



わたしたちにもできる
持続可能なまちづくり

森や土が
よろこぶことを
します

みんなが
つながること
をします

水や空が
よろこぶことを
します

いのちが
よろこぶことを
します

心や体が
よろこぶことを
します



人と自然が共生する持続可能なまちへ

佐伯市では令和5年度から、3つの側面に配慮した取組を推進しています。「経済・社会・環境」という3つの要素が作用し合うことで、循環型共生社会が生まれる取組の事例を見てみましょう。



エス・ディー・ジーズ SDGsとは?

サステナブル
Sustainable
＜持続可能な＞

開発
Development
＜開発＞

ゴールズ
Goals
＜目標＞

2015年9月の国連サミットで定められた国際目標のこと。

佐伯市の宝物である豊かで美しい自然を将来まで守り、次世代やその先の世代にとって住み続けられるまちをつくるため、「SDGs」と令和2年3月に佐伯市が定めた「さいきオーガニック憲章」に基づき、佐伯市は「さいきオーガニックシティ」の実現を目指しています。

ここでいうオーガニックとは一般的な有機農林産物のことではなく、将来にわたり持続可能なまちをつくるために「経済・社会・環境」の3つの側面に配慮し、そのすべてが調和した取組を言います。

地域の未来のため、オーガニックをキーワードに市民・企業・行政で手を取り合って行動することが大切です。

持続可能なまちづくりのため、今自分ができることを考えてみませんか？

持続可能なまちづくり
わたしたちにもできる

3つの側面ってどんなこと？

上の表にある経済・社会・環境という3つの側面に配慮した取組とはどういうことか、例を挙げて考えてみましょう。たとえば佐伯市で取り組んでいる「サイクルツーリズム」で見ると、自転車は子どもから大人まで気軽に乗ることができ利便性が高い、環境や健康に優しい、維持コストが安いといった様々な“オーガニック”な魅力があります。3つの側面が作用し合い、人と自然が共生する循環型社会が実現されて輝く地域や人づくりにつながっています。



健康増進

自転車に乗る機会を増やすことで、市民の生活習慣病予防や健康増進、健康寿命の延伸につながります。



温室効果ガスの削減

市民の移動手段が一部でも車から自転車になることで、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。



自転車イベントなどの開催による経済の活性化

「ツール・ド・佐伯」などの自転車イベントの開催や自転車ツアーの誘致により、佐伯市内の経済活性化につながります。

みんなが つながることをします

- 趣味やサークルなどのコミュニティをもとう。
- 地域コミュニティの集まりや地域の祭りに顔を出してみよう。
- 家族で家事や育児に参加し、声を掛け合おう。
- 子育てや介護をされていて孤独や不安を感じたら、身近な人や地域の支援センターなどに相談しよう。
- 地域外の人との交流を楽しもう。

いのちが よろこぶことをします

- 防災意識を高める取組を行おう。
- 地震や台風、水害などの際は、迅速な避難ができるよう声を掛け合おう。
- 余裕があれば災害時のボランティア活動に参加してみよう。
- 身近に悩んでいる人がいたら声を掛けてみよう。
- まわりの人との挨拶や会話の中での気遣いを心掛けよう。

＼ 私たちはこんな取組をしています！ /

自然の恵みを暮らしに

日頃から自然に感謝し、暮らしに季節の楽しみを取り入れています。季節の花や野草をブレンドしてお茶にするのも習慣です。野草塾も開いていて、自然に興味のあるいろいろな人と交流しています。



うんのちえこ
海野 千恵子さん

栄養バランスのいい食事を心掛けています

子どもの健康を考え、緑黄色野菜たっぷり栄養バランスがよい料理を作っています。また、エアコンの設定温度は夏は低くし過ぎない、冬は高くし過ぎないように気を付けています。



きたたに とうま
北谷 ころろさん/当麻くん



私たちの暮らす地域の10年先、100年先は、どのようなようになっていのでしょうか？次世代やその先の世代がいつまでも健やかな暮らしをおくるためには、今の目の前にある様々な問題と真摯に向き合っていく取組が欠かせません。戦争や紛争、環境・エネルギー問題など地球規模のテーマも大切ですが、まずは目の前の小さなことから。身近にあふれる佐伯の豊かな自然を守るために、家族や地域の人と協力し、普段の暮らしの中からできる取組を増やしていきます。

住み続けられる
まちづくりを目指して

問い合わせ 政策企画課(本庁舎5階88番窓口) ☎22-4104

さいきオーガニック憲章

自然環境にやさしい、持続可能なまちを繋ぎ続けるため、ここに『さいきオーガニック憲章』を定めます。私たち佐伯人は、オーガニックを学び、楽しみながら…

- 水や空がよろこぶことをします
- 森や土がよろこぶことをします
- 心や体がよろこぶことをします
- いのちがよろこぶことをします
- みんながつながることをします

今自分ができることを

令和2年3月、佐伯市は自然環境にやさしい持続可能なまちづくりを推進するため「さいきオーガニック憲章」を定めました。「さいきオーガニック憲章」に基づき、「さいきオーガニックシティ」の実現へ向けた取組を進めています。私たちの日々の暮らしの中には優しさが求められています。このことを意識することで憲章の謳う「よろこぶこと、つながること」の実現が見えていきます。それが持続可能なまちづくりなのです。その暮らしの優しさが、大きな未来へとつながるために、私たちにできることを考えてみましょう。

森や土が よろこぶことをします

- マイバッグやマイ箸、マイボトルを持ち歩こう。
- 毎日の食事では、できるだけ食べ残しを減らそう。
- 紙の無駄使いをなくそう。
- 山登りを楽しもう。
- イベントで植樹などの機会があれば参加してみよう。

水や空が よろこぶことをします

- クリーンアップ活動に参加しよう。
- 食器の汚れをふき取ってから洗おう。
- エアコンの設定温度を1度変えてみよう。
- 車ではなく歩きや自転車を使おう。
- シャワーなどの水を出しっぱなしにしない。

心や体が よろこぶことをします

- 子どもたちが食材に触れる機会を増やし、食事の楽しさ、大切さを伝えよう。
- オーガニック食材など、体にやさしい食材を取り入れてみよう。
- 散歩やジム、地域の体操教室など、運動の機会をもとう。
- 毎朝太陽の光を浴びて、きちんと朝食を食べよう。
- 子どもも大人も、自分の思いを自由に表現できる場や機会をつくろう。



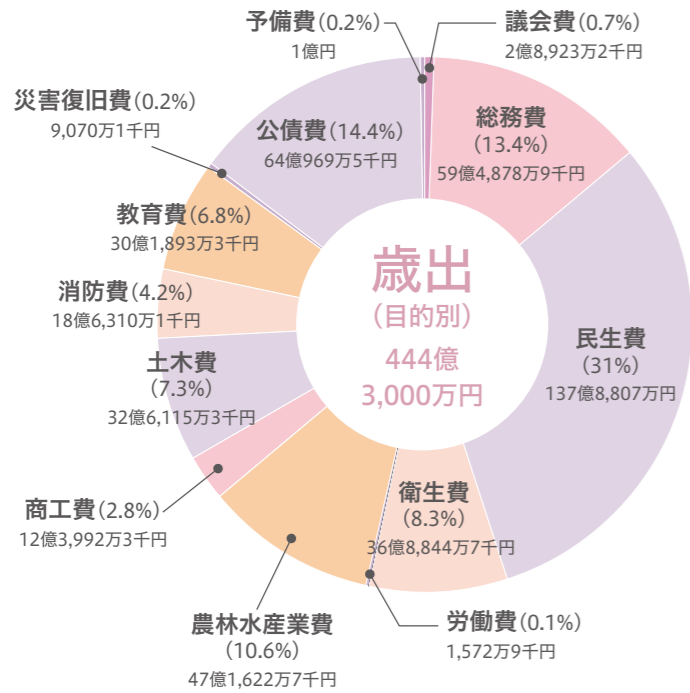
令和5年度 当初予算概要のお知らせ

今年度の一般会計の総額は444億3,000万円です。また、特別会計予算の総額は222億3,326万6千円、企業会計予算の総額は52億6,706万3千円となっています。

一般会計予算の歳出（支出）

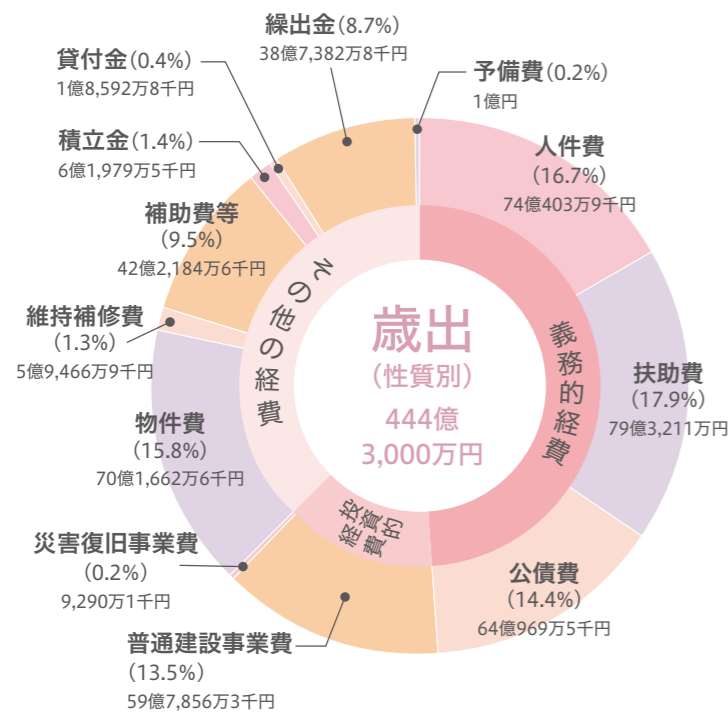
第2次佐伯市総合計画に掲げる「さいき7つの創生」を推進するための予算を計上しています。また新たに「さいきオーガニックシティ（人と自然が共生する持続可能なまち）」の実現に向け、経済・社会・環境の三側面が調和した取組「佐伯版SDGs」の推進や、社会情勢に応じた「シェアリング（連携・共有）」や「デジタル（DX）」に関する予算も計上しています。

※主な事業の内容は次のページに記載しています。



歳出用語解説（目的別）

- **総務費** …… 市の全般的な運営や維持管理などの経費
- **民生費** …… 障がい者、児童、高齢者などの福祉や生活保護などに要する経費
- **衛生費** …… 医療、ごみ処理、し尿処理などに要する経費
- **労働費** …… 労働者福祉に要する経費
- **土木費** …… 道路、河川、公園などの整備に要する経費
- **教育費** …… 学校教育、生涯学習、スポーツ振興などに要する経費
- **公債費** …… 市債（市の借金）を返済するための経費



歳出用語解説（性質別）

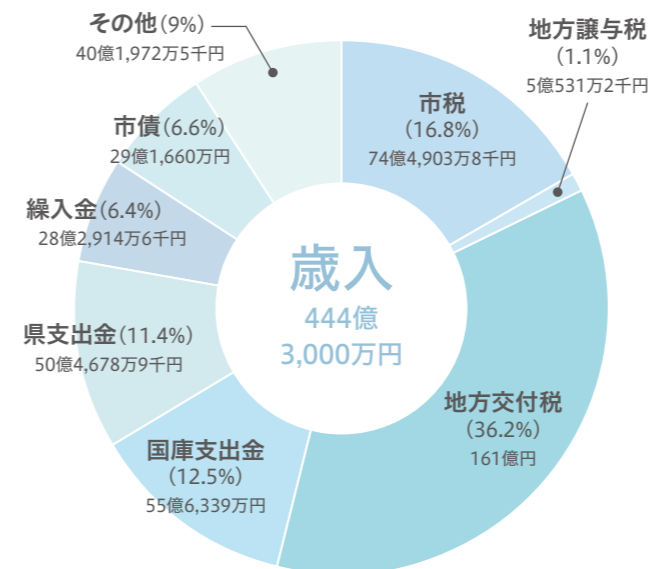
- **義務的経費** …… 人件費・扶助費・公債費の3つを合わせたもの。支出が義務づけられ、任意に削減できない経費
- **投資的経費** …… 道路の整備や学校建設など、公共施設を整備するための経費（災害復旧のための経費なども含む）
- **人件費** …… 市の職員の給与や退職金などの経費
- **扶助費** …… 生活保護や児童福祉など法令に基づいて支払う経費
- **物件費** …… 人件費、扶助費などを除く、消費的な費用の総称
- **繰入金** …… 一般会計と特別会計または特別会計相互間において支出される費用
- **普通建設事業費** …… 道路の新設や公共施設の新築・改築などの建設事業に要する経費

令和5年度 会計別予算規模

会計区分	令和5年度当初予算	令和4年度当初予算	増減率(%)
一般会計	444億3,000万円	426億4,000万円	4.2
特別会計	222億3,326万6千円	226億822万8千円	△ 1.7
国民健康保険特別会計	91億5,114万4千円	93億62万5千円	△ 1.6
事業勘定	1億2,634万8千円	1億6,245万7千円	△ 22.2
直診勘定			
後期高齢者医療特別会計	13億1,974万2千円	12億8,369万4千円	2.8
介護保険特別会計	97億3,541万7千円	96億1,976万9千円	1.2
介護予防支援事業特別会計	2,845万1千円	2,668万8千円	6.6
情報ネットワーク施設事業特別会計	7億9,964万3千円	11億5,275万4千円	△ 30.6
地方卸売市場事業特別会計	3,383万円	4,023万2千円	△ 15.9
大島航路事業特別会計	8,409万9千円	7,931万2千円	6.0
蒲江・深島航路事業特別会計	6,287万6千円	-	皆増
農業集落排水事業特別会計	5億2,410万円	5億7,309万8千円	△ 8.5
漁業集落排水事業特別会計	2億5,563万8千円	2億5,029万9千円	2.1
小規模集合排水処理事業特別会計	843万9千円	852万7千円	△ 1.0
生活排水処理事業特別会計	6,173万6千円	6,435万円	△ 4.1
飲料水供給事業特別会計	4,180万3千円	4,642万3千円	△ 10.0
企業会計	52億6,706万3千円	54億2,411万6千円	△ 2.9
水道事業会計	25億4,519万4千円	25億6,861万9千円	△ 0.9
下水道事業会計	27億2,186万9千円	28億5,549万7千円	△ 4.7
合計	719億3,032万9千円	706億7,234万4千円	1.8

一般会計予算の歳入（収入）

法人市民税やたばこ税、軽自動車税の増収を見込み、市税全体で2億309万円を増額しています。それに伴い、財政調整基金及び減債基金からの繰り出しが抑制され、繰入金は前年度比約1億8,794万円の減額を見込んでいます。そのほかでは、大型の補助事業による県支出金の増収を16億3,752万円見込んでいます。



歳入用語解説（目的別）

- **市税** …… 市民税、固定資産税、軽自動車税など市民の皆さんが納める税金
- **地方譲与税** …… 国が国税として徴収し、地方公共団体へ譲与するお金
- **地方交付税** …… 国が財源不足の地方公共団体へ交付するお金
- **国庫支出金** …… 社会保障や教育など、あらかじめ使い道を決めて国が交付するお金
- **県支出金** …… 社会保障や教育など、あらかじめ使い道を決めて県が交付するお金
- **繰入金** …… 基金（市の貯金）から繰り入れるお金
- **市債** …… 社会資本整備などのために借り入れるお金

令和5年度予算で 佐伯市が取り組む主な事業

第2次佐伯市総合計画に掲げる「さいき7つの創生」を推進するための予算を計上しています。市民の暮らしを支えるインフラ(道路・交通・上下水道・情報網など)の整備や更新、新型コロナウイルス感染症対策、持続可能な循環型共生社会の推進、人材育成や地域活性化の支援の予算などがあります。

6 まちづくり

人が交流し、活力あふれる
まちの創生



インバウンド推進
Eバイク購入事業

●政策企画課

佐伯市民大学支援事業……………247万円

市民が幅広い分野で学び、佐伯人として誇りの高い市民生活の実現を目的として創設された佐伯市民大学「令和四教室」の運営を支援します。

●ブランド推進課

食からつなぐオーガニック推進事業…332万円

持続可能な社会を目指すさいきオーガニックシティ推進のため、食を切り口とした関連イベントや啓発事業などを実施します。

●観光課

インバウンド推進

Eバイク購入事業……………1,392万円

本市の風光明媚なサイクルコースをより快適に楽しく体験してもらうために、Eバイク(電動アシスト付き自転車)を購入整備し、台湾からのインバウンド推進や国内誘客に結び付けます。

7 地域活性化

地域が輝くまちの創生

●地域振興課

佐伯創生推進総合対策事業……………9,800万円

地域創生、人口減少・高齢化の著しい地域の活性化、地域住民の安全・安心、伝統芸能・伝統文化の保存と継承、各種イベントなどを支援します。

●エコパーク推進室

オーガニックシティ普及啓発事業……………180万円

さいきオーガニックシティや祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク、SDGsが目指す「自然と人との共生」や「持続可能な社会」の実現のため、これらの理念をアピールするシンポジウムを開催します。

●文化芸術交流課

若者によるアーティストライブ

企画事業……………430万円

地元の若者(高校生)を中心とした実行委員会を組織して、若者にニーズのあるアーティストを招致する音楽イベントを開催します。

●学校教育課

学力向上実践研究事業……………1,371万円

児童生徒の課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力をはぐくみ、主体的に学習に取り組む態度を養うための実践研究を推進し、学力向上を図ります。

●体育保健課

学校給食費負担軽減事業……………2,590万円

コロナ禍などの影響による食材などの価格上昇分を公費で負担し、各学校給食センター運営委員会に対して補助金を交付します。

5 産業振興

地域資源を活かした産業と
観光の創生

●農政課

有機の輪づくり推進事業……………1,442万円

さいきオーガニックシティ実現の柱となる有機農業に関する技術支援、有機農業者の拡大、有機農業に対する消費者の理解の増進、有機農産物の流通環境構築などを行います。

●水産課

漁協水産物加工処理施設

整備事業……………18億2,740万円

水産物の一次加工体制を見直し、加工処理能力の向上と新たな消費ニーズに対応可能な産地加工場の整備を行うため、大分県漁協へ補助を行います。

●商工振興課

地域通貨導入検討事業……………262万円

地域通貨の導入に向け、基礎データの収集、経済や消費者に与える影響、導入のメリット、デメリットなどを調査します。

●観光課

JRデスティネーションキャンペーン

に向けた誘客事業……………840万円

令和6年に開催されるJRの観光キャンペーン「福岡・大分デスティネーションキャンペーン」に向けて、着地型旅行商品、土産品などを開発・販売します。

●地域振興課

葛港賑わい施設整備事業……………1,009万円

市街地ランドデザイン重点エリアである駅前・葛港地域で市場機能を有した「葛港賑わい施設」を整備し、観光・交流拠点として、創業、雇用を生む取組を実施するための基本計画策定を行います。

●建設課

通学路緊急対策補助事業……………2億1,450万円

通学路緊急対策補助金を活用し、市内各所の道路・橋りょうなどの整備・改良工事を行います。

3 保健医療福祉

健康で安心して暮らせる
共生社会の創生

●障がい福祉課

障がい福祉サービス費等

給付事業……………19億4,962万円

障がい者(児)がその有する能力及び適性に応じ、自立した日常生活、または社会生活を営むことができるよう、自宅や施設で介護などの援助を受ける介護給付や就労のための支援を受ける訓練等給付などのサービスを提供します。

●こども福祉課

さいきっ子医療費助成事業……………2億2,136万円

子どもに要する医療費を助成することにより、疾病の早期発見と治療を促進し、子どもの保健の向上を図ります。令和5年度から助成対象年齢を15歳から18歳に引上げます。

●健康増進課

新型コロナウイルス

ワクチン接種事業……………1億3,472万円

市内医療機関での新型コロナウイルスワクチン接種を実施します。

4 教育文化

人が学び、人がいき、
人が育つ教育の創生

1 自然・生活環境

豊かな自然環境と安全・安心な
生活環境の創生



さいき花の楽園
構想推進事業

●環境対策課

さいき花の楽園構想推進事業……………1,807万円

市内各地域に花の名所づくりを進め、人や環境に優しい花のあるまちづくりを推進します。

●消防総務課

消防通信システム

共同整備事業……………2億9,327万円

令和6年度から県下すべての消防本部の通信指令システムを共同運用するため、通信指令システム個別機器設置業務及び事務委託先である大分市への負担金を計上しています。

●防災危機管理課

事前復興計画策定事業……………976万円

大規模災害からの円滑な復興及び市民との復興イメージの共有を目指し、事前復興計画を策定します。

2 生活基盤

暮らしと産業を支える
生活基盤の創生

●地域振興課

コミュニティバス運行事業……………2億7,497万円

市内全域でコミュニティバス(定時定路線及びデマンド交通)を運行します。

※民間バス路線(伯大線、柿木線)を除く。

補助

高齢者や障がい者のための住宅改造費用を助成します

申問 ① 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
② 障がい福祉課 障がい福祉係 (本庁舎2階47番窓口) ☎22-4514 または各振興局

住宅改造費用の一部を予算の範囲内で助成します。改造工事前に申し込んでください。詳しい要件などは、お問い合わせください。

助成金額

- ・一般世帯…工事費用の3分の2(上限40万円)
- ・生活保護世帯…全額(上限60万円)

申込期限 5月31日(水)

助成対象

市内に住所があり、世帯の生計中心者の前年の所得金額が200万円未満で、市税の滞納がなく次の①または②に該当すること

① 介護予防のための住宅改造

次のいずれかに該当する在宅高齢者などのいる世帯がその在宅高齢者などのために住宅を改造する場合

- ・介護保険で要支援・要介護と認定された65歳以上の在宅高齢者がいる世帯
 - ・75歳以上の在宅高齢者がいる世帯
 - ・65歳以上の高齢者のみの世帯
- ※介護保険から住宅改修の給付を受ける場合は、その給付額を差し引いて助成金額を決定します。

② 在宅重度障がい者のための住宅改造

次のいずれかに該当する障がい者またはその障がい者と同居する人で、障がいの状態に合わせて住宅を改造する場合

- ・身体障害者手帳(1級・2級所持者)
 - ・療育手帳(A1・A2・A)所持者
 - ・精神障害者保健福祉手帳1級所持者
- ※高齢者に該当する場合は、高齢者の助成を優先します。

補助

老朽危険空き家の解体費用の一部を補助します

申問 コミュニティ創生課 移住・定住推進係(本庁舎2階41番窓口) ☎22-3033

老朽化した危険な空き家を解体する人に、予算の範囲内で解体費用の一部を補助します。ただし、解体前に申込みを行い、空き家の老朽度や危険度の判定を受ける必要があります。詳しくはお問い合わせください。

対象の空き家

- ・市内にある木造建築物で、個人が所有するもの(長屋・共同住宅・店舗を除く)
- ・空き家の老朽度や危険度、周囲への悪影響の程度が市の定める基準を満たすもの

対象者

- ・空き家の所有者、または相続人
- ・所有者などから空き家解体についての同意を得た人(認可地縁団体以外の法人などは除く)

補助要件

- ・市税の滞納がないこと。
 - ・暴力団関係者でないこと。
 - ・共有または相続財産の場合は、全員から空き家解体の同意を得ること。
 - ・所有権以外の権利が設定されていないこと。
- ※補助金交付決定の前に着工した場合は、対象になりませんのでご注意ください。

募集期間

5月10日(水)～10月31日(火)



情報

佐伯市認知症個人賠償責任保険を開始しました

問 高齢者福祉課 地域包括支援センター(和楽3階) ☎23-1632

「佐伯市認知症個人賠償責任保険」は、認知症の人が偶発の事故により他人にケガを負わせたり、他人の物を壊したりしたことで、法律上の損害賠償を負ってしまった場合の賠償金を補償するものです。

対象 以下の①②両方を満たす人

- ①佐伯市に住民票があり、自宅で生活している人(施設入所者は対象外)
- ②佐伯市SOSネットワークに事前登録されている40歳以上の人

保険料

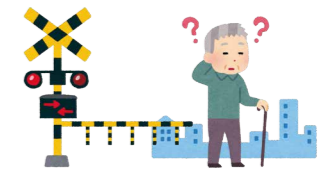
市が負担します(佐伯市が保険契約者となります)。

補償金額

上限1億円(ただし、国内の事故に限ります)。

【補償対象の例】

- 線路に入って、電車をとめてしまった。
- 店などで商品や備品を壊した。
- シニアカーで歩行者と衝突してケガを負わせたなど。



～佐伯市SOSネットワーク登録システムとは～

市内の自宅で生活している人で、認知症などの疾病により行方不明になるおそれのある対象者について、各関係機関と連携し、行方不明になったときに早期発見・保護するための事前登録をする仕組みです。名前や身体的特徴を警察・消防・市で情報を共有することで、緊急時に速やかに対応できます。

また、市と協定を結んでいる事業所にも可能な範囲での検索・見守りの協力を依頼します。佐伯市SOSネットワークの登録希望者はお問い合わせください。

補助

障がい者などが利用する軽自動車の税金を減免します

申問 税務課 市民税係(本庁舎1階12番窓口) ☎22-4501

次のいずれかに該当する場合、令和5年度軽自動車税(種別割)が減免されます。詳しくはお問い合わせください。

対象

- 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳・戦傷病者手帳の所持者のうち、次のいずれかに該当する人
- ・障がい者が所有する軽自動車などを、障がい者本人が運転する場合、または生計同一者などが障がい者の通院・通学などのために月1回以上運転する場合
- ・生計同一者が所有する軽自動車などを、知的障がい者、精神障がい者、または18歳未満の身体障がい者のために使用する場合

※障がいの程度や通院・通学などの状況によっては対象にならないことがあります。

※これまでに減免申請し、減免する軽自動車に変更がない場合は、現況届の提出が必要です。

また、減免できるのは障がい者1人につき、普通自動車を含めて1台限りです。

※軽自動車などの構造が障がい者の利用を目的としている場合や、軽自動車などを公益のために使用する場合にも減免することができます。

手続きに必要な物

- ・各種手帳、運転免許証、車検証、マイナンバーカード
- ・通院証明願、または通学・通所証明願(障がい者本人以外が運転する場合は、これらの証明書で用途を確認させていただく必要があります。)

申請期限 5月31日(水)

手続きをお忘れなく!



補助

合併処理浄化槽へ転換する工事費の一部を補助します

申問 下水道課 下水道業務・維持管理係(本庁舎3階53番窓口) ☎22-4618

台所などの生活雑排水による水質汚濁を防止するため、自宅の単独処理浄化槽、またはくみ取り便槽を廃止し、合併処理浄化槽へ転換する人に、設置工事及び宅内配管工事に係る費用について予算の範囲内で補助します。なお、次に該当する人や対象外の地域に設置する場合は対象になりません。詳しくは下水道課までお問い合わせください。

補助金額

人槽区分	設置工事 (上限)	配管工事 (上限)	合計 (上限)
5人槽	532,000円	300,000円	832,000円
7人槽	614,000円	300,000円	914,000円
10人槽	748,000円	300,000円	1,048,000円

対象にならない人

- ・市税を滞納している人
- ・長屋、共同住宅に住んでいる人
- ・浄化槽法の規定による設置の届出を行っていない人や、建築基準法の規定による確認を受けていない人
- ・販売目的で住宅を建築する人
- ・住宅を借りている人で、家主の承諾が得られない人
- ・申請する年度の3月10日までに工事完了届を提出できない人

対象にならない地域

- ・公共下水道認可区域(7年以内に整備が見込まれる地域)
- ・農業集落排水事業実施区域
- ・漁業集落排水事業実施区域
- ・小規模集合排水処理事業実施区域
- ・浄化槽市町村整備事業実施区域



～市役所からのお願い～

現在、単独処理浄化槽、またはくみ取り便槽を設置している家庭は、し尿を除く生活雑排水が未処理のまま河川などに放流されています。下水道がすでに供用開始されている地域については、早期の下水道へのつなぎ込みを、また浄化槽整備区域の人は合併処理浄化槽への転換をお願いします。

情報

人権に関する学習会などの講師を派遣します!

申問 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

職場や地域で人権について学ぶ機会を設けてみませんか。身近な課題の解決を応援する講師や専門員を派遣します。

対象

市内の企業、または市内在住・在勤・在学する団体(おおむね5人以上)が主催する研修会・学習会、ワークショップ

テーマ

子ども・女性・高齢者・障がいのある人・性的少数者・外国人・部落差別・インターネット上の人権侵害などの人権課題

経費

講師への謝金・旅費は、市が負担します。

時間

1～2時間程度

募集

生ごみをもっと減らしたい! キエー口をもっと広めたい! キエー口モニター大募集!

申問 清掃課 庶務係(エコセンター番匠) ☎22-3984

ミニキエー口マン ▶



家庭から出る生ごみの減量化・資源化の推進を目的に、「ミニキエー口」及び「ベランダ de キエー口」の普及を目指しています。今年度はミニキエー口の無償支給を受けられる、最後の年度になります。申込書の提出はお早めをお願いします。※キエー口とは…土に埋めるだけで生ごみが消えるシンプルな生ごみ処理容器。電気や燃料を使わずに、自然の力で生ごみを分解することができます。

1. ミニキエー口モニター支給制度

最終年度です!

- 内容** 申請者にミニキエー口を支給(1世帯1個まで)
- 数量** 300個 ※先着順

2. ベランダ de キエー口貸与

- 内容** 申請者にベランダ de キエー口を貸与(貸与期間は3か月以内・1世帯1基まで)
- 数量** 5基

募集対象 以下のいずれにも該当する人

- ・市内に居住する人
- ・キエー口でたい肥を作り、菌ちゃん野菜作りにチャレンジできる人

- ・キエー口使用に関するアンケート調査などに協力できる人
- ・指定の受取場所(太陽農園)へ容器を取りに行ける人 ※ミニキエー口のみ

申込開始日

5月8日(月)～

手順

- ①エコセンター番匠、または環境対策課、各振興局へ申請書を提出。
- ②自宅に認定証が(ミニキエー口の場合は引換券)届く。
- ③ミニキエー口は、受取場所(太陽農園:中の島2丁目21番14号)で引換券と交換。ベランダ de キエー口は清掃課が自宅へ配達します。
- ④清掃課へアンケートなどを提出。



▲ミニキエー口
(幅65×奥行61×高さ45cm)



▲ベランダ de キエー口
(幅97×奥行55×高さ80cm)

補助

生ごみ処理容器の購入費用を一部補助します

申問 清掃課 庶務係(エコセンター番匠) ☎22-3984

生ごみ処理容器の一例 ▶
(コンポスター)



家庭から出る生ごみの減量化・資源化の推進を目的に、家庭用生ごみ処理容器(コンポスター・ボカシ容器など)の購入費用について一部補助します。

募集対象 以下のいずれにも該当する人

- ・市内に居住する人
- ・市内の販売店にて処理容器を購入し、自宅で使用する人
- ・処理容器の購入及び使用後、使用状況の調査に協力できる人

補助額

購入費用の2分の1の額(上限2,500円)

申込開始日

5月8日(月)～

手続き

- ①市内の販売店で生ごみ処理容器を購入(領収書、またはレシートをもらう)。
- ②エコセンター番匠、または環境対策課、各振興局にて申請書に記入(領収証またはレシートの原本・振込口座が分かるものが必要です)。

注意事項

- ・4月1日以降に購入したものが補助対象です。
- ・年度内に1世帯1回までの補助となります。
- ・今年度は20世帯の先着順となります。

情報

コロナワクチン接種のお知らせ

申問 新型コロナワクチン予防接種相談窓口 ☎23-3935

5月8日から春開始接種が始まります。

対象

- 初回接種(1・2回目接種)を完了しており、次のいずれかに該当する人
- ・65歳以上の人
 - ・5～64歳の基礎疾患を有する人やそのほか重症化リスクが高いと医師が認める人
 - ・医療従事者、または高齢者・障がい者施設などの従事者

65歳以上の人への接種券発行について

すでにオミクロン株対応2価ワクチン接種を1回完了している人は春開始接種の接種券をお持ちでないため、接種から3か月を経過している人に接種券を順次お送りします。

基礎疾患を有する人やそのほか重症化リスクが高いと医師が認める人の接種券発行について

基礎疾患を有する人やそのほか重症化リスクが高いと医師が認める人は、接種券発行のため申請が必要です。すでに4回目接種の際に基礎疾患を有する人などとして発行申請をした人は、今回申請

不要とし、順次接種券をお送りします。各申請については下記のポータルサイト上の最新の情報をご確認ください。

接種券申請方法

- (5～64歳未満の基礎疾患を有する人など)
- ・WEB申請 ・郵送申請 ・FAX、窓口申請

接種券申請方法

- (医療従事者または高齢者施設等の従事者)
- ・WEB申請 ・FAX、窓口申請

予約について

65歳以上の人で接種券をお持ちの人は予約ができます。これから接種券が届く人は接種券が手元に届き次第予約できます。

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>



補助

地域を元気にする取組を応援します 地域が輝く活力向上事業補助金



申問 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 または各振興局

地域の活力向上や地域内外の交流などの推進を図るイベントなどの事業の一部を補助します。

対象事業

- ① 地域課題を解消し、地域活力の向上につながる事業
 - ② 地域資源を活用し、地域の創生につながる事業
 - ③ 地域の拠点を活用し、地域内外の交流につながる事業
 - ④ 地域の歴史、文化及び伝統の保存・継承事業
- 対象団体 以下のすべてに該当する団体**
- ① 5人以上の構成員を有し、その過半数が市内に在住している者であること。
 - ② 市内に活動拠点を有し、かつ、市内において活動を行っていること。

③ 宗教、政治、または営利活動を目的とする団体でないこと。

補助金額

補助対象経費の5分の4以内(上限50万円)

申込方法

所定の申請書に事業計画書、構成員名簿、収支予算書、誓約書を添えて提出してください。申込用紙は地域振興課窓口、または各振興局にて配布するほか、市のホームページからダウンロードできます。

提出先

- ・佐伯地域 地域振興課
- ・その他の地域 各振興局 地域振興課

申込期限

5月17日(水)

情報

令和5年度の後期高齢者医療保険料について

問 保険年金課 国民健康保険係(本庁舎1階9番窓口) ☎22-3291

問 大分県後期高齢者医療広域連合 ☎097-534-1771(代表)

令和5年度の大分県後期高齢者医療保険料率は以下のとおりです。

	令和5年度
均等割額	53,600円
所得割率	10.32%
賦課限度額	66万円

※均等割額、所得割率、賦課限度額は令和4年度と同じです。

※保険料額は、被保険者全員が等しく負担する均等割額と所得に応じて負担する所得割額を合計して個人単位で計算されます。

均等割額の軽減

世帯の状況に応じて右記のとおり均等割額が軽減されます。

軽減割合	軽減判定所得(世帯主及び世帯の被保険者の総所得金額などの合計)が以下に該当する世帯
7割	「基礎控除額(43万円) + 10万円 × {年金・給与所得者数 - 1}」を超えない世帯
5割	「基礎控除額(43万円) + 29万円 × 世帯の被保険者数 + 10万円 × {年金・給与所得者数 - 1}」を超えない世帯
2割	「基礎控除額(43万円) + 53.5万円 × 世帯の被保険者数 + 10万円 × {年金・給与所得者数 - 1}」を超えない世帯

情報

5月12日は民生委員・児童委員の日

問 社会福祉課 社会福祉係(本庁舎2階45番窓口) ☎22-4150

民生委員・児童委員とは?

厚生労働大臣から委嘱を受けた非常勤の特別職の公務員で、市民の皆さんの相談に応じ、市役所や関係機関をつなぐパイプ役として日々活動しています。

主任児童委員とは?

民生委員・児童委員の中で、児童福祉に関することを専門的に担当し、子育ての支援や児童健全育成活動などに取り組んでいます。

どんな活動をしているの?

誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指し、担当区域で次の活動を行っています。

- ・高齢者や障がいのある人の安否確認や見守り
- ・子どもたちへの声掛け
- ・相談に応じ、適切な関係機関への橋渡し
- ・地域活動への参加や市の依頼による訪問調査

お住まいの地区の民生委員・児童委員、または主任児童委員について知りたい場合は、お問い合わせください。

SAIKI MUSIC NIGHT 2023

1999年結成のオールディーズバンド「グレイハウズ」。
まるで、ジュークボックスやラジオから耳に飛び込んできた当時のように、多くのポップスターたちが歌った、珠玉のオールディーズナンバーの数々……。今宵、大ホールがライブバーに!!

と き 7月29日(土) 18時30分～(開場 17時30分)

と ころ 大ホール

チケット 4,000円(地元のお酒を中心としたワンドリンク・軽食付き)

チケット販売日 5月7日(日) 9時～



GRAYHOUNDS

あなたのアイデア大募集! 申込期限/6月30日(金)

さいき城山桜ホールで行う公演・イベントづくりに参加しませんか?

さいき城山桜ホールでは「市民の想いをかたちに」を合言葉に、市民参画・協働による事業づくりを図るため、みなさんの文化への思いや、発表会・イベント開催に向けた意気込みを事業アイデアのタネとして募集します。

対 象

市内在住、または市内に勤務や通学する個人・グループ(法人可)

募集内容

以下の4つにつながるアイデアのタネ(営利目的、政治・宗教活動を目的とするものは除く)

- ① さいき城山桜ホールへ日常的に訪れたい取組
- ② 交流のきっかけづくり
- ③ 人々の活動を支え、高め、広げる公演・発表会など
- ④ 地域・人の魅力発信

申込方法

「アイデアシート」に必要事項を記入の上、さいき城山桜ホール窓口
提出、郵送、FAX、またはメールでお送りください。

申込みフォーム
から申込み▶



ツキイチ映画

6月上映作品



異動辞令は音楽隊!

行き過ぎた捜査の末、警察音楽隊に異動することになった鬼刑事の奮闘を描く人間ドラマ。人生大転換エンターテインメント!

と き 6月17日(土)

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200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。)

© 2022「異動辞令は音楽隊!」製作委員会

問い合わせ

さいき城山桜ホール 〒876-0831 佐伯市大手町2丁目2番28号
☎24-2228 FAX 24-2229 ✉ootemae@city.saiki.lg.jp



人とチカラと企業のチカラで未来へとつなげる。
佐伯市発の働く人々をご紹介します

未来をつなぐ、人と企業

Vol.
01



株式会社 カスガ水産

【佐伯工場】佐伯市大字二栄585番地16
☎27-5050 (fax 27-5051) <https://kasugasuisan.com>
代表取締役: 三木 繁 設立年月: 平成4年9月
資本金: 2,000万円 売上高: 5億円 従業員数: 約30人



動画はこちら。



会社のここが好き

ひゅうが井やねぎとろのパック詰めを行っています。入社して5か月で、まだ日本語も拙いですが、みんな優しいので安心して働けます。先日は地元のお祭りに連れて行ってくれました!



佐伯工場 加工部
チンダール・
アンガラエニ・
スティヤワンさん

元漁師のこだわりを食卓へ

カスガ水産は、平成4年、マグロ漁船の船長を務めていた先代が「地元でマグロが行き渡っていない。もっと気軽に本物を味わってほしい」と設立した会社です。現在はマグロ専門業者ならではの豊富な知識と経験をもとに厳選した高品質なマグロを瞬間冷凍し、味も色も本来のマグロそのままの状態です。県内各所に卸売しているほか、ひゅうが井やねぎとろなど加工品の開発にも注力しています。「簡単に調理できる加工品を通してマグロの美味しさを広めるとともに、魚食文化の保護・継承にも貢献できたら」と三木社長。別府の老舗フジヨシ醤油と共同でマグロに合うしょう油を開発するなど、常にマグロの可能性を追求する姿勢からはマグロ専門業者の誇りと、並々ならぬ熱意が伝わってきます。さらに、「昨年からは地元の漁師さんと連携して加工も始めました。今後は地元企業や地元食材とコラボした商品開発、市民の皆さんと触れ合える祭りへの出店も積極的に行いたい」と思いは尽きません。なお、結婚式やイベントの余興などで人気のマグロ解体ショーは個人でも依頼できるそうなので興味のある人はぜひ、問い合わせください。

マグロの限りない可能性を追求

元漁師のこだわりを食卓へ

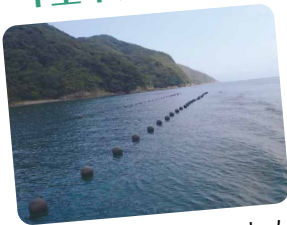
献できたら」と三木社長。別府の老舗フジヨシ醤油と共同でマグロに合うしょう油を開発するなど、常にマグロの可能性を追求する姿勢からはマグロ専門業者の誇りと、並々ならぬ熱意が伝わってきます。さらに、「昨年からは地元の漁師さんと連携して加工も始めました。今後は地元企業や地元食材とコラボした商品開発、市民の皆さんと触れ合える祭りへの出店も積極的に行いたい」と思いは尽きません。なお、結婚式やイベントの余興などで人気のマグロ解体ショーは個人でも依頼できるそうなので興味のある人はぜひ、問い合わせください。

※1加工品は「さいき海の市場」などで販売しているほか、カスガ水産HPからも購入できます ※2商品名は「カトリアさんの濃厚こいくちだし入りしょうゆ」

イワガキ



イワガキの養殖法は すいかしき「垂下式養殖」



イワガキの入った丸かごをロープで垂下し、プランクトンが豊富な水深2~3m付近で育てます。



いわがき
佐伯市岩牡蠣
養殖協議会 会長
(有)ヒダカ水産
ふくだ まさる
福田 勝さん
[蒲江 名護屋地区]

Pick up!



店舗でイワガキ料理を提供!さらに豪華伊勢えびセットなどが当たるプレゼントキャンペーンも実施。
※詳しくは佐伯市観光協会のHPでご確認いただけます。



◀動画はこちら。

※現在は、市内の道の駅やかまえンターパーク 海への市、首都圏のオイスターバーなどに出荷されています。

イワガキ養殖で大切なのは安全でおいしい貝をつくること。特に衛生管理は重要です。「出荷前に検査し、安全性を確認しています。フジツボなど付着物の定期的な清掃も大事な仕事。自然との戦いですが、美味し」という声を聞くと疲れも吹き飛びます。そう笑う福田さんたちが丹精込めて育てたイワガキは人気が高く、供給が追いついていない状態。イワガキ養殖に挑戦する若い力も募集しています。

美味しさ+安全性を追求

5~8月に旬を迎える大ぶりでクリーミーなイワガキ。佐伯市では16年前から養殖が始まり、今では夏の味覚としてすっかり定着しました。「名護屋の海は力キのエサとなる上質なプランクトンが豊富。育ちがよく、通常2年かかるところ、1年半ほどで出荷できるんですよ」。そう教えてくれたのは佐伯市岩牡蠣養殖協議会の会長である福田さん。長年、イワガキの養殖やPRに尽力する、地域にとって欠かせない存在です。

今が旬!佐伯のイワガキ



サイクル さいきりんぐ

自転車通勤・通学や
サイクリングをサポート！
便利な自転車拠点が誕生しました。

JR佐伯駅に サイクルステーション誕生

佐伯市は、環境保護、健康増進、観光振興など様々な観点から自転車を活用したまちづくりに取り組んでいます。その一環として、3月、JR佐伯駅の待合室を「サイクルステーション」に改装しました。約100㎡のスペースには、自転車を立てかけるラック、シャワー＆更衣室、休憩スペースを完備。「屋内にラックがあるので、お気に入りの自転車も安心して駐輪できる」「仕事帰りにシャワーで汗を流せるのがうれしい」「サイクリング途中の休憩スポットに最

JR九州初！サイクルステーション

JR佐伯駅舎内に誕生した誰でも気軽に利用できる自転車拠点了。

- ・自転車ラック：3～4台分
- ・休憩用ベンチ：2基
- ・シャワー＆更衣室：2部屋

※シャワー室のご利用は5時30分～23時
〈5分・200円〉

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

適」と、通勤・通学で駅を利用する人はもちろん、自転車で市内を巡る観光客、遠乗りを楽しむサイクリストなど、多くの人から好評を得ています。

5月は穏やかな日差し、爽やかな風、眩しい緑と、自転車移動にぴったりの季節。これまで自転車に乗る機会がなかった人も、新しい拠点を利用して自転車デビューしてみませんか？佐伯市の美しい自然と最高の癒しが待っています！



つながる紹介リレー

佐伯の自転車仲間を数珠つなぎで紹介します

思い出
Photo



愛称：マドちゃん
やまもと まお
山本 真央さん
自転車歴1年

- Q1. 自転車のいいところを教えてください。
- A 自分の力で遠いところまで行けるので達成感が半端じゃない！小道や山は冒険している気分になります！
- Q2. 佐伯市がどんなまちになるとうれしいですか？
- A 小さな子どもと一緒に家族みんなが自転車を楽しめるまちになったらいいなと思います！

達成感!!



仲間と走れば
もっと楽しい！

昨年開催されたツール・ド・佐伯2022に初めて参加しました！友人たちと一緒に走ったあの日の思い出は宝物！超難所の鶴御崎灯台付近での1枚。

次号は、「金井 秀人さん」をご紹介します！



佐伯市HP

サイキッズスポーツ体験教室

◆小学2～3年生の部
水泳、カヌー、カヤックほか全9種類の競技

◎申込方法…体育保健課にある申込用紙に記入の上、参加料を添えてお申し込みください。

◆小学4～6年生の部
水泳、カヌー、カヤック、ボルダリングの全4種類

◎申込期限…6月1日(木)

※日時などは決定後、参加者にお知らせします。
[定員] 各30人程度 [参加料] 800円(保険料)



◆申込み・問い合わせ…体育保健課 スポーツ振興係(まな美1階) / ☎22-4062

「県民すこやかスポーツ祭」参加者募集!

県民すこやかスポーツ祭は、県民のだれもが気軽に、自主的に参加するスポーツ大会です。

◆申込方法 大会の詳細・申込みについては、各実施団体に直接お問い合わせください。

●太極拳
[と き] 5月21日(日)
[と ころ] 佐伯小学校体育館
[対 象] どなたでも [参加料] 無料
[申込み・問い合わせ]
☎ 佐伯市武術太極拳連盟・芦刈
☎090-5480-8381
◎申込みは当日受付



●ミニバレーボール
[と き] 5月14日(日)
[と ころ] 佐伯中央病院アリーナ
メインアリーナ
[対 象] 一般 [参加料] 1チーム1,500円
[申込み・問い合わせ]
☎ 佐伯市ミニバレーボール協会・清水 / ☎23-1133
◎申込期限…5月10日(水)



◆申込み・問い合わせ…体育保健課 スポーツ振興係(まな美1階) / ☎22-4062

さいきオーガニックフェスタ2023のアイデア募集!



11月に開催予定の「さいきオーガニックフェスタ2023」での企画・アイデアなどを募集します。

[と き] 11月11日(土) 10時～16時(予定)
[と ころ] さいき城山桜ホール及び周辺施設

◆募集内容
●ブース出店やワークショップなどのアイデア
●イベントのPR方法についてのアイデア
●イベントを同日開催したい団体 など
◎申込期間…5月1日(月)～31日(水)



◆問い合わせ…ブランド推進課 ブランド推進係(本庁舎2階37番窓口) / ☎22-4673

市からのお知らせやイベントなどをチェック!

さいきとぴくす Saiki Topics

マンガ家色紙でたどる 黎明期からの日本のマンガ 木村忠夫コレクション展

360枚のマンガ家色紙が大集結!

[と き] 5月31日(水)～6月4日(日)
9時～20時
※最終日は17時まで

[と ころ] さいき城山桜ホール
大ホール

[入 場 料] 無料

※色紙以外のコレクションの展示もあります。



日本漫画学会代表 木村忠夫氏と 漫画家 倉田よしみ氏によるスペシャルトークショー

[と き] 6月4日(日) 14時～16時
[と ころ] さいき城山桜ホール 大ホール

※観覧無料、事前申込み不要
※12時からごまだしうどん無料配布(先着100食)



木村 忠夫氏



味いちもんめ

◆問い合わせ…文化芸術交流課 文化芸術振興係(本庁舎2階40番窓口) / ☎22-4529

みんなで健康! はつらつ栄養教室生募集



管理栄養士・保健師・歯科衛生士の
【健康講話】

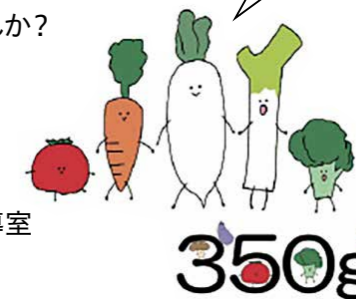


管理栄養士による
【クッキング】

野菜を
食べよう!

おいしく減塩! 簡単野菜料理が学べるチャンス! 男女問わず参加してみませんか?

- 4回以上参加した人は食生活改善推進協議会に入会できます。
- 申込期間内でも、定員に達した場合は募集を締め切ります。
- 会食については新型コロナウイルス感染症の状況を見て判断します。



350g

教室回数 全6回	
第1回	6月21日(水)
第2回	7月24日(月)
第3回	8月22日(火)
第4回	9月25日(月)
第5回	10月17日(火)
第6回	11月22日(水)

[と ころ] 和楽3階 栄養指導室
[定 員] 20人
[時 間] 9時30分～12時
[参 加 費] 1,500円(全6回分一括納入)
[申込期間] 5月10日(水)～17日(水)

★食生活改善推進協議会への入会は、各支部の学習会への参加でも可能です。詳しくは下記へお問い合わせください。

◆申込み・問い合わせ…健康増進課 保健係(和楽1階) / ☎23-4500



佐伯市HP



佐伯城跡が国指定史跡となりました！

佐伯城は、市街地と佐伯湾を見下ろす城山に築かれた城です。江戸時代の初め、慶長6年(1601)に初代佐伯藩主として入部した毛利高政が築城しました。現在の佐伯城跡は都市公園や佐伯文化会館跡地となっていますが、佐伯市教育委員会の調査によって、様々な特徴が明らかになりました。

【佐伯城跡の特徴1 近世の山城】

調査によって、佐伯城跡は築城当初から山頂の本丸・二の丸・西出丸・北出丸と、麓の三の丸で構成されていたことがわかりました。このような山頂の城と麓の館をセットとする構成は、中世(平安時代末期～戦国時代)の山城に特徴的なものです。一方で、石垣をはじめとする近世(安土桃山時代～江戸時代)の技術も使われていることから、佐伯城は中世の山城の構造を受け継ぎつつ、近世の技術で築かれた山城といえます。

【佐伯城跡の特徴2 城と山を維持する工夫】

山城である佐伯城を維持するためには、山の保護も欠かせません。雨水を適切に排水する雄池・雌池や、大雨で崩れた斜面を保護するひな壇状石垣など、様々な工夫が現地に遺構として良好に残っています。また、ひな壇状石垣のために他藩から技術者を招いたことや、地震や台風による被害と復旧の状況など、これらの工夫を裏付ける佐伯藩の記録も豊富に残されています。

令和4年12月に国の文化審議会が開催され、佐伯城跡は「近世初頭に、それまでの城郭構造と築城技術を融合して築かれ、山体全体を維持してきた工夫が残る城郭として、我が国の近世城郭のあり方を知る上で貴重である」とし、国指定とするよう文部科学大臣へ答申を行いました。

令和5年3月20日、文部科学省の官報告示により、正式に国指定史跡となりました。

佐伯市内の国指定文化財としては6件目、国指定の史跡としては初となります。



▲ 佐伯城跡空中写真(2013年撮影)



▲ 山頂の城郭部分



▲ 山頂から佐伯湾を望む



▲ ひな壇状石垣



▲ 雄池



元文3年(1738)▶
「御城井御城下絵図」(部分)
佐伯市歴史資料館所蔵

◆問い合わせ…社会教育課 文化財係
(歴史資料館内) / ☎22-4234

市からのお知らせやイベントなどをチェック！

さいきとぴっくす Saiki Topics



歴史資料館 古文書講座 古文書から佐伯の歴史を読み解く

[と き] 5月～令和6年3月の毎月第4土曜日
13時30分～15時30分(全11回)

[と ころ] 三浦造船佐伯図書館2階
視聴覚シアター

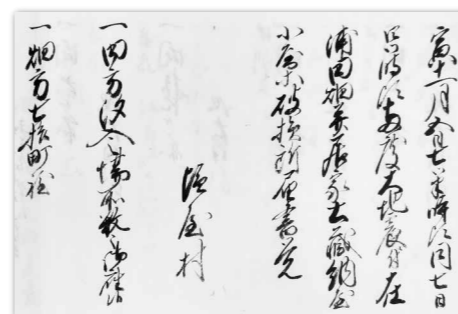
[講 師] 佐伯史談会員、歴史資料館学芸員

[定 員] 40人(先着順)

[料 金] 無料 ※資料代として700円必要

◎申込方法…

歴史資料館窓口、または電話で申込み



▲ 江戸時代の佐伯の出来事がわかる藩政史料

◆申込み・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！

佐伯城跡は、初代佐伯藩主・毛利高政による築城以来、佐伯のシンボルとして大切に保存されてきました。

平成27年度に始まった「佐伯城跡石垣清掃ボランティア」は今回で13回目、毎回多くの皆さんにご参加いただいています。

国指定史跡となった佐伯城跡を、私たちの手できれいにしましょう！

[と き] 5月20日(土)9時～11時

受付 8時30分～

※雨天時は5月27日(土)に延期

[集合場所] 旧佐伯文化会館跡地

[清掃場所] 三の丸(旧佐伯文化会館)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。
※ごみ袋は主催者で準備します。



◆問い合わせ…社会教育課 文化財係(歴史資料館内) / ☎22-4234

3/15(水) 日本武道振興会決勝大会への出場を報告



「日本武道振興会 チャンピオンカップ 決勝大会」に出場する、谷 廉太郎くん(渡町台小学校5年生)が市役所を訪れました。谷くんは「第29回葉隠カップ全九州空手道選手権大会 男子軽量級」で優勝し、決勝大会の出場権を得ました。

3/8(水) 九州地域ジュニアサッカーフェスティバルへの出場を報告



「第12回 九州地域ジュニアU10サッカーフェスティバル」に出場する、鶴見少年サッカークラブの選手らが市役所を訪れました。チームは「九州ジュニアU10フェスティバル熊本大分県予選」で準優勝し、九州大会の出場権を得ました。

4/1(土)・2(日) さいき桜まつりが開催



佐伯に春の訪れを告げる、さいき桜まつりが開催されました。佐伯藩大名行列・明神太鼓や桜パレード、精華女子高等学校吹奏楽部による演奏会、「DRUM TAO」特別公演などの催しが行われ、大きなにぎわいをみせました。

3/17(金) 食品ロス啓発するパンフレットを寄贈



渡町台小学校5年1組の生徒31人が食品ロスについてまとめたパンフレットを市役所に寄贈しました。生徒たちは、給食のあまりや食べ残しなどの現状に気付いたことをきっかけに、食品ロスの削減につながるアイデアなどをまとめたパンフレットの作成に取り組みました。

3/31(金) ベトナム ニンビン省とMOUを締結



ベトナム・ニンビン省と「協力関係及び友好交流に関する覚書締結式」が市役所で行われました。この締結により、双方の経済・観光・文化・スポーツなどについて、協力・友好交流の発展を目指します。

『市報さいき』が さらに 身近に! 便利に!

MCカタログ / スマホやタブレットで簡単! 10言語に対応

市報さいきが『カタポケ』で読める! 聞ける!

佐伯市の情報は
ここからアクセス→



5月号から多言語翻訳・音声読み上げができる無料アプリ「カタログポケット」で市報さいきのデジタル版の配信を開始します。

市報さいきを英語・中国語・ベトナム語など、10か国語で読めるほか、大きく表示することや音声読み上げもできます。

さらに、マイコンテンツに登録すると、最新号発行のお知らせが届くなど、便利な機能が満載です。

市報さいきを お気に入り登録しよう!

手順① アプリをダウンロード、またはブラウザ版で表示

手順② 虫眼鏡マークの「検索」を選択

手順③ 「佐伯市」と入力し決定

手順④ 見たいコンテンツを選択

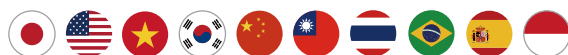
手順⑤ 「マイコンテンツに追加」を選択

手順⑥ 「日本語で読む」を選択

※ほかの言語で見るときは、下段の言語から選択

※アプリは無料ですが、ダウンロードや情報の受信などにかかる通信料は利用者の負担になります。

※対応言語は、日本語・英語・ベトナム語・韓国語・中国語(繁体・簡体)・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・インドネシア語です。



※翻訳は自動翻訳エンジンを使用しています。

※アプリなしでも利用できます。

専用サイト「カタログポケット」からブラウザ版で閲覧できます。



カタログポケット

無料 FREE

iPhone



Android



デジタル広報がスタート! 佐伯市の情報が見やすくなります

市報に掲載されている特集記事や連載を記事化し、情報をお届けします。

デジタル広報は
こちらから→



市報で掲載した記事の一部を電子ブックで配信します。紙面には収まりきれなかった写真を複数掲載したり、検索機能で知りたい情報を検索して見ることができます。

スマートフォン・タブレット・パソコンなど、自分の好きな端末で好きな時間に市政情報を確認できるデジタル広報をぜひ活用してください。

【デジタル広報でできること】

- 検索機能
- 市報さいきと連動
- 文字の大きさ変更
- 動画コンテンツと連動
- 特集記事のアーカイブ化
- 拡大機能



デジタル広報紙サンプル

佐伯市の
SNSで
CHECK!



佐伯市
LINE



佐伯市
Instagram



佐伯市
Twitter



市報
さいき
特設サイト

くらしの
情報



各種お知らせ

夜間納税窓口

とき 5月31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品をご利用ください。

※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。

※固定資産税・都市計画税、軽自動車税は二次元コードから納税できます。
国税務課収納係(本庁舎1階16番窓口)
22・3182

行政相談委員の紹介

行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間有識者です。市内の委員は次の10人の方々です。

- 菅 正人さん：佐伯地域
- 河村昌江さん：佐伯地域
- 白田茂達さん：上浦地域
- 宮脇洋尚さん：弥生地域
- 高野隆子さん：本匠地域
- 佐藤 敬さん：宇目地域
- 戸高浅生さん：直川地域
- 大津加堅重さん：鶴見地域
- 塩月文昭さん：米水津地域
- 榎野信光さん：蒲江地域

行政相談委員の紹介

行政相談委員は、総務大臣から委嘱された民間有識者です。市内の委員は次の10人の方々です。

- 菅 正人さん：佐伯地域
- 河村昌江さん：佐伯地域
- 白田茂達さん：上浦地域
- 宮脇洋尚さん：弥生地域
- 高野隆子さん：本匠地域
- 佐藤 敬さん：宇目地域
- 戸高浅生さん：直川地域
- 大津加堅重さん：鶴見地域
- 塩月文昭さん：米水津地域
- 榎野信光さん：蒲江地域

佐伯市消防団新体制紹介

佐伯市消防団の新任役員の方々は次のとおりです。

- 団 長：大鶴敏明さん
- 副団長：武末達三さん、江川明義さん
- 方面隊長：亀井洋和さん(佐伯)、池永輝光さん(上浦)、鶴原宜年さん(弥生)、久壽米木郁さん(蒲江)

緑の募金にご協力を

私たちの生活環境に大切な「みどり」を守るため、緑の募金へのご協力をお願いします。

令和4年度の募金額 3,434,873円 (令和5年3月末現在)

家庭教師をいたします

対象：高校全学年 数学 5教科
佐伯市上浦夏井 川上保行
090-7581-9787

庭の草取り・植木剪定の会員募集

☆シルバー人材センター会員として働くには☆
○毎月開催する入会説明会に出席され、シルバー人材センター事業を納得された人で、仕事に就いた場合、原則月10日、週20時間を超えないで働くことになります。
○働いた仕事量に応じて「配分金」としてお支払いします。

〒876-0813 佐伯市長島町1丁目28番2号
☎0972-23-3001 (営業時間) 8時30分〜17時

軽自動車税、固定資産税・都市計画税の納付期限

5月31日(水)は軽自動車税、固定資産税・都市計画税(第1期)の納付期限です。軽自動車税はハガキ、または黄緑色の封筒、固定資産税・都市計画税は5月8日付け、濃い青色の封筒で発送します。お近くの金融機関、コ

自動車税種別割は5月31日まで

自動車税種別割は、5月31日(水)までに納めましょう。金融機関やコンビニエンスストア、スマートフォン決済アプリからでも納付できます。

自動車税種別割は5月31日まで

自動車税種別割は、5月31日(水)までに納めましょう。金融機関やコンビニエンスストア、スマートフォン決済アプリからでも納付できます。

令和4年度の募金額

3,434,873円 (令和5年3月末現在)

令和4年度の募金額

3,434,873円 (令和5年3月末現在)

募金は森林ネットにおいて全額納付し、森林や緑を守り育てる活動などの支援に使われました。ご協力ありがとうございました。 岡佐伯市緑の募金推進協議会事務局(林業課内 本庁舎3階61番窓口)
22・4214
または各振興局

功章」を募集 日赤会員の会費及び有功章(一時に20万円以上)は、市が直接募集します。また、新規会員の申込みも随時受け付けています。 岡社会福祉課社会福祉係(本庁舎2階45番窓口)
22・4225

能の障がいがある人(身体障害者手帳1級) 自己負担額 3,000円 必要な物 健康保険証、案内通知※①のみ 接種期限 令和6年3月31日(日) 岡健康増進課(和楽1階)
23・4500

めに「国民年金保険料学生納付特例申請書」(ハガキ形式)が届きます。引き続き希望する場合は、届いたハガキに必要事項を記入の上、ご返送ください。 岡佐伯年金事務所
22・1970 ※音声案内に②を選択 保険年金課国民年金係(本庁舎1階8番窓口)
22・3187

5月は「赤十字運動月間」

日本赤十字社は、災害救護をはじめとした様々な人道的活動に取り組んでおり、この活動は、皆さんからの「赤十字活動資金(日赤募金)」により支えられています。日赤募金は次の2つの区分で募集します。

①地域を通じて「寄付金」を募集 各区分の単位で募集し、1世帯500円を目安に協力をお願いしています。金額や納入方法は強制するものではありません。地域や世帯の実情にあわせてご協力をお願いします。

②市が直接「会費」及び「有

高齢者肺炎球菌予防接種の助成

これまで肺炎球菌ワクチン接種(23価)を受けていない人を対象に、高齢者肺炎球菌の予防接種費用を一部助成します。かかりつけの医師に相談の上、協力医療機関に予約し期限内に接種してください。

対象 市内在住で、次のいずれかに該当する人 ①令和5年度に、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人

※対象者には通知します。 ②60歳〜64歳で心臓・腎臓・呼吸器機能の障がいがある人、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機

国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

国民年金は、20歳以上の学生も加入しなければなりません。国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象 学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校(修行年限1年以上である課程)に在学する学生※本人の前年所得により、該当しないこと

もありません。 特例承認期間 4月〜令和6年3月 ※令和4年度に承認を受けた人で、令和5年度も在学予定の場合は、4月初

山林作業道開設などへの助成

林業振興などを目的とした事業に対し助成します。今年度から①②④については、事業要件の幅員を2.5mから2mに拡充しました。各事業とも助成の条件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

対象事業 ①作業道の開設にかかる事業(費用の2分の1) ※上限50万円

②作業道の整備にかかる事業(費用の2分の1) ※上限14万9,000円

山林作業道開設などへの助成

③林地などの崩壊から住宅を守るために実施する事業(費用の2分の1) ※上限200万円

④作業道を舗装するための事業(生コン支給) ※上限30m 申込期限 5月31日(水) 岡林業課(本庁舎3階61番窓口)
22・4214
または各振興局

くらしの
情報



シイタケ生産者への助成

市内在住のシイタケ生産者を対象に次のとおり助成します。事業採択要件や補助率、申請に必要な物など、詳しくはお問い合わせください。

対象事業

- ①ほだ場や乾燥機などの生産施設の整備(導入)・修繕
②65歳未満の新規参入者への機械機具等導入
③簡易作業路の開設(延長100m以上、幅員2m以上)
④うまみだけ品種の種駒の植菌で1万駒を超えた1駒に1円助成(うまみだけ登録生産者は2円の助成)

申込期限 ①③5月12日

赤十字キッズパークを開催します

金、④5月31日(水) 園林業課(本庁舎3階61番窓口) 22・4214 または各振興局

とき 5月13日(土)10時30分〜15時

ところ トキハわさだタウンフェスタ広場(大分市)

内容 小さいお子さんや親子で、災害救護・医療・献血を楽しく体験できるコーナーを準備しています。コーナーを体験すると素敵なプレゼントと交換。

園日本赤十字社大分県支部 097・534・2237

食育ワークショップ

○夏目前!魚を使った食欲増進メニュー

とき 6月8日(木)10時〜12時

講師 水本陽子氏(清水マリン) 定員 12人

参加費 2,000円

○玄米ごはんの炊き方と旬の野菜を使った料理を作ろう

とき 6月29日(木)10時〜12時

講師 染矢弘子氏(スロークカフェ・茶蔵)

定員 12人 参加費 2,000円

ところ さいき城山桜ホールキッチンコート(両日)

申込方法 二次元コードから申込み

園まちづくり佐伯 28・6464

募集

佐伯市美術展作品募集

展示期間 6月9日(金)〜11日(日)9時〜17時※最終日は16時まで

展示場所 さいき城山桜ホール大ホール

内容 美術、書道、写真

入場料 無料

申込方法・期限 ①美術の部 6月4日(日)10時〜14時の間にさいき城

山桜ホールへ作品持参

②書道の部 5月29日(月)までに出品票を事務局必着

③写真の部 5月31日(水)までに出品票を事務局必着

園 ①佐伯市美術協会・前門 090・7469・1724

②佐伯市書道協会・高橋 23・6835

③佐伯市写真協会・瀬口 090・5023・3443

市民アートギャラリー募集

旧三余館でアート作品や自慢のコレクションの展示をしませんか?展示の時期や日程などは、申込後に説明会を開催します。

対象 市内で活動する個人、団体

展示スペース 1人当たり

横170×340センチ ×奥行180センチ、パネル2枚・長机2枚(並び自由)まで貸与あり

展示期間 14日間程度(水・木休館日、搬入日含む)

※展示作品の搬送や設置・管理、それにかかる費用などは出展者責任

西浜清掃のお知らせ

とき 5月28日(日)8時〜9時

ところ 西浜海岸

園つな☆ばんプロジェクト ト・水沼 080・1731・7960

佐伯市への寄附

(敬称略)

《香典返し》 ※()内は物故者

▽田淵久美子(雅富、祐子) : 東中区

県営住宅入居募集

種類 住宅名 戸数
高齢 鶴岡 1

※高齢者対応募集住宅
申込期間 5月8日(月)〜12日(金)

抽選会 5月18日(木)
入居日 7月1日(土)

園佐伯・公営住宅管理センター

22・3190

講習・講座

介護労働講習

とき 6月15日(木)〜11月

22日(水)

ところ 智泉福祉製菓専門学校(大分市)

対象 介護分野への就職を希望する雇用保険受給資格者

内容 実務者研修、実践講習、就職支援など

受講料 無料※テキスト代、保険料、健康診断料は実費

申込方法 ハローワーク佐伯に申込んでください。

申込期限 5月29日(月)

園介護労働安定センター大分支部 097・538・1481

介護予防サポーター養成講座

住んでいる地域の高齢者への声掛けサポーターや通いの場で一緒に体操をする介護予防のためのサポーターを募集します。

とき 6月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)13時30分〜15時30分

ところ 和楽

内容 知って得する介護予防、転ばない身体づくりの方法と実践、認知症

伝言板

認知症と家族の会

認知症の人と、介護して

園地元学の会事務局 48・9293



申込方法 二次元コードを読み取って申込用紙に記入

講師 藻谷浩介氏(日本総合研究所首席研究員・地域エコノミスト)

講座タイトル 『進化する里山資本主義』

ところ さいき城山桜ホール小ホール

とき 5月21日(日)14時〜16時(受付13時30分)

参加料 無料

申込期限 5月22日(月)

園高齢者福祉課地域包括支援センター(和楽3階) 23・1632

予防など

参加料 無料

申込期限 5月22日(月)

園高齢者福祉課地域包括支援センター(和楽3階) 23・1632

予防など

参加料 無料

申込期限 5月22日(月)

園高齢者福祉課地域包括支援センター(和楽3階) 23・1632

市営住宅入居募集

※物販・勧誘目的は不可
申込期間 5月8日(月)〜23日(火)
園佐伯市文化芸術交流ネットワーク実行委員会 30・1150

Table with columns: 地区, 種別, 住宅名, 戸数. Rows include 蒲江, 米水津, 鶴見, 直川, 宇目, 弥生, 上浦, 佐伯, 尾浦, 江頭, 内ノ浦, 田鶴音, 地松浦, 向船場, 神ノ原, 上越野, 大原, 新徳寺, 深田, 梅牟礼, 梅牟礼, 六田, 本屋敷, 藤望, 野島, 野口, 野口, 城西, 城西, 来島.

※条例により暴力団員の申込みはできません。

令和4年度「情報公開条例の施行状況」
佐伯市情報公開条例の施行状況
・公開請求の件数 54件
・公開などの決定の状況
 全部公開 21件、部分公開 26件
 非公開 7件
・審査請求の件数 0件
・審査請求に対し裁決などを行った件数 0件
《問い合わせ》総務課総務係 (☎22-3663)

おすすめの
新刊今月の
この1冊!

こころのねっこ

「こどもの詩」55周年精選集(2017~2021)

監修/読売新聞生活部
出版社/中央公論新社

読売新聞投稿欄の人気コーナー「こどもの詩」に掲載された作品の中から、200編を選んでまとめたもの。コロナをテーマにした詩もあり、「子どもたちとコロナ」についても感じることができます。子どもたちの率直な思いに触れてみませんか?

黒猫を飼い始めた

編/出版社/講談社

書き出しの1行「黒猫を飼い始めた」から始まる、ショート集。2行目からは、各々の作家の個性が光る26の物語。予測不可能な展開にドキドキしたい人へおすすめです♪

新種発見!

見つけて、調べて、名付ける方法

編著/馬場 友希・福田 宏
出版社/山と溪谷社

地球上に存在しながら、まだ名前がつけられていない未知の生物「新種」。4歳児から研究者まで21人の新種発見エピソードを収録。発見の瞬間や裏話など、ワクワクを一緒に体験できる1冊です!

各講座・イベント紹介

教養講座 リラックスヨガ教室

と き/5月6日(土)・6月3日(土)

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。

はじめてのスマホ教室

■5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

5月11日(木)・・・10時30分~12時

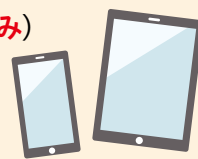
※講座内容は全て基本操作のみです。

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4人(要申込み)

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

令和5年度 図書部 部員大募集!

中学生から大学生が集まって、おすすめの
本を選んでPOPを作ったり、カウンターで司
書体験をしてみたりと、図書館を中から一緒
に盛り上げていく活動をしています!本好き、
図書館好き集まれ~♪

☆キックオフミーティング☆

図書部についての説明会です。こちらに
参加しなくても入部はいつでも可能です!

と き/5月21日(日) 13時30分~

ところ/2階 多目的ホール

各上映会(5月)

■子ども上映会

ふしぎ駄菓子屋銭天堂 三巻

お稲荷せんべい(90分)

5月20日(土)・・・15時

■上映会 ※同一作品を月2回上映します

マイ・ダディ(116分)

5月14日(日)・17日(水)・・・13時30分

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▶



vol.25

5月17日は
世界高血圧デーです

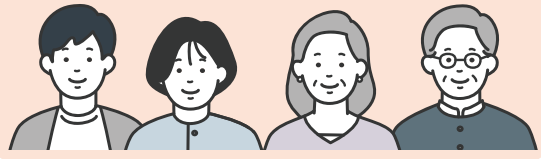


ワンポイント

- ・家庭血圧を測りましょう
- ・健診で体をチェック!



対象 成人全般



働き盛りの皆さん、自分の血圧がどのくらいか知っていますか? 職場の健診で少し高いと言われた…妊娠中に高くなったけど今は大丈夫! など、まだまだ血圧を心配する年じゃないというイメージではないでしょうか。この機会に家庭血圧の測定を習慣にしてみてもいいいかがですか?

家庭血圧の測り方

家庭で血圧を測定する場合には、右にあげた条件のもとで行うことが大切です。朝は4つの条件を守るようにしましょう。夜は、入浴や飲酒の直後は避け、必ず寝る直前に測るようにしましょう。

測定のタイミング

●1日2回(朝・夜)行う

朝

- ・起床後1時間以内
- ・トイレに行ったあと
- ・朝食の前
- ・薬をのむ前

夜

- ・寝る直前
- ・入浴や飲酒の直後は避ける

若い人は血圧が正常の人がほとんどです。細動脈という血管が頑張って調整をしてくれているからです。細動脈はシャープペンの芯くらいの太さで、伸びたり縮んだりしながら血圧を調整しています。

まずは自分の血圧がどのくらいか測ってみましょう。血圧が高くなる原因は人によって様々です。健診を受けて自分の体の状態を確認してみましょう。

測定時のポイント



測定値はノートにメモして残しておく

血圧の基準値

測定値は記録して主治医に見てもらいましょう。主治医の大切な判断材料となります。

	正常血圧の基準値	高血圧の診断基準(降圧治療の対象)
収縮期	115未満※	135以上※
拡張期	75未満※	85以上※

※値は家庭で測定した場合のもので

参考)日本高血圧学会 家庭血圧測定ガイドライン

【次回予告】あいうべ体操について

問い合わせ/健康増進課(和楽1階) ☎23-3902

6月の
**住民
健診**



各健(検)診の対象や自己負担額については、市報4月号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になるか、お問い合わせください。会場では不織布マスク着用のご協力をお願いします。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。



佐伯市
ホームページ

特定健診、肺・胃・大腸・前立腺がん検診、肝炎検査

地域	会場	とき	受付時間	胃がん
米水津	米水津地域コミュニティセンター	6月2日(金)	9時45分～10時45分	○
	色利地区センター		13時30分～14時	—
佐伯	和楽	6月5日(月)・6月18日(日)	9時～11時	○
	木立小学校	6月9日(金)	9時～10時	○
	八幡小学校	6月14日(水)	9時～10時	—
		6月15日(木)	9時～10時	○
	佐伯市医師会館	6月29日(木)	9時～10時	—
直川	直川地域コミュニティセンター	6月26日(月)	9時45分～10時45分	—
		6月27日(火)		○

■予約先 医師会健診センター ☎20-5452 ※平日9時～17時受付(ネットは24時間受付)

■持ち物 受診券、保険証、自己負担金 ◎お早めにご予約ください。

※健(検)診は予約が必要です。大腸がん検診のみを希望する場合は、予約の必要はありません。

ネットで
簡単申込み

佐伯市医師会予約ページアドレス
<https://saiki-med.jp/chiiki/yoyaku.html>

佐伯市医師会
ホームページ▶



問い合わせ/健康増進課 健診係(和楽1階) ☎23-7022

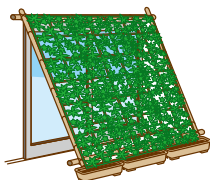
さいきオーガニックシティ「人と自然が共生する持続可能なまち(循環型共生社会)」の実現に向けた

地球温暖化対策!

自宅で緑のカーテンを作ってみませんか?
ゴーヤの苗を無料配布します

緑のカーテンは夏の日差しを遮り、室内の温度上昇を抑えることで、冷房の消費電力を削減でき、電気代の節約や脱炭素、地球温暖化防止にもつながります。

今年の夏は緑のカーテンを作って、節電と脱炭素にチャレンジしてみませんか?



配布日時場所

各振興局

5月11日(木) 9時～

市役所本庁舎西玄関横

5月12日(金) 9時～

※雨天時は市役所本庁舎建物沿いの屋根のある場所で配布します。

配布数

1人当たり**4ポットまで(上限)**

(各配布会場とも苗が無くなり次第終了します)

各振興局:120～200ポット(予定)

本庁舎:1,400ポット(予定)

注意事項

お持ち帰り用の袋をご持参ください

(袋の配布はありません)。

配布日時と場所を間違えないようにご注意ください。

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

当番医・乳幼児健康診査情報



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

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
5月 7日	曾根病院 長島町 23-8877
5月 14日	志村内科・胃腸科 中の島 25-1211
5月 21日	やつか眼科医院 船頭町 22-0055
5月 28日	杉谷診療所 西谷町 22-4800
6月 4日	石川眼科医院 駅前 24-2200

歯科	9~17時
5月 7日	長田歯科クリニック 中村東町 22-1095
5月 14日	利光歯科医院 中の島 22-8811
5月 21日	牧歯科医院 中村南町 23-3325
5月 28日	丸山歯科医院 向島 22-0832
6月 4日	タケオ歯科医院 蒲江浦 42-1770

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)
5月 7日	西田病院小児科 鶴岡西町 22-0180
5月 14日	桑畑小児科医院 中村東町 22-1965
5月 21日	塩月内科小児科医院 女島 20-0070
5月 28日	西田病院小児科 鶴岡西町 22-0180
6月 4日	桑畑小児科医院 中村東町 22-1965

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

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12月生)… 5月11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10月生)…… 5月25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11月生) …………… 5月18日(木)
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)…………… 5月9日(火)
身体測定、離乳食指導など

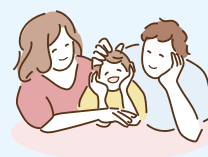
弥生・本匠・宇目・直川地域

会場 弥生保健センター ☎46-0265

- 3歳児健診(R1年9~11月生) …………… 5月15日(月)
身体測定、尿検査、内科・歯科診察、栄養・歯科・保健指導

無料

- ・乳幼児健康診査
- ・のびのび教室は無料です。



※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。

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。	5月 9日(火) 10時～12時 5月 9日(火) 10時～12時 5月12日(金) 10時～12時 5月17日(水) 10時～12時	鶴見地域コミュニティセンター 米水津地域コミュニティセンター 大入島地区公民館 本匠地区公民館	市民課市民の窓係 (本庁舎2階44番窓口) ☎22-3399 または各振興局
公証人による 相談会	5月17日(水) 13時30分～16時30分	市役所本庁舎2階 203会議室	大分公証人合同役場 ☎097-535-0888 予
精神保健 福祉相談	5月 9日(火) 14時～16時	南部保健所	南部保健所 ☎22-0562 予
ひきこもり 家族の会	5月17日(水) 13時30分～15時		
行政書士 無料相談会	5月17日(水) 13時30分～16時30分	ジェイコム J:COMホルトホール大分 (大分市)	大分県行政書士会事務局 ☎097-537-7089 予
	5月18日(木) 13時～15時	市役所本庁舎2階 203会議室	
不動産市民相談	5月 9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	5月 8日(月) 13時30分～16時	上浦地区公民館	障がい者相談支援センター すきっぷ ☎24-8521
人権 なんでも相談	毎週 月曜日 9時～16時(祝日)を除く	大分地方法務局 佐伯支局	大分地方法務局佐伯支局 ☎24-0772
弁護士相談	5月18日(木) 13時30分～16時	社会福祉センター	社会福祉協議会 ☎23-7450 予
民生委員 心配ごと相談	5月10日(水) 13時30分～16時		



田中市長の
主な公務日誌

3月

- 1(水)～3(金) ● 一般質問
- 3(金) ● 台湾訪問報告会
- 5(日) ● 渡町台地域あなたとまちづくりトーク
- 8(水) ● 予算特別委員会
- 9(木) ● 佐伯商工会議所女性会寄附金受納式
- 10(金) ● 防災活動推進講演会
- 12(日) ● 佐伯駅サイクルステーションお披露目式
直川地域コミュニティ協議会設立式

- 13(月) ● 佐伯図書館
ネーミングライツ・パートナー締結式
- 14(火) ● 消防署上浦派出所壁画完成お披露目会
- 15(水) ● 議会閉会日
- 17(金) ● 環境美化大賞表彰式
- 19(日) ● 青山地域コミュニティ協議会設立式
- 22(水) ● 佐伯市防災会議
- 23(木) ● ファーマーズスクール修了式
- 26(日) ● 西上浦コミュニティ協議会設立式
- 27(月) ● 地域おこし協力隊退任式
- 31(金) ● 退職者辞令交付式

さいきゅうと

佐伯で暮らすキュートなキッズをご紹介します!



お名前

そら
船田 空蒼ちゃん
2022年8月生まれ

目が合うといつもニッコリ
笑顔がかわいいそらちゃん♡
元気にすくすく成長してね♪

3人仲良く元気に育ってね!



お名前

あつと
(左) 高山 敦翔くん (右) 高山 愛彩ちゃん
2018年11月生まれ 2022年7月生まれ
せいらん
(中) 高山 惺嵐くん
2020年10月生まれ

明るく元気で健康に育ちますように。

お名前

ゆあ
渡邊 友葵ちゃん
2022年8月生まれ

スマートフォンから投稿できます♪

小さなお子さんの可愛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★



佐伯市概況

佐伯市のことをもっと知ってみよう!

人の動き

3月末日現在/前月比

人口 6万6,576人 (-300)

男 3万1,084人 (-137)

女 3万5,492人 (-163)

世帯 3万2,980世帯 (-22)

救急・火災発生

3月中

救急件数 273件
(年間累計889件)

火災件数 1件
(年間累計5件)

キャンプや野焼きなど、屋外での火の取扱いには十分注意しましょう。

交通事故

3月中

死者 0人

負傷者 4人

人身事故 3人

物損事故 126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!



カタログポケット



佐伯市インスタグラム



佐伯市フェイスブック



市報さいき特設サイト

次号発行日

次号市報さいき

6月号は

6月1日(木)
発行です

◎7月号の原稿締切は5月23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。

祝!
百歳

3月に100歳を迎えられました。おめでとうございます。

・村谷 米子さん(向島) ・吉田 禮子さん(葛港) ・古川カキエさん(東町)
・風戸 武義さん(直川上直見) ・安部 マツノさん(鶴見羽出浦)

プレゼント

市報さいきを一緒に作ろう! 皆様のご意見大募集

簡単なアンケートとご意見をWEBで答えて

抽選で 500円分のQUOカードを
2名にプレゼント



アンケートと応募はこちらから▶
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

お待ちしております!



材料(2人分)

- 干しひじき.....6g
(生ひじきであれば50gほど)
- 小松菜.....60g
- ニンジン.....20g
- ニンニク.....3g
- 油.....2g(小さじ1/2)
- 塩.....少々
- こしょう.....少々

作り方

- ①ひじきは水でもどしてザルにとり、お湯をかける。
- ②小松菜は3cm幅に切り、ニンジンは細切りにする。ニンニクはみじん切りにする。
- ③フライパンに油を入れ、中火で熱する。ニンニクを炒めて香りが出たら、ニンジン、ひじき、小松菜の順で加えて炒める。
- ④塩、こしょうを振ってよく炒め、水分がとんだら火を止め、皿に盛りつける。

★1人分 エネルギー23kcal、食塩相当量0.4g
カルシウム84mg

うま塩とは？

“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

ひじきは、調理の際にお湯をかけたり、ニンニクなどの香りのある食材を合わせることで、独特の臭みをやわらげることができます。好みで鷹の爪の小口切りなどを加えると、ピリッと味がしまって美味しいです。



米水津は県内有数のひじきの産地で、3月から5月にかけてひじき漁が盛んに行われます。旬のひじきは、柔らかく味もいいので、シンプルな味付けの料理にも向いています。

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!

うま塩レシピ
へひじきと小松菜の炒め



プレゼント付き!

vol. 13

さいきクロスワード

抽選で2名に当たる

正解者の中から抽選でプレゼント!
太陽農園 燻製屋 燻々(くんくん)
好きなミックスナッツ1,000円分引換券

ヒントを参考に□に文字をいれよう!

※当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

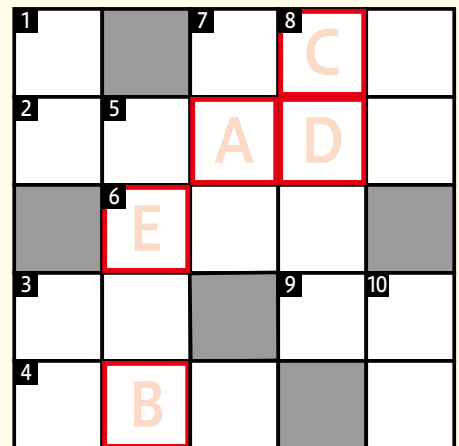
ヒント:さいきオーガニック○○○○○!

たてのカギ

- ①5月は○○の日。カーネーションの準備を。
- ③地獄の○○も金次第。
- ⑤2つ以上の分数の分母の数をそろえること。
- ⑦本性があばかれる。○○○皮がはがれる。
- ⑧5月5日はお風呂にコレを入れる。
- ⑩奈良大仏殿でせんべいを好物とする動物は?

よじのカギ

- ②相撲で立ち会う時の掛け声は?
- ③補欠。補充員。控え選手。
- ④5月5日は○○○の節句。
- ⑥感覚・直感を司るのは?
- ⑦相撲の興行をする所。また、その期間。
- ⑨○○は食わねど高楊枝。



キーワード



4月号の答え
「ミマモリ」

オ	ゼ	ン	ダ	テ
ケ	ン	イ	モ	
ハ	マ	グ	リ	
ザ	イ	ビ	ウ	
マ		ハ	ナ	ミ

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

5/15まで
消印有効

こちらからもご応募できます。▶

