また、令和3年度には初めてむし歯保有数が全国平均を下回り、フッ化物洗口の効果が表れてきています。

フッ化物洗口
について戸高歯科 院長
戸高 勝之 さん

世界標準の「むし歯予防法」は、WHO(世界保健機関)が推奨している「フッ化物活用」です。

1969年WHOは世界に向けて「フッ化物活用」を勧告しましたが、日本はそれに従わなかったため、先進国の中で最もむし歯の多い国になってしまいました。

日本の中で、唯一勧告に従い、早い時期から「フッ化物活用」を学校現場で実施したのが新潟県です。1970年からスタートし、現在、新潟県は12歳児の1人当たりむし歯保有数は0.3本(佐伯市の半分)、7割の児童はむし歯ゼロ、むし歯の少なさ20年連続日本一です。

日本でも、10年ほど前から、ようやく「フッ化物」の有効性が周知されるようになり、佐伯市でも、すべての小・中学校で週1回「フッ化物洗口」が実施されるようになりました。

新潟県を目標に「フッ化物活用(洗口)」を続けましょう。

問い合わせ／歯の健康に関すること 健康増進課(和楽1階 ☎23-4500)

小・中学校のフッ化物洗口に関すること 学校教育課 学校指導係(まな美2階 ☎22-4670)

【次回予告】高齢者の健康について



新型コロナワクチン接種



オミクロン株に対応した2価ワクチンの接種が受けられます。
年内までに、希望するすべての人が接種するのに十分な量のワクチンを確保しますので一時的に予約が取れなくても安心してお待ちください。



オミクロン株対応2価ワクチン接種対象

初回(1・2回目)接種を完了した12歳以上のすべての人

接種券の発行について

これまでにお送りした接種券は引き続き使用できます。
すでに接種券を発送した人へは改めてお送りしません。
紛失などした人は再発行のお手続きをお願いします。
これからお送りする人(3・4・5回目接種券がまだ来ていない人)へは接種間隔が経過後に順次発送します。

使用するオミクロン株対応2価ワクチン

ファイザー社
ワクチン

モデルナ社
ワクチン

12歳以上

18歳以上

3回目以降の接種に使用
※1・2回目接種では使用できません

初回接種(1・2回目接種)を受けていない人

従来型ワクチンによる接種を完了してください。
初回接種完了後に、オミクロン株対応2価ワクチンを追加接種することが可能になります。

オミクロン株対応2価ワクチンの効果

■従来型ワクチンを上回るオミクロン株への効果が期待されています。

オミクロン株対応ワクチンの追加接種には、オミクロン株の成分が含まれるため、従来型ワクチンと比較した場合、オミクロン株に対する重症化予防効果、感染予防効果、発症予防効果それぞれに寄与する免疫をより強く誘導します。

そのため、オミクロン株に対して、従来型ワクチンを上回る重症化予防効果とともに、持続期間が短い可能性があるものの、感染予防効果や発症予防効果も期待されています。

■2価のワクチンであることにより、様々な新型コロナウイルスに反応します。

異なる2種類の抗原があることにより、誘導される免疫も、より多様な新型コロナウイルスに反応すると考えられます。

そのため、今後の変異株に対して有効である可能性がより高いことが期待されています。

佐伯市コロナワクチン接種情報ポータルサイト

ワクチン接種に関する情報はこちらをご覧ください。 <https://www.saiki-vaccineinfo.jp>



問い合わせ／新型コロナワクチン予防接種相談窓口 ☎ 23-3935

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。

当番医・乳幼児健康診査情報

すこやか＋コーナー

11月

休日当番医

当番医情報 ☎24-0112 (土・日・祝日の当日とその前日のみ)

医 科 ☎9～17時			
11月 6日	杉谷診療所	西谷町	22-4800
11月 13日	佐伯眼科	常盤西町	25-1500
11月 20日	志村内科・胃腸科	中の島	25-1211
11月 23日	池田医院	上岡	25-1177
11月 27日	石川眼科医院	駅前	24-2200
12月 4日	馬場内科クリニック	長島町	20-3344

歯 科 ☎9～17時			
11月 6日	東歯科医院	蒲江浦	42-0067
11月 13日	利光歯科医院	中の島	22-8811
11月 20日	戸高歯科医院	蒲江畑野浦	45-0841
11月 23日	永谷歯科医院	内町	23-5131
11月 27日	上田歯科医院	弥生井崎	46-2725
12月 4日	長田歯科クリニック	中村東町	22-1095

常時受付

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)

※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。

小児救急当番医

当番医情報 ☎24-0112 (土・日・祝日の当日とその前日のみ)

小児科 ☎10～12時(日曜日)			
11月 6日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
11月 13日	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
11月 20日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965
11月 27日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
12月 4日	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180

◎祝日は、桑畑小児科(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 ☎17～19時(祝日除く)			
月曜	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
火曜	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
水曜	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
木曜	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965
金曜	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180

◎受入患者:救急医療を要する子ども

◎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

◆持ち物

母子健康手帳・事前にお送りしたアンケートなど

佐伯・上浦・鶴見・米水津・蒲江地域

会場 和楽 ☎23-4500

●乳児健診(R4年6月生) 11月10日(木)・29日(火)

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(R3年4月生) 11月15日(火)

身体測定、内科・歯科診察、栄養・歯科・保健指導

●3歳児健診(R1年5月生) 11月22日(火)

身体測定、尿検査、内科・歯科診察、栄養・歯科・保健指導

●のびのび教室(8～9か月児) 11月8日(火)

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。

弥生・本匠・宇目・直川地域

会場 弥生保健センター ☎46-0265

●のびのび教室(8～9か月児)

11月16日(水)

身体測定、離乳食指導など

無料

・乳幼児健康診査

・のびのび教室

は無料です。



日々のくらしで困っていることはありませんか？

予 = 予約制

無 料 相 談 の ご 案 内

行政相談	開催日時	会 場	問 い 合 せ
行政相談 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。	11月 8日(火)10時～12時	鶴見地区公民館	市民課市民の窓係 ☎22-3399 または各振興局
	11月 8日(火)10時～12時	米水津地区公民館	
	11月11日(金)10時～12時	市役所本庁舎2階 203会議室	
	11月16日(水)10時～12時	本匠西地区公民館	
公証人による 相談会	11月16日(水) 13時30分～16時30分	市役所本庁舎3階 301会議室	大分公証人合同役場 ☎097-535-0888 予
行政書士 無料相談会	11月16日(水) 13時30分～16時30分	ジェイコム J:COMホール大分 (大分市)	大分県行政書士会事務局 ☎097-537-7089 予
	11月17日(木) 13時～15時	市役所本庁舎3階 301会議室	大分県行政書士会事務局 ☎097-537-7089
不動産市民相談	11月 8日(火) 13時30分～15時30分	長島町2丁目1-1 千栄ビル	大分県宅地建物取引業協会 佐伯支部 ☎24-2844 予
障がい者 特設相談室	11月 7日(月) 13時30分～16時	直川保健センター	障がい者相談支援センター すきっぷ ☎24-8521
ひきこもり 家族の会	11月16日(水) 13時30分～15時	南部保健所	南部保健所 ☎22-0562 予
精神保健 福祉相談	11月 8日(火) 14時～16時		
司法書士会 無料相談	11月29日(火) 13時～16時	和楽2階第1会議室	大分県司法書士会佐伯支部 ☎23-8989 予
司法書士 巡回無料相談	11月19日(土) 10時～15時	蒲江地区公民館	大分県司法書士青年の会事務局 ☎0977-23-2029
弁護士相談	11月10日(木) 13時30分～15時30分	社会福祉センター	社会福祉協議会 ☎23-7450 予
	11月17日(木) 13時30分～16時		

〈 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 〉

30 (金)	27 (火)	25 (日)	24 (土)	23 (金)	22 (木)	21 (水)	20 (火)	19 (月)	18 (日)	17 (土)	15 (木)	14 (水)	13 (火)	9~6 (金)(火)	2 (金)	1 (木)	
● 東九州大漁祭実行委員会	● 大分県国土調査推進協議会定例総会	● 佐伯市民大学「令和四教堂」講演会	● 八匹原祭典	● 内藤記念博物館開館記念式典	● 小野登さん最高齢者お祝い訪問	● 議会閉会日	● 災害対策本部会議	● 災害対策本部会議	● 災害対策本部会議	● 全国シクロサミット	● 安部雅子さん最高齢者お祝い訪問	● 牧トシコさん百歳お祝い訪問	● 全日本空手道選手権大会出場報告	● 還暦・古希軟式野球全国大会出場報告	● 議会一般質問	● 「東九州伊勢えび海道」試食会	● 県民スポーツ大会佐伯市選手団結団式

田中市長の公務日誌

(9月1日～30日)



主な

佐伯市概況

佐伯市のことをもっと知ってみよう!

9月末日現在/前月比

人の動き

人口 6万7,422人 (-70)

男 3万1,501人 (-29)

女 3万5,921人 (-41)

世帯 3万3,108世帯 (-29)

9月中

救急・火災発生

救急件数 314件
(年間累計 2,517件)

火災件数 2件
(年間累計 22件)

乾燥する季節になりますので、火の取扱いと後始末はしっかりと行いましょう!

9月中

交通事故

死者 1人

負傷者 7人

人身事故 7人

物損事故 99人

市役所・振興局

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。

スマホ
で
CHECK!



LINE友だち募集中



佐伯市
公式
LINE



佐伯市
ホーム
ページ



佐伯市
インス
タグラム



佐伯市
フェイス
ブック



佐伯市
ツイッター



市報さいき
特設サイト

今月の表紙

【食べること、生きること】

今回の特集は給食作りの過程や取組について紹介しました。取材した結果、給食作りは「愛情」でした。安全・安心な地元食材、献立作りの大変さ、気を抜けない製造現場など、全ては表紙の様な子どもたちの笑顔のために。美味しい給食を食べてすくすく育って下さい。



次号発行日

次号市報さいき12月号は

12月1日(木)発行です

◎1月号の原稿締切は11月18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。

Hello, nice to meet you!

さいきゅーと

佐伯で暮らすキュートなキッズをご紹介します!



name

りお

太田 莉桜ちゃん
2022.3.24生まれ

いつもにこにこ笑顔のりおちゃん
これからも元気に成長してね!
産まれてきてくれてありがとう!

name

さく

(上) ... 杉田 紗来ちゃん
2014.12.7生まれ

(右) ... 杉田 虎太郎くん
2019.5.28生まれ

(中) ... 杉田 葵依ちゃん
2020.11.28生まれ

(左) ... 杉田 虎臣くん
2022.5.28生まれ



仲良し♥わんぱくきょうだい!
毎日全力で遊んで大きくなってね!



name

なぎと

峯 椰斗くん
2021.12.22生まれ

ずりばいが上手になりました!
これからもすくすく大きくなってね!

スマートフォンから投稿できます♪

小さなお子さんのかわいい姿を記念に掲載しませんか? 右の二次元コードから投稿してくださいね★





道の駅やよい裏の井崎川沿いは平坦な道が続き初心者にはお勧め。これからのシーズンは山の紅葉も楽しめるスポットです。

レンタサイクルが利用できる施設

- 道の駅やよい** ☎46-5841
弥生大字上小倉898-1
- 観光案内所** ☎23-3400
駅前2丁目6-37
- 観光交流館** ☎28-5656
城下東町8-19
- たかひら展望公園** ☎050-5527-1821
蒲江大字竹野浦河内2156-171



自転車を活用したまちづくりへの挑戦

佐伯市内の レンタサイクル情報！



佐伯市内の左記の施設でレンタサイクルを行っています。シティサイクルから電動アシスト付き自転車まで様々な種類があります。自転車をレンタルして市内を周遊しませんか。

道の駅やよいで自転車をレンタルすると、大分県が運用する健康アプリ「あるとっく おおいた歩得」で400ポイントがもらえます。「おおいた歩得」は日常のウォーキングや健康イベントへの参加などによってポイントを貯めることができるスマートフォンなどのアプリです。詳細はP22「くらしの情報」をご覧ください。



▲アプリのダウンロードはこちら

問い合わせ

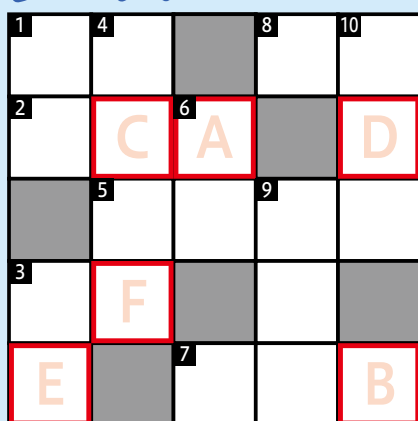
観光課
文化・スポーツツーリズム推進係
☎22-4071

プレゼント付き！

さいきクロスワード

vol. 07

ヒントを参考に□に文字をいれよう！
香り高さが特徴の佐伯の特産品。



抽選で2名に当たる

正解者の中から抽選で道の駅やよい物産館で使える「1,500円分のお買い物券」をプレゼント！

※当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

ツ	キ		サ	オ
ル	ー	ク		サ
ベ		ニ	ワ	カ
	イ		キ	ナ
ナ	ガ	ア	メ	

10月号の答え
「オーガニーツ」

たてのカギ

- ① 浦島太郎を竜宮城まで連れて行ったのは？
- ③ 神無月は10月。では11月は〇〇月。
- ④ 茶碗蒸しなどに入っているイチヨウの木になる実は？
- ⑥ 新〇〇の季節。その年に収穫されたお米のことです。
- ⑨ 金や物を貸し与えること。
- ⑩ 特集記事で小学生が食べていたのは〇〇〇ライス。

よこのカギ

- ① 重要な手がかりを持っていることのたとえ。〇〇を握る。
- ② ラーメンに入っているタケノコが原料の食べ物といえば？
- ③ 物事に熱中すること。〇〇食を忘れる。
- ⑤ 野球で昼はデイゲーム。では夜は？
- ⑦ 11月でも穏やかで春のように暖かい晴天の日。小春〇〇〇。
- ⑧ 日本刀など刀剣の握る部分のことは？

キーワード



ハガキにキーワードと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、今月のお気に入りの記事を書いて下記にご応募ください。

〒876-8585 佐伯市中村南町1-1
佐伯市役所 秘書広報課広報係

こちらの二次元コードからもご応募できます。▶

11/15まで
消印有効

