

事故のないまちづくりを



「自分は大丈夫」と
思わないで!

①横断歩道のルール徹底を

信号機のない横断歩道を渡る歩行者がいる時は、歩行者優先です。車両は一時停止をして、歩行者が道路を渡るまで待ちましょう。歩行者は、横断歩道以外の場所を渡ったり斜め横断をしたりという危険な行為はやめましょう。



②スピードの出し過ぎは危険度がアップ

スピードを出すと視野が狭くなり、何かあった時に停止できるまでの距離が長くなります。速度が2倍になると衝突時の衝撃力は4倍になるなど、リスクが大幅にアップします。

③自宅近くが危険スポット!?

通り慣れた道は気が緩みがちです。自分を過信せずに、慣れた道ほど注意しましょう。

④早めのライト点灯を

夕暮れ時は歩行者や自転車が見えづらくなるので、早めのライト点灯を心がけましょう。歩行者は事故防止のため、反射材や明るい服装を身に付けることが大切です。

自転車の事故
増えています!

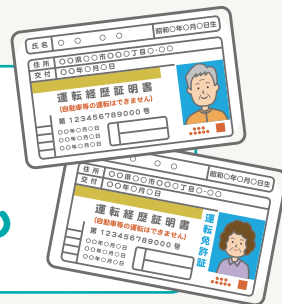


信号機のない交差点での一時不停止や、歩道での前方不注意による事故など、注意不足やルールを守らないことによる自転車事故が多く見られます。傘さし運転や携帯電話を手に持つなどの“ながら運転”も危険です。

乗る前に確認を～5 か条～

- ☐ 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- ☐ 交差点では信号と一時停止を守る
- ☐ 夜間はライト点灯
- ☐ 飲酒運転は禁止
- ☐ 子どもも大人もヘルメットを着用

運転免許証を
返納する選択も



高齢になり、普段の運転に不安を感じるようになったら、運転免許返納という選択肢があります。運転免許を返納して、運転経歴証明書の交付を受けた人は、タクシーの利用料金割引のほか、買い物や配達、医療など様々な分野で特典を受けられます。また、佐伯市では運転経歴証明書発行手数料(1,100円)の助成を行っています。この機会に免許返納を検討してみませんか?



わたなべたかし
渡邊孝さん 72歳

日頃から年に3回ほどしか車に乗らず、普段は自転車中心だったことから、5月の免許更新を前に返納を決意。必要な時に頼れる同居の家族もいるため「事故を起こす前に」と思いました。

運転経歴証明書に関する問い合わせ

大分県交通安全協会佐伯支部
(佐伯警察署内) ☎22-2162

事故のないまちづくりを

小さな気の緩みが
大きな事故につながることも



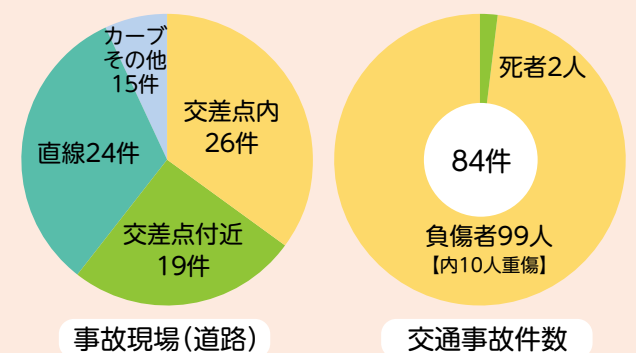
普段の生活の中で、誰にでも起こりうる交通事故。少しの不注意や気の緩みが、思わぬ大事故につながることもあります。万が一事故が起きてしまうと、被害者や加害者としてその後の人生が変わってしまう恐れがあるのはもちろん、周囲の人へ与える影響の大きさは計り知れません。

新生活がスタートするこの時期は、新しい道路を通る機会も増え、交通事故に遭う危険性が高まります。交通事故は、一人ひとりが交通ルールやマナーを守ることで防ぐことができます。子どもも大人もルールをもう一度確認して、日々の行動に取入れましょう。

みんながルールを守るために

大分県警察本部によると、令和4年の佐伯市の交通事故件数は84件にのぼります。事故現場は交差点内が最も多く、交差点付近でも多くの事故が発生しています。事故の発生が多い時間帯は、通勤や帰宅、登下校で、人と車の通行量が増える8～9時と16～18時に集中しています。車や自転車を運転する人も歩行者も、一人ひとりが交通事故を自分ごととしてとらえ、事故のない安全なまちを目指しましょう。

令和4年 佐伯市交通事故統計 (令和4年1月～12月)





＝ まちの安全を守りたい ＝

蛍光色がトレードマーク 地域密着での活動を

江 大分県交通安全協会佐伯支部には5人が所属しており、運転免許証の更新手続きの案内や交通安全教室の開催のほか、市内全域へ向けた交通安全の広報活動を行っています。保育園や幼稚園、小学校から要請があれば出向き、横断歩道の正しい渡り方や左右確認の仕方、自転車の乗り方などを教えています。

岩 佐伯支部には各地区の分会があり、鶴岡分会は現在47

子どもと会話をし、成長を感じる喜び

交通安全指導隊の現状ですが、10年前には約90人いた指導隊員が、現在は69人まで減少し、平均年齢も高齢化が進んでいます。

私は65歳から指導隊員の活動を始め、20年間子どもたちを見守り続けてきました。現在は、登校日の月曜日から金曜日の朝7時から8時頃、大手前広小路付近の交差点に立ち、保護者と一緒に佐伯小学校の児童を見守っています。



す。また、自転車通学の高校生にも目を配り、自転車が行き止まりの場所を誘導することもあります。

会社員だった頃、指導隊の活動をしていた先輩の姿を見てかっこいいなと思ったことが指導隊員になったきっかけでしたが、今では子どもたちの笑顔を見たり、あいさつを交わしたりという毎日に喜びを感じます。活動を始めた頃に小学生だった子どもが成長し、自分の子どもを連れてくる瞬間の感動はひとしおです。

見守りは体力勝負でもあ



人で活動しています。その中には交通安全協会の役員や高齢者部会、女性ドライバー部会などが所属しています。

活動は毎月1日と20日で、4月から10月は7時から、11月から3月は17時から30分間、「コスモタウンフリーモーター」佐伯「近くの三差路」などで交通安全の呼びかけを行っています。また、課外授業での見守りや祭りの際の交通整理なども行います。故郷へ恩返しをしたいと思います。活動を始め



とは何よりのやりがいですね。市民の皆さんには、子どもを見たら我が子だと思って安全運転を心掛けてほしいと思います。

岩 私たちの使命は、交通安全を通じて、地域みんなの安全を守ること。子どもから高齢者の交通安全教育や地域での事故防止活動には交通安全協会費を使用させていただいているので、免許更新の際には多くの人に入会していただけるとうれしいです。



るので、できるだけ長く続けられるように、毎日7000歩ウォーキングをし、畑仕事をしたり、健康にも気をつけようになりました。現在の課題は指導隊の高齢化と後継者不足です。旧市内は交通量が多く危険な箇所が多くありますが、指導隊が少なくなると、見守りできない箇所が出てきます。子どもたちの笑顔と輝く未来を守るために、興味のある人はぜひ一緒に活動してほしいと思います。

春の全国交通安全運動が開催されます

5月11日(木)～20日(土)、春の全国交通安全運動が開催されます。春の安全運動では、子どもをはじめとする歩行者の安全の確保、横断歩行者事故の防止と安全運転意識の向上、自転車のヘルメット着用や交通ルールにクローズアップしての啓発が行われます。

交通事故のない、安全で安心して暮らせるまちを目指し、この機会に改めて交通ルールを見直し家族や友達にも呼びかけましょう。



問い合わせ 大分県交通安全協会佐伯支部(佐伯警察署内) ☎ 22-2162

佐伯市交通安全指導隊員、募集中です

小学校の登校時の子どもたちの見守りのほか、交通規制のあるイベントの手伝いなども佐伯市交通安全指導隊の活動です。現在は担い手が不足している地域もあり、隊員の高齢化も進んでいます。毎日の見守りの積み重ねが、事故のない安全なまちづくりにつながります。子どもを中心に佐伯市民の安全を守る活動をしてみませんか。



問い合わせ 総務課総務係(本庁舎5階82番窓口) ☎ 22-3663



市税の納税方法が 拡充されます！

問い合わせ

税務課 債権管理係(本庁舎1階15番窓口) ☎ 22-4504

税務課 収納係(本庁舎1階16番窓口) ☎ 22-3182

固定資産税・軽自動車税(種別割)・法人市民税・住民税(特別徴収)の納税方法が拡充しました。

○拡充した納税方法

- ・クレジットカード(VISA・MasterCard・JCB・AmericanExpress・DinersClub)、インターネットバンキング、口座振替、スマホ決済アプリ、地方税共同機構に採択された金融機関
- ※利用できるスマホ決済アプリは地方税お支払いサイトでご確認ください。
- ※追加された金融機関についてはeLTAXホームページでご確認ください。
- ※法人市民税・住民税(特別徴収)はスマホ決済アプリでのお支払いはできません。

■手数料

- ・クレジットカード払いの場合は1万円までは37円(税抜)、1万円以上の場合は1万円増えるごとに75円(税抜)が加算されます。
- ・スマホ決済アプリは事業所により手数料負担がかかる場合があります。

■注意事項

- ・領収証が必要な人は、金融機関やコンビニエンスストア、市役所本庁舎、各振興局で納入してください。
- ・スマホ決済などでお支払いが完了した後に、納入を取り消すことはできません。

詳しくはこちら
地方税お支払サイト
(利用者向けホームページ)
<https://www.payment.eltax.lta.go.jp/>



スマホ決済で水道料金などの 支払いが可能になります

問い合わせ

営業課 料金係

(本庁舎3階52番窓口) ☎ 22-3119

ペイペイ・ラインペイ・ペイビーなどのスマホ決済アプリから、納入通知書のバーコードを読み取ることにより、水道料金などを納入できるようになりました。

○納入できる水道料金など

水道料金・下水道使用料・集落排水処理施設使用料・浄化槽使用料

■利用方法

- ① スマホ決済アプリを取得し、利用登録後、納入金額をチャージしてください。
- ② スマホ決済アプリを起動し、納入通知書のバーコードを読み取ります。
- ③ 金額などの内容を確認してください。



■注意事項

- ・スマホ決済で納入された場合、領収証は発行されません。領収証が必要な人は、金融機関やコンビニエンスストア、市役所本庁舎、各振興局で納入してください。
- ・現在、口座振替の人で、スマホ決済を希望する場合は、営業課料金係に連絡し、支払方法を納入通知書払いに変更してください。
- ・支払いは二次元コード読み取りには対応していません。バーコードのみの読み取りとなります。
- ・スマホ決済でお支払いが完了した後に、納入を取り消すことはできません。

ピックアップ インフォメーション

Pick up Information



税務課からのお知らせ

問い合わせ

税務課 債権管理係(本庁舎1階15番窓口) ☎ 22-4504

税務課 収納係(本庁舎1階16番窓口) ☎ 22-3182

○佐伯市公式 LINE アカウントからも税証明の申請手続きができるようになりました

税証明の交付申請が、市のLINEアカウントから手続きできます。申請には、佐伯市公式LINEアカウントの友だち登録とマイナンバーカードの取得が必須となります。

■発行可能な証明書

- ・所得課税証明書、課税証明書・非課税証明書、納税証明書、(確定申告用)納付証明書、滞納のない証明書(完納証明書)

■交付方法

マイナンバーカードに登録された住所へ郵送します。

■手数料

1通300円+郵便手数料84円

※郵便手数料は通数により増えることがあります。

■支払方法

クレジットカード、またはラインペイでのお支払い。

佐伯市公式LINE
についてはこちらから →



令和5年度から口座振替不能通知を廃止します

令和5年度課税分から、市税(市民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税)の口座振替が残高不足などで不能であった場合に発送していた『口座振替不能通知書』を廃止します。

口座振替を利用している人は、振替日の前日までに預貯金通帳の残高をご確認ください。口座振替が不能となった場合は、納期経過約20日後に納付書兼用の督促状を送付します。

※督促状送付の数日前までに税務課収納係にご連絡をいただければ納付書を送付することもできます。

○軽JNKS導入に伴い、軽自動車税「車検用納税証明書」の発送を廃止します

これまで軽自動車の車検の際、継続検査窓口へ提出していた軽自動車税の納税証明書が、1月から導入された軽JNKSにより原則不要となりました。

また、口座振替で納税する人には、軽自動車税の「車検用納税証明書」を6月に発送しておりましたが、原則不要となったため、今年度から廃止します。

ただし、軽JNKS導入後も「車検用納税証明書」が必要になる場合もありますので、必要な人は、本庁舎または各振興局で発行します。

納税証明書が
必要となる場合

- ・二輪の小型自動車(総排気量250cc超)
- ・納付したばかりのため、軽JNKSに納付情報が登録されていない
- ・中古車購入直後
- ・他の市区町村へ引っ越した直後
- ・対象車両に過去の未納がある



なお、車両のナンバー(標識番号)や名義を変更した場合は軽自動車検査協会にお問い合わせください。
軽自動車税(種別割)の納付方法によっては、納付情報が軽JNKSに登録されるまで相応の日数を要する場合があります(車検をお急ぎの場合は、早めの納付をお願いします)。
(例:コンビニ納付は2週間程度かかることがあります。)



心身障がい者タクシー利用券を交付

申込み・問い合わせ
障がい福祉課
(本庁舎2階47番窓口)
☎ 22-4524 または各振興局

■対象者

市内に住所があり、身体障害者手帳・療育手帳(A1・A2)・精神障害者保健福祉手帳(1級)を持っている人
※身体障害者手帳は、視覚・下肢・体幹・心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・免疫・肝臓機能障害で、
1級または2級に該当する人

※上記の部位に、3級から7級の障がい者が複数ある人で、下表による指数の合計が11以上の人も対象となります。

級 別	3 級	4 級	5 級	6 級	7 級
指 数	7	4	2	1	0.5

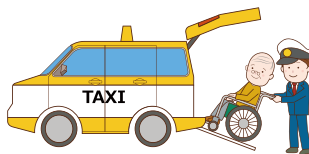
■交付券

タクシー利用券(年間24枚)

■必要な物

障害者手帳

※代理人申請は、上記に加え代理人の本人確認書類



はり、きゅう、あんまの助成券を 発行します

申込み・問い合わせ
高齢者福祉課 地域包括ケア係
(本庁舎1階11番窓口)
☎ 23-6800 または各振興局

令和5年度のはり、きゅう、あんまの施術代を助成する助成券を発行します。

■対象者 次のいずれかに該当する人

- ・70歳以上の人
- ・障害者手帳(身体、療育、精神)を持っている人
- ・65歳以上70歳未満で後期高齢者医療保険被保険者

■助成額・・・1,000円／1回(12回分)

■申請に必要な物

本人確認書類(保険証など)

※代理人による申請の場合は、利用者及び代理人の本人確認書類が必要です。



大学など入学者に対する 給付型奨学金について

申込み・問い合わせ
学校教育課 学事係(まな美2階)
☎ 22-4064



市内在住の人から、奨学金事業に対して寄附金をいただきましたので、寄附金を利用した返還不要の奨学金の申込みを開始します。

詳しくは、佐伯市ホームページ、学校教育課または各振興局で配布する応募要領などをご覧ください。

■対象者

3月に高等学校を卒業して大学・短期大学・専修学校専門課程に入学した1年生で、経済的理由により修学困難な人など ※成績や家計基準などの審査があります。

■定員・・・25人程度 ■給付金額・・・1人当たり10万円

■申込方法

申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えてご応募ください。選考委員会で審査し、予算の範囲内で決定します。

■申込期間 4月10日(月)～5月31日(水)



蒲江・深島航路の運航時刻などが 変更となります

問い合わせ
地域振興課 地域振興・公共交通係
(本庁舎2階42番窓口) ☎ 22-3005
蒲江・深島航路事務所 ☎ 42-1188

4月1日から運航時刻が次のとおり変更となりました。また、回数券や定期券の販売を開始しましたのでご利用ください。

■時刻表

	蒲江発	屋形島着	屋形島発	深島着	深島発	屋形島着	屋形島発	蒲江着
第1便	—	—	—	—	7:08	7:28	7:30	7:40
第2便	8:00	8:10	8:12	8:32	8:38	8:58	9:00	9:10
第3便	11:50	12:00	12:02	12:22	12:28	12:48	12:50	13:00
第4便	16:00	16:10	16:12	16:32	16:38	16:58	17:00	17:10

※1月1日は運休 ※第1便はスクールボート便(学校休校日は運休)で深島出発となります。

■回数券／10枚分の料金が11枚ついてきます。

区 間	大 人	小 児
蒲江・屋形島間	3,100円	1,600円
屋形島・深島間	5,200円	2,600円
蒲江・深島間	7,100円	3,600円

※大人の障がい者(身体1種・知的1種・精神1級)
またはその介護者は回数券料金から50%割引

■定期券

通勤・通学などにかかる定期で、1か月・3か月・6か月分が利用できます。割引率は40%～64%となりますが、区分や購入月数、区間により料金が異なりますのでお問い合わせください。

※大人の障がい者(身体1種・知的1種・精神1級)及びその介護者、定期券の交付を受けた小児の障がい者(身体2種・知的2種・精神2級または3級)の介護者については定期券料金から30%の割引

////////// GW期間中の蒲江・深島航路の乗船は事前予約制となります //////////

- と き 4月29日(土)～5月7日(日)
- 予約開始日 乗船日の5日前から受付(受付時間 9:00～17:00)。
- 予 約 方 法 蒲江・深島航路事務所(☎ 42-1188)へ電話予約してください。
- 注 意 事 項 乗船日時の15分前には乗船手続きをしてください。手続きが遅れるとキャンセル扱いとなりますのでご注意ください。



市の組織・機構が 一部変わりました

問い合わせ
行政マネジメント課
(本庁舎5階89番窓口) ☎ 22-4073

佐伯市行政経営推進プランの取組として、行政需要に柔軟な対応ができる組織を構築するため、組織・機構の見直しを行っています。令和5年度の主な改編内容は次のとおりです。

■組織改編の一覧

【新設】

部	課	係
総務部	情報推進課	DX推進係

【係名変更・廃止・移管】

旧		見直し内容	新担当部署
課	係		
観光課	観光係	係名称の変更	観光国際係
健康増進課	西部分室	分室を廃止、保健係、健診係へ移管	健康増進課 保健係、健診係



男女がともに個性と能力を発揮できる 取組に対して補助金を交付します！

申込み・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



■補助金の名称

佐伯市地域女性活躍推進事業補助金

■補助対象

ジェンダーギャップ(男女格差)問題解決、男性の家事・育児参画、女性の活躍推進、固定的性別役割意識の解消につながる取組を行う市民団体。

■令和4年度取組事例

- ・地域の課題解決に資する女性リーダー育成講演会
- ・女性の起業応援セミナー
- ・男女が共に学ぶ料理教室
- ・高校生が企画する先輩パパから学ぶ育児に関する研修会など

■申込方法

応募申請書・企画提案書・収支予算書などを作成し提出。
書類は、福祉保健企画課窓口、振興局に備えているほか、市のホームページからも印刷できます。

■補助上限額

10万円(1事業当たり)

■審査会(プレゼンテーション) 5月20日(土)

■申込期限 4月28日(金)17時



食のまちづくり推進活動 補助金

問い合わせ
ブランド推進課
(本庁舎2階37番窓口) ☎ 22-4673



食のまちづくりに向けた市民活動を支援するため、食育活動を行う団体などに補助金を交付します。

■対象事業

- ・食育に関する講演会や研修会など
- ・地産地消や食の知識普及に向けた料理教室
- ・食の生産現場との交流や体験の場づくりを目的とした、農林漁業体験、収穫体験など
- ・食(食材)やオーガニックの普及に関する調査・研究、その他必要と認められる食育活動など
(営利を目的とした商品開発などは該当しません。)

※令和6年2月末までに完了する事業

※同事業に対しての申込みは3年を上限としています。

■申込方法

事業計画書・収支予算書などを作成し提出。
書類はブランド推進課窓口、または各振興局に備えているほか、市のホームページからも印刷できます。

■補助上限額

15万円(1事業当たり)

■審査会(プレゼンテーション) 4月22日(土)

■申込期限 4月14日(金)17時



あなたの家は、大丈夫ですか？

申込み・問い合わせ
建築住宅課 建築指導係
(本庁舎4階77番窓口) ☎ 22-3574



工事などを行う前に申込みが必要です。詳しい要件などは、お問い合わせください。

■申込期間 4月10日(月)～12月15日(金)

全ての補助は、令和6年1月31日(水)までに完了の報告ができること。
受付は先着順となります。

耐震診断・耐震改修工事の一部補助

■対象

市内で昭和56年5月31日以前に着工した地上階数2階以下の木造二戸建ての住宅(店舗などとの併用住宅の場合は、住宅部分の面積が2分の1以上を占めるもの)

(1) 木造住宅耐震診断補助

■補助要件

建築士(※)が、耐震診断を行う住宅

■補助金額

診断に掛かる費用

(建築士に直接支払い)

■自己負担額

原則5,500円(診断審査手数料)

■募集件数 10件程度

(2) 木造住宅耐震改修工事補助

■補助要件

次の条件全てに該当する住宅

・耐震診断の結果、

上部構造評点が1.0未満の住宅

・建築士が耐震補強設計を行い、補強後の上部構造評点が1.0以上となる住宅

■補助金額

・改修工事に掛かった費用の3分の2
(原則上限100万円、場合により120万円)

・今年度から、改修工事補助金の上限が増額されました。

・補助金を業者に直接支払うことで初期費用の負担を軽減する、代理受領制度も選択できます。

・耐震改修工事は、住宅リフォーム減税の対象となります。

■募集件数 4件程度

(3) 耐震シェルター設置工事補助

■補助要件

大分県建築士事務所協会の認定を受けたもので、耐震診断の結果、1階部分の上部構造評点が0.7未満の住宅に設置するもの

■補助金額

設置工事に掛かった費用の3分の2

(上限30万円)

■募集予定件数 1件

(1)～(3)共通

※建築士は、所定の講習を受講し、協議会に登録された人

危険なブロック塀などの 除却工事の一部補助

■対象

次の基準を満たすコンクリートブロック造、石造、れんが造などの塀や門柱
※柵、フェンスなどと混用された場合を含む

・個人の所有で市内に設置されており、地震時に倒壊のおそれがあるもの
・高さが1メートル以上で、一般の交通のある道に面しているもの

■補助金額

対象経費の2分の1(上限10万円)

※塀の長さに応じて上限あり

■募集件数 10件程度

三世代リフォーム工事の一部補助

■対象工事

玄関・トイレ・浴室・台所のうち、一部以上を増設する工事とそれに関連した工事

■補助要件

・18歳未満の子どもがおり、三世代以上が居住する住宅
・所有者が居住する市内の住宅
・市内の施工業者が工事を行う住宅

・昭和56年5月31日以前に着工した一戸建ての在来工法による木造住宅である場合は、耐震性が確認されている住宅

■補助金額

対象工事にかかった費用の2分の1
(上限75万円)

■募集件数 2件





募集

“花”^{レグ}L・E・G しませんか!! 花のあるまちづくりを応援します!

申込み・問い合わせ

環境対策課 環境企画係(本庁舎3階57番窓口)
☎ 22-3995 または各振興局

“花”L・E・G(レグ)とは、「花」を^{ラブ}愛し(Love)、「花」を^{エンジョイ}楽しみ(Enjoy)、「花」を(が)^{グロー}育てる(Grow)活動のことで、佐伯市の造語です。

佐伯市では、花のあるまちづくりを通じて、潤いのあるまちづくり、地域コミュニティ活動を推進するために、各種団体に花の苗や、種子、プランター、園芸用土を支給します。

■対象

市内を活動拠点とする団体 ※個人では申請できません。

■設置場所

公園、広場など人目にふれ、管理者の承諾を得ている場所

■支給内容

花 苗：花壇の場合は1㎡当たり25ポットまで
プランターの場合は1基当たり3ポットまで
※上限300ポット

種 子：花壇の場合は1㎡当たり1袋
プランターの場合は1基当たり1袋
※上限10袋

プランター：年度当たり(前期と後期合わせて)
※上限100基

園 芸 用 土：花壇の場合は1㎡当たり1袋
プランターの場合は2基当たり1袋
1回の申請につき上限20袋

■花の苗種類

マリーゴールド、センニチコウ、ペチュニア、
ベゴニア、赤サルビア、青サルビア

■種子種類

コスモス、百日草、羽毛けいとう、ひまわり、
インパチエンス、松葉牡丹

※各種申込み多数の場合は、支給数量が少なくなる場合があります。

■申請期間

4月3日(月)～5月2日(火)

■申請方法

申請用紙は環境対策課または各振興局で配布

※市のホームページからダウン

ロードすることもできます。



情報

狂犬病予防注射を受けましょう

問い合わせ

環境対策課 環境保全係(本庁舎3階57番窓口)
☎ 22-3956 または各振興局

毎年4月～6月は狂犬病予防注射期間です。

犬の飼い主は、狂犬病予防法により、**生涯1回の飼い犬登録と毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。**

市内各地で集合注射を実施しますので、都合の良い会場で受けてください。

※**注射会場の一部変更がありますのでご注意ください。**かかりつけの動物病院でも接種できます。

狂犬病予防集合注射の日程などにつきましては、市のホームページまたは受付票と一緒に送付される案内チラシをご覧ください。

■対象 生後91日以上の子犬 ■予防注射の料金 3,250円 ※つり銭が出ないようにご準備ください。

■注意事項

- ・犬の登録が済んでいる人には、受付票をお送りしますので、受付票の裏面にある問診票に健康状態をご記入の上、注射会場へ持参してください。
 - ・体調の悪い犬・病歴のある犬は、受付票をお持ちの上、動物病院で注射を受けてください。
 - ・獣医師から予防注射を受けない方がいいと診断された場合は、動物病院で「猶予証明書」をもらい市の窓口に出してください。
 - ・転入に伴う犬の登録は集合注射会場では手続きができないため、市の窓口で行ってください。
 - ・犬が死亡した時や所有者が変更になった場合は届出が必要です。
- 詳しくはお問い合わせください。



さいきプレミアム商品券

第3弾

プレミアム率
30%

～大分県地域消費喚起プレミアム商品券支援事業～



※画像はイメージです。

プレ券の購入には
「引換ハガキ」が必要です!!

発行
総額

10億4千万円!

1枚500円の商品券26枚つづり(商品券額13,000円)を

1冊

10,000円で販売します。

登録取扱店舗での商品券使用上限額は、
1会計につき20万円までです。

販売期間 4月17日(月)～30日(日)

販売場所 月～金曜日 市内の郵便局33局にて販売 ※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 市役所本庁舎にて販売

使用期間 4月17日(月)～7月17日(月・祝)

■購入時に必要な物・注意点

- ・購入の際は、郵送された「購入引換ハガキ」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・健康保険証など)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、購入引換ハガキ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、購入引換ハガキ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、使用できる取扱店舗が異なります。
使用できる取扱店舗は、市のホームページをご覧ください。

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

- ・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。

取扱店舗一覧
二次元コード



《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

2.
12
(日)

巣立つ君たちへの自炊塾

「巣立つ君たちへの自炊塾」がさいき城山桜ホールで行われました。自炊塾は就職や進学する高校3年生を対象に毎年行っており、今回は15人が参加。ムッシュカワノ・河野辰也さんが講師となり、自炊するための料理の基本を学びました。

2.
7
(火)サイクルツーリズムの推進と
観光による友好を目指して

台湾台中市と「サイクルツーリズム及び観光友好交流の促進に関する協定」を締結しました。この協定により、両市の自転車イベントを核としたサイクルツーリズムを推進することで相互理解を深めるとともに、官民一体となった多様な交流を促進し、両地域の社会経済活動の発展につなげていきます。

2.
16
(木)

本匠振興局の新庁舎完成！

本匠振興局の新庁舎が完成し、2月16日、開庁式が行われました。新庁舎は旧庁舎から約1.5キロ離れた場所に新築移転。緊急時に避難所となる会議室があるほか、敷地内には防災・消防用倉庫や非常用発電設備を整備し、災害時の防災拠点となります。

2.
13
(月)社会福祉功労者
厚生労働大臣表彰を受賞

「社会福祉功労者厚生労働大臣表彰」を受けた江藤まつみさんの表彰状伝達式が市役所にて行われました。江藤さんは20年以上にわたり、民生委員や児童委員として活動するなど、地域福祉の増進に尽力しています。

2.
25
(土)

「女島橋」開通式

馬場先新女島線「女島橋」が完成し、2月25日、開通式が行われました。女島橋は大規模地震などに備え、耐久性向上を図る架け替え工事で、開通により住民が近くの「長島防災高台」にスムーズに避難できるようになったほか、市中心部の交通円滑化が期待されます。

2.
24
(金)全日本綱引選手権大会への
出場を報告

「2023全日本綱引選手権大会」に出場する、ワネス佐伯の選手ら7人が市役所を訪れました。チームは12月に行われた「第39回大分県綱引選手権大会男子の部」で優勝し、全国大会の出場権を得ました。

ひらけ!つなぐれ!

ファミリーフェスタ

参加者大募集

さくらっ子まつり

4月
30日
(日)

・あつまれさくらっ子
～ステージで聞く音楽会～

・音楽とダンスのコラボ!
さくらっ子大猿踊DAIENKAI

・はたらく車がやってくる!



10時～15時

※こども店長・フリーマーケットは13時まで

こども店長

対象: 4歳以上の子ども
定員: 10人

親子フリーマーケット

対象: 0歳～小学生までの
お子さんがいる家庭
定員: 7組

さくらっ子まつりサポーター

対象: 中学生以上
定員: 20人

— 申込方法 —

こちらの
二次元コード
から申込み▶



ほかにもイベント盛りだくさん! 家族でさくらっ子に来てね!

5月
3日
(水・祝)

食育ワークショップ
「UFOパン作りに挑戦」

10時～12時

講師: 河野 由美 氏 (てごねパンgracias)

対象: 小学生

定員: 12人※先着順 参加費: 1,500円

申込期間: 4月10日(月)～21日(金)9時～17時



5月
5日
(金・祝)

キャラ弁ワークショップ
参加者募集!!

10時～12時

対象: 小学生の親子

定員: 8組 参加費: 1,000円/組

申込期間: 4月10日(月)～21日(金)



5月
4日
(木・祝)

食育ワークショップ
「フランス料理にふれてみよう」

10時～13時

講師: 河野 辰也 氏

(フランス料理ムッシュ・カワノ)

対象: 小学生以上

定員: 8組(2人1組)※先着順

参加費: 4,000円

申込期間: 4月10日(月)～21日(金)9時～17時



5月
3日
(水・祝)
～
4日
(木・祝)

舞台技術ワークショップ

照明、音響、舞台の3部門に分かれ、舞台技術の基礎を学び、実際に仕込みをしてみよう! ワークショップの最後には成果発表会も!?

10時～11時30分(受付: 9時30分～)

対象: 中学生以上

定員: 各部門10人程度

参加費: 1,000円(保険料として)

申込期間: 4月10日(月)～21日(金)



各イベント申込みはこちらまで▶



ツキイチ映画

こどもの日特別企画 5月上映作品

『劇場版ポケットモンスター キミにきめた!』

と き: 5月5日(金・祝)

① 10時～

(開場 9時30分)

② 14時～

(開場 13時30分)

ところ: 大ホール(自由席)

定員各回400人

チケット: 1,000円

※高校生以下の来場者は
当日ポケモングッズ持参
で鑑賞無料(入場券必要)



アウトドア体験パーク

10時～16時

※6日のみ夜の部 18時～20時(焚火)

芝生広場や歩行天国を会場に、トランポリン、ボルダリングなどのアクティビティで楽しんだり、テントやハンモックなどでくつろげます。マチナカのアウトドア空間で家族で楽しくのんびり過ごそう!

5月
6日
(土)
～
7日
(日)



TAKETA室内オーケストラ九州 第1回佐伯定期演奏会

～古澤巖ミュージックパートナー就任記念～

と き 4月22日(土) 13時30分開場/14時開演

入場料 指定席……………5,000円
自由席……………4,000円
U-25自由席…1,000円
(4歳以上入場可)

プレイ
ガイド

さいき城山桜ホール
ケーブルテレビ佐伯
トキハ会館プレイガイドチケット

チケット
販売中

《問い合わせ》さいき城山桜ホール(☎24-2228)

※詳しくはさいき城山桜ホールのホームページをご覧ください。



しつくる ひとびと

狩生で農業を愛し、
農業を楽しむ生産者
うえ すぎ ひろ よし
上杉 洋允さんの
1日に密着しました。



アスパラガス



アスパラガスに愛情を注ぐ 農業歴70年の大ベテラン

佐伯市は大分県でいち早くアスパラガスのハウス栽培を始めたことで知られています。元々みかん農家だった上杉さんは始まってまもない平成13年頃にアスパラガスの栽培に着手。わずか3年で市内トップの収穫量を記録するなど、生産者の中でも一目置かれる存在です。上杉さんは「土壌が良かった

んよ」と謙遜しますが、現在育てているアスパラガスがその当時から一度も植え替えをしていない23年目の株ということからも、どれだけ丁寧な管理し、愛情を注いできたのかが分かります。

農業が生きがい

アスパラガスには春芽^{はるめ}、夏芽^{なつめ}があり、2月下旬〜11月までほぼ休みなく収穫します。ハウスの細やかな温度

管理、定期的な病害虫防除、肥料やりなどもあり、決して楽な仕事ではありません。しかし、大変だと思ったことは一度もないといいます。「農業が好きなんよ。アスパラガスは気難しい子で気持ちを読むのが大変だけれども、立茎^{りっけい}の後、どこから生えるかなって予想するのも楽しいね。息子が継いでくれるまであと2年、頑張らんと」。御年85歳、大好きな農業に打ち込むことが元気の秘訣^{ひけつ}です。

※1 通常は10年程度で植え替える。※2 立茎については左下枠参照

ここで購入できます



上杉さんのアスパラガスは基本的に県内で流通します。市内のスーパーでも購入できますので「佐伯産」と書かれたものを探してください。



▲こちらから動画がご覧になれます。

アスパラガス(春芽) 収穫の1日



8:00

早朝、ハウス内が暑くなる前に収穫開始。「中腰の作業が大変だから」と息子さんが座ったまま収穫できる移動車を買ってくれたそうですが、「慣れているから、使わない方が早いんよ」と中腰のまま手際良く収穫していきます。

収穫したアスパラガスを選別。穂先が開きすぎているものなどはB級品扱いになります。2日に1回、出荷作業も行います。

9:30

アスパラガス以外にもみかんや野菜を作っているため、その時期に応じた農作業が夕方まで続きます。アスパラガスの収穫最盛期には、夕方にもう一度ハウスに戻り、収穫を行います。

11:00

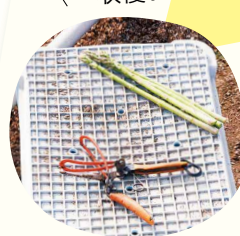
帰宅し、夕食作り。アスパラガス料理で一番好きなのは天ぷら。焼くと甘みが増すのでBBQもおすすめです。

16:00
17:00頃

▶収穫の際は息子さんが買ってくれた専用ハサミが大活躍！1日3kg、最盛期は20kgほどを1人で収穫します。



26cm以上を
収穫！



プロの目 check!

おいしさのポイント



穂先がシュッと締まっているものが新鮮。また、細い方がやわらかい傾向にあり、細いものを集めた「ミニアスパラガス」という商品も販売されています。かなりレアなので見かけたらぜひ！

ご存知ですか？アスパラガスの「春芽」と「夏芽」

春芽(はるめ)

2月下旬〜5月に収穫

春になると生えてくる茎を「春芽」と呼びます。温暖な佐伯市の春芽は育ちが良く、いち早く県内に出荷されます。甘みがあってやわらかいので、まずはゆがいたり、焼いたりしてそのまま味わうのがおすすめです。



夏芽(なつめ)

7月〜11月に収穫

春芽の収穫が終わった後、数本を「親株」として残し、葉が茂るまで育てる「立茎」を行います。葉が茂り、光合成で養分が蓄えられて、「夏芽」が育ちます。夏芽は春芽よりあっさりした味わいで、どんな料理にもよく合います。収穫量が多いので、春芽より安価なのも特徴です。



「立茎」の頃のハウスの様子

新刊
おすすめ



今月の
この1冊

すいどう

作／百木 一郎 出版社／福音館書店

台所の蛇口を開けると、水が出てくる。この水は、どこから来て、どこへ流れていくのか？

私たちの暮らしに欠かせない、水の流れがよくわかる！子どもから大人まで楽しめる絵本です♪

願いを伝える遊牧民の布 キリムからの手紙

作・絵／桐山 エツコ 出版社／かもがわ出版

遊牧民が1500年以上織り続けてきた布「キリム」。その歴史や作られ方、文様の意味などを、美しいイラストで紹介した絵本です。家族の暮らしを守るために織られた、手紙のような「キリム」の世界にふれてみませんか？

有元葉子の冷凍術 すぐにおいしく、いつでも便利

著／有元 葉子 出版社／筑摩書房

冷凍のだしとご飯、具材があれば、おいしく温かい食事が整います。皮を手作りした餃子やお弁当にも便利な揚げ肉だんご、小さいかき揚げなど、作ってみたいくなるレシピと冷凍術が満載です！

図書館ビデオマラソン開催します♪

子ども向けのアニメを1日3作品続けて上映します。アニメの最後には、お菓子のプレゼントもあります！大きなスクリーンで大好きなアニメをぜひお楽しみください♪

■と き／4月29日(土)・30日(日) 11時～16時
■ところ／2階 視聴覚シアター ■定員／30人程度

と き		上映作品	上映時間
4月29日 (土)	11時～	おしりたんてい プブツ みはらしそうのかいじけん⑦	60分
	13時30分～	トムとジェリー 5	51分
	15時～	忍たま乱太郎の宇宙大冒険 With コスミックフロント☆NEXT 太陽系の段・月の段	50分
4月30日 (日)	11時～	おしりたんてい プブツ レインボーダイヤをさがせ!⑨	60分
	13時30分～	映画すみっコぐらし とびだす絵本とひみつのコ	66分
	15時～	おじゃる丸スペシャル さらばまったりの日々よ	39分

春を愛でる 本を楽しむ

[各講座・イベント紹介]

授乳室・乳幼児用バギーをご用意しています！

小さいお子様をお連れの人に、授乳スペース・乳幼児バギーをご用意しています。

児童カウンター近くにありまので、ぜひご利用ください。



図書館より利用者みなさんへ

4月からナカバヤシ株式会社が佐伯図書館の図書館運営を行います。

新しい生活を始める人、これまで通りの人、目標に向かって進んでいる人、ゆっくりと日々を楽しんでいる人、どなたにもふと足を運んでもらえるような気持ちのよい図書館でありたいと考えています。

スタッフ全員、よりよい図書館となるよう努めてまいります。

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. 36

はやかわ みつき

早川 光樹さん

株式会社 蒲江創生協会 代表取締役
道の駅かまえ Buri Laboratory 駅長

ひだか やすゆき

日高 靖之さん

入社3年/道の駅かまえ Buri Laboratory
海鳴り亭 ホール担当

わたなべ ふみえ

渡辺 二三枝さん

入社4年/
道の駅かまえ Buri Laboratory 直売所

さいとう けいた

斉藤 慶太さん

入社1年/
高平キャンプ場運営管理



▲こちらから動画が
ご覧になれます。

今回は

若き代表のもと
地方創生、漁師町の活性化に挑む

「株式会社蒲江創生協会」

ブリ ラボラトリー

道の駅かまえ Buri Laboratory/高平キャンプ場

道の駅×キャンプ場 蒲江の魅力をもPR

23歳で道の駅駅長に

◎ 平成30年、道の駅かまへの指定管理者に応募し、運営を引き継ぎました。当時まだ23歳、神奈川で生まれ育った私が蒲江の道の駅に興味を持ったのは、父の実家が佐伯で親しみがあつたことや海・魚食文化に魅了されたからです。大学時代、留学先で、現地の友人と和食店を訪れた際、刺身の美味しさに感動している友人を見て日本文化の価値を再認識し、そこに大きな可能性を感じました。しかし、日本では水産業を取巻く環境は厳しく、魚食も減っています。自分にできることは何かないかと考えていたときに、道の駅の公募を知りました。

蒲江をPRする方法を模索

◎ 一番大きく変えたのは、ブリに特化させた点です。実は佐伯は養殖ブリの生産量全国2位なんです。ほかの道の駅と差別化する意味でも、この強みを活かさない手はないと考えまし

た。「ラボラトリー」の名前の通り、今もブリの可能性を探らし続けています。昨年、高平キャンプ場の指定管理を引受けてからは、道の駅と共同で佐伯の特産品を使ったキャンプ飯の開発などにも取り組んでいます。両方を運営している利点を活かし、これからも蒲江の魅力を発掘・創造・発信していきたいです。

誰もが主役になれる職場

◎ 私は高平を単なるキャンプ場で終わらせるつもりはありません。泊まる、景色を楽しむだけでなく、蒲江の魅力を知ってもらう「きっかけ」にしたい。そのために「宿泊+蒲江の体験・食」など新たなプランを考案中です。

◎ レストランのホール担当ですが、回転寿司で働いていた経験を活かし、週末は寿司を握っています。一人ひとりの能力を認め、サポートし、活躍できる環境を用意してくれる職場です。

◎ 販売・製造業務のほか、店内に飾るポップを制作しています。ポップによって売れ行きが変わるので、やりがいがあります。



株式会社 蒲江創生協会

佐伯市蒲江大字西野浦1637番地3 ☎050-5527-1818 <http://buri.fish>

設立年月日:平成31年1月 資本金:1,000万円 従業員数:17人

※1 蒲江でとれたサザエ、タイが入った炊き込みご飯の素

各種お知らせ

夜間納税窓口

とき 5月1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。

※スマートフォンアプリ（ペイペイ・ゆうちょペイ）からも納税できます。

⑤ 税務課収納係（本庁舎1階16番窓口）②3182

市税口座振替の申込みはお早めに

6月30日引き落とし分の市税口座振替の申込締切日は4月21日(金)です。

※期限後に申込まれた場合、納税通知書に前の振替口座が記載されたり、納付書が郵送されるなどの行き違いが発生する場合があります。

税種 市県民税（全期・1期）、国民健康保険税（全期・

1期）

ところ 税務課債権管理係窓口、各振興局、各金融機関

●口座振替ができる金融機関

大分銀行、大分信用金庫、豊和銀行、伊予銀行、宮崎

太陽銀行、大分県信用組合、九州労働金庫、大分県農業

協同組合、大分県漁業協同組合、ゆうちょ銀行

※ゆうちょ銀行を希望する人は、直接ゆうちょ銀行で申込んでください。

必要な物 通帳届出印、通帳、納税通知書など

⑤ 税務課債権管理係（本庁舎1階15番窓口）②4504

佐伯市犯罪被害者等見舞金

犯罪行為により亡くなった被害者の遺族、または犯罪行為により重傷病を負った被害者本人に対し、経済的負担の軽減を図るため、見舞金を支給します。



遺族見舞金（亡くなった被害者の遺族） 30万円

重傷病見舞金（1か月以上の治療を要する被害者本人） 10万円

⑤ 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）②3085

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

4月分から令和6年3月分までの国民年金保険料は、月額16,520円です。

保険料は、日本年金機構から送付される納付書で、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。また、クレジットカードやインターネットなどを利用しての納付や口座振替もできるほか、電子決済アプリ（auペイ・d払い・ペイジー・ペイペイ）を利用して納付ができます。

日本年金機構は、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけない人に対し、電話・文書・訪問により早期に納めていただくよう案内を行っています。

⑤ 佐伯年金事務所（②1970※音声案内に従い②を選択）、保険年金課国民年金係（本庁舎1階8番窓口）②3187

後期高齢者医療制度の障がい認定

65歳から74歳の人で、後期高齢者医療制度の障がい認定を受けると、後期高齢者医療保険に加入することができます。詳しくは、お問い合わせください。

対象 65歳から74歳までの人で、身体障害者手帳、精神障害者保険福祉手帳を持っている人

※障がいの等級によって認定基準あり

必要な物 障害者手帳、本人確認書類など

⑤ 保険年金課国民健康保険係（本庁舎1階9番窓口）②3199、大分県後期高齢者医療広域連合（②09715341771）

春の上浦マーケット

地元商店（団体）や市内

階73番窓口②3114

農地転用許可の権限が佐伯市に移譲されます

「農地法第4条・第5条」に係る農地転用許可（4ヘクタール以下）などについては、これまで大分県知事の権限でしたが、令和5年度から、その事務が佐伯市に移譲されることになりました。これに伴い、令和5年4月審査分（令和5年2月16日以降提出）から、申請書類の宛名が佐伯市農業委員会会長に変わり、提出部数は正本1部となります。許可基準は従来通りです。なお、権限移譲後は、転用許可申請などの受付から許可までの期間がこれまでよりも短縮され、申請者の負担軽減や利便性等の向上につながります。

※4ヘクタールを超える転用は、これまでどおり大分県許可（国との協議が必要）になります。⑤ 農業委員会事務局（本庁舎3階60番窓口）②4023

外のキッチンカーの出店、海産物の販売を行います。

「JR九州ウォーキング」も同時開催！ぜひお越しください。

とき 4月15日(土)10時～14時

ところ しさいの里周辺 ⑤ 佐伯市観光協会上浦支部（上浦振興局内）③3111

指定ごみ袋料金の見直しに関するアンケート

3月下旬に無作為に抽出した18歳以上の市民1,000人を対象にアンケートを郵送しました。さらに多くの市民意見を集めるため、インターネットでのアンケート回答にご協力をお願いします。



回答期限 4月30日(日)

⑤ 清掃課（②3984）

柳瀬チューリップ祭り

約4万本のチューリップ畑をバックに神楽や太鼓などのステージイベントや花もちまきなどを行います。

とき 4月8日(土)10時～15時

ところ うめの里陶芸工房前

⑤ 柳瀬チューリップ祭り実行委員会（宇目振興局内）②4111

フタ活はクリエイティブ活動だすばらしきフタクの世界の春の祭典

とき 4月10日(月)～5月14日(日)9時～17時30分※水・木曜は休館日

ところ 旧三余館1階ロビー

入場料 無料

マンガラボ、ミニ



二四駆展示&ミニ四駆コースは常設！通年お楽しみいただけます。

⑤ 佐伯市文化芸術交流ネットワーク実行委員会（③01150）

「食味コンクール」に出品しませんか！

出品資格 市内に住所を置く水稲生産者（法人を含む）で、市内で作付けた令和5年産の玄米が対象。

「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。

都市計画の変更について

佐伯都市計画道路の変更に伴い、当該図書の縦覧を行います。

内容 佐伯都市計画道路3・6・14号馬場常盤線の区域の一部変更

縦覧場所 都市計画課

⑤ 都市計画課（本庁舎4

ご家庭・企業・公共団体の皆さま

草刈りのご依頼承ります

60歳以上の元気で健康な会員が働きます。気軽にお問合せください。



問い合わせ

公益社団法人

佐伯市シルバー人材センター

〒876-0813 佐伯市長島町1丁目28番2号 TEL：0972-23-3001

HP：https://webc.sjc.ne.jp/saiki/index (営業時間) 午前8時30分～午後5時



くらしの情報

農地法一部改正に伴う
農地取得における
要件について

農地法第3条により農地を取得するには、取得後の農地を有効活用し経営を安定・発展させるために必要とされる複数の要件が設けられています。そのうち、一定の面積以上の経営を必要とする「下限面積」要件が農地法一部改正により廃止されます。この要件が廃止されることで、下限面積に満たない新規就農者などでも農地取得できる可能性があります。ただし、「下限面積」要件以外の要件はこれまで通りであることから、今後も次の要件を全て満たす必要があることにご注意ください。

●農地法改正後の許可要件

- ・農地の全てを効率的に利用すること（機械・労働力・技術が十分かなどで判断）
- ・必要な農作業に常時従事すること（農作業に必要な従事日数が十分かなどで判断）※原則年間150日以

上
・周辺の農地利用に支障がないこと（農地分断有無や地域での水利調整参加可否などで判断）

⑤ 農業委員会事務局（本庁舎3階60番窓口）②4023

新たな林業の担い手を
目指す人への助成制度

将来の森林整備の担い手となる林業作業員の育成を図るため、県内で開催される林業研修への参加に必要な交通費や受講料の一部に對し、助成します。詳しくはお問い合わせください。

⑤ 林業課（本庁舎3階61番窓口）②4214



道路上に張り出した樹木の
剪定をお願いします

私有地から道路上に庭木などの樹木や枝葉が張り出していると、歩行者や車両の交通の妨げとなります。樹木を所有する人は、伐採

または剪定など、適切な管理をお願いします。

⑤ 用地・管理課（本庁舎4階72番窓口）②4672、建設課（本庁舎4階75番窓口）②3526

有料道路利用の障害者
割引制度の見直しについて

これまで事前登録された自家用車に限定していた有料道路利用時の障害者割引が、レンタカーやタクシーを利用する場合などにも適用されます。

また、ETCを利用した割引の申請をオンラインで行えるようになりました。詳しくはNEXCO西日本のホームページをご覧ください。

⑤ NEXCO西日本お客様センター（0120-924-863 ※フリーダイヤル）

銃砲刀剣類登録審査会

古式銃砲や刀剣類を所持するには「銃砲刀剣類登録証」が必要です。必ず審査会に出向き、登録証の交付

を受けてください。

とき 5月10日（水）、7月12日（水）、9月13日（水）、11月8日（水）、令和6年1月17日（水）、3月13日（水）13時～17時 ※受付16時30分まで

ところ 大分県庁舎新館13階133会議室

必要な物 現物、発見届出済証、登録手数料（1件6,300円）※家族以外の代理の場合は委任状が必要 ※登録証を紛失した場合は、再交付（1件3,500円）の手続きをしてください。

⑤ 大分県文化課（097-506-5498）

相談

人権擁護委員による
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 大分県庁舎新館13階133会議室

⑤ 大分県庁舎新館13階133会議室

募集

令和5年度
アート教室講師募集

毎年、市内で活動するアーティストを講師として登録し、希望のあった市内の小中学校などへ派遣するアート教室を行っています。

対象 次の①②を満たす人

- ①市内の学校で講師として教えた経験のある人
- ②市内でアート活動を行い、主たる稼業としている人

活動期間 6月～令和6年2月（1回2時間程度）

申込方法 二次元コードから申込み ※申込みした人を対象に説明会を行います。



申込期限 4月21日（金）

⑤ 文化芸術交流課（本庁舎2階40番窓口）②4529

県営住宅の入居者募集

県営住宅は、59歳以下の単身の人も入居が可能です。

詳しくはご相談ください。

※通常募集住宅

種類	住宅名	戸数
一般	上久部	1

申込期間 4月10日（月）～14日（金）

抽選会 4月18日（火）

入居日 6月1日（木）

⑤ 佐伯・公営住宅管理センター（023190）

議会モニター募集

市議会では、議会の活動を知っていただくとともに、広く市民や有権者の声に耳を傾け、開かれた民主的な議会を構築するため、「議会モニター（一般モニター）」を募集します。

※団体モニターは別途選任します。

対象 市内に1年以上居住の満20歳以上で、議会運営に関心があり、公正な社会的見識を有する人、議会の議員、または常勤の公務員でない人

定員 20人以内

任期 2年（6月1日～令和7年5月31日）

申込方法 電話、または

メール (gikai@city.saiiki.jp) で住所・氏名・年齢・職業・連絡先をお知らせください

申込期限 4月28日（金）

⑤ 議会事務局（本庁舎6階）②3643

講習・講座

認知症サポーター養成講座

佐伯市では、認知症になっても安心して暮らすことができるまちづくりの一環として、認知症サポーターの養成を進めています。認知症サポーターは何か特別なことをする人ではありません。認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る「応援者」です。あなたも認知症サポーターになりませんか？

とき 4月12日（水）10時～11時30分

ところ 市役所6階第2委員会室

内容 認知症に関する基礎知識や認知症の人やその家族への支援のあり方など

試験

第1回危険物取扱者試験

とき 6月25日（日）10時～

ところ 佐伯豊南高校

試験種類 甲種・乙種（全類）・丙種

願書配布場所 消防本部予防課

願書受付期間 電子申請..

4月23日（日）～5月8日（月）、書面申請..4月26日（水）～5月11日（木）

⑤ 消防試験研究センター大分県支部（097-5370427）

第164回

日商簿記検定試験

とき 6月11日（日）

を受けてください。

とき 5月10日（水）、7月12日（水）、9月13日（水）、11月8日（水）、令和6年1月17日（水）、3月13日（水）13時～17時 ※受付16時30分まで

ところ 大分県庁舎新館13階133会議室

必要な物 現物、発見届出済証、登録手数料（1件6,300円）※家族以外の代理の場合は委任状が必要 ※登録証を紛失した場合は、再交付（1件3,500円）の手続きをしてください。

⑤ 大分県文化課（097-506-5498）

相談

人権擁護委員による
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 大分県庁舎新館13階133会議室

⑤ 大分県庁舎新館13階133会議室

伝言板

詩吟教室受講生募集

初心者向けの教室です。

とき 5月～11月第1・3土曜日、13時～15時

ところ 社会福祉センター

対象 小学生以上

受講料 無料※初回のみ資料代500円が必要

申込期限 4月15日（土）

⑤ 佐伯詩道会事務局・市原（090-3013-9405）

高齢者陶芸教室生募集

とき 毎月4回

ところ 社会福祉センター

対象 60歳以上の入

講師 藪薫（弥生）・市野

元越山春の登山会

眺望絶景な春の尾根道を歩いてみませんか。

登山道は尾根道のため眺望がすばらしく、途中には5か所の展望台を設けており、山頂からは視界360度の大パノラマを堪能できます。

当日は、地元特産品が当たる登山くじ、その他販売会も予定しています。

とき 4月16日（日）8時30分～ ※少雨決行

ところ 米水津色利浦 色利登山道駐車場

※事前申込、参加費不要

⑤ 元越山色利登山道を守る会事務局・今田（090-3602-1365）



10周年！佐伯市こどもミュージカル説明会・体験会

とき 4月28日(金)19時～21時

ところ 和楽

①舞台演者(表現教育)部門

対象 小学1年生～おおむね18歳以下 ※公演は10月29日(日)開催

②クリエイティブ・国際交流部門

対象 小学1年生～おおむね24歳以下

③サポーター部門

対象 中学生以上

※中学生以下は保護者、またはそれにかわる大人と一緒に参加をしてください。

※①～③の兼務も可能

申込方法 二次元

コードからお申込みください。



⑤佐伯市こどもミュージカル実行委員会(☎090・5944・0816)

佐伯海洋少年団員募集

佐伯海洋少年団の小学1

～4年生団員を募集します。

活動状況を佐伯海洋少年団のフェイスブックで公開していますのでご覧ください。

⑥佐伯海洋少年団・三浦(☎090・6148・8792)またはメール(mura-1123@saiki.tv)

佐伯ラグビーフェスティバル

「究極の鬼ごっこ」タグラグビーの参加者(幼稚園児と小学生)を募集します!!(お菓子とドリンク付き)

とき 4月29日(土)10時～12時

※少雨決行

ところ ※佐伯中央病院陸上競技場

参加費 1000円(保険代)

申込方法 二次元

コードからお申込みください。



申込締切日 4月23日(日)

⑦佐伯市ラグビー協会・吉良(☎090・2097・2422)

絵の会作品展

とき 4月7日(金)～8日(土)10時～17時、9日(日)10時～

16時

ところ トキハイナダスト

リー佐伯店ひまわりホール展示 油彩、水彩、パステルなど約70点

入場料 無料

⑧絵の会・大島(☎23・4212)

大分トリニータ 応援バス運行

●水戸ホーリーホック戦

とき・ところ 4月23日(日)14時～レゾナックドーム大分

参加費 800円

(保険料など)

出発時刻 12時

集合場所 こうへいクリニック裏

いクリニック裏

駐車場

定員 30人 ※先着順(マスク・携帯消毒液持参)

申込期限 4月19日(水)

⑨トリニータ後援会佐伯支部事務局(☎23・8871)

認知症の人と家族の会

とき 4月14日(金)10時～15時、4月21日(金)・28日(金)・5月5日(金)13時～15時

ところ 社会福祉センター

参加費 無料

⑩認知症の人と家族の会・山本(☎22・7708)

西浜清掃のお知らせ

とき 4月30日(日)8時～9時

ところ 西浜海岸

⑪つな☆ばんプロジェクト・水沼(☎080・1731・7960)

佐伯市への寄附

(敬称略)

《指定寄付》

▽大分県ダンススポーツ連盟(社会福祉の推進のため)

▽佐伯商工会議所女性会(児童の健全育成のため)

《歴史資料などの寄贈》

▽橋迫勝之(古文書)

▽安藤忠臣(写真週報)

▽伊東信郎(伊東宣夫氏遺品)

▽吉田栄達(毛利高範書「敬愛」)

▽安部光徳(日章旗ほか関係資料)

▽小泉裕(日露戦争資料)

▽工藤満則(日中戦争資料)

▽鶴原忠臣(日中戦争資料)

▽柴田良雄(日中戦争資料)

《香典返し》

※(一)内は物故者

▽柴田順子(衣子)：池船区

▽内山田初幸(千代子)：中野河内区

祝！百歳

2月に100歳を迎えられました。おめでとうございます。

平野 ミヨシさん(直川上直見)
藤原 サメエさん(直川下直見)
松田 ハツさん(上浦浅海井浦)
福井 静子さん(向島)
塩月 ミツノさん(米水津色利浦)



検査項目	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	推奨する検診間隔	検診内容等	料金
特定健診 佐伯市国保、後期高齢者が対象			○	○	1年	検尿・身体測定・問診・ 血圧・診察・血液検査等 ※後期高齢者と佐伯市外の 医療機関は尿酸値の検査 対象外	無料
若年者健診 佐伯市国保が対象		○			1年		
肝炎検査 初めて受ける人が対象			○	○		B型・C型肝炎ウイルス の血液検査	500円 70歳以上無料
前立腺がん検診				○		血液検査	1,200円
肺がん検診			○	○	1年	胸部レントゲン撮影	200円
肺がん検診 (かくたん 喀痰細胞診)				○		採痰検査(後日提出)	500円
大腸がん検診			○	○		採便検査(後日提出)	無料
胃がん検診 バリウム検査または内視鏡検査 いずれか1回のみ受診できます。			○	○	2年	バリウム検査	800円
				○ 偶数年齢		内視鏡検査(胃カメラ) 登録医療機関のみ実施	3,500円
子宮頸がん検診	○	○	○	○	2年	頸部及び腔部細胞診	800円
乳がん検診 (マンモグラフィ)			○	○	2年	乳房をプラスチック板で 挟んで行うX線撮影	800円

- ◆ 和楽等の集会所、または個別の登録医療機関で受けられます。
- ◆ がん検診は加入している保険に関係なく、佐伯市に住民票がある人が対象です。
- ◆ 特定健診は佐伯市国民健康保険、後期高齢者医療の被保険者が対象です。
その他の医療保険に加入している人は、各保険者の案内に従ってください。
- ◆ 対象外や同年度内で2回目以降の受診は、全額自己負担となります。



特定健診 若年者健診	受診券と保険証が必要です。 ・検査前日はアルコールの摂取や激しい運動を控え、検査前10時間は水以外の飲食物を摂取しない。 ・血圧、心臓病の薬は、水またはさ湯で服用。その他薬の服用については、主治医に相談することをおすすめします。
肺がん検診	・ボタンや金属がついていない衣類であれば、そのまま受診可。
喀痰細胞診	・喫煙歴のある人、本数の多い人などが対象。肺がん検診との併用となります。
胃がん検診	・食事…受診前日の夜10時以降禁止。水は検査2時間前まで200ccなら可。 ・薬……当日朝の糖尿病の薬は飲まない。血圧の薬は2時間前までに水またはさ湯で服用。 ・登録医療機関での受診…医療機関の指示に従ってください。 併用でピロリ菌検査が受けられます(自己負担金 1,000円)。

●厚生連健康管理センターの料金

肝炎検査398円/前立腺がん検診1,870円/肺がん検診244円/大腸がん検診143円/子宮頸がん検診1,889円
胃がん検診(バリウム)4,133円(胃カメラ)4,930円/乳がん検診(40歳代)2,725円(50歳以上)1,405円

【問い合わせ】健康増進課 健診係(和楽1階) ☎23-7022

会 場		月 日 (曜)		受 付 時 間	胃がん の実施
本 匠	本 匠 地 区 公 民 館	7月	13日(木)	9:45～11:15	－
	本 匠 西 地 区 公 民 館		14日(金)		○
弥 生	弥 生 保 健 セ ン タ ー	8月	18日(金)	9:00～11:00	－
			20日(日)・21日(月)		○
蒲 江	名 護 屋 地 区 公 民 館	9月	7日(木)	9:45～10:45	－
	河 内 地 区 公 民 館		8日(金)	9:45～10:45	－
	西 浦 地 区 公 民 館		14日(木)	9:45～11:15	○
	畑 野 浦 地 区 公 民 館		15日(金)	9:45～10:45	－
	楠 本 集 会 所		15日(金)	13:15～13:45	－
	蒲 江 地 区 公 民 館		22日(金)・24日(日)	9:45～11:15	○

乳がん・子宮頸がん検診 集団会場のご案内

乳がん検診は要予約、子宮頸がん検診は予約不要です。

子宮頸がん検診はスカートでの来場をおすすめします。

【乳がん検診予約先】健診係(和楽1階)
☎23-7022

和楽会場と弥生会場はインターネット予約が便利です！
佐伯市ホームページ、またはこちらからも予約できます▶



和楽
8月予約



和楽
10月予約



弥生
11月予約

会 場	月 日 (曜)		受 付 時 間	予 約 期 間
和 楽	8月	8日(火)・27日(日)・28日(月)	9:00～11:30	7月24日(月)～ 7月28日(金)
	10月	13日(金)・15日(日)・24日(火)・29日(日) 23日(月) 午後	9:00～11:30 13:00～15:00	9月25日(月)～ 9月29日(金)
鶴見保健センター	6月	16日(金)	8:45～ 9:30	5月15日(月)～ 5月19日(金)
梶 寄 セ ン タ ー			11:00～11:30	
色利地区センター		19日(月)	9:00～ 9:15	
米水津地域コミュニティセンター			10:30～11:00	
八 幡 小 学 校		21日(水)	8:30～ 9:30	
上 浦 地 区 公 民 館	7月	20日(木)	10:30～11:30	9月4日(月)～ 9月8日(金)
直川地域コミュニティセンター			9:30～11:00	
名護屋地区公民館		4日(水)	9:00～ 9:30	
西 浦 地 区 公 民 館			10:30～11:30	
楠 本 集 会 所		6日(金)	8:45～ 9:00	
畑野浦地区公民館	10月	20日(金)	10:00～11:30	
蒲 江 地 区 公 民 館			9:00～11:30	
宇目保健センター	10月	27日(金)	9:00～11:30	10月10日(火)～
弥生保健センター	11月	2日(木)・5日(日)	9:00～11:30	10月13日(金)

住民健診 集団会場のご案内



- 特定健診、肝炎検査・前立腺・肺・大腸がん検診を実施します。
- 胃がん検診は○のついた日程で実施します。
- お早めにご予約ください。
- 大腸がん検診のみをご希望の人は予約の必要はありません。

【予約先】佐伯市医師会健診センター 平日 9:00～17:00
☎20-5452 <https://saiki-med.jp/chiiki/yoyaku.html>

佐伯市医師会ホームページ、またはこちらからも予約できます▶



会 場		月 日 (曜)		受 付 時 間	胃がん の実施	
佐 伯	和 楽	6月	5日(月)・18日(日)	9:00～11:00	○	
		7月	11日(火)・19日(水)			
		8月	10日(木)			
		9月	12日(火)・21日(木)			
		10月	5日(木)・16日(月)・26日(木)			
		11月	9日(木)・13日(月)・19日(日)			
	佐 伯 市 医 師 会 館	6月	29日(木)	9:00～10:00	－	
		8月	4日(金) 夜間	18:00～19:00		
		11月	6日(月)	9:00～10:00		
		海 人 夏 館 (大 入 島)	5月	23日(火)	9:30～10:30	○
		木 立 小 学 校	6月	9日(金)	9:00～10:00	○
		八 幡 小 学 校		14日(水)	9:00～10:00	－
15日(木)		9:00～10:00		○		
青 山 小 学 校	9月	29日(金)	9:00～ 9:30	－		
堅 田 ふ る さ と 館			10:45～11:15	－		
上 浦	上 浦 地 区 公 民 館	5月	18日(木)	9:45～10:45	－	
			19日(金)		○	
鶴 見	梶 寄 セ ン タ ー	5月	25日(木)	9:30～10:30	－	
	大 島 む つ み 苑		26日(金)	9:30～10:30	－	
	鶴 見 保 健 セ ン タ ー		30日(火)	9:30～10:30	－	
			31日(水)		○	
米水津	米水津地域コミュニティセンター	6月	2日(金)	9:45～10:45	○	
	色 利 地 区 セ ン タ ー			13:30～14:00	－	
直 川	直川地域コミュニティセンター		26日(月)	9:45～10:45	－	
			27日(火)		○	
宇 目	ふ れ あ い セ ン タ ー	7月	3日(月)	9:45～10:45	－	
			4日(火)		○	
	宇 目 B & G		6日(木)	9:45～11:15	－	
			7日(金)		○	

登録医療機関のご案内

(令和5年4月1日現在)

- ◆ ○のついた項目を実施します。
- ◆ 医療機関に「佐伯市の健(検)診を受けたい」と、直接予約をしてください。

特定健診等	がん検診等						
特定健診 肝炎 前立腺がん	肺がん		胃がん		大腸 がん	子宮頸 がん	乳がん
	胸部X線	かくたん 喀痰	バリウム	内視鏡			
○							
○							
○							
○					○		
○					○		
○							
○				○	○		
○							
○					○		
○							
○					○		
○							
○							
○					○		
○	○	○		○	○		
○					○		
○					○		
○					○		
○							
○					○		
○						○	
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○					○		
○							

※ 特定健診は**大分県内の実施機関でも受診**できます。詳しくはお問い合わせください。

※ がん検診の受診期限は令和6年3月31日までです。

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

4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			
4月 9日	からしま医院	弥生上小倉	46-0312
4月 16日	佐伯診療所	中の島	23-2212
4月 23日	神宮医院	宇目小野市	54-3014
4月 29日	島村耳鼻咽喉科	中の島	20-3387
4月 30日	木下整形外科	女島	23-8781
5月 3日	御手洗病院	蒲江浦	42-0003
5月 4日	佐伯中央病院	常盤東町	22-8846
5月 5日	渡町台外科病院	長島町	22-7500

歯 科 ☎9～17時			
4月 9日	中川歯科クリニック	長谷	25-0066
4月 16日	鶴岡クリニック	鶴望	22-5199
4月 23日	わきた歯科医院	船頭町	23-8241
4月 29日	あなん歯科医院	直川上直見	58-3504
4月 30日	つるおか歯科医院	鶴岡町	23-7330
5月 3日	古田歯科医院	城下東町	22-1409
5月 4日	上田歯科医院	弥生井崎	46-2725
5月 5日	戸高歯科医院	蒲江畑野浦	45-0841

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)			
4月 9日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
4月 16日	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
4月 23日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965
4月 30日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070

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

◎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。

◎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
・乳幼児健康診査・のびのび教室は、**無料**です

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11月生) 4月13日(木)
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9月生) 4月27日(木)
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10月生) 4月25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) 4月18日(火)
身体測定、離乳食指導など

弥生・本匠・宇目・直川地域

会場 弥生保健センター ☎46-0265

- 乳児健診(R4年11・12月生) 4月11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
- のびのび教室(8～9か月児) 4月20日(木)
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。



5月の
住民健診

各健(検)診の対象や日時、自己負担額については、今号の27～30ページに掲載の「成人健康ガイド」、または市のホームページをご覧ください。
会場では不織布マスクの着用をお願いします。

問い合わせ/健康増進課 和楽1階 ☎23-7022

vol.24 子どもの生活習慣

～保育所の取組～
保護者と連携して
子どもの成長を支える

対象 幼児(6歳まで)



子どもたちの保育所での生活リズム

先月号では子どもの家庭での生活習慣の大切さを掲載しました。大切さを感じていても、家庭で毎日同じ生活リズムを保つことは難しいことがあります。保育所では保護者と協力しながら子どもたちの生活リズムを保つ補助的な役割として、毎日同じタイムスケジュールで過ごしています。1日の流れは保育計画を基に年齢に応じた「運動・食事・睡眠・知性を育てる活動や遊び」。同じリズムで生活（活動）することで、前夜の睡眠不足の改善や運動不足の解消などにもつながっていきます。



つるおか保育所の1日

保育所の1日タイムスケジュールを見てみましょう。
※1日の流れは年齢に応じて異なります。



つるおか保育所
保育士
甲斐 未緒

私たち保育士は、子どもたち一人ひとりを大切に受け止めて、安全で情緒の安定した生活ができるように心掛けて保育をしています。子どもの成長には早寝・早起きと朝ご飯はとても大切です。一緒に子どもの生活リズムを支えていきましょう。



佐伯市では、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の観点である「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。

鶴見地域 真牡蠣の養殖事業

鶴見地域は、「獲る漁業」で栄えてきた漁師町でしたが、生産額は全盛期の4分の1まで減っています。また、近年は漁船の燃料代も高騰しており、とても厳しい経営状況が続いています。

「獲る漁業」から新しいチャレンジが必要と考えた漁業者が、将来にわたって漁船漁業を続けていくため、現在、シングルシード方式による真牡蠣養殖に取り組んでいます。

経済



鶴見地域シングルシード養殖協議会は20代から60代までの9人で、まき網漁や船びき網漁などの漁船漁業を本業としています。それぞれの業種で仕事の時間が違うため、空いた時間を活用し、共同で真牡蠣養殖に取り組んでいます。

真牡蠣養殖は、鶴見産の天然種苗で行っています。また、漁業では使わなくなったロープやフロートなどを養殖場で再利用しています。真牡蠣を養殖することで、真牡蠣が海水をろ過し、赤潮対策にもつながります。

環境



社会



真牡蠣養殖は海面で行うため、養殖場の下スペースを有効活用し、海底でお酒を熟成させる「海底熟成酒」の製造を始めました。市内の酒販店やソムリエとパートナーシップを組み、地域連携ビジネスを行っています。

《問い合わせ》

政策企画課（本庁舎5階88番窓口 ☎22-4104）

材料（2人分）

- 鶏もも肉……………120g
- 酒……………4g（小さじ1弱）
- 片栗粉……………6g（小さじ2）
- A ● コチュジャン……………4g（小さじ1/2弱）
- ケチャップ……………6g（小さじ1）
- みりん……………6g（小さじ1）
- 油……………2g（小さじ1/2）
- 白ごま……………少々

作り方

- ①鶏もも肉は酒をふって30分置き、水気をキッチンペーパーでふきとり、片栗粉をまぶす。
- ②フライパンに油を熱し、①を入れてふたをし、中火で加熱する。
- ③両面が焼けたら、合わせたAを入れ、からめたら火を止める。
- ④器に盛り、白ごまをふる。

★1人分 エネルギー106kcal、食塩相当量0.3g

うま塩とは？

うま “旨み”を持つ食材を「上手く」活用し、「美味しい」塩分控えめの食事＝「うま塩レシピ」として普及する取組を行っています。

POINT

鶏肉に片栗粉をまぶして焼くことで、ジューシーに仕上がります。ぜひ、野菜をたっぷり添えて召し上がってください。もも肉の代わりにむね肉で作っても美味しいです。



食推のお楽しみ会での9マス弁当に取り入れたレシピです。塩分は控えつつ、大人も子どもも好きな甘辛味に仕上げました。

問い合わせ／健康増進課保健係（和楽1階）☎23-4500

他にも！

「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。

食推
さんの！

鶏肉のヤンニョム風

うま塩レシピ



日々のくらしで困っていることはありませんか？

無 料 相 談 の ご 案 内

予 = 予約制

行政相談	開催日時	会 場	問 い 合 わ 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。	4月12日(水)10時～12時 4月14日(金)10時～12時 4月14日(金)10時～12時 4月19日(水)10時～12時 4月20日(木) 9時～11時 4月20日(木) 13時30分～15時30分	上浦地区公民館 市役所本庁舎2階 203会議室 直川振興局 蒲江地区公民館 弥生振興局 宇目保健センター	市民課市民の窓係 ☎22-3399 または各振興局
公証人による 相談会	4月19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
行政書士 無料相談会	4月19日(水) 13時30分～16時30分 4月20日(木) 13時～15時	ジェイコム J:COMホルトホール大分 (大分市) 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 大分県行政書士会事務局 ☎097-537-7089 ※予約優先
不動産市民相談	4月11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
ひきこもり 家族の会	4月19日(水) 13時30分～15時	南部保健所	南部保健所 ☎22-0562
精神保健 福祉相談	4月11日(火) 14時～16時		
民生委員 心配ごと相談	4月19日(水) 10時～12時	蒲江地区公民館	社会福祉協議会 ☎23-7450
弁護士相談	4月20日(木) 13時30分～16時	社会福祉センター	
交通事故相談	5月 2日(火) 10時～15時 ※12時～13時除く	大分県南部振興局	大分県南部振興局 ☎22-0390 ※前日午前中まで要予約

〈 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 〉

28 (火) ● 一般質問	25 (土) ● 女島橋開通式	24 (金) ● ワンネス佐伯 「2023全日本綱引選手権大会」出場報告	21 (火) ● 議会開会日	19 (日) ● 宇目の里健康マラソン大会	16 (木) ● 本匠振興局新庁舎開庁式	15 (水) ● 佐伯市未来議会	13 (月) ● 江藤まつみさん「社会福祉功労者厚生労働大臣表彰」伝達式 ● フラワーバレンタインさいき2023 スィートピー贈呈式	10~7 (金) ● 台湾訪問	5 (日) ● 楠本古浦トンネル開通記念イベント	4 (土) ● SUBARU硬式野球部 佐伯市春季キャンプ歓迎セレモニー	2 (木) ● おおいたスペースフューチャーセンター！ 大分県信用組合との包括連携協定	1 (水) ● 地域おこし協力隊着任式 ● 春の佐伯本まぐろフェアプレスリリース
------------------	--------------------	--	-------------------	--------------------------	-------------------------	---------------------	---	--------------------	-----------------------------	--	---	--

田中市長の公務日誌

(2月1日～28日)

主な



佐伯市 概況

佐伯市のことをもっと知ってみよう！

2月末日現在/前月比

人の動き

人口 6万6,876人 (-108)

男 3万1,221人 (-41)

女 3万5,655人 (-67)

世帯 3万3,002世帯 (-26)

2月中

救急・火災発生

救急件数 259件
(年間累計 616件)

火災件数 1件
(年間累計 4件)

風が吹く季節、屋外での火の取扱いは火災と隣合せと意識しましょう！

2月中

交通事故

死者 0人

負傷者 3人

人身事故 3人

物損事故 84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



市報
さいき
特設サイト

後記 | 編集 | 編 |

新生活が始まる4月。この度の人事異動で広報係を離れることになりました。

広報でなければ会わなかった人、会えなかった人、行けなかった場所など、たくさんの人にご協力いただいた4年間は貴重な財産です。

また、改めて佐伯市の魅力を発見することができました。

みなさんも、市内の色々なイベントや観光スポット、花の名所などを訪れてみてください。

きっと素敵な方たちに出会えるはずですよ。

取材に快く応じていただいた方々、協力してくれたみなさん、本当にありがとうございました！ (小野)

今月の表紙

【事故のないまちづくりを】

運転免許取得、引っ越し、子どもが小学校に入学するなど、新しい道路を通る機会が増えるこの季節。通学路の危険個所の確認や自転車マナーの向上など、一人ひとり注意していくことが「事故のないまちづくり」の第一歩です。



次号発行日

次号市報さいき5月号は

5月1日(月)発行です

◎6月号の原稿締切は4月18日(火)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

よそだ さく
四十田 翔くん
2021.10.28生まれ

元気いっぱい

たくさん遊ぼうね！

name

さな
仲野 紗菜ちゃん
2022.7.29まれ

最近はいじまった離乳食。

ニコニコたくさん食べてくれてうれしいよ！

いっぱい食べて大きくなってね!!!



name

ひなと
(左)…谷川 陽那人くん
2019.3.29生まれ
りくと
(右)…谷川 凜空くん
2020.12.27生まれ
ゆきと
(中)…谷川 侑輝人くん
2022.11.9生まれ

これからも兄弟仲良く、元気に大きくなってね!!!



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★





駅舎内には昔の佐伯駅の駅名表示を使用したフォトスポットもあるので「#さいきりんご」を付けてSNSに投稿をお願いします。

問い合わせ

観光課 文化・スポーツ・ツーリズム推進係
本庁舎2階38番窓口 ☎22-4071



自転車を活用した まちづくりへの挑戦



サイクルステーションが 完成しました！



この度、JR佐伯駅舎内の待合所を改良した、サイクルステーションの利用が開始されました。佐伯駅サイクルステーションは、市内のサイクリング発着場所として利用できるよう、更衣室やシャワー室、サイクルラック・空気入れ・修理キットなどの自転車用アイテムを完備しています。また、サイクリングに使用する電子機器が充電できるコンセントや感染症対策などとして、個人で座ることができるカウンター席も設けており、安心して利用することができます。

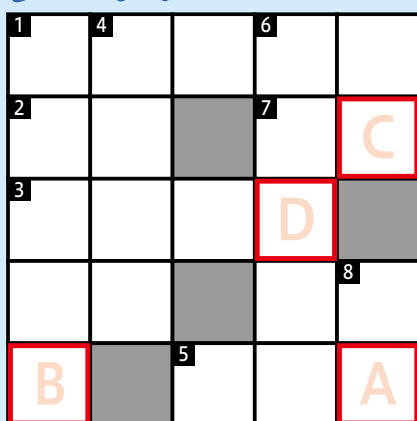
サイクルステーションは、自転車に乗らない人もこれまで同様に待合所として利用できます。新しくなった佐伯駅待合所の利用を心よりお待ちしております。

プレゼント付き！

さいきクロスワード

vol.
12

ヒントを参考に□に文字をいれよう！小学生の登下校時に見られる活動です。



抽選で
2名に
当たる

正解者の中から抽選で
「JAおおい佐伯支店」より
「佐伯産イチゴ引換券
(1,500円分)」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。

ヒ	ナ	マ	ツ	リ
シ		モ		ク
	モ	ノ	ラ	ル
オ	ズ		ム	ー
サ	ク	ラ		ト

3月号の答え
「トノサマ」

たてのカギ

- 織田信長が今川義元を討った〇〇〇〇〇の戦い。
- 春から初夏の山菜。幼葉が渦巻状なのが特徴。
- 男女一對のひな人形のこと。
- 原始の生命はここから誕生した。

よこのカギ

- すぐとりかかれるように準備すること。
- ペンはコレより強いと言われる。
- 白基石の高級品はコレから作られる。
- 桜を鑑賞し遊び楽しむ行事。
- なが〇〇、やま〇〇、じゃが〇〇、さつま〇〇。

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。

4/15まで
消印有効

〒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。▶

