



特集
新春座談会
2024



今こそ発揮しよう!

地方の 底ヂカラ





2024

迎春



佐伯市長

田中利明

あけましておめでとうございます。市民の皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、ここ数年、私たちの日常生活に大きな影響を与えていた新型コロナウイルス感染症は、5月に「2類相当の感染症」から「5類感染症」に位置づけが変更されました。市内で数年間控えられていた地域行事が再開し、笑顔が戻り、にぎわいが復活したまちの様子から、改めて人と人との交流の大切さを実感しているところ です。

そのような中、第2次佐伯市総合計画後期基本計画を策定し、

「地域が輝く『佐伯がいちばん』の人・まちづくり」をなお一層進めるため、人と自然が共生する持続可能な循環型共生社会「さいきオーガニックシティ」の実現に向けて本格的に取組を始めました。また、経済・社会・環境の三側面が調和した佐伯版SDGsの推進に当たっては、目まぐるしく変化する社会情勢に対応し、連携や共有などの「シェアリング」、DX化などの「デジタル」、脱炭素社会などの「グリーン」の3つの視点で踏まえることとしています。

このうち、「シェアリング」の視点では、市民・企業・行政の連携や地域間、都市間での連携・共有を進めます。地域においては「新たな地域コミュニティ組織づくり」

が進んでおり、既に立ち上がった西上浦・青山・宇目・直川の4地域では、住民が主体となって安心して幸せに住み続けられる地域づくりに取り組んでいます。開館から3年を迎えた「さいき城山桜ホール」は、市内外から多くの方が訪れる文化芸術・まちづくり・市民協働の拠点となっており、間もなく来館者100万人を突破する見込みです。また、多様化する地方の課題解決に向けて、県内・県外の自治体と連携し、情報共有や意見交換を行っています。国際交流面では、ベトナムや台湾など本市と友好関係にある海外地域と経済・文化・教育などの交流を深めています。

次に「デジタル」の視点では、市民の4分の3以上が保有しているマイナンバーカードの利活用等による行政手続のデジタル化を進め、市民の皆様の利便性向上に取り組みます。また、デジタル地域通貨の導入に向けた取組を進め、域内消費を促進し、地域経済の活性化を図るとともに、人と人とのつながりを深め、地域コミュニティ

の活性化を推進します。

また、「グリーン」の視点では、生物多様性の保全や地球温暖化対策にも効果がある有機農業を進めるほか、森林資源を持続的に活用する循環型林業の推進、ブルーカーボン（藻場等の海洋生態系に取り込まれた炭素）のクレジット化に向けた研究も進めます。環境にやさしく、本市の美しい自然景観を楽しんでいただけるサイクルツーリズムも引き続き推進します。

結びに、平成17年3月に1市5町3村が合併し誕生した新「佐伯市」は、令和7年3月に市制施行20周年を迎えます。今後とも佐伯市の新たな歴史を築いていくことができるよう、市民の皆様とともに歩んでまいります。新しい年が皆様にとりまして、健康で幸せ多い1年となりますことを祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

令和6年 元旦

11/6(月) 『佐伯版DMO』設立に向け 準備委員会発足



「地域観光づくり法人(DMO)」は、明確なコンセプトに基づいた観光地域づくりの実現に向けた戦略を策定するとともに、戦略を着実に実施するための調整機能を果たすものです。

佐伯市では、市街地活性化を担う「㈱まちづくり佐伯」と誘客・観光情報発信を行う「佐伯市観光協会」を統合して、2月上旬の法人設立に向け取組を進めます。

11/3(金)～11/7(火) 国際的感覚を養うため 高校生がベトナムニンビン省へ



昨年3月にMOU※1を締結したベトナムニンビン省へ、異文化体験を通して国際的視野・感覚を身に着けることを目的に、市内高校生16人(佐伯鶴城9人、日本文理大附属5人、佐伯豊南2人)が派遣されました。

学校交流や政府訪問、文化施設・史跡等見学などを通して交流を図りました。

11/23(木) 佐伯市民大学「令和四教堂」 第7回講演会



第7回となる今回は、全国各地を回り「里山資本主義」を提唱する㈱日本総合研究所主席研究員の藻谷浩介氏を講師にお迎えし、講演会を開催しました。

共催したPTA連合会の方々も多く出席する中で、「これから起きる地方と都会の逆転～佐伯の子どもたちと親世代に知ってもらいたい日本の未来」と題した内容について語っていただきました。

11/20(月) 空手全国大会出場報告



空手の全国大会に出場する木許翔貴くん(渡町台小3年)、谷廉太郎くん(渡町台小5年)、木許樹希也くん(鶴谷中1年)、佐倉漣仁くん(城南中1年)、西田礼彪くん(佐伯南中1年)が、市役所を訪問しました。

皆さん「全国大会でも好成績を残したい」と力強く抱負を述べました。

11/30(木) ベトナムとの橋渡しに貢献 地域おこし協力隊 ロアンさん退任



ベトナムとの交流推進のため、令和2年3月に着任したブイ ホン ロアンさんが3年間の任期を終え、退任式が開催されました。

ロアンさんは外国人技能実習生と行政との橋渡しやMOU※1締結に際して通訳業務などに寄与し、さらには、ベトナム語講座やベトナムフェスタを開催するなど、佐伯市にベトナムの文化を浸透させてくれました。

※1 MOU…「協力関係及び友好交流に関する覚書」

11/29(水) 米水津で働く技能実習生へ 市長から感謝状贈呈



3年間の実習期間を終えた外国人技能実習生の修了セレモニーが市役所で行われ、田中市長から感謝状と記念品が贈呈されました。

実習生を代表してグエン ティ タオさんは、「初めて働くのが異国の地で不安だったが、会社の人たちが親切に教えてくれたので感謝している」と日本語で謝辞を述べました。

特集
新春座談会
2024

地方の魅力に注目が集まる昨今ですが、人口減少は加速の一途。持続可能な地域のカギを握るのが「関係人口」の増加だといわれています。では、関係人口を増やすにはどんな手段が必要なのでしょう？

年頭にあたり、佐藤樹一郎知事と田中利明市長に佐伯市、そして大分県の未来について語り合ってくださいました。

今こそ発揮しよう！
地方の底デカラ

田中 利明 市長

昭和58年から佐伯市議會議員(4期)、大分県議會議員(5期)を経て平成29年から佐伯市長。「佐伯がいちばん」をスローガンに「さいきオーガニックシティ」の実現を目指す。令和3年7月から「自転車を活用したまちづくりを推進する全国市区町村長の会」会長を務める。

佐藤 樹一郎 大分県知事

昭和55年に通商産業省(現経済産業省)入省。中小企業庁次長、JETROニューヨーク事務所長などを経て平成27年から大分市長を2期務める。令和5年、大分県知事に初当選。県政の新リーダーとして、18市町村との連携を強化しながら地方創生に取り組んでいる。

※対談の内容は、1/1(月)~14(日)のケーブルテレビ佐伯「さいきほっとタイム」でも放映します。

反転攻勢の時！
観光促進で経済効果を

田中 佐伯市の人口は、平成17年に1市5町3村が合併した当時は8万3千人でしたが、令和5年には6万6千人まで減少しており、少子高齢化対策として関係人口を増やすことが政策の要となっています。そのため的手法として力を入れていることの1つが(外国人の定住促進)です。



佐伯市には造船業、水産加工工業などに従事する外国人技能実習生がたくさんいますが、今後は語学の習得からサポートできる体制を整え、さらに多くの外国人の方々に定住していただきたいと考えています。そして(イベントの開催)も大事な戦略の一つです。令和4年に「さいき桜まつり」を市内全域のイベントに拡大したところ、集客は従来の倍以上にあたる5万5千人、経済効果は2億2千万円に及び、関係人口を定着させるにあたって大きな自信となりました。

関係人口を増やす数々の取組

案内したのですが、佐伯市では大入島でオルレの体験や、オイスターを味わっていたり、などとして大変好評です。DC期間中にもたくさん観光客がお見えになるのではないかと考えます。コロナ禍の3年間、観光業は大変厳しい状況にあり、これから反転攻勢の時期ですね。

田中 そうですね。DCに向けて、佐伯市では新たな観光プロジェクトを練り「浦100」という独自のプロジェクトを

エクトを始動しました。江戸時代から「佐伯の殿様浦でもつ。浦の恵みは山でもつ」と伝わる豊かさが、百年先も栄えますようにという願いを込め、様々なキャンペーンを展開する予定です。

佐藤 ブリ、ヒラメ、伊勢えびなど、おいしい魚を多くの人に味わってほしいですね。視察旅行では、参加した皆さんに「すばらしいところがたくさんある」と言っていたり、また、大分県としてもDCを好機に魅力を大いに発信していきたいものです。

田中 また、近年はサイクルツーリズムも推進していきまして、昨秋には「全国シクロサミット」を佐伯市で開催しました。2日間の日程で「ツール・ド・佐伯」も同時開催したのですが、市内のホテルは満室、飲食店も賑わい、これに関してもかなりの経済効果がありました。

佐藤 時を同じくして初開催された「ツール・ド・九州」も大成功のうち



ちに閉幕しました。国際自転車競技連合公認のレースで、大分県では日田市をステージに世界トップレベルのレースが繰り広げられました。耶馬溪、国東、そしてOITAサイクルフェスなどもあり、以前から大分では自転車を活用したまちづくりが盛んですが、全国的にサイクルツーリズムへの注目が集まる今、田中市長には「自転車を活用したまちづくりを推進する全国市区町村長の会の会長としてその中心となり、さらに自転車文化を広げていただきたい」と思います。

田中 こうした大会の成功を受けて何より県民、市民の皆さんに「地域の底力を発揮できる時代だ」と実感してほしいですね。

佐藤 ちなみに、昨年からは自転車に乗る際にヘルメットの着用が努力義務



務となりましたが、大分県の着利率は全国第2位。安全が何より大事ですので、1位を目指してさらに多くの方々が着用くださるようご協力をお願いします。

広域交通の整備とふるさと納税への期待

佐藤 関係人口を増やすには、広域交通の整備も不可欠なので、県では東九州道の4車線化及び中九州横断道路との連結、東九州新幹線の誘致などに取り組んでいます。豊予海峽ルートまで実現すれば四国も身近になり、行き来が活発になるわけですよね。そうなれば別府温泉に浸かったその日に道後温泉を訪ねることも可能です。

田中 四国とつながれば関西の経済圏とも結ばれることになりまして、人流、物流が加速するルートとしてぜひ実現を期待しています！それ以前に、来年は大阪・関西万博が開催されますが、瀬戸内の各港に欧米から数多くのクルーズ船が寄港するでしょう。佐伯にも立ち寄って

もらう絶好のチャンス。クルーズ船はホテルも兼ねていますので、宿泊施設の少ない我がまちにとってはメリッとも大きく、滞在中に佐伯の良さを存分に感じていただけるよう魅力を高めていかねばと思います。

佐藤 関係人口といえば、ふるさと納税も大分と関わってもらうきっかけの一つになっているのではないのでしょうか。

田中 はい。佐伯市がふるさと納税に参加したのは平成20年のこと。当時はわずか13件、寄附金にして160万円でしたが、令和4年の実績は5万8千件、8億9千万円となりました。返礼品は約700種類あり、いずれも単価を安くしているのはリーダーを獲得していきたいからです。品物を信頼していただき、一過性の儲けではなく持続可能なふるさと納税を目指す戦略で、着実に件数を増やしている状況です。

佐藤 市町村それぞれに工夫しながら納税額を大きくしていただいていると感じています。県としてはこれまで、各市町村のお邪魔にならないよう、アルゲリッチ音楽祭のチケッ

トや東京にあるフラッグシップ坐来せらい大分の食事券などに限っていましたが、県でも市町村の産品を発信したほうが、市町村のふるさと納税額が増えていることが分かりました。今後は各自治体とタイアップしながら、県としての納税額も増やしてい



きたいと考えています。昨年の2千6百万円から10倍、100倍になるよう取り組んでいきます。

田中 おっしゃるとおり、県が旗を振っていただくことは大きな影響力があります。佐伯市の産品もぜひ扱っていただき、18市町村の共同戦線で互いに納税額を底上げしていけたら良いですね。大分県に名産品あり、ブランドありという気概を示していくことが県民の皆さんの明るい

希望にもなると思います。

南海トラフ地震の前後に備える

佐藤 近年、県内では高齢化などに伴い救急ニーズが高まっています。片や、県内に14か所ある消防本部では老朽化した機器の交換が必要で、人員不足の問題もあります。こうした背景をもとに、令和6年10月から県内市町村の消防指令業務を一元化することになりました。現在、大分市の荷揚町小学校跡地に建設中の複合公共施設内に共同通信司令センターを設け、大分市が県内すべての市町村から委託を受けて司令業務を共同運用します。県内全域からの119番通報をすべてここで処理し、市町村へ司令が飛ぶ仕組みです。一元化するメリットは、特に119番通報が混み合う災害時に発揮されるでしょう。回線が集約されることで多くの通報を受けられますので、当然、つながりやすくなります。それに、最新の通信機器を導入するなど、従来の約半分の人員で効率的に

防災・減災に向けた県と市町村の連携

運営できるようにもなります。

田中 共同運用については大変メリットを感じています。佐伯市にとっていちばん怖いのは、今後30年以内に70〜80%の確率で起きると言われている南海トラフ地震です。佐伯市だけで8千7百人の死者が想定されており、県内で最も大きな被害が見込まれています。そんななか、共同通信指令センターが完成すれば、もし佐伯市の消防機能が失っても各市からスムーズに救援を送っていただけますよね。非常に「安全・安心」が高まるシステムだと喜んでるところです。

佐藤 防災・減災に向けては、災害に強いまちづくりをしていくことはもちろん、訓練などで心の準備をしていくことも重要です。さらに災害のあとには復興が不可欠ですが、佐伯市は九州の自治体では初めて事前復興計画の策定に着手しましたね。

田中 ええ。南海トラフ地震だけではなく、近年は豪雨をはじめとする



様々な災害が各地で起こっています。いかなる災害が発生しようと、国や県、地域の協力を仰ぎながら短期間で復旧、復興をするための計画です。専門家の方々にご意見をいただきながら、令和8年までにまとめる予定です。

佐藤 復興の手順を定めることで日々の備えになるでしょうし、より災害に強いまちづくりも可能です。昨年、国が示したガイドラインなども参考に、地域ごとに計画を共有しておくことは、大変重要な取組ですね。県でも検討を早めていきたいと思っています。

田中 ぜひ、一緒に考えていきたいと思います！



決算のポイント

8億2,776万円の黒字決算

形式収支

469億3,865万円(歳入)
-459億2,867万円(歳出)

10億 998万円

実質収支

10億 998万円(形式収支)
- 1億8,222万円(翌年度へ繰り越すべき財源)

8億2,776万円

歳入は前年度比
3.2%減

市税が増加し、財政調整基金などの取崩しを行ったことにより、自主財源は11億2,426万円増収となりました。

地方交付税は2億7,259万円減少し、コロナ関連の交付金などの国庫・県支出金も減少したことにより、依存財源は26億9,872万円減収となりました。

歳入全体では15億7,446万円の減収となりました。

歳出は前年度比
3.3%減

義務的経費は人件費、扶助費、公債費がそれぞれ減少し、16億8,447万円の減額となりました。

投資的経費は台風14号に係る災害復旧事業費が増加したものの、普通建設事業費の減額により、5億8,792万円の減額となりました。

歳出全体では、15億7,127万円の減額となりました。

財政の指標

区分	令和2年度	令和3年度	令和4年度	類似団体平均(R3)
経常収支比率	97.2%	92.8%	94.5%	87.3%
将来負担比率	3.4%	負担なし	負担なし	18.0%
実質公債費比率	8.3%	8.7%	9.7%	6.6%

※経常収支比率とは…

市税や地方交付税などの使い道を定められていない歳入が、義務的経費(人件費・扶助費・公債費)など経常的な支出にどのくらい使われたかを表す比率。

この数値が低いほど、財政にゆとりがあります。

※将来負担比率とは…

借入金の残高など、自治体が将来負担する必要がある実質的な負債額が、その自治体の財政の大きさに占める割合を示したものの。この数値が低いほど将来的に財政が圧迫されにくいといえます。

※実質公債費比率とは…

自治体の実質的な借金が財政規模に占める割合。25%を超えると早期の健全化を求められます。

目的別歳出金額と主な事業

- 議会費……………2億8,181万円
- 総務費……………70億8,258万円
 - ふるさとさいき応援寄附金事業
- 民生費……………144億2,241万円
 - 生活保護扶助事業
 - 障害福祉サービス費等給付事業
 - 私立保育所等運営事業
- 衛生費……………36億7,449万円
 - さいきっ子医療費助成事業
- 労働費……………1,415万円
- 農林水産業費……………31億4,242万円
 - 漁協水産物加工処理施設整備事業
 - 長田地区水産生産基盤整備事業
- 商工費……………19億2,566万円
 - 地域消費喚起プレミアム商品券発行事業
- 土木費……………37億4,934万円
 - 女島橋架替事業
- 消防費……………14億3,499万円
 - 消防機庫建設事業
- 教育費……………27億8,816万円
 - 佐伯文化会館解体事業
 - 公民館施設耐震化事業
- 災害復旧費……………6億6,133万円
- 公債費……………67億4,194万円
- 諸支出金……………4,759万円

令和4年度

決算報告

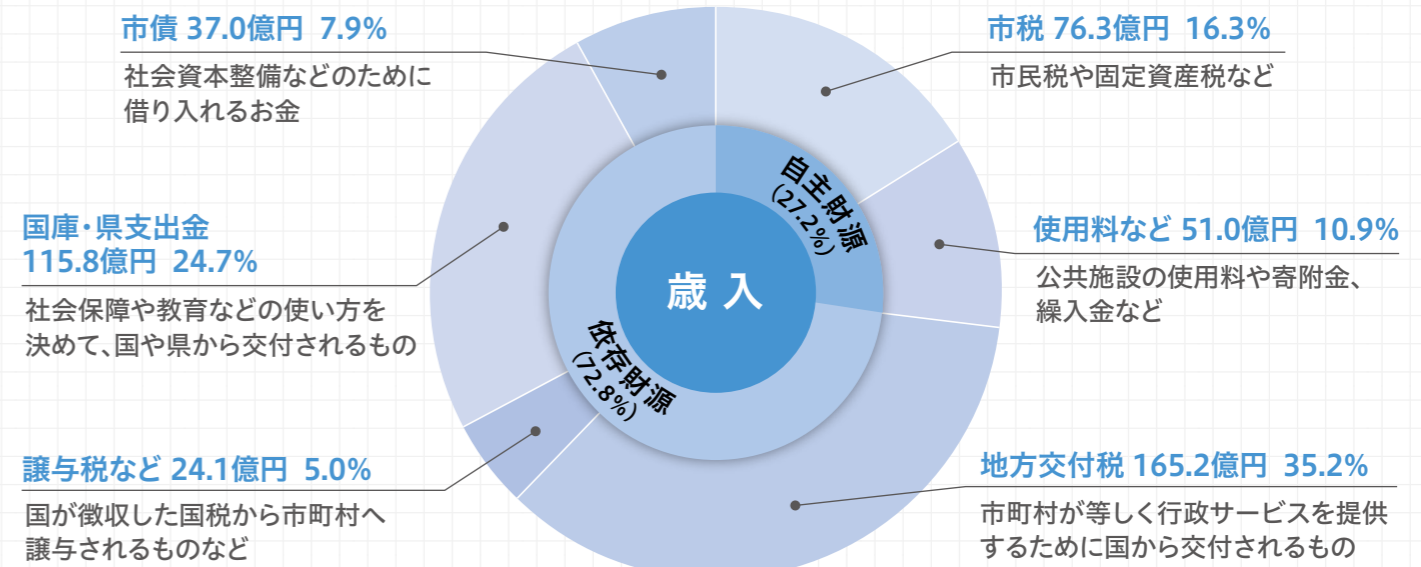
令和4年度の佐伯市の決算がまとまりました。市民の皆さんから納めていただいた税金や、国・県からの補助金などがどのように使われたかをお知らせします。

普通会計 歳入(収入) 469.4億円

前年度比 3.2% (15.7億円) 減

普通会計

佐伯市では一般会計、情報ネットワーク施設事業特別会計及び飲料水供給事業特別会計で構成。他の自治体との比較などのため用いられる会計区分です。



その他 48.3億円 10.5%

維持補修費、補助金、積立金、投資出資貸付金

繰出金 44.3億円 9.6%

特別会計へ支出する経費

物件費 80.7億円 17.6%

消費的な費用(人件費・扶助費を除く)

災害復旧事業費 6.6億円 1.4%

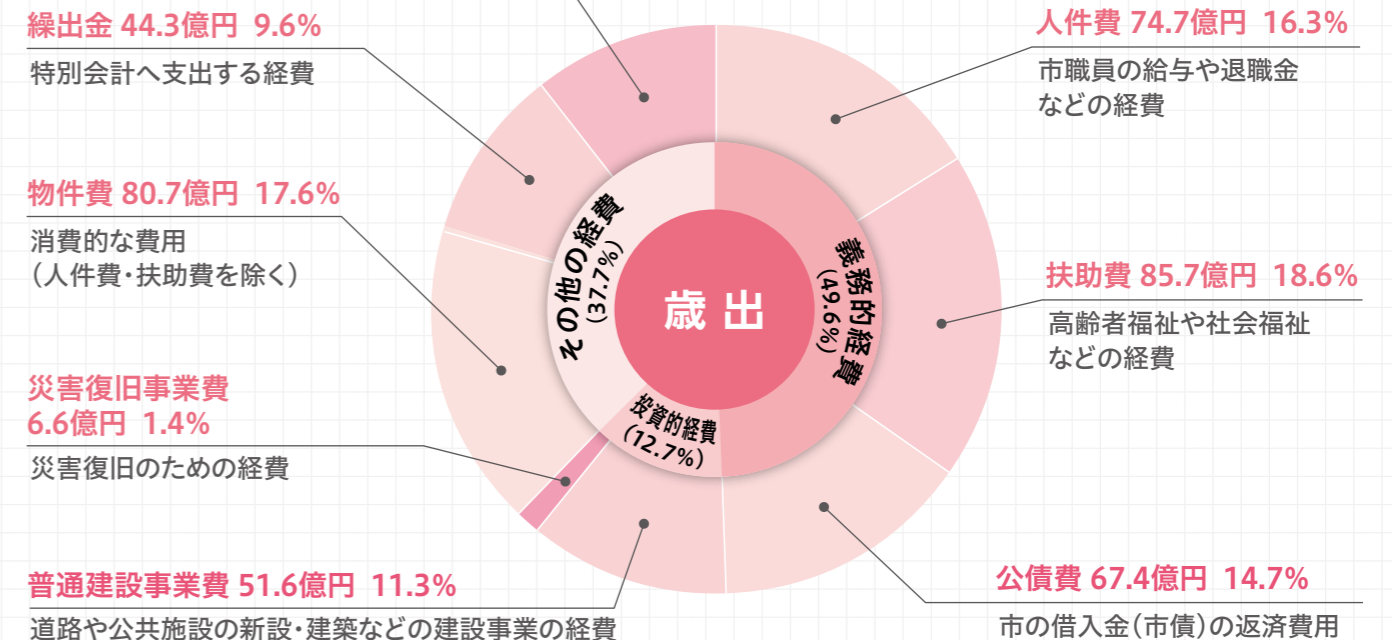
災害復旧のための経費

普通建設事業費 51.6億円 11.3%

道路や公共施設の新設・建築などの建設事業の経費

普通会計 歳出(支出) 459.3億円

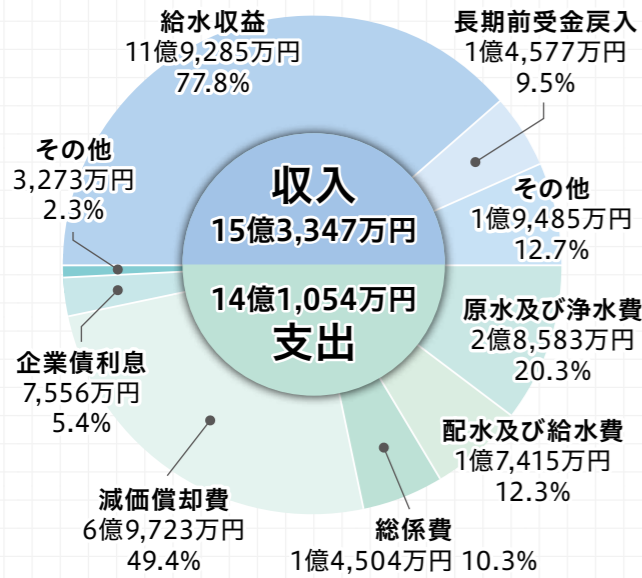
前年度比 3.3% (15.7億円) 減



企業会計の決算状況

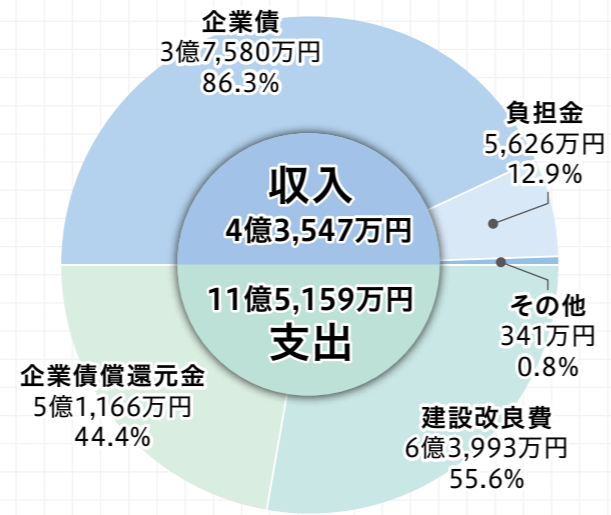
水道事業会計

●収益的収支…経営活動に伴う収入と支出



収入 15億3,347万円 (対前年度比1億372万円増)
 支出 14億1,054万円 (対前年度比 2,873万円減)
 差引き 1億2,293万円…純利益

●資本的収支…施設の整備や拡充に係る支出とその財源となる収入



収入 4億3,547万円
 支出 11億5,159万円
 差引き 7億1,612万円…不足額
 ※不足額は損益勘定留保資金(減価償却費など)などで補填しました。

基金(預金)の残高



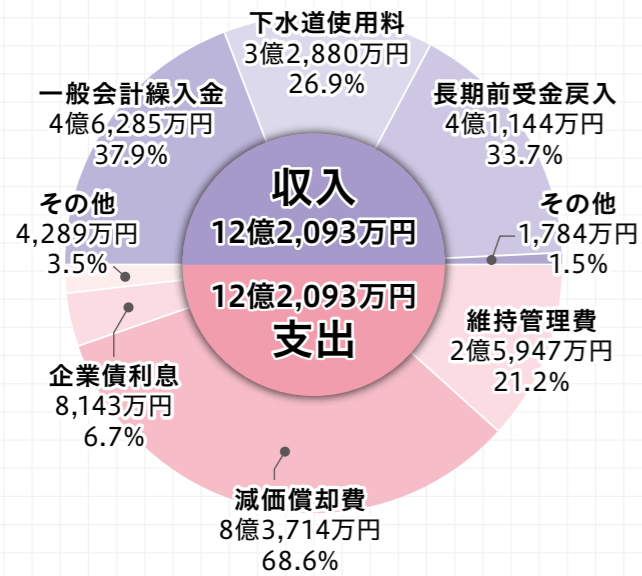
※財政調整基金、減債基金、その他基金の合算額を表しています。

市債(市の借金)の残高



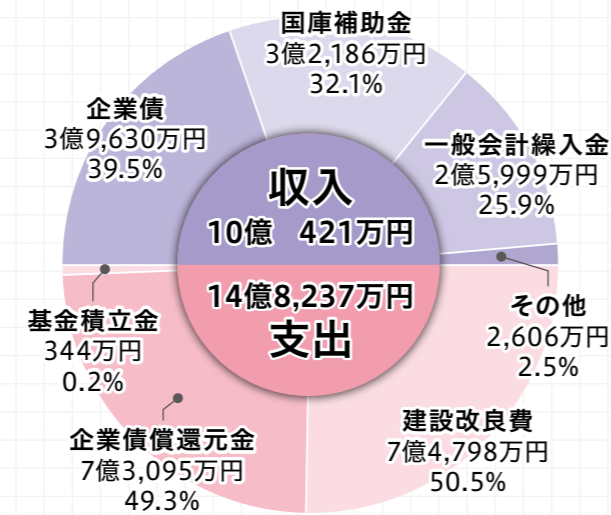
下水道事業会計

●収益的収支…経営活動に伴う収入と支出



収入 12億2,093万円 (対前年度比 1,816万円増)
 支出 12億2,093万円 (対前年度比 1,816万円増)
 差引き 0万円

●資本的収支…施設の整備や拡充に係る支出とその財源となる収入



収入 10億 421万円
 支出 14億8,237万円
 差引き 4億7,816万円…不足額
 ※不足額は損益勘定留保資金(減価償却費など)などで補填しました。

会計別決算収支の状況

(単位:千円)

	歳入総額	歳出総額	歳入歳出差引額	翌年度繰越財源	実質収支額
一般会計	46,467,259	45,459,352	1,007,907	180,152	827,755
国民健康保険(事業)	9,085,020	8,993,774	91,246	0	91,246
国民健康保険(直診)	140,493	140,493	0	0	0
後期高齢者医療	1,268,467	1,265,964	2,503	0	2,503
介護保険	9,511,865	9,417,794	94,071	0	94,071
介護予防支援事業	23,853	23,853	0	0	0
情報ネットワーク施設事業	1,039,716	1,037,649	2,067	2,067	0
地方卸売市場事業	32,303	29,596	2,707	0	2,707
大島航路事業	80,570	80,570	0	0	0
蒲江・深島航路事業	25,388	25,388	0	0	0
農業集落排水事業	534,006	531,809	2,197	2,197	0
漁業集落排水事業	239,772	239,340	432	432	0
小規模集合排水処理事業	6,874	6,874	0	0	0
生活排水処理事業	61,725	61,725	0	0	0
飲料水供給事業	41,079	41,079	0	0	0
合計	68,558,390	67,355,260	1,203,130	184,848	1,018,282

【問い合わせ】 普通会計・特別会計決算について: 財政課 財政係 (本庁舎5階85番窓口) ☎ 22-4592
 水道・下水道事業会計について: 営業課 庶務係 (本庁舎3階52番窓口) ☎ 22-4160



社会保険料控除のための納付証明書(申告用)を郵送します

問 税務課 債権管理係(本庁舎1階15番窓口) ☎22-4504

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の納付証明書を1月中旬に郵送します。
ただし、特別徴収(年金天引き)で納入している場合は、年金支払者(日本年金機構など)から送付される公的年金などの源泉徴収票にて納入済額をご確認ください。

郵送対象者

○国民健康保険税(普通徴収)

(1)～(3)のいずれにも該当する納税義務者

- (1)令和4年分の納付証明書を発行していること
- (2)令和5年中に国民健康保険税を納めていること
- (3)令和5年分の納付証明書を発行していないこと

○介護保険料(普通徴収)

令和5年中に介護保険料を納めている被保険者

○後期高齢者医療保険料(普通徴収)

令和5年中に後期高齢者医療保険料を納めている被保険者

郵送対象外

税務課15番窓口または各振興局の窓口で申請をお願いします(無料交付)。窓口申請の際には本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)をご持参ください。なお、個人情報保護のため、電話による納付済額の問い合わせにはお答えできません。



さいきプレ券の使用期限は1月21日まで

問 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



使用期限を過ぎた商品券は無効となります。

どのような事情があっても、現金への換金・返金などには一切対応できませんのでご注意ください。

プレ券1冊の内容はA券16枚、B券10枚となっております、使用できる店舗が異なります。

対応する店舗は、市のホームページや配布している「さいきプレ券取扱店舗一覧」チラシをご確認ください。



所得課税証明がコンビニエンスストアで取得できるようになります(1通150円)

問 税務課 債権管理係(本庁舎1階15番窓口) ☎22-4504
市民課 市民係(本庁舎1階1番～7番窓口) ☎22-4573

1月15日から、マイナンバーカードを利用すると、全国のコンビニエンスストアなどのマルチコピー機で、所得課税証明書が1通150円で取得できるようになります。(市役所窓口で取得する場合は1通300円)

また、住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍全部(一部)事項証明書、戸籍の附票の写しなどの証明書も、全国のセブンイレブン、ローソン、ファミリーマートのコンビニエンスストアに加え、ミニストップ、セイコーマート、イオン系列店舗内などに設置されているマルチコピー機(多機能端末機)で取得できます。

○コンビニで取得できる所得課税証明書について

- ・本人分のみ取得可能
- ・マイナンバーカードに有効期間満了前の利用者証明用電子証明書が搭載されており、その暗証番号がわかる人
- ・佐伯市に住民登録があり、所得情報がある人
- ・前年の所得金額、所得控除の内訳、市民税と県民税の金額などの記載があります。
- ・最新年度の証明は、毎年6月に更新されます。
- ・コンビニなどで交付される所得課税証明書には、税額控除などの内訳は記載されませんので、高等学校の就学支援用として使用できません。

○サービスが利用できる店舗

- ・セブンイレブン
- ・ローソン
- ・ファミリーマート
- ・ミニストップ
- ・セイコーマート
- ・イオン系列店舗



(イオン、ホームワイド、マックスバリュ)

※全国のマルチコピー機(多機能端末機)が設置されている店舗で利用できます。



給与を支払った人は「給与支払報告書」の提出が必要です

問 税務課 市民税係(本庁舎1階12番窓口) ☎22-4501

令和5年中に給与・賃金など(専従者給与やパート、アルバイト、日雇いを含む)

を支払った人は、「給与支払報告書」を提出してください。(副本の提出は不要)

詳しくは、市ホームページをご覧ください。早期提出にご協力をお願いします。



注意点

- ①1月1日時点で佐伯市に住民票がある人の分や、1月1日時点で佐伯市外に住民票があっても実際は佐伯市に住んでいる人の分は、佐伯市へ提出してください。

- ②給与支払報告書の提出枚数が多い事業所については、eLTAX^{エルタックス}や光ディスクによる電子的提出をお願いします。

提出期限 1月25日(木)



申請

建設工事・建設コンサルタントの競争入札 参加資格審査申請の受付

申問 契約検査課 契約係(本庁舎5階83番窓口) ☎22-3487

令和6年度に市が発注する建設工事や建設コンサルタント業務の競争入札参加資格審査申請を受付けます。(随意契約含む)

業種や資格など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

申請方法

必要書類を準備の上、契約検査課に提出してください。

※建設コンサルタント業務について、令和5年2月に申請し、すでに令和5・6年度競争入札参加資格のある人は申請不要です。

申請期間

2月1日(木)～29日(木)17時

※担当課必着(土・日・祝日を除く)

工事▶



コンサル▶



助成

飼い猫の不妊及び去勢手術費用を助成

申問 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

市内在住の人を対象に、市内で適正に飼育されている猫(生後4か月以上)の不妊及び去勢手術費用の一部を助成します。

助成対象など、詳しくは問い合わせください。

助成金額

オス:4,000円、メス:6,000円

申込方法

手術を受ける前に、申請者の身分証明書、猫の写真を持参し、環境対策課または各振興局で手続きしてください。

※猫の写真は正面・側面(模様が分かるように)が写ったもの2枚。

※販売目的の猫ではないこと。

助成が受けられる病院

・ココロアニマルクリニック……………☎23-3838

・広瀬動物病院……………☎22-0757

※手術費用は、病院に問い合わせください。

※飼い犬の不妊及び去勢手術費用の助成も行っています。詳しくは問い合わせください。





各種食育ワークショップを開催

【ところ】さいき城山桜ホール キッチンコート(いずれも)

○ごまだしを使ったアレンジ料理を作ろう

郷土料理のごまだしを使って、おうちでも生かせるアレンジ料理を教わります♪ ごまペペなどの試食付。お子さんとのご参加も大歓迎!

[と き] 1月6日(土)10時~12時

[講 師] 八木 仁 氏(旬彩一会・仁)

[定 員] 12人(先着順)

[参加費] 1,500円

[申込方法] 二次元コードで申込受付中



※イラストはイメージです

○こんなところにもオーガニック!?

オーガニックワイン(またはぶどうジュース)、軽食を食べながらオーガニックにふれてみませんか!

[と き] 2月2日(金) 18時~20時30分(受付17時30分~)

[講 師] 染矢 弘子 氏(スローカフェ・茶蔵) [定 員] 12人(先着順)

[参加費] 3,000円 [申込方法] 1月5日(金)から二次元コードで申込



○楽しいデザートプレートの盛り付け

カフェオーナーと一緒に、おいしく見える盛り付け方を学びます。おいしい試食付き♪

[と き] 2月3日(土)13時~15時

[講 師] 高瀬 茉里 氏(Café MARY.)

[定 員] 12人(先着順)

[参加費] 2,000円

[申込方法] 1月5日(金)から二次元コードで申込



◆問い合わせ…まちづくり佐伯(さいき本舗城下堂内) / ☎28-6464 ※火曜、日曜定休



アスリート料理を学ぶ会

陸上競技などのスポーツと食の関係に着目し、調理工程見学や試食を通して、実践的で取り入れやすいアスリート料理について学びます。心も体も健康に競技に取り組むための「食」を考えてみませんか。

[と き] 1月27日(土)18時30分~20時30分

[ところ] さいき城山桜ホール キッチンコート

[講 師] 河野 辰也 氏(フランス料理 ムッシュ・カワノ) [定 員] 20人(先着順)

[参加費] 500円 [申込方法] 1月4日(木)から二次元コードまたは電話で申込



◆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



女性が輝く、さいきキャリアデザインセミナー

~私が、私らしく輝いていくために~

「家庭も仕事もバランスよく働きたい!キャリアアップを目指したい!」という女性のための連続講座です。

① 講義テーマ

【未来から今を考える】

[と き] 2月14日(水) 13時30分~16時

[ところ] 本庁舎6階 第1委員会室

② 講義・実践

【ビジネスマナーを学ぶ】

[と き] 2月21日(水) 13時30分~16時

[ところ] 本庁舎6階 第2委員会室

[対 象] いつか働きたい、何かはじめたいと考えている女性(おおむね20~50代)

[講 師] 森脇 淳子 氏(ウィズキャリア代表・キャリアコンサルタント)

[定 員] 20人(無料) [申込方法] 電話で申込みください。

◆申込・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



令和6年度 佐伯市児童クラブ入会のご案内

4月からの入会を希望する人は、**説明会に参加の上**、各クラブに申し込んでください。また、活動内容や申込方法などはそれぞれ異なりますので、詳しくは各クラブにお問い合わせください。

また、夏休みのみの児童クラブ(小1～3年生対象)の入会希望者も同時に募集を行います。

※幼稚園児は児童クラブのご利用ができませんのでご注意ください。



※入会説明会の場所に記載がない場合は、各児童クラブで行います。

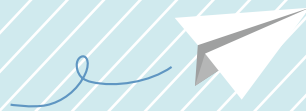
小学校区	クラブ名	説明会	申込用紙配布	申込期間	決定の通知期日	問い合わせ
佐伯	さいき元気っ子クラブ	2/1(木) 19時30分～	説明会時のみ配布	2/2(金)～2/9(金)	2月下旬	☎23-0311 小野
佐伯東	ひがしなかよしクラブ	2/2(金) 19時～	説明会時のみ配布	2/5(月)～2/14(水)	2月下旬	☎22-7949 小原
渡町台	めだか児童クラブ あめんぼ児童クラブ	2/2(金) 19時～ ※新規利用者のみ	2/2(金)～	2/3(土)～2/9(金)	2月下旬	☎24-0388 仲尾・田中
	にじの丘児童クラブ にじの丘キッズクラブ	1/26(金) 19時～ 渡町台地域コミュニティセンター	説明会時のみ配布	1/27(土)のみ	2月初旬	☎22-5046 山崎・加藤
鶴岡	つるおか子どもの家 つるおかわんぱくクラブ つるおかにこにこクラブ	1/26(金) 19時～	説明会時のみ配布	1/29(月)～2/2(金) 17時30分まで	2月末	☎20-0726 富高・本田
上堅田	星の子児童クラブ	2/9(金) 19時～	説明会時のみ配布	2/13(火)～2/19(月)	2月	☎23-5300 杉田
下堅田	下堅田児童クラブ	2/2(金) 19時～	説明会時のみ配布	2/5(月)～2/9(金)	3月上旬	☎23-8123 清松
木立	木立ゆめっ子クラブ	2/9(金) 19時30分～	2/9(金)～2/22(木)	2/9(金)～2/22(木)	2月下旬	☎28-3677 中山
八幡	海の子児童クラブ	2/1(木)・2/2(金) 19時30分～	説明会時のみ配布	2/3(土)～2/10(土)	2月下旬	☎27-6504 中村
東雲	上浦放課後児童クラブ	2/2(金) 17時30分～	説明会時のみ配布	2/2(金)～2/10(土)	3月	☎32-5021 鈴木
明治	明治児童クラブ	2/2(金) 19時30分～ 弥生児童館	2/2(金)～2/14(水)	2/5(月)～2/14(水)	3月上旬	☎46-2633 竹尾・柴田
	あおぞら児童クラブ					
上野	上野児童クラブ	※左記4クラブ合同 で行います (新規利用者のみ)	2/2(金)～2/14(水)	2/5(月)～2/14(水)	3月上旬	☎46-2244 河野
切畑	切畑児童クラブ					☎46-2830 高司
本匠	あゆっこ児童クラブ	2/2(金) 19時30分～	2/2(金)～2/14(水)	2/5(月)～2/14(水)	3月上旬	☎56-5485 野村
宇目緑豊	重岡児童クラブ	2/2(金) 19時30分～	2/2(金)～2/9(金)	2/2(金)～2/13(火)	2月	☎53-2782 戸高
直川	なおかわ児童クラブ	2/5(月)～ 新規利用者のみ随時説明	2/5(月)～2/17(土)	2/5(月)～2/17(土)	3月中旬	☎58-2488 柳井
松浦	つるみ児童クラブ	2/2(金) 19時～	2/2(金)～2/16(金)	2/2(金)～2/16(金)	3月中旬	☎33-1223 加嶋
米水津	よのうづ子どもクラブ	1/26(金) 16時30分～	1/26(金)～2/9(金)	1/26(金)～2/9(金)	2月	☎35-6639 山田
蒲江翔南	蒲江放課後児童クラブ	2/2(金) 19時～ 蒲江児童館	説明会時のみ配布	2/5(月)～2/9(金)	2月下旬	☎42-1620 木許
全地域 (小1～3)	夏休み児童クラブ	2/3(土) 19時～ 弥生児童館 ※事前にご連絡ください	2/3(土)～2/14(水)	2/5(月)～2/14(水)	3月上旬	☎46-2677 植木

問 こども福祉課 こども福祉係(本庁舎2階48番窓口) ☎22-3972

人の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.
09



すが かま ぼこ てん 菅蒲鉾店

佐伯市向島2丁目12-14 ☎22-0333

https://www.facebook.com/sugakamaboko/?locale=ja_JP (facebook)

従業員数:5人



動画はこちら。



愛されて100余年！老舗蒲鉾店

100年以上の歴史を誇る菅蒲鉾店。地元で取れた新鮮な魚を使ったかまぼこや天ぷらはさいき製品にも登録されており、「独特の弾力、歯応えがあり、魚の味が濃」と市内はもちろん、市外、県外からわざわざ買いに来る人もいほど人気です。

現在、製造を手掛けるのは4代目の菅英介さん。魚のすり身は気温で固さが変わるため、その日の天候に合わせて魚の身を臼で時間を、塩を入れるタイミングなどを考え、深夜1時から一つひとつ心を込めて手作りしています。

お正月の食卓を彩る「くじやく」

昔ながらのエソ蒲鉾、野菜天、ご

ぼ天、チーズフライなど種類豊富な商品の中でも特に人気なのが佐伯の郷土料理「くじやく」。うちの密のひと手間を加えるのがポイント。食感など食べれば違いが分かります。お正月前は飛ぶように売れるので家族総出で5,000個前後用意するのですが、「おいしい」「菅さんのくじやくが好きなんよ」そんな声を聞くと疲れも吹き飛びます。今後は伝統を守りつつ、新たな商品開発にも挑戦したいという菅さん。佐伯豊南高校の新たなくじやく作りに協力するなど、地域とともに歩みながら、かまぼこ、天ぷらの可能性を追求しています。

会社のここが好き

製造、梱包など家族みんなで役割分担しながらがんばっています。さいき海の市場〇で月1回行う対面販売では、大丁天など、日ごろ店に並ばない珍しい商品も登場するのでぜひ遊びに来てください。

※4 オキヒイラギのすり身天ぷら。毎回あるとは限りません。



スタッフ
すがゆきこ
菅由起子さん

※1 商品は市内のマルミヤストア(弥生店以外)、道の駅やよいなどで販売 ※2 店舗によって取扱いが異なります ※3 ゆでたまごを色付きの魚のすり身で包んで揚げたもの

ジビエ



単独猟とは



犬を連れ、1人で山に入るスタイル。犬がほえて寝ている動物を起こし、猟師の元へ誘導。そこを銃で撃ちます。



猟師

さとう よしたか
佐藤 好隆さん
(左)モモ (右)リリー

[佐伯市弥生尺間周辺]

ジビエ直売



加工場「ジビエ佐藤」で真空パックの猪肉、鹿肉(ブロック/スライス)^{※3}を販売。まずはお電話を。
☎090-1084-1086

※3 猟の状況によって肉がない場合もあります。



◀動画はこちら。

野生鳥獣を解体処理して、肉用として販売するためには、食品衛生法で定められた食肉処理業または食肉販売業の営業許可が必要です。

※1 販売用以外もすべて食べます。 ※2 ストレスは肉の味に大きな影響を及ぼします。

「山の神様に感謝し、命をいただく」
佐藤さんが『こだわり猟師』と呼ばれる理由は4つ。
「山の神様に猟のお許しをもらえるよう、神様に顔向けできないことはしない」「獲物や利益に執着しない」「山の恵みに感謝し、供養の気持ちを含めてすべておいしくいただく」「ジビエの普及を目指し、品質を追求」。そのため、仕留めるまでの時間が短く、猪や鹿がストレスを感じにくい単独猟^{※2}を行い、捕獲から解体まで長年の経験に基づいた最善の方法を実践しています。熱い想いが詰まった「こだわりのジビエ」を一度味わってみませんか。

山の神様に感謝し、命をいただく

「山の神様に感謝し、命をいただく」
小さな頃から山、川、海を遊び場とし、猟やジビエを身近なものとして育った佐藤好隆さんが猟師になったのは20年ほど前。「高齢化などで身近な猟師がどんどん引退してしまった。このままだとおいしいジビエが味わえなくなってしまう。じゃあ、自分がやればいかなって」。現在は、猟師、会社員という二足のわらじを履き、大好きな自然の中で命と向き合いながら、忙しくも充実した日々を送っています。

大自然に魅せられて



サイクル さいきりんぐ

元旦は自転車で初日の出を見に行きませんか？海岸線沿いのサイクリングコース「上浦周辺コース」なら、県内屈指の人気初日の出スポット・豊後二見ヶ浦に立ち寄った後、すぐそばの神社で初詣もできます！

上浦編 愛車で初日の出を見に行こう！

02 暁風の滝 瀧三柱神社

浅海井駅

01 豊後二見ヶ浦
上浦中央公民館

03 マリノポリス 記念公園(幸せの鐘)

上浦周辺コース

- ・所要時間 約4～5時間
- ・総距離：約35km
- ・道：平たん

※豊後二見ヶ浦周辺のみなら2時間程度

狩生駅

大入島

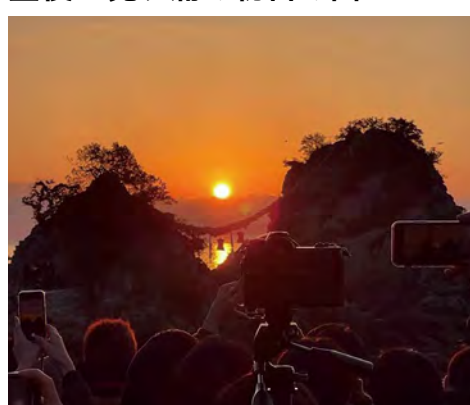
佐伯駅 **佐伯駅から初日の出を目指してスタート！**

01 豊後二見ヶ浦の初日の出

日の出時刻
7時15分頃

※日の出時刻は変わる可能性があります。

夫婦岩を結ぶ長さ約65m、重さ約2トンの大しめ縄の間から昇る初日の出は息をのむ美しさ。6時30分頃から花火の打ち上げも予定しています。



02

たきみはしら
瀧三柱神社
で初詣

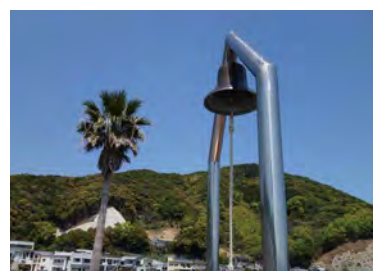
約6分



鎌倉時代の創建と伝わる由緒ある神社。周囲には美しい暁風の滝や日本庭園風の公園も。

約6分

03 幸せの鐘



マリノポリス記念公園の幸せの鐘を鳴らすと願いが叶うかも!?

安全運転で

日の出前は暗いので、出発前に自転車のライトがきちんと点くかチェックしましょう。反射板やヘルメットなど安全グッズの準備もお忘れなく。

安全に
気をつけて
スタート!



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



ひぐち しょういち
樋口 将一さん
自転車歴15年

- Q1. 使用している自転車はどんなタイプの自転車ですか？
A. ロードバイクです。佐伯中を走っています。
- Q2. 佐伯市のサイクリングおすすめスポットを教えてください。
A. いろいろありますが、特に空の公園が好きです。坂を登りきったあとの頂上の眺望が超最高で、おすすめです！

間越での1枚 /



佐伯市内は絶景スポットがいっぱい！

普段は書道の先生をしています。自転車が大好きで、市内を愛車で巡っています。山の木々や鳥のさえずりから季節の変化を感じられます。

次号は、「**池田 蘭護さん**」をご紹介します！

さいき桜まつり参加者 [団体] を募集します!!

【とき】3月30日(土)・31日(日)

さいき桜まつりで各種イベントに参加して、まつりを盛り上げてくれる人(団体)を募集します。
※内容によってはお断りする場合があります。
※応募者多数の場合は、事前に選考することがあります。

募集期限
1月31日(水)
17時



募集5 集え!のど自慢『春の歌げんかまつり』 出場者募集!

さいき城山桜ホール大ホールにて開催するカラオケ大会「春の歌げんかまつり」の出場者を募集します。

【とき】【予選】3月30日(土) 10時~17時(予定)【本選】3月31日(日) 12時~14時(予定)

【応募条件】 ●どなたでも可 ※18歳未満の場合、保護者の同意が必要です。
●マイク2本を使用する範囲であれば人数は問いません。

【募集組数】 80組 ※応募が募集組数を超えた場合は抽選(非公開)。

【参加費】 1組1,000円

※詳しくは、二次元コードをご確認ください。

◆申込・問い合わせ…さいき城山桜ホール ☎24-2228

募集1 桜パレード

3月31日に実施予定の桜パレードに参加する地域グループや団体などを募集します。



募集2 ステージイベント出演者

さいき桜まつりの野外ステージで、伝統芸能やダンスなどを披露してくれる団体などを募集します。



募集3 会場内での販売など出店者

桜まつりの2日間、会場内での各種販売を行う出店者を募集します。

【出店料】 1万円/1日

※小間数に限りがあります。

※市内の事業者・主催者招待団体を優先します。

※希望者多数の場合は、抽選。

◆申込・問い合わせ…観光課 観光国際係(本庁舎2階38番窓口) ☎22-3942

募集6 菊姫行列 2024参加者

募集期限
2月14日(水)



3月30日の夜、かつて佐伯藩に実在したとされる「菊姫」を再現した「菊姫行列」を開催します。



第13代菊姫 [募集人数] 1人

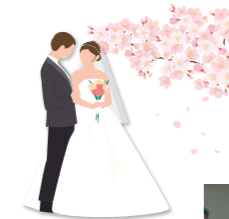
【申込資格】 満15歳以上(中学生を除く)で、市内在住、市内出身または市内の事業所や学校などに通っている女性(身長150~160センチ程度が望ましい)

行列出演者 [募集人数] ・小学5~6年生程度の女子2人 ・中高生女性数人
・成人女性数人 ・18歳以上の男性10人

【申込資格】 市内在住、市内出身または市内の事業所や学校などに通っている人

◆申込・問い合わせ…菊姫行列実行委員会・吉岡 ☎050-5438-2094

募集4 桜まつり ウェディング 出演カップル



さいき桜まつりで結婚式を挙げてみたいカップルを募集します。



◆申込・問い合わせ…
地域振興課 市街地活性化係(本庁舎2階42番窓口) ☎22-4203

令和6年度から市民税・県民税とあわせて 森林環境税の賦課徴収が始まります

令和6年度から、森林の整備及びその促進に関する施策の財源として、森林環境税(国税)が課税されます。年額1,000円を国に代わり賦課徴収し、その税収の全額が森林環境譲与税として、全国の都道府県・市町村へ譲与されます。

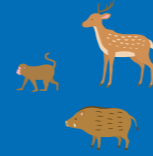
市民税・県民税は、東日本大震災復興基本法に基づき、年額1,000円が加算されていた臨時的措置が終了し、新たに森林環境税が導入されます。そのため、森林環境税の導入によってただちに年税額が増加されるものではありません。詳しくは市ホームページで公表していますので、ご覧ください。



問 税務課 市民税係(本庁舎1階12番窓口) ☎ 22-3115



イノシシ、シカ、サルによる 農林産物への被害でお困りの方へ



令和6年度向けの有害鳥獣被害防止対策事業の要望受付を行います。補助内容及び受付期限は、次のとおりです。

◆ 補助対象基準

	柵の種類	大分県補助 (補助金額:資材費のうち 補助対象経費の2/3)	佐伯市補助 (補助金額:資材費のうち 補助対象経費の1/2)
イノシシ	電気柵	延長200m以上の設置	延長100m以上の設置
	トタン柵	延長300m以下までの設置	延長300m以下までの設置
	鉄線柵	延長1,000m以上の設置	延長1,000m未満の設置
	イノシシ・シカ併用電気柵	延長200m以上の設置	延長100m以上の設置
シカ	シカネット ※ステンレス入りのネットに限る	延長100m以上の設置	延長50m以上の設置
サル	電気柵	延長100m以上の設置	
	防護柵	延長100m以上の設置	

◆ 申込に必要な物

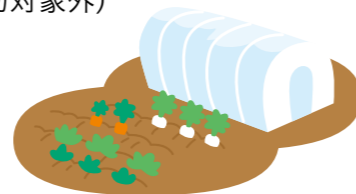
申込者の印鑑、見積書、設置場所の分かる地図

◆ 受付期限

1月31日(水)

◆ 留意事項

- ・農林業を営むための耕地面積が100㎡以上の田畑などが補助対象
- ・柵の延長は、現地における設置延長が基準(延長が不足の場合は、補助対象外)
- ・柵の設置完了期限は、原則として11月末まで
- ・破損、故障などによる買い替えは補助対象外
- ・柵の申請後の設置中止は原則不可
- ・応募多数の場合は抽選(抽選会は佐伯市役所内)



申 問 林業課 林業振興係(本庁舎3階61番窓口) ☎ 22-4214 または各振興局

森林環境譲与税を活用し、森林整備や担い手確保 などに取り組んでいます

森林環境譲与税は、国内での森林整備などが緊急の課題であることを踏まえ、令和元年度から前倒しで、国から私有林人工林面積、林業就業者数及び人口による基準により按分して、全国の都道府県・市町村へ譲与されています。森林率87%を有する本市では、この財源を活用して、持続的な林業の推進や森林の公益的機能を発揮させるため、森林の整備や人材育成・担い手の確保、木材利用の促進などの施策に活用しています。詳しくは市ホームページで公表していますので、ご覧ください。



主な取組 (令和4年度実績)

区分	活用額(千円)	主な取組内容
森林整備関連	110,382	<ul style="list-style-type: none"> ◆「伐って、使って、植えて、育てる」ことで資源を循環させる「佐伯型循環林業」を推進するため、再造林や保育作業(下刈・除伐・間伐、鳥獣防護柵の設置)に対する補助金交付 ◆停電を未然防止するため、倒木により電線を断線させるおそれのある樹木を事前に伐採 ◆適切に管理されていない未整備森林の解消を図るため、森林所有者との協定による森林整備の実施や整備促進への補助金交付 ◆公益的機能が強く将来にわたって保全すべき松林の病虫害被害を防止するため、自治会などによる防除活動の補助金交付 ◆森林環境譲与税業務の体制の整備(システムの利用、会計年度職員の雇用などにかかる経費)
路網整備関連	60,298	森林整備の基盤である路網整備を促進するため <ul style="list-style-type: none"> ◆スラグ舗装等による林道整備 ◆森林作業道の開設・補修への補助金交付及び原材料(生コン)支給
人材育成 担い手対策	1,524	林業の担い手の確保及び人材育成のため <ul style="list-style-type: none"> ◆新規就業者の職場教育研修実施に対する補助金交付 ◆中高生を対象に林業就業に向けた見学・体験学習会の実施 ◆林業者、製材業者の労働環境改善に向け資機材の整備・購入の補助金交付
木材利用	12,162	木材利用の促進や普及啓発を図るため <ul style="list-style-type: none"> ◆公共建築物(本匠振興局庁舎・消防機庫)の木造・木質化の実施 ◆市内で生まれた赤ちゃんへ、誕生祝い品として食器類(皿・スプーン)を地域材で作製し、贈呈 ◆東京オリンピック・パラリンピック選手村で使用された市産材を再利用して作製した「本の面出し台」を、市内小中学校に配備
合計	184,366	令和4年度に国から譲与(配分)された森林環境譲与税額は160,212千円であり、不足分は森林環境譲与税基金(積立金)を取崩して運用を行いました。



佐伯型循環林業の推進



災害に強い路網の整備



中高生に向けた林業見学会

問 林業課 林業振興係(本庁舎3階61番窓口) ☎ 22-4214



北川ダムとは？



大分県企業局
ダム管理部 佐藤さん

北川ダムは、北川総合開発事業の一環として、田代川・中岳川・市園川の合流点付近に洪水調節と発電を目的に、昭和37年8月に建設された、多目的アーチ型コンクリートダムであり、大分県企業局が管理しています。国道326号を車で通過する際に車窓からも見える位置にあり、近くには道の駅宇目、うめキャンプ村、唄げんか大橋、藤河内溪谷などの観光スポットがあります。

北川ダム湖環境整備推進協議会とは？

北川ダム湖環境整備推進協議会は、関係団体が一体となり、北川ダム湖周辺の環境整備を推進し、地域住民はもとより、清流北川を守り、流域周辺の社会的、経済的地位の向上に資することを目的に、平成16年4月に設立しました。主な活動内容として、水質検査や県境を越えた北川水系でつながることもたちが自然環境の大切さを学ぶとともに、交流を深めてもらう目的で、北川ダム見学、水生生物調査、魚のつかみ取り、アウトドア体験などを宇目緑豊小学校・北川小学校の協力により、行っています。

夏季交流事業の様子



秋季交流事業の様子



北川ダム周辺環境の保全のため、佐伯広域森林組合と連携して再造林を促進！

大分県企業局は、北川ダムの水源かん養や環境整備を目的に、北川ダムに注ぐ河川の源である森林の再造林を促進するため、佐伯広域森林組合と連携し、その再造林に必要な苗木費用の一部を支援しています。今後は、北川ダム付近の景観整備を目的に、ダムに訪れる方々の癒しの空間となるよう森林整備を行っていく予定です。

問 北川ダム湖環境整備推進協議会(事務局:宇目振興局 地域振興課)
☎ 52-1111

苗木植え付け



さいき城山桜ホールインフォメーション

入場無料

エクスポ Expo2024 佐伯市民万博 ～日常の積み重ねがスペシャルを生み出す～

文化芸術を楽しむ市民のための発表会です。カルチャーサロン受講生や市内で活動する25団体が参加します。

と き 2月24日(土)・25日(日)

《ステージ発表》

大ホール 開演11時～(開場10時30分)

《作品展示》

小ホール、アートプラザ 10時～閉館(25日16時まで)
押し花おきな草の会、都府樓焼陶芸教室、カルチャー
サロン講師・受講生の出演

《体験教室》

スタジオ(101・102)、創作工房 ほか
11時～ ※詳細はホームページをご覧ください。

ステージ発表

2月24日(土)

佐伯シニアミュージカルクラス、楽団ふたり、ゆっくり二胡、
X OITA、ツイてるキクチ、シニアのための脳トレピアノ教室
ほか

2月25日(日)

いりこボーイ&ちりめんガールズ、こどもミュージカル軽音楽部、
米水津漁り火コーラス、星野匡平、Saikiキッズコーラス
Arosat el Bahr、フラオマカナナレオアロハ佐伯ロイヤル
チーム ほか

チケット好評発売中!!

TICKET

かちひろこ

可知寛子プロデュースイマーシブ・ミュージカル
ミュージクエスト

MUSIQUEST -魔法の言葉のものがたり-

と き 1月20日(土)・21日(日)

2日間

① 12時30分 開演

② 16時 開演

(1日2回公演、全4回)

定員 各回30人程度

チケット 〈一般〉1,000円

〈高校生以下〉500円

『宝くじ文化公演』

太田裕美・庄野真代がオーケストラで歌う

歌園迎賓館

と き 2月10日(土)

15時30分 開場

16時 開演

チケット 〈一般〉

2,500円[当日3,000円]

〈65歳以上・高校生以下〉

1,500円[当日2,000円]

※未就学児入場不可

2021年 第18回

シヨパン国際ピアノコンクール第4位入賞

小林 愛実 ピアノ・リサイタル

と き 2月23日(金・祝)

13時30分 開場

14時 開演

チケット 〈指定席〉3,000円

〈自由席〉2,000円

※未就学児入場不可



ツキイチ映画

2月上映作品



『ロストケア』

と き 2月3日(土)

① 14時～

② 19時～

[上映時間114分]

ところ 大ホール

(全席自由)

※入場口は1階

定員 各回200人

チケット 一般:500円

高校生以下:200円

©2023「ロストケア」製作委員会

[当日券の販売は窓口まで
問い合わせください。]

募集期限

1月12日(金) 17時まで

カルチャーサロン講師募集

さいき城山桜ホールで4月
から新たにカルチャーサロンの
講座開設を希望する講師
を募集します。



応募資格 これまで文化サークルなどで講師としての
経験がある人で、月に2～4回の講座を
開催することのできる人

申込 募集のお知らせをご覧いただき、申込フォーム
から申込みください。

問い合わせ さいき城山桜ホール ☎24-2228 休館日:第2・第4火曜日(祝日の場合は、その翌日の平日)

※各申込・チケット購入は、さいき城山桜ホール窓口のほか、インターネットからでもできます。

〈ツキイチ映画を除く〉

※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。



くらしの
情報



各種お知らせ

市税の納付期限

1月は住民税4期、国民健康保険税8期の納付月です。期限内の納付をお願いします。

※市税の納付は便利な口座振替、スマートフォンアプリ(ペイペイ・ラインペイ・ペイジー・ゆうちょペイ)をご利用ください。納税が困難な場合は徴収猶予の制度がありますので、詳細は市ホームページまたは税務課窓口までお問い合わせください。
税務課 収納係(本庁舎1階16番窓口)
22・3182

福祉保健部各種計画策定に係るパブリックコメントの実施について

福祉保健部で策定を進めている各種計画に係るパブリックコメントを行います。

募集期間 1月26日(金)まで

●佐伯市高齢者福祉計画及び第9期介護保険事業計画
高齢者福祉課 介護保険係(本庁舎1階10番窓口)
22・3117
FAX 22・3914
メール kaigo@city.saiji.lg.jp

募集期間 2月5日(月)まで

●第4期佐伯市地域福祉計画
第2期佐伯市成年後見制度利用促進基本計画を含む。
※第1期佐伯市再犯防止推進計画を含む。
福祉保健企画課 企画管理係(本庁舎2階46番窓口)
22・4684
FAX 23・6002
メール fhkakuka@city.saiji.lg.jp
●第5次佐伯市男女共同参画計画

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)

FAX 23・6002
メール fhkakuka@city.saiji.lg.jp

第4次佐伯市障がい者計画

●第7期佐伯市障がい福祉計画、第3期佐伯市障がい児福祉計画を含む。
障がい福祉課 障がい福祉係(本庁舎2階47番窓口)
22・4514
FAX 23・6002
メール syougai@city.saiji.lg.jp

募集
それに対する市の考え方を合わせて公表します。

県営住宅入居募集

※通常募集住宅

種類	住宅名	戸数
一般	上久部	2
一般	女島	2

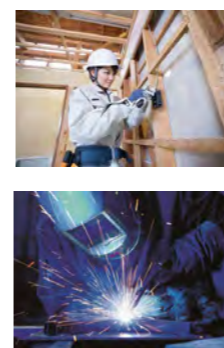
県営住宅は、59歳以下の単身の人も入居が可能です。
申込期間 1月9日(火)〜15日(月)

抽選会 1月16日(火)
入居日 3月1日(金)

障がい・公営住宅管理センター
22・3190

再就職を目指す皆さんへ
受講生募集(ハローワーク)

●3月受講生
募集コース 電気システム科、ものづくり溶接科



田舎の町の整備工場、みなさまに
支えられ感謝の38年
うめのたいへい
(有)大平自動車
なんでもご相談に乗ります!
コンピュータ診断認定店 新車中古車販売 車検整備 板金塗装 溶接修理
お取扱い: 大型特殊 普通車 軽四 重機 セニアカー
TEL 0972-52-1830
〒879-3201 大分県佐伯市宇目大字大平279番地

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 遺品整理
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。

佐伯看護学院生徒募集

とき 二次入試: 1月20日(土)
ところ 佐伯看護学院
申込期間 二次入試: 1月12日(金)まで
試験科目 国語、面接
※試験結果によっては、三次入試を行います。
岡佐伯看護学院
23・1310

講習・講座

佐伯市民大学令和四教室(後期)第7回講座のお知らせ

日時 1月21日(日)15時〜17時(受付14時30分)
ところ 佐伯東地区公民館
題名 グループ研究プロジェクト企画のためのワークショップ 第1回
講師 杉浦嘉男氏(日本文理大学名誉教授)
申込方法 二次元コードを読み取って申込用紙に記入
岡地元学の会事務局
48・9293

令和6年度大分県立盲学校高等部入学者募集

対象 視覚に障がいのある人(年齢不問)
募集学科
・本科普通科(中学校卒業の人)
・専攻科(高校卒業以上の人)
出願期間 2月13日(火)〜19日(日)

佐伯市創業セミナー開催

新規創業を目指す人などを対象に、創業に向けた知識を身に付けていただく

認知症家族介護教室

内容
①財務会計の基礎知識
②ビジネスプランと資金計画づくり
③マーケティングの基本
④雇用についてなど
定員 30人
申込方法 二次元コードから申込フォームに入力
岡商工振興課 商工係(本庁舎2階36番窓口)
22・3943

相談

県ライフサポートセンター
仕事・くらしの日常相談

大分県労協ライフサポートセンター相談員が、市民・勤労者などの職場や暮らしの問題解決に向けてサポートします。
とき 月曜〜金曜日※平日9時〜17時
ところ ソレイユ6階
相談内容 多重債務、医療・福祉、消費者被害、過払い請求、保険の見直し、住まいやお墓に関する相談など
相談方法 電話、面談

試験

第3回危険物取扱者試験

相談料 無料(予約不要)
※後日、弁護士・税理士などに相談する場合は別途料金が必要になる場合があります。
岡一般社団法人 大分県労働者福祉協議会
097・538・3211
とき 3月3日(日)10時〜14時
ところ 大分大学
試験種類 乙種第4類のみ
願書配布場所 消防本部予防課
受付期間
●電子申請 1月13日(土)〜22日(月)
●書面申請 1月16日(火)〜25日(木)
岡消防試験研究センター 大分県支部
097・537・0427



日商簿記検定試験

とき 2月25日(日)
ところ 佐伯商工会議所
申込期間 1月9日(火)～29日(月)
受験料
●2級 4,720円
●3級 2,850円
岡佐伯商工会議所検定係
☎22・1550

伝言板

20歳からスタート！
国民年金

国民年金は、老後の生活だけでなく、不慮の事故などで私たちの生活の安定が損なわれないよう、保険料でお互いを支えあう制度です。加入手続や保険料の納付がないと、将来年金が受け取れないことがあるのでご注意ください。
種類と特徴
○老齢基礎年金 老後を支えます。
○障害基礎年金 病気やけがで障がいの状態になった時に支えます。

ご存じですか？
検察審査会

検察審査会は、犯罪の被害者などから検察官の不起訴処分を不服として申立てがあったときに、選挙権を有する国民の中から「くじ」で選ばれた11人の検察審査員が、その不起訴処分を審査します。
検察審査員に選ばれたと

アサリ掘り一般開放区
閉鎖のお知らせ

これまで、西浜海岸の一部をアサリ掘りの一般開放区としていましたが、アサリの資源量が減少したことに加え、漁場の監視費用が増大したことから、1月1日から当面の間、アサリ掘りの一般開放区を閉鎖します。また、西浜海岸全域において、ハマグリ、アサリ、マテガイなどの一般採捕は、禁止されています。
資源保護のため、ご理解いただきますようお願いいたします。
岡佐伯地区漁業権管理委員会(大分県漁業協同組合 佐伯支店内)
☎22・0034

「ご家庭に眠っている食品はありませんか？」
フードドライブを実施します

フードドライブとは、各家庭で使い切れない未使用食品を持ち寄り、食に困っている人や子ども食堂などを支援する活動です。
次の日程で実施しますので、ご協力ください。
とき 1月15日(月)～19日(金)
ところ 佐伯市社会福祉協議会(社会福祉センター内)
食料の種類 長期常温での保存が可能なもの(米、乾物、インスタントラーメン類、レトルト食品、缶詰類、スナック菓子類、調味料など)
岡佐伯市社会福祉協議会
☎23・7450

「かまエフォトコンテスト」
開催！

の村交流館
岡越来だんせへ市実行委員会・戸高
☎090・8220・1892
テーマ 蒲江のイベント・祭り・観光(時期問わず)
応募方法
①二次元コードから投稿
②佐伯市観光協会蒲江支部 InstagramをフォローしてDM
③電子記録媒体(CDなど)で提出
応募期間 2月2日(金)まで
賞品 蒲江特産品
○最優秀賞 10,000円分相当
○優秀賞 5,000円分相当
○佳作 3,000円分相当
その他 受賞者には個別で連絡。作品は後日高平キャンプ場管理棟で掲示
岡蒲江振興局地域振興課地域振興・市民サービス係
☎42・1112

就職活動で悩んでいる人を
応援します！

働くことや1人で就職活動を進めることに不安を感じていませんか？
サポートでは、「働く」に踏み出したいあなたを応援します！
相談や支援は無料です。お気軽にご連絡ください。(要予約)
対象
・15～49歳の人とその家族
・働きたいと思っている人
・現在、働いておらず、家事も通学もしていない人
岡おおいたサポステ県南常設サテライト(仲町商店街)
☎28・6117

岡越来だんせへ市

その日の朝に水揚げされた旬の魚が勢ぞろい！活魚のセリ、軽食販売、加工品販売など
とき 1月21日(日)8時30分～魚が無くなるまで
ところ 佐伯市米水津海辺

大入島トンド火まつり

とき 1月13日(土)19時～21時
ところ 大入島中学校グラウンド
内容 トンド焼き、佐伯神楽、餅まきなど
交通 佐伯魚市場(葛港)から無料臨時船を運航します。

佐伯市職員の懲戒処分について

以下のとおり職員の懲戒処分を行ったので、「佐伯市職員の懲戒処分の公表に関する基準」により、お知らせします。
■懲戒処分に至った事実の概要
農業委員会事務局所属の本市職員は、令和5年10月21日(土)午前、由布市挾間町の東九州自動車道上り線路側帯に休憩のため停車中、警察によるアルコール検知検査を受けた。その結果、基準値を超える呼気1リットルあたり0.40ミリグラムのアルコールが検出され、酒気帯び運転として検挙された。
■懲戒処分を受けた職員及び処分量定
[所属] 農業委員会事務局 [補職名] 事務局長
[年齢] 58歳 [性別] 男 [処分量定] 免職
■懲戒処分を行った日
令和5年10月27日(金)
問い合わせ
総務課 職員係(本庁舎5階82番窓口) ☎22-4154

岡大入島地区公民館

「人形劇団やじろべえ」公演
とき 1月27日(土)10時30分～11時30分
ところ 佐伯東地区公民館2階
入場料 1家族200円
内容 大型仕掛け絵本、パネルシアター、人形劇など
岡さいき読み聞かせ連絡協議会・甲斐
☎090・4341・8164

西浜清掃のお知らせ

とき 1月28日(日)8時～9時
ところ 西浜海岸
岡つな☆ばんプロジェクト・水沼
☎080・1731・7960

佐伯市への寄附

《香典返し》※()内は物故者
▽内山田 兵司(初幸)
…中野河内区

不用なパソコンの宅配便による無料回収について

市では、「小型家電リサイクル法」の認定事業者である「リネットジャパンリサイクル(株)」と協定を締結し、不用なパソコン・小型家電の宅配便による回収を推進しています。利用方法は以下の通りです。

利用方法

簡単3ステップ!

ステップ1 申込み

リネットジャパンへ申込
<http://www.renet.jp>

ステップ2 詰める

パソコンなどをダンボールに詰める

ステップ3 回収

宅配業者が希望日時に自宅から回収

※ダンボール箱は、お客様がスーパーなどでご用意ください。有料オプションで、専用ダンボール(1箱493円※税込)もご用意しております。

どんなパソコンでも回収できます!
どんなに古くてもOK! HDDが無いPCもOK! 壊れて動かなくてもOK!

パソコン周辺機器も、一緒に回収可能です。

接続・電源ケーブル モニター マウス・キーボード パソコンパーツ・基盤

データ消去も安心!
国が認定した工場です。安全・確実に消去します。
パソコンの初期化だけでは個人情報などのデータは消えていません。
●無料のデータ消去ソフトを提供しています。
●リネットジャパンリサイクルが消去作業を行い、消去証明書を発行する(別料金)サービスもあります。

パソコンを含むと1箱分無料
箱に入れば周辺機器なども詰め放題です!
※箱のサイズは3辺の合計が140cm以内、重さ20kg以内

リネットジャパンリサイクル(株) <http://www.renet.jp> リネットジャパン 検索
問い合わせ専用窓口 リネットジャパンリサイクル(株) ☎0570-085-800

岡 清掃課 庶務係(エコセンター番匠) ☎22-3984

今月の
この1冊!働く君に伝えたい
「考える」の始め方

著/出口 治明 出版社/ポプラ社

情報過多の時代に見失いがちな「自分で考える力」のつけ方を、立命館アジア太平洋大学学長の出口さんが、わかりやすく解説してくれます。情報を正しく知る方法や、知識の幅の広げ方など、社会で生きる大人に役立つ1冊です。

スーパーにある材料で薬膳でも試してみよか

監修/杏仁 美友 出版社/オレンジページ

この冬、なんだか調子がでない人におすすめの1冊。スーパーにある身近な食材で、心と体をいたわるとはんを作ってみませんか? 「気」「血」「水」など、漢方の観点から見る体質チェックもできます!

あおをはっけんしたちいさなヤン
みならいえかきのおはなし作/ジャン-リュック・アングルベール 訳/はしづめ ちよこ
出版社/イマジネーション・プラス

その昔、葛飾北斎も愛したといわれる青色「プルシャンブルー」。偶然生まれたその色の史実と、ヤン少年の成長の物語。全文ひらがなで書かれている絵本なので、こどもから大人まで楽しめます♪

初春にこの1冊 /
各講座・イベント紹介

「本の福袋」をご用意しています♪

年初めに、おすすめの貸出本が入った福袋をご用意しています!

思いがけず新しい本との出会いが待っているかも?おまけ付きです♪

と き/1月4日(木) ~ ところ/1階
おひとり様1袋まで **※限定110袋**

※貸出本が3冊入っています。2週間以内にご返却ください。

※なくなり次第終了します。

「CD付き英語絵本」貸出できます♪

「CD付き英語絵本」とは、英語で書かれた絵本に、朗読CDが付いています♪歌やリズムに合わせて英語を学ぶことができます!

貸出できますので、ぜひご利用ください。

ところ/1階 恵光文庫横

各上映会 (1月)

■子ども上映会

ふしぎ駄菓子屋銭天堂 四巻 ビッグリもなか(90分)
1月20日(土)…15時

■上映会 ※同一作品を月2回上映します

星新一の不思議な不思議な短編ドラマ 2(150分)
1月14日(日)・31日(水)…13時30分

教養講座 リラックスヨガ教室

と き/2月3日(土) 14時30分~16時

ところ/2階 多目的ホール

定 員/15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

申込期間/1月15日(月)~定員に達するまで

※動きやすい服装でご参加ください。

年末年始休館日のお知らせ

12月29日(金)~

令和6年1月3日(水)は休館します。



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▶



vol.33

たいじょうほうしん
帯状疱疹に気をつけましょう

対象

成人全般



帯状疱疹とは？

帯状疱疹は水痘^{すいとう}（みずぼうそう）と同じウイルスで起こる病気です。

水痘が治った後も、ウイルスは体内で潜伏し、過労やストレスなどで免疫力が低下すると発症します。50歳以上になると発症率が高くなり、80歳までに3人に1人が発症するともいわれています。原因となる水痘ウイルスに対する感染流行調査では、成人の9割以上が抗体を持っていることから、ほとんどの人が感染していると考えられ、誰もが帯状疱疹を発症するリスクがあります。

帯状疱疹の症状は？

症状には個人差がありますが、体の左右どちらかの神経に沿って、痛みを伴う赤い斑点と水ぶくれが帯状に出現します。腕や胸、背中など多くは上半身に見られますが、顔や首などに生じることもあります。

水疱^{すいほう}（水ぶくれ）ができる2～3日前からピリピリ・チクチクとした神経痛のような痛みが起り、1週間程度たつと、水疱が多発し、発熱、頭痛といった症状がみられることもあります。通常は2～4週間で皮膚症状がおさまります。皮膚症状が治った後も、長い間痛みが残る帯状疱疹後神経痛（PHN）になる場合があります。高齢になるほどPHNに移行する割合が高いことから、高齢者は特に早期発見・早期治療が重要となります。



治療のポイント

抗ウイルス薬をより早期に使用することで効果が高くなります。

体の片側にズキズキ、ピリピリした痛みを感じたり、その部分に発疹が現れたりするようであれば、早めに医療機関を受診してください。



予防のポイント

①日頃の体調管理が重要です。

バランスのとれた食事、十分な睡眠などの規則正しい生活習慣、適度な運動などできるだけ健康的な日常を保つことで、ストレスを減らし、免疫力を低下させないように心がけましょう。

②予防接種

50歳以上の人は帯状疱疹ワクチンを接種することで、発症予防、重症化予防が期待できるとされています。現在、2種類のワクチンがあり、効果や回数などに違いがあります。また、これらのワクチンは予防接種上「任意接種」となるため、接種費用については全額自己負担となります。ワクチンの接種を希望される場合は、かかりつけ医や最寄りの医療機関へご相談ください。



1・2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ホームページをご覧になるか、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
佐伯	和楽	1月18日(木)・22日(月)・28日(日)	9時～11時	○
	佐伯市医師会館	2月14日(水)	9時～10時	—

佐伯市国民健康保険特定健診・若年者健診受診券の有効期限は2月29日(木)、後期高齢者健診受診券の有効期限は3月31日(日)です。集体会場のほかに、個別登録医療機関でも受けられますので、早めの受診をお願いします。

■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**

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

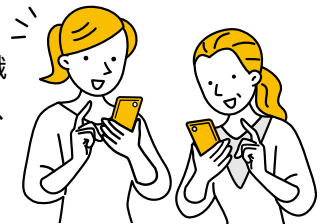
佐伯市医師会
ホームページ▶



問い合わせ/健康増進課 健診係(和楽1階) ☎23-7022

市公式LINE新機能ぞくぞく追加しています!

市公式LINEリッチメニューの新機能が追加されています。これまで市役所の窓口に行かないとできなかった申請手続きなどがお家や職場でできるように。また、いつ起こるかわからない、そんな災害に備えるため、防災メニューも充実しています。まずは、友だち登録をしていただき、ぜひご活用ください。



機能一覧

- ・市政情報取得
- ・市のイベント情報取得
- ・住民票の申請
- ・税証明の申請
- ・水道開閉栓の申請
- ・ごみ分別チャットボット
- ・国保の脱退申請 (NEW) など

友だち登録

市公式LINEに友だち登録するには、LINEアプリを取得後、二次元コードをスキャン、または「@saiki_city」をID検索して登録してください。友だち登録後、アンケートにしたがって受信設定を行ってください。※受信設定を行わないと情報を取得できません。すでに友だち登録を行っている人についても、メニューの「受信設定」をタップし、質問に回答してください。

二次元コードスキャン



ID検索

@saiki_city

問い合わせ/秘書広報課 広報係(本庁舎5階90番窓口) ☎22-3281

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	時間	9~17時
1月 7日	からしま医院	弥生上小倉 46-0312
1月 8日	水沼医院	駅前 23-0123
1月14日	上尾皮膚科	大手町 22-7800
1月21日	伊藤循環器内科クリニック	長島町 25-1700
1月28日	東内科医院	中村東町 22-2916
2月 4日	神宮医院	宇目小野市 54-3014

歯科	時間	9~17時
1月 7日	コスモタウン歯科	鶴岡西町 28-7885
1月 8日	やよい歯科医院	弥生井崎 25-3825
1月14日	東歯科医院	蒲江浦 42-0067
1月21日	ファミリー歯科・こども歯科	中の島 20-0648
1月28日	古田歯科医院	城下東町 22-1409
2月 4日	きよなが歯科クリニック	鶴岡町 20-0702

常時受付

西田病院(鶴岡西町☎22-0180)、御手洗病院(蒲江浦☎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)、菅根病院(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	時間	10~12時(日曜日)
1月 7日	西田病院小児科	鶴岡西町 22-0180
1月14日	桑畑小児科医院	中村東町 22-1965
1月21日	塩月内科小児科医院	女島 20-0070
1月28日	西田病院小児科	鶴岡西町 22-0180
2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	時間	~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:救急医療を要することも ◎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(R5年8月生)…………… 1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(R4年6月生)…… 1月30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(R2年7月生)…………… 1月25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)………… 1月16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

- のびのび教室(8~9か月児)………… 1月23日(火)
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。



※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。	1月 9日(火) 10時～12時 1月12日(金) 10時～12時 1月17日(水) 10時～12時	鶴見地域コミュニティセンター 下堅田地区公民館 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	1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
精神保健 福祉相談	1月16日(火) 14時～16時	南部保健所	南部保健所 ☎22-0562
ひきこもり 家族の会	1月17日(水) 13時30分～15時		
行政書士 無料相談会 遺言や遺産相続手続き、 契約書・内容証明作成な どのほか、生活の困り事 について相談に応じます。	1月17日(水) 13時30分～16時30分 1月18日(木) 13時～15時	ジェイコム J:COMホルトホール大分 予 (大分市) 市役所本庁舎2階 203会議室(予約優先)	大分県行政書士会事務局 ☎097-537-7089
不動産市民相談	1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
認知症の人と 家族の会	1月12日(金) 10時～15時 1月19日(金) 13時～15時 1月26日(金) 13時～15時 2月 2日(金) 13時～15時 2月 9日(金) 10時～15時	社会福祉センター	認知症の人と家族の会 ☎22-7708
障がい者 特設相談室	1月15日(月) 13時30分～16時	蒲江地区公民館	障がい者相談支援センター すきっぷ ☎24-8521
弁護士相談	1月18日(木) 13時30分～15時30分	社会福祉センター 予	佐伯市社会福祉協議会 ☎23-7450
民生委員 心配ごと相談	1月10日(水) 13時30分～16時	社会福祉センター	佐伯市社会福祉協議会 ☎23-7451



田中市長の 主な公務日誌

11月



市長インスタ
始めました

- 1(水) ● 燻製ナッツ「とびたてスナッツ」新商品完成及び佐伯市ふるさと納税取扱い開始報告会
● 第一生命保険株式会社企業版ふるさと納税受納式
- 3(金) ● 史跡 佐伯城跡 国指定記念講演会&トークセッション
- 6(月) ● 総合教育会議
- 7(火) ● 東九州自動車道中央大会
- 8(水) ● 安全・安心の道づくりを求める全国大会
- 13(月) ● 大和冷機工業株式会社企業版ふるさと納税受納式及び感謝状贈呈式
- 14(火) ● 自転車を活用したまちづくりを推進するための提言・要望活動

- 15(水) ● 海事業業に対する支援・要望活動
- 16(木) ● 第18回佐伯市老人クラブ大会
- 18(土) ● さいきオーガニックなレストラン
● 佐伯港街バル
- 19(日) ● 第1回佐伯フルマラソン大会
● 第10回KODO -魂動-(ムエタイ大会)
- 20(月) ● ガールズグループSPiNのメンバー、YUMENAさん(佐伯市出身)来庁
- 21(火) ● 「さいき食の七福神めぐり」プレスリリース
- 22(水) ● 大地酒造株式会社新商品発売報告会
- 23(木) ● 佐伯市民大学「令和四教堂」第7回講演会
- 26(日) ● 九州オールレ さいき・大入島コース 秋冬オールフェア
● 第52回佐伯芸術文化祭
● なおかわ実リフェスタ
- 29(水) ● 外国人技能実習生(ベトナム・ミャンマー)修了セレモニー
- 30(木) ● 佐伯市地域おこし協力隊退任報告会

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!

すくすく元気に育ってね♡

いつも笑わせてくれてありがとう♡



これからも仲よし姉妹でいてね♡

お名前 (左) 中川 結愛ちゃん
ゆあ
2018年7月生まれ
みゆ
(右) 中川 心結ちゃん
2020年7月生まれ



お名前 (右) 高野 梓ちゃん
あず
2018年6月生まれ
(左) 高野 陽菜ちゃん (真ん中) 高野 美桜ちゃん
ひな みお
2021年8月生まれ 2022年11月生まれ



お名前 平川 陽葵ちゃん
ひまり
2021年10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

11月末日現在/前月比

人口 6万5,759人 (-11)

男 3万0,726人 (-64)

女 3万5,033人 (-47)

世帯 3万2,907世帯 (-14)

救急・火災発生

11月中

救急件数 295件
(年間累計3,353件)

火災件数 0件
(年間累計18件)

石油・電気ストーブなど火災発生のおそれがある暖房器具の取り扱いには、十分注意しましょう!

交通事故

11月中

死者 0人

負傷者 9人

人身事故 8人

物損事故 134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

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



佐伯市 X
(旧ツイッター)



佐伯市
公式
LINE

次号発行日

次号市報さいき
2月号は

2月1日(木)
発行です

◎3月号の原稿締切は1月16日(火)です。市報発行日を含む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

11月に100歳を迎えられました。おめでとうございます。

・塩月イサエさん(米水津色利浦)・池邊 嘉代さん(稲垣)・三浦 秀逸さん(稲垣)
・重 壽さん(東町)・中藪マサ子さん(蒲江竹野浦河内)

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
しています!



材料(4人分)

- ホウレンソウ …………… 200g
- ニンジン …………… 40g
- プロセスチーズ…………… 20g
- すりごま ……………12g(大さじ2)
- A ● 濃口しょうゆ……………12g(小さじ2)
- 砂糖 ……………10g(大さじ1強)

作り方

- ①ニンジンは長さ3cmのせん切りにし、水からゆでて取り出し水気を切る。同じお湯でホウレンソウをゆでてしぼり、長さ3cmに切る。
- ②プロセスチーズは5mm角に切る。
- ③ボウルにAを合わせ①を和える。均等に混ざったら②を加えて軽く混ぜる。

★1人分 エネルギー58kcal
カルシウム96mg、鉄分1.4mg
食塩相当量0.6g、野菜量60g

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

野菜の水気をしっかり切ることで、少ない調味料でもおいしく食べられます。



彩りが良く、お弁当にもぴったりの一品です。ホウレンソウやチーズ、ごまからカルシウムも取れます。

問い合わせ/健康増進課 保健係 (和楽1階) ☎23-4500

ほかにも！ 食生活改善推進協議会の「40周年記念レシピ集」をホームページで紹介しています。

ホウレンソウのチーズごま和え

食推さんの！

うま塩レシピ



プレゼント付き！

vol. 21

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！

(有)糀屋本店
糀の人気調味料セット 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。

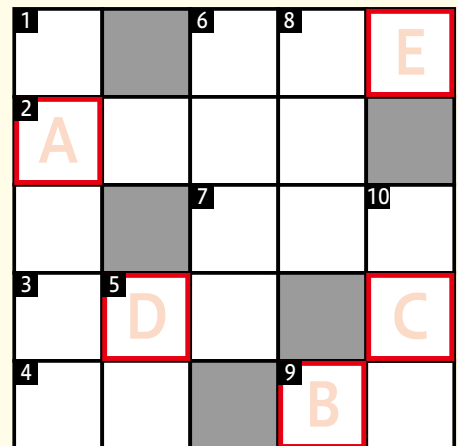
ヒント：普段出てこない力の事「火事場の馬鹿力」もその一種

たてのカギ

- ①呼び水ともいい、ある事柄をひきおこすきっかけとなるもの。
- ⑤知らない人に会うと〇〇てきた猫のように大人しくなる。
- ⑥去年は佐伯市で初めて42.195km走るフル〇〇〇〇が行われた。
- ⑧徳川家康が最初に祀られたのは静岡市の〇〇〇山といわれている。
- ⑩お好み焼きに似た韓国料理で油で平たく焼いた粉食。

よこのカギ

- ②高い声の女性歌手や、その声域をもつ歌手のこと。
- ③鏡餅の上のにのせるのは、コレじゃなくて橙。
- ④砂肝ともいうけど、九州では砂〇〇ともいう。
- ⑥よい初夢を見るにはコレの下に七福神の絵を置く。
- ⑦最近の車はさまざまな安全〇〇〇がついてから安心。
- ⑨囲碁で、黒が白に与えるハンデのこと。



キーワード

A B C D E

12月号の
答え
「ヒノヨウジン」

キ	オ	ヒ	レ
ジ	ヨ	ヤ	ノ
ユ	ル	デ	シ
ガ	ト	メ	
オ	オ	ソ	ウ

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

1/15まで
消印有効

こちらからも
ご応募で
きます。▶

