

# 市報 さいき

2026

2

No.417







みんなで育てる

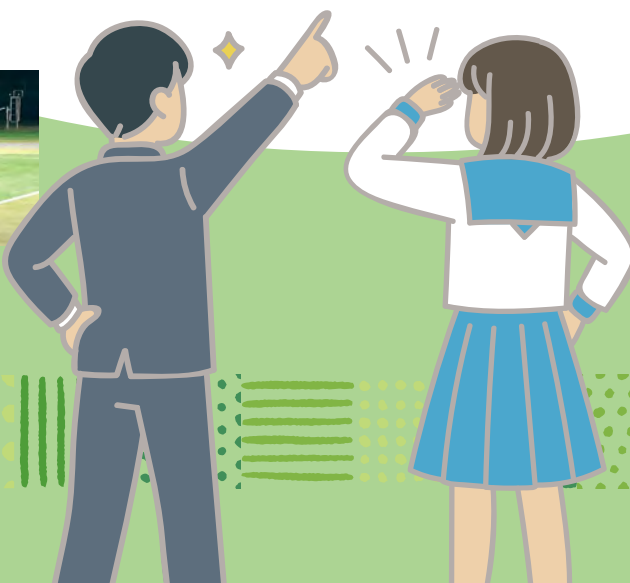
# 中学生の 文化・スポーツ活動

## 始まっています



少子化や教員の働き方改革といった背景から、これまで公立中学校が主体となり担ってきた部活動が、少しずつ地域に展開されています。これによって、希望する競技が選べなかったり、チームが組めなかったりと、本来取り組みたい活動ができなかった環境から、自由に楽しく、また、より専門的に、スポーツや文化的な活動ができる可能性が広がっています。

今号では、佐伯が進めている部活動の地域展開のモデルとともに、生徒たちの選択肢の広がり、指導者や保護者と共につくっていく未来を見ていきましょう。



## 令和8年度からの中学生の文化・スポーツ活動について

令和8年度からは、全ての中学校で休日の部活動を行わず、希望する中学生が新たな環境に参加できる体制整備に取り組めます。

平日	休日
学校に設置、募集されている <b>部活動</b> に参加	<b>地域クラブ活動</b> に参加 (各団体が設立した) <b>地域クラブ活動</b> 保護者会運営型 <b>地域クラブ活動</b>
<b>地域クラブ活動</b> に参加	
<b>部活動・地域クラブ活動の両方</b> に参加	地域クラブ活動に参加しない (塾や習い事、趣味や家庭での時間に休日を活用)
部活動や地域クラブ活動に参加しない	

市の地域クラブ活動一覧はこちらから▶



## 佐伯の中学生の文化・スポーツ活動、その未来は？

部活動が地域に展開されると、生徒にとって具体的にどんな選択の可能性が待っているのでしょうか？

様々な種目から  
選べる

部活動



学校にある  
種目から選ぶ

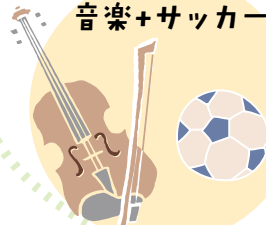
地域クラブ



学校の垣根を超えて  
今までの部活動にはなかった  
種目を選べる

複数種目も  
選べる

例えば…  
音楽+サッカー



例えば…  
テニス+バレー+陸上



自分のレベルで  
できる



技術を向上させて  
試合に臨みたい



勝ち負けにこだわらず  
楽しく活動したい

生活スタイルに合わせて  
活動できる

例えば…

平日は  
テニス  
週末は  
バスケット  
ボール

平日と週末で  
種目を変える

平日だけ  
週末だけ



スポーツも文化系も  
選択OK

文化



スポーツ



無理せず  
自分のペースで  
できそう！





部活動が地域に展開されると、新たな担い手になるのは、地域クラブの指導者と、保護者会運営型地域クラブの指導者になります。それぞれの思いや活動の魅力、実際に所属する生徒たちの声を聞いてみました。

## 地域クラブ型

### 佐伯山海塾



#### クラブの活動日

●火・金曜日…18時30分～20時30分

●土曜日…9時～12時

※休日は不定期で練習試合を開催

### 指導者代表



なかみや かずひろ  
仲宮 和宏さん

より専門的で手厚い指導が  
生徒たちの士気を高めています

各中学校の剣道部員数が減少し、単独校では団体戦に出場できない、部活動顧問が剣道経験者でないため専門的な指導を受けられない、などの背景から環境改善を目指し、佐伯市剣道連盟の主催で地域クラブ「佐伯山海塾」を立ち上げました。

市内の道場の生徒や、中学校から剣道を始めた初心者が参加しています。指導者は連盟に所属し、専門的な指導ができるため、大会や昇級審査で結果も出ています。保護者も送迎など協力的にサポートしてくれています。剣道は基本的な礼儀も身に付き、練習後の達成感もあります。興味のある人はぜひ参加してほしいです。

### 生徒



とだか れんと  
戸高 怜音さん  
えとう こころ  
江藤 心さん

せっさたくま  
切磋琢磨できる仲間が増えて  
良い刺激になります

指導してくれる先生が多いので、いろいろな視点からアドバイスをもらえるところが魅力です。道場や校区を越えて、剣道を通じて同年代の仲間と交流でき、お互いに刺激し合いながら技術を伸ばしています。また、学校の部活では女子が少なかったけれど、地域クラブに入ったら仲間が増えて、とても心強く感じています。これまで剣道部がなかった中学校の生徒も中体連の大会に出られるようになり、練習がない日は自分の地域の道場に通えるなど、環境が良くなったと感じています。これからは県総体で上位を目指してがんばりたいです。



## 大分県地域クラブ活動等指導者人材バンクへ登録しませんか？

大分県では、こどもたちのスポーツ、文化芸術活動の指導やサポートができる人材を募集しています。これまでの経験を生かし、未来に花咲く才能を伸ばすサポートをしませんか？興味のある人は、人材バンクへ登録ください。



詳しくは  
こちら



大分県地域クラブ活動等  
指導者人材バンク  
クラサポおいた



## 保護者会運営型



### 指導者代表



こんどうともゆき  
近藤 智幸さん

### 地域とともに手をつなぎ 子どもたちの成長を支えたい

クラブチームへ移行し、練習時間なども含めてより柔軟な活動が可能になりました。指導者は学校教員を含む数人での体制で、生徒の学校での様子も見ながら指導をしています。また、保護者の方々の負担も鑑みて、卒業生の保護者やOBなどから構成されるサポーターの皆さんが運営に協力してくれています。多くの地域企業から協賛をいただいて、活動環境も大きく向上しました。市内には3つの軟式野球クラブがありますが、互いに切磋琢磨して、連携協力しながら地域の野球を盛り上げ、佐伯市の野球人口を増やしていきたいです。



### 生徒

### 地域への感謝の気持ちが 生まれました

(中)キャプテン  
つるはら ゆいと  
鶴原 由偉斗さん



(左)副キャプテン  
まるやま たくま  
丸山 拓真さん

(右)副キャプテン  
さがら きいち  
相良 喜一さん

一番感じている変化は、冬にナイターで長く質の高い練習ができるようになったことです。また、校区外から2人のメンバーが加わり、見学者も増えているので、新たに仲間ができるのも楽しみです。指導者も増えたので、自分に合う方法を取り入れて練習でき、結果や成長にもつながると思います。地域の方たちの協賛があってできることも増えたので、地域への感謝の気持ちも生まれました。地域の方や相手チームにとっても感じの良い、周りから好かれるチームになりたいです。

### サポーターの声

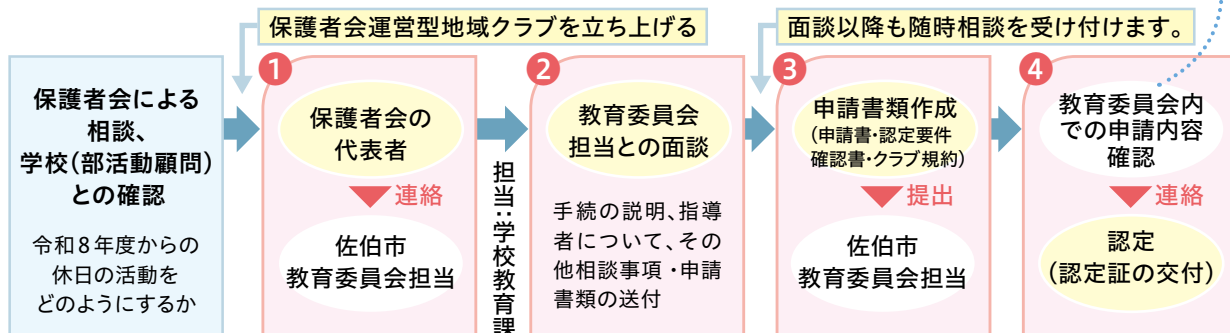
あきやま よしてる  
秋山 義輝さん

数名のサポーターが新たに加わり、クラブを支えています。協賛活動や保険関係の事務、インスタグラムのアップといった広報業務などが主な仕事。野球を通じて生徒たちが成長する姿を支えたいです。

## 保護者会運営型地域クラブ活動を設立するには？

保護者会が地域クラブを開く際は、以下の手順を参照ください。  
独自に、地域の指導者に依頼して、指導者として申請することも可能です。  
指導者が見つからない場合は、教育委員会担当まで相談ください。

申請内容の確認や、  
修正依頼のため、代  
表者に連絡すること  
があります。



全体の問い合わせ

佐伯市教育委員会 学校教育課(まな美2階) ☎22-4670



# 祝

## 佐伯市 二十歳

みなさんおめ





# のつどい

どうぞございます







### 情報

## 国民健康保険の届出を忘れずに ～資格の適正な適用について、ご協力をお願いします～

### ●国民健康保険の加入対象者

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

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

（会社を退職して14日以内）

#### [ 手続きに必要な物 ]

- ①窓口に来る人の本人確認書類  
（マイナンバーカード、運転免許証など）
- ②社会保険の喪失証明書など
- ③委任状（同世帯以外の代理人の場合）

### ●社会保険などに加入したため、 国民健康保険を脱退する人

社会保険などに加入した人は、  
国保の資格喪失届が必要です。



#### [ 手続きに必要な物 ]

- ①窓口に来る人の本人確認書類  
（マイナンバーカード、運転免許証など）
  - ②社会保険の資格確認書または資格情報のお知らせなど（対象者全員分）
- ※マイナポータル画面で社会保険の資格情報を確認できる場合には、画面提示により受付可能です。  
必ずマイナンバーカードをご持参ください。
- ③国保の資格確認書  
（交付を受けている場合のみ対象者全員分）

### ＼ 社会保険の被扶養者になれる場合があります /

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

被扶養者の要件については、各保険者（勤務先）に問い合わせください。

### ＼ ご存じですか？ 減免制度について /

#### ①自己負担額（一部負担金）の減免申請

災害など特別な事情により、収入が一定の基準額以下になり、保険医療機関などでの支払が困難な場合には、自己負担額（一部負担金）の支払が困難であると認められる人に対して、一定期間内に限り自己負担額（一部負担金）が免除または徴収猶予されます。

#### ②非自発的失業者の国民健康保険税の軽減制度

倒産、解雇などにより離職された人は、国民健康保険税が軽減される場合があります。

①、②ともに該当する場合には申請が必要です。事前に問い合わせください。





## 情報

## 物価高対応子育て応援手当

国が実施する総合経済対策事業として、0歳から高校3年生年代までのこどもに対し1人当たり2万円の「物価高対応子育て応援手当」を支給します。



### 【対象児童】

- ・令和7年9月分の児童手当の対象となっている児童
- ・令和7年10月1日から令和8年3月31日までの間に出生した児童

### 【支給対象者】

- ・令和7年9月分の児童手当の支給を受ける人
- ・令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童に係る児童手当の支給を受ける人
- ・令和7年10月1日から令和8年3月31日までに離婚などにより新たに児童手当の受給者となった人

### 【給付額】

対象児童1人につき 2万円

### 【申請期限】

令和8年3月31日(火)

(令和8年3月後半に出生や離婚などで新たに申請対象となる人は別途問い合わせください)

### 【支給予定日】

令和8年2月下旬から随時

- ◆申込・問い合わせ…こども福祉課 こども福祉係  
(本庁者2階48番窓口)  
☎22-3180

### 【申請方法】

#### 【申請が不要な人】

- ・令和7年9月分の児童手当の支給を佐伯市から受けている人
- ・出生や離婚などにより令和8年1月7日までに児童手当の申請を行った人  
(対象者あてに支給についてのご案内を送付します。手当の支給を辞退する人は、同封の「物価高対応子育て応援手当受給拒否の届出書」を令和8年2月9日までに提出してください)

#### 【申請が必要な人】

- ・令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の保護者
- ・令和7年10月1日以後に離婚などにより新たに児童手当の申請が必要となった保護者  
(上記のうち、令和8年1月7日までに児童手当の申請を行った人を除く)
- ・公務員で所属庁から児童手当を受給されている人  
(所属先にご確認ください)

詳しくはこちらから



## 情報



## 軽自動車・原動機付自転車などの廃車及び名義変更の手続きはお早めに



軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日に軽自動車・原動機付自転車などを所有する人に課税されます。廃車した・友人に譲った・所有していた人が亡くなったなどの事情で、すでに軽自動車などをお持ちでない人は、4月1日(水)までに廃車または名義変更の手続きをしてください。

所有していた人が亡くなって、車を相続した場合も名義変更の手続きが必要です。

また、現在軽自動車などを所有していないが廃車手続きをしていない場合や、4月2日(木)以降に廃車手続きをした場合は、令和8年度の軽自動車税(種別割)が課税されますのでご注意ください。

詳しくはこちらから



### ◎手続きを行う窓口

車両の種類	必要な物	届出・問い合わせ
<ul style="list-style-type: none"> <li>・原動機付自転車(125cc以下)</li> <li>・小型特殊自動車(農耕作業用含む)</li> <li>・特定小型原動機付自転車</li> </ul>	<b>【廃車】</b> ナンバープレート※1 <b>【名義変更】</b> ナンバープレート※2	税務課 市民税係(本庁舎1階12番窓口) ☎22-4501 または各振興局
<ul style="list-style-type: none"> <li>・軽自動車(軽三輪・軽四輪)</li> </ul>	手続きの内容によって、必要書類が異なります。右記問い合わせ先にご確認ください。	大分県軽自動車協会 ☎097-524-0222 佐伯地区自家用自動車協会 ☎22-0513
<ul style="list-style-type: none"> <li>・軽二輪(125cc超250cc以下)</li> <li>・二輪小型自動車(250cc超)</li> </ul>		九州運輸局大分運輸支局 ☎050-5540-2087 佐伯地区自家用自動車協会 ☎22-0513

※1 紛失した場合は200円の手数料がかかります ※2 ナンバーを変更しない場合は不要

◆問い合わせ…税務課 市民税係(本庁舎1階12番窓口)／☎22-4501



### 補助

### 小・中学校就学援助制度のお知らせ

市内在住で、経済的な理由で小・中学校の教育費の支払にお困りの保護者を対象に、学用品や給食費などの費用の一部を援助します。(収入による審査があります)

申請は随時受け付けています。希望する場合は、児童・生徒の通う学校へ申込んでください。

◆問い合わせ…学校教育課 学事係(まな美2階)/☎22-4064



詳しくはこちらから▶



### 募集

### 学校給食用に有機栽培の野菜やお米を作ってみませんか?

市内に田畑をお持ちの人で、将来の佐伯を担うこどもたちのため、学校給食用に有機栽培(化学合成農薬・化学肥料・除草剤不使用栽培)の野菜やお米を作ってみませんか?

#### [主な種類]

【野菜】ニンジン、ジャガイモ、タマネギ など

【米】つや姫、ヒノヒカリ、なつほのか



#### [栽培要件]

化学合成農薬・化学肥料・除草剤に頼らず、佐伯市有機農産物独自認証「さいきの恵み」基準に基づいた栽培方法

※栽培講習会、農業専門員・有機農業相談員の巡回相談など支援を行っています。

◆問い合わせ…農政課 有機農業推進係(本庁舎3階59番窓口)/☎22-4229

**募集期間** 2月2日(月)~27日(金)  
※その後は随時受付

面積要件や、規格・品質、価格などの詳細は、問い合わせください。



### 情報

### 第17回 さいきクリーンアップ大作戦に参加しませんか?

「さいきクリーンアップ大作戦」は、路上などのごみ拾いを中心とした市民一斉の清掃活動です。どなたでも気軽に参加できます。九州一広い佐伯市を、みんなで美しくしましょう!!

#### [と き]

3月1日(日)午前

※時間や場所、雨天の場合の実施判断などは、各地区の区長にお尋ねください。

#### [ごみは3種類に分別]

- ・可燃ごみ(たばこの吸い殻、ペットボトルなど)
- ・不燃ごみ(空き缶、空きビンなど)
- ・スプレー缶(整髪料、カセットボンベなど)

※安全に注意し、できる範囲で行ってください。

※家庭ごみなどの持込みはできません。



詳しくは  
こちら  
から



◆問い合わせ…環境対策課 環境対策係  
(本庁舎3階57番窓口)  
☎22-3995



情報

さいき桜まつり  
「佐伯藩大名行列・明神太鼓」のルート変更のお知らせ

さいき桜まつりの「佐伯藩大名行列・明神太鼓」のルートが以下のとおり変わります！それに伴い、交通規制が行われる予定です。大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【とき】

3月29日(日) 11時～13時ごろ

※「桜パレード」は、開催しません。



◆問い合わせ…観光・国際交流課 観光係(本庁舎2階38番窓口)／☎22-3942

情報

佐伯市文化芸術ポータルサイトが  
リニューアルしました！

佐伯市文化芸術ポータルサイト

佐伯市文化芸術ポータルサイト  
アートナビ<sup>👁️</sup>さいき<sup>👂</sup>

佐伯市文化芸術ポータルサイトは、文化芸術に関わる皆さんにより快適にご活用いただくため、アーティスト・文化芸術団体・イベント・施設などの情報をまとめた「アートナビさいき」としてリニューアルしました。

地域おこし協力隊・原田さんのイラストが各ページに登場するポップで可愛いデザインとなっていますので、ぜひ二次元コードから遊びにきてください。

ポータル  
サイトは  
こちらから▶



## 新機能のポイント

①アーティスト・文化芸術団体の登録ができるようになりました！

ご自身の文化芸術の広報活動の一つとしてぜひご活用ください。登録された人・団体は、自身のイベント情報・募集情報のチラシをポータルサイトに掲載できるようになります。

登録申請はこちらから▶



## ②充実した検索機能

登録のあるアーティスト・文化芸術団体、文化芸術の発表場所として利用できる施設をジャンルや地域、キーワードなどで検索ができるようになりました。

### ③アートラボ!!（文化芸術研究）ページの創設

・オンライン美術館

佐伯市所蔵の美術作品をオンラインで鑑賞できるようになりました。周りの人や時間を気にすることなくじっくりとお楽しみいただけます。

・まちなかアート探訪

佐伯市内各地の文化芸術(アート&カルチャー)の場所を地図に落とし込み、まとめようという企画です。実際に見に行く楽しみにもつながります。

・さいきde漫画

漫画事業で制作された佐伯にまつわる漫画を  
オンラインで読むことができます。

◆問い合わせ…文化芸術交流課 文化芸術振興係(さいき城山桜ホール内) / ☎22-4529



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



### 募集

家族で参加しませんか? サイクルロゲイニング  
さいきサイクルアドベンチャー  
～地図を頼りに自然と歴史を駆け巡れ～

サイクルロゲイニングとは、地図をもとに時間内に自転車で行き止まりポイントを巡り獲得した得点を競うスポーツゲームです。チームで作戦を立てて、より多くのポイントをゲットしよう! 各賞上位入賞者には豪華な賞品もあります! 素敵な写真を撮影したチームにも賞品あり!

自転車をお持ちでない人や、ご持参できない人にはレンタサイクルを準備しています。(数に限りがあります)

1人でのエントリーも大歓迎!(こちらで2人以上のチームを組みます)ぜひご参加ください。

#### [と き]

3月1日(日) ※少雨決行・荒天時は3月8日(日)

#### [ところ]

弥生地域コミュニティセンター[スタート・ゴール]

#### [参加費]

大人/2,000円(高校生以上)

中学生以下/500円

エントリーは  
こちらから/

#### [申込方法]

二次元コードからエントリーをお願いします。(スポーツエントリー)



#### 申込期限

2月15日(日)

◆問い合わせ…(一財)観光まちづくり佐伯/☎23-1101



### 情報

### 木浦すみつけ祭り

木浦鉦山地区で2年に1度開催されており、お互いの顔に生大根で墨を付け合う、全国的にも珍しい祭りです。家内安全・無病息災を祈願する行事として親しまれ、市指定無形民俗文化財にも指定されています。

#### [と き]

2月14日(土) 10時15分～(開始予定)

#### [ところ]

宇目大字木浦鉦山(木浦公民館周辺)



◆問い合わせ…宇目振興局/☎52-1111



### 募集

「九州オルレ ウォーキングフェスティバル  
2026 in さいき・大入島コース」  
参加者募集

1年に1度開催される、九州各地のオルレ(トレッキング)コースの魅力を詰め込んだ「九州オルレウォーキングフェスティバル」が今回は、「さいき・大入島コース」で開催されます。地域ならではのおもてなしや、自然豊かな大入島を楽しみながら歩きますか? ご参加をお待ちしています!



[と き] 3月8日(日) 9時～17時(予定)

[ところ] 佐伯市大入島

「九州オルレ さいき・大入島コース」

(受付会場: 佐伯市葛港1-1)

[対象] 小学生以上

[参加費] 中学生以上3,000円、小学生1,500円

※小学生は保護者の方の同伴が必要です。

[定員] 700人

[申込方法] 下記のURLまたは二次元コードから  
申込みください。

<https://x.gd/wykII>

申込は  
こちらから/



#### 申込期限

2月20日(金)

◆問い合わせ…

観光・国際交流課 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



### 募集

生涯を通じた障がい者の学び支援事業  
「太極拳」開催

障がいのある人もない人も、大人も子どもも一緒に楽しいひと時を過ごしませんか。

#### [と き]

2月28日(土) 10時～11時30分

#### [ところ]

佐伯地区公民館 ホール

#### [講師]

佐伯市太極拳連盟 会員

#### [定員]

30人

#### [参加費]

無料

申込は  
こちらから/



#### [申込方法]

電話または二次元コードから申込

#### 申込期限

2月19日(木)

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



# さいき城山桜ホールインフォメーション

## こども向け体験プログラム募集!

イベント「はじまる体験キッズパーク」で開催する体験プログラムを募集します。

### はじまる体験キッズパーク

こどもたちが「はじめて」の体験を通じて、新しい活動をはじめる第一歩、ひいては仲間づくりにつなげるため、こども向け体験プログラムを実施します。

**と き** 5月2日(土)・3日(日・祝) **ところ** さいき城山桜ホール 諸室  
**内 容** 桜ホールや市民活動団体などが、こども向け体験プログラムを提供

### 【募集概要】

#### 対 象

市内在住、在勤、在学または、佐伯市内で活動している個人・団体が実施する文化・スポーツなどのこども向け体験プログラム。

#### 条 件

- ・ホール諸室で開催可能なプログラムに限ります。
- ・出展に対する謝礼金はありません。
- ・プログラム提供に要する費用は各自で負担願います。
- ・各プログラムの開催時間と場所は申込締切後に調整します。

#### 申 込

申込フォームまたは所定の申込用紙に必要事項を記入の上、さいき城山桜ホール窓口へ提出してください。(メールまたはFAXでも可)

**申込期限** 2月15日(日)

詳しくは、さいき城山桜ホールホームページをご確認ください。



### 共催公演

## RENTARO室内オーケストラ九州 第9回定期演奏会

大分県唯一のプロオーケストラが贈る室内楽の極意。



**と き** 3月8日(日)14時～[開場13時30分] **ところ** 大ホール  
**出 演** 朝来 桂一[ヴァイオリン]、奥村 英樹[ヴィオラ]、清水 陽介[チェロ]、森田 良平[コントラバス]、後藤 秀樹[ピアノ]  
**曲 目** シューベルト:ピアノ五重奏曲「鱒」などを予定  
**チケット** (自由席)一般:4,000円、佐伯市民:3,500円、学生:2,000円 ※当日各券500円増  
**チケット販売** さいき城山桜ホール窓口、トキハ会館プレイガイド、teket

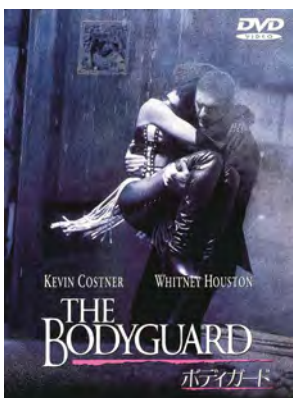
### こども無料招待あり!(先着200人限定)

小学生～18歳以下の人を無料招待します。同伴する保護者など(19歳以上の人)のチケットは、半額となります。(枚数に制限あり)※さいき城山桜ホール窓口またはteketで申込みください。

### ツキイチ映画

#### 3月上映作品

上映時間 129分



#### 『ボディガード』

**と き** 3月7日(土)  
①10時～〈日本語吹替え〉  
[開場 9時30分]  
②14時～〈字幕〉  
[開場 13時30分]  
**ところ** 大ホール(全席自由)  
※入場口は1階  
**定 員** 各回100人  
**チケット** 一般:500円  
高校生以下:200円

©1992 Warner Bros. Entertainment Inc.  
All rights reserved.

[ 当日券の販売は窓口まで  
問い合わせください。 ]

## iichiko総合文化センター アウトリーチ事業 おでかけクラシックコンサート

iichiko総合文化センターのホールから音楽家が飛び出し、ミニコンサートをお届けします。

今回は、歌い継がれた日本の歌や絵本の朗読に合わせたクラシックなどを演奏します。

**と き** 3月21日(土)  
13時～  
**ところ** 小ホール  
**出 演** 佐藤 広美[ソプラノ]  
小町 美佳[ピアノ]  
**入場料** 無料(0歳から入場可)  
**主 催** iichiko総合文化センター



**問い合わせ** さいき城山桜ホール ☎24-2228

※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。



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.  
34



## 株式会社パワーズ

佐伯市鶴岡西町1-197 (コスモタウン/マクドナルド横)  
☎20-4888 FAX:20-4288  
創業年月:昭和28年4月(設立は平成16年10月)  
従業員数:13人 <https://cleaning-powers.jp>  
メール:cleaning-powers@sand.ocn.ne.jp



動画はこちら



### 暮らしに寄り添う、地域密着の店づくり

佐伯市内で4店舗のクリーニング店を運営している『株式会社パワーズ』のモットーは地域密着。衣類をきれいにするだけでなく、細やかな気遣いを大切にしています。

「素材や季節に合わせて洗浄方法を選ぶのはもちろん、取れなかったボタン、ほつれなどの補修※1を行うことも多いです。そういうときは“おせっかいしました”カードを入れておきます」とやさしい笑顔で話すのは社長の加藤よし子さん。全店コインランドリーを併設しているのも特徴で、洗濯前のドラム洗浄機能、布団丸洗いマシン、スタッフの洗濯物投入・取り出し代行、洗濯終了お知らせコールなど“あったらいいな”を形にしています。

※1 本格的な補修は有料となります。  
※2 長島店限定。トルソーなどを設置しています。  
※3 本店限定。現在、サービス開始に向け準備中です。

### 丁寧な仕事で信頼をつなぐ

高いリピート率を誇る同店ですが、現状に甘んじることはありません。メルカリ用撮影ブース※2の設置、無人受付BOX※3の導入など、お客さまのために常により良いサービスを追求しているほか、石油系の匂いがなく、人・衣類・地球にやさしい天然ハーブドライの採用、ハンガーリサイクルなど環境にも配慮しています。

「私たちのサービスは人が資本。目が届き、情報を共有できる範囲で考えると4店舗が精いっぱいです。これからもお客さまとのつながりを大切に、丁寧な仕事を心掛けたいと思っています」。

そんな加藤さんを支えるスタッフは長く勤めるベテランばかり。和気あいあいとした雰囲気の中、お客さま一人ひとりに向き合いながら仕事に励んでいます。

### 会社のここが好き

社長もスタッフも仲が良く、12年目の私が1番短いくらい長く続く人が多い職場です。私は時短勤務からスタートしましたが、こどもの学校行事を優先させてもらえるなど、無理なく働けました。子育てが一段落した今は、フルタイムでがんばっています。お客さまも長い付き合いの人が多いので、会話も楽しいです。



にのみやみねこ  
二宮 峰子さん





## モジャコ

モジャコとはブリの稚魚です。このモジャコを養殖してブリに育てていきます。モジャコは海面を漂う「流れ藻」に身を寄せる習性があり、「藻に付く稚魚」が名前の由来といわれています。モジャコ漁は、資源保護の観点から地域ごとに枠（許可尾数）が定められており、枠の90%に達した時点で終了となります。



▲船長の富田さんが操船と現場判断を行い、スタッフ3人が漁獲を担当。漁は日の出から日没まで続きます。入津湾では今年28業者がモジャコ漁に出漁します。



▲漁獲したモジャコは5～10g程度。藻と分けて陸に運び、餌や体調管理をしながら30～80g程度に育てて出荷します。



株式会社 富田水産 モジャコ漁船 船長  
とみた やすよし  
富田 恵義さん／蒲江上入津地区

## 県内外で評価される質の高い「佐伯のモジャコ」

毎年春先になると佐伯ではモジャコ漁が始まります。今回ご紹介する富田恵義さんは、モジャコ漁船の船長。25歳で家業のブリ養殖の道に入り、経験を積んだのち、春先はモジャコ漁、それ以外の時期はブリ養殖に励んでいます。

天候を見ながら4人で1か月ほど漁を行います。長い時は陸に戻らず、1週間取り続けることもあります。

漁の最中は網を入れて引き上げ、モジャコと藻に分け…の繰り返し。海上の蓄養筏でモジャコを大きさに選別・給餌するご両親と連携しながら、ひたむきにモジャコと向き合い続けています。

## 先人が築いた信頼・技術を守り続けたい

富田さんは漁獲したモジャコを1か月ほど育てた後、自社の養殖に使う分を除き、佐伯、四国など県内外の養殖業者に販売しています。

「モジャコの管理には非常に気を使います。栄養剤を与え、成長に応じて数十回ほど選別し、養殖業者さんが育てやすいベストな状態で出荷します。先人が佐伯のモジャコの品質を守り、信頼を築いてくれたからこそ、20年以上県外から購入してくれる業者さんもあります。私たちの役目はその信頼・技術を守り続けること。大変な仕事ですが、一から育てて出荷する瞬間や購入してくださる人の声が、やりがいにつながっています」。

現在はまもなく始まるモジャコ漁に向けて入念に準備中。富田さんたちモジャコ漁に携わる人々の丁寧な仕事が、養殖ブリの品質を支えています。



## 10/26(日) 姉妹都市グラッドストーン市にオープンした盆栽ハウスの名称を富高市長が命名



今年、姉妹都市締結から30周年を迎えるオーストラリアのグラッドストーン市で盆栽ハウスがオープンしました。マット・バーネット市長から、両市の友好関係が続くことを願って部屋の一つに命名してほしいとの依頼があり、富高市長が「未来葉」と名付けました。

## 11/30(日) 人権標語表彰式



12月の人権週間に先駆け、伊藤詩織さんを招いて「人権・パープルリボン啓発講演会」を開催しました。同日に佐伯市人権標語表彰式も行われ、最優秀賞に野田菜未さん(上野小2年)の「たくさんの やさしいことばで えがおさく」と山下菜奈さん(彦陽中2年)の「日頃のね 感謝を伝える ありがとう」が選ばれました。

## 12/8(月) 空手 全国大会出場報告



adidas SEIDO KARATE GP2025(全国)大会に出場する木許翔貴くん(渡町台小5年・前列)、木許樹希也くん(鶴谷中3年・後列右)、佐倉漣仁くん(佐伯城南中3年・後列中央)、西田礼彪くん(佐伯南中3年・後列左)が、大会前に市役所を訪問し、大会出場に向けた抱負を市長へ話してくれました。

## 12/11(木) 弓道競技ねりんピック優勝報告



11月に開催された第36回豊の国ねりんピック弓道交流大会で22年ぶりの優勝を果たし、今年開催される全国大会への出場権を得た選手の皆さんが市長を訪問しました。小田新一郎監督は「日頃の成果が実った。全国大会でも優勝に向け、がんばりたい」と抱負を述べました。

## 12/17(水) 全国高校弓道選抜大会出場報告



11月に行われた予選会で好成績を残し、第44回全国高校弓道選抜大会に出場する池田陸人くん(いけだ りくと)と矢野菜奈さん(やの かな)が市役所を訪れました。富高市長は「大分県を代表して、全国の舞台でも楽しんで来てほしい。全力で応援します」と激励しました。

## 12/22(月) 剣道競技ねりんピック優勝報告



第36回豊の国ねりんピック剣道競技で9年ぶりに優勝し、今年開催される全国大会への出場権を得た選手の皆さんが市長を訪問しました。高木富佐太監督は「全国大会へ向けしっかり練習を積み、県代表として恥ずかしくない成績を残したい」と意気込みを述べました。



## 拡大読書器をご活用ください

本や新聞などの紙面を大きな画面に映し出して読むことができます。倍率や明るさ、色合いなどもダイヤルで簡単に調整できるので、ご自身の目に最適な状態で快適に読書できます。どなたでも利用できますので、どうぞご利用ください。新聞コーナーに置いてあります。ご不明な点は、お気軽にスタッフにお声掛けください。

## 2月のおはなし会

絵本の読み聞かせなどが楽しめる、おはなし会を行います。

今回は特別に「子ども司書養成講座の受講生」による読み聞かせもあります!「子ども司書」は、学校や地域の図書館で、みんなに読書の楽しさを伝える「読書リーダー」です。認定されるまでに様々な活動を行っています。ぜひ、聞きに来てくださいね♪

と き/2月21日(土) 11時～

と ころ/児童コーナー

対 象/幼児～小学生

内 容/さいき読み聞かせ連絡協議会メンバーによる、絵本の読み聞かせ

## 図書館でリユース!

～誰かに届け、思い出の本たち～

本のリユースコーナーを期間限定で設置します。持ち込み・持ち帰り自由です。

あなたが大切にしていた本が、誰かの大切な本になるかもしれません。ぜひご参加ください!

と き/2月18日(水)～3月19日(木)

図書館開館時

と ころ/児童コーナー 中庭前

※雑誌、事典辞書、問題集、しみ・汚れのひどい本、記名のある本などは持ち込みできません

※持ち帰りができる本は、1人/15冊程度まで

## 2月の上映会

## ■子ども上映会

ふしぎ駄菓子屋銭天堂 第十一巻  
歌う銭天堂(108分)

2月21日(土)…15時

## ■上映会 ※同一作品を月2回上映します

にひいろ  
鈍色ショコラヴィレ ピエンナーレ  
(95分)

2月15日(日)・25日(水)…13時30分

## — おすすめの新刊 —



## 宝島 1/3

作/ロバート・ルイス・スティーヴンソン  
出版社/読書工房

宝島の地図を手に入れた少年ジムは、腕利きの船乗りたちとともに宝探しの旅に出ますが…。読み継がれてきた不朽の冒険小説が、大きな文字サイズと読みやすいフォントで編集された3巻組となりました。ほかにも、様々なバリアフリー図書が文具組合から寄贈されています。

## ドキュメンタリー映画

「松岡享子 お話の種まきをした人  
～東京子ども図書館の活動をとらえて～」  
(58分) を上映します

と き/2月18日(水) 14時～

と ころ/視聴覚センター2階

視聴覚シアター

問い合わせ/三浦造船佐伯図書館  
☎24-1010

## 市役所窓口紹介

今回は

本庁舎4階 73 番窓口

都市計画課  
街づくり計画係

☎22-3114

## 街づくり計画係の取扱内容

- ☒ 都市計画に関すること
- ☒ 用途地域などに関すること
- ☒ 土地区画整理事業に関すること
- ☒ 景観計画に関すること
- ☒ 土地売買の届出に関すること

第3回 佐伯市夜間景観  
ワークショップを開催します!!

●第3回となる今回のワークショップは、これまでの実験結果やアンケートの分析を日本文理大学工学部の学生が報告し、参加者全員での意見交換を行います。

と き 2月21日(土) 17時～19時(受付 16時30分～)

と ころ 佐伯地区公民館1階 ホール

対 象 どなたでも

申込方法 申込フォームに必要事項を入力し、申込みください。

今回は2月に開催する『夜間景観ワークショップ』をご紹介します。これまでの活動報告や意見交換を通して、佐伯の夜の魅力を再発見しませんか?

詳細はこちらから→



# くらしの 情報

## 各種お知らせ

### 市税(保険料)の納付について

2月 は下記市税(保険料)の納付月です。期限内(3月2日)の納付をお願いします。

- ・固定資産税 第4期
- ・国民健康保険税 第9期
- ・介護保険料 第9期
- ・後期高齢者医療保険料 第8期

※市税(保険料)の納付は便利な口座振替、スマートフォンのアプリ(ペイペイ・ペイビー・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下記に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

### 国民年金保険料の口座振替・クレジットカードでの前納について

国民年金保険料を口座振替・クレジットカード納付で前納する場

合、「2年前納」と「2年前納(4月開始)」のいずれかを選択できます。

#### 「2年前納」とは

手続後、初回振替(クレジット納付を含む。以下同じ)時に、当月分から翌年度3月分(13か月から最大24か月の2か年度分)の保険料をまとめて振替(割引あり)

#### 「2年前納(4月開始)」とは

手続後、初回振替時から当年度3月分保険料までは、毎月末日に1か月分ずつ振替(割引なし)、その後、最初の4月末にまとめて2年分の保険料を振替(割引あり)

#### 留意事項

申出書を提出した後、最初の4月末に24か月(2年)分の国民年金保険料をまとめて振替したい場合は、「2年前納(4月開始)」を選択してください。なお「2年前納(4月開始)」をご希望の場合は2月末までに申込みください。

詳しくは問い合わせください。

☎佐伯年金事務所 ☎22-1970

※音声案内に従い②を選択、次に②を選択



### 税の申告をお忘れなく

市県民税・国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の申告受付を行います。

詳しくは、市報1月号と一緒に配布した「令和8年度市民税・県

民税申告のお知らせ」をご覧ください。

※3月16日(月)は、市県民税申告と確定申告(還付のみ)を受け付けます。

確定申告をして所得税を納付する人は、税務署で申告してください。

#### 本庁舎1階 特設申告会場

時①給与・年金等特別受付

2月9日(月)～13日(金)9時～16時(受付は15時30分まで)

※土・日・祝日を除く

※令和7年中に給与・年金(非課税年金含む)収入のみ、または収入がなかった人のみが対象

②通常申告受付

2月16日(月)～3月16日(月)9時～16時

(受付は15時30分まで)

※土・日・祝日を除く

※休日の申告窓口として、3月1日(日)9時～15時まで受付を行います。

#### 各振興局

時③3月2日(月)～16日(月)9時～15時

※土・日を除く

☎税務課 市民税係

(本庁舎1階12番窓口)

☎22-3115



### 交通災害共済に加入しませんか？

交通災害共済は、小額の掛金で、加入者本人が交通事故に遭った場合に、入院・通院の期間または程度に応じて見舞金を受け取ることができる制度です。

佐伯市に住民登録をしている人なら年間360円で加入できます。

## 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。



日本郵船グループ

私たちと一緒に働きませんか！

平均年齢35歳の若い職場です！



## 業務拡大につき作業員募集中

就業場所：佐伯市海崎(太平洋セメント株式会社佐伯アッシュセンター(旧日本セメント株式会社佐伯工場))

業務内容：構内作業(設備運転・保守管理)

賃金：高卒初任給 20万円+各種手当、ボーナス年2回

\*高卒10年目年収 約450万円

旧北九州運輸所

株式会社ジェネック 佐伯支店 0972-27-8611



人へ。地球へ。  
For the people, for the earth.





詳しくは、「交通災害共済のしおり」をご覧ください。

#### 共済期間

- 3月31日(火)までに申込  
4月1日(水)～令和9年3月31日(水)
  - 4月1日(水)以降に申込  
掛金納入日の翌日～令和9年3月31日(水)
- 問 総務課 総務・人権・男女共同参画係（本庁舎5階82番窓口）  
☎ 22-3663 または各振興局



#### 豊の国ねりんピック 美術作品募集

出品希望者は、高齢者福祉課または振興局に備付けの申込書に必要事項を記入の上、作品と併せて申込みください。市ホームページでも電子様式を掲載していますので、印刷してご利用ください。

出品作品は5月12日(火)から17日(日)まで、大分県立美術館 OPAM で展示されます。

#### 応募資格

県内在住の60歳以上の人

#### 募集作品

絵画、彫刻、工芸、書、写真（未発表のもの）

#### 募集期間

- 申込・問 高齢者福祉課 地域包括ケア推進係（和楽3階）  
☎ 23-6800

#### 間越来だんせへ市

その日のうちに水揚げされた旬な魚が勢ぞろい！活魚のセリ、軽食販売、加工品販売など。

時 2月15日(日) 8時30分～魚が無くなるまで

所 佐伯市米水津海辺の村交流館

問 間越来だんせへ市実行委員会・戸高 ☎ 090-8220-1892

#### 募 集

#### 佐伯市少年少女発明クラブ 指導員募集

子どもたちの活動を支えるボランティア指導員を募集します。資格、経験などはいりません。子どもたちと一緒に活動を楽しみましょう！詳しくは二次元コードをご確認ください。



活動期間 4月～令和9年3月  
※原則、毎月第3土曜日の9時～12時

活動場所 鶴谷中学校 技術室など  
活動内容 工作、実験、ものづくり体験など

対 ともどもふれあうのが好きな人、ものづくりや実験などに関心がある人

問 佐伯市少年少女発明クラブ（商工振興課内 本庁舎2階36番窓口） ☎ 22-3943



#### 佐伯高等技術専門校訓練生募集（一般入校選考試験【後期】）

#### 募集科名

機械加工科、オフィスビジネス科、建築科

#### 応募資格（令和8年4月1日現在）

- ・機械加工科 45歳以下の人
- ・オフィスビジネス科 39歳以下の人
- ・建築科 年齢制限無し

定 各科20人程度

訓練期間 1年間

料 無料（入校時に教科書代など実費必要）

#### 募集期間

2月18日(水)～3月12日(木)

選考日 3月15日(日)

入校日 4月7日(火)

#### 見学会

随時受付（詳しくは問い合わせください）



問 大分県立佐伯高等技術専門校 ☎ 22-0767

#### ここからはじまる、未来への挑戦 訓練コース説明会&施設見学会 参加者募集

再就職を目指す、求職者の皆さん！職業訓練施設を見学して、あなたにぴったりの訓練コースを見つけてみませんか。申込をご希望の人は、問い合わせください。

所 ポリテクセンター大分（日豊本線JR鶴崎駅から徒歩10分）

見学会 2月17日(火)

説明会 2月24日(火)

料 無料

問 ポリテクセンター大分（受講者係） ☎ 097-529-8615

**前川 清 ファミリーコンサート**  
2026年 3月2日(月) 開演時間(1回公演)午後6:30  
S席指定 6,800円(税込)  
さいき城山桜ホール(佐伯市大手町2-28)

**ペアチケットプレゼント**  
抽選で10組20名様に指定席ペアチケットをプレゼント致します。ハガキに郵便番号・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を明記の上、ご応募下さい。当選者はペアチケットご招待ハガキの発送をもってお知らせ致します。尚、抽選に漏れた方にも更に抽選でご招待ハガキを送らせて頂きます。  
※応募締め切りは2月9日当日消印有効

【宛て先・お問い合わせ】 ☎ 099-223-8005 営業時間(平日 10:00～17:00)  
〒892-0847 鹿児島市西千石町14-10-101 ソワードビル1F 市報さいき・前川チケプレ係 まで

**猫の里親募集**  
責任と愛情を持って飼ってくれる人をお願いします。

🐾 オス…2歳半  
🐾 メス…7か月  
🐾 オス…2か月  
(令和8年1月時点)

連絡先 木立・藤崎 ☎ 29-2357



## 市営住宅入居者募集

地区	種別	住宅名	戸数
佐伯	一般	来島	1
	障がい	城西	1
	一般	城西	1
	一般	女島	1
	優先	藤望	1
	優先	海崎	1
	優先事故	中江	1
	一般事故	中江	1
	一般	中江	1
弥生	一般	柊牟礼	1
	特公賃	深田	2
本匠	一般	下の原	1
	一般	上市園	1
宇目	一般	上豊藤	1
	特公賃	上豊藤	1
	一般	新徳寺	3
	一般	越野	1
	一般	向船場	2
直川	一般	地松浦	2
	一般	梶寄団地	1
鶴見	一般	田鶴音	1
	特公賃	田鶴音	1
	一般	宮野浦	2
米水津	一般	清水	1
	一般	小向	2
	一般	高坊	1
	一般	東中浜	1
	一般	尾浦	1

※条例により暴力団員の申込はできません。

※一般女島は全室フローリングです。

※優先事故・一般事故は事故物件です。

期2月5日(木)～12日(木)

抽選日 2月19日(木)

入居日 4月1日(水)

問佐伯・公営住宅管理センター

※鶴見・米水津含む ☎22-3133

直川出張所 ☎58-2116

蒲江出張所 ☎42-1122

## 相談

### ～ちょっと相談してみよう～ 認知症個別相談会のお知らせ

「認知症かもしれない」または「認知症・軽度認知障害」と診断されて、不安に思っている本人や家族のための相談窓口です。認知症地域支援推進員が相談に応じます。お気軽にお越しください。

期2月17日(火)

①13時15分～ ②14時15分～

③15時15分～

所本庁舎2階 203会議室

対認知症について不安がある人  
(要予約・無料)

期2月16日(月)までに電話で申込みください。

問高齢者福祉課 地域包括ケア推進係 (和楽3階) ☎23-1622

### 「心の病を持つ人」の 家族の相談会

だれかに相談することで解決の糸口を見出せるかもしれません。秘密厳守で行いますので、安心してご相談ください。

期2月19日(木)10時～12時

所和楽 1階 すきっぷ相談室

対心の病をお持ちの人やその家族、関心のある人、発達障がいについて相談したい人やその家族、家族が引きこもりをしている人など

料無料※予約不要

問白津あけぼの会・神田

☎080-8394-7092

### 人権に関する相談は 人権擁護委員へ

人権擁護委員は、常設・特設の相談所などでの人権相談、人権意識を高めるための啓発活動、人権侵害による被害者の救済などの活動を行います。

1月1日付けで、法務大臣から新しく委嘱された市内の委員は次の人です。

新任：児玉 敬則さん(弥生)

矢野 透さん(宇目)

御手洗 啓子さん(直川)

神田 道子さん(鶴見)

再任：白田 茂達さん(上浦)

問大分地方法務局 佐伯支局

☎24-0772

## 試験

### 大分県立工科短期大学校 一般入学試験(後期募集)

本校ホームページにある「学生募集要項」を確認した上で手続きしてください。

期3月18日(水)

募集期間

2月26日(木)～3月12日(木)

問大分県立工科短期大学校

☎0979-23-5500

— 大分地域地方版図柄入りナンバープレート寄付金活用事業 —

WANT!!  
BUS & TAXI DRIVER

バス・タクシー運転士  
募集のための  
就職相談会  
in 大分

●入場無料 ●服装自由 ●入退場自由 ●当日参加OK ●履歴書不要

男女問わず、自分らしく活躍できるシゴトです!!

「地域公共交通機関で働く」運転士の仕事や魅力について各社担当者が説明する、またとない機会です。あなたも大分の暮らし・観光・ビジネスを支えるドライバーになりませんか?

2026  
2/15(日) 13:30▶16:30 (受付開始13:00)

佐伯会場 さいき城山桜ホール 小ホール 佐伯市大手町2-2-28

対象 ●転職希望者・再就職希望者・既卒者(年齢不問) ※お子様連れの参加もOKです。  
●2026年3月卒業予定の新卒者

主催：一般社団法人大分県バス協会、一般社団法人大分県タクシー協会  
後援：大分県、大分労働局、九州運輸局 大分運輸支局

事前申し込みはコチラから





## 講座

### 介護予防サポーター&認知症サポーター養成講座

介護予防サポーターとは、フレイル予防などの知識を学び、地域に広めるサポーターのことです。

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。

介護予防サポーター及び認知症サポーターが1回の講座で取得できます。あなたも「介護サポ」「認知サポ」になりませんか？

時 2月24日(火)10時～12時

所 本庁舎6階 第2委員会室

対 どなたでも

申 2月20日(金)までに二次元コードまたは電話で申込みください。

問 高齢者福祉課 地域包括ケア推進係 (和楽3階) ☎23-1622



## 伝言板

### 大入島シーサイドマラソン2026

23年ぶりの開催となります。温かいご声援をよろしくお願いします。

時 2月8日(日)※雨天決行

・一周コース 10時30分スタート  
・半周コース 10時40分スタート  
(関門時間は12時30分)

所 大入島地域コミュニティセンター前 (スタート・フィニッシュ)

交通便

一般客輸送 (大入島フェリー)  
8時15分発～片道 (大人・中学生200円、小学生100円)

※マイクロバスで会場までピストン輸送

問 大入島地域コミュニティセンター ☎24-8343

### 第36回元越山に登る会参加者募集

時 2月8日(日)8時30分～

(受付8時～)

※少雨決行

所 木立地域コミュニティセンターグラウンド

料 300円 (高校生以下無料)

問 木立地域コミュニティセンター ☎29-2221



### 桜ホールでハッピーランウェイ! 着物でランウェイ参加者募集

時 2月11日 (水・祝)

15時～16時

所 さいき城山桜ホール 大ホール

対 小学生～大人

内 モデルSAKIさんとランウェイ体験  
～祝! 輝く道が未来に続く～

料 無料

問 野々下 ☎090-5944-0816

[メール] saikikodomo

@gmail.com

### 第2回ケーブルテレビ佐伯杯争奪地域・職域囲碁大会

時 2月22日(日)10時～

(受付9時10分～9時40分)

所 佐伯地区公民館

1階 実習室ほか

対 市内在住の人、佐伯市出身の人、市内で1年以上の在勤または在住経験のある人及びその友人、知人

試合形式

団体戦 (大将、副将、三将の3人1組)

料 1人1,500円 (弁当・お茶有)

申 チーム名、氏名 (フリガナ)、住所、段級位、市外在住の人は出身地、在勤・在住経験ありの人は勤務先または在住地を記入して事務局へ提出 (書式は自由)

期 2月12日(木)必着

主 催 (公財)日本棋院 佐伯支部

後 援

佐伯市、佐伯市教育委員会

協 賛

(株)ケーブルテレビ佐伯、ぶんご銘醸(株)

問 (公財)日本棋院 佐伯支部

事務局・戸高喜八

〒876-0834 佐伯市城南町6-11

☎090-4352-2287

### 第36回 佐伯番匠健康マラソン大会

時 4月26日(日)※雨天決行

9時～ ハーフマラソンの部

9時30分～ 10kmの部

9時40分～ 5kmの部・

ウォークの部

9時45分～ 1kmの部

所 佐伯市総合運動公園 佐伯市

屋内運動広場

定 2,000人

料 ・ハーフマラソン: 6,500円

・10km: 5,000円、高校生3,500円

・5km: 4,500円、高校生3,500円

・1km: 小学生3,000円、

中学生3,500円

・ジョギング: 一般4,500円

・ウォーク: 小・中・高校生、

一般3,000円

※ジョギング・ウォークは年齢制限なし

期 所定の申込用紙 (払込取扱票)

に必要事項を記入の上、参加費を郵便振込またはラン

ネットから申込みくだ

さい。

※当日受付はありません。参加賞

やゼッケン・モノタグなどは事

前発送します。

期 2月24日(火)※当日消印有効

詳しくは大会要項をご覧になるか、協会ホームページでご確認ください。

問 佐伯市マラソン協会

☎20-0555





### ジョブカフェおおいたで 就活しませんか

ジョブカフェおおいたは、おおむね49歳以下の就職を希望する人を対象に不安や悩みなど、相談員が対応します。また、支援セミナーの開催や履歴書などの書き方、面接指導なども行います。

利用は無料ですが、事前予約が必要です。詳しくは、ジョブカフェおおいたホームページをご覧ください。



時 月～金曜日8時30分～17時30分  
※祝日・年末年始を除く

問 ジョブカフェおおいた佐伯サテライト（佐伯商工会議所1階）  
☎ 23-8730

### 自死遺族のつどい

時 3月4日(木)14時～15時45分  
(受付13時30分～)

所 大分県ところからだの相談支援センター（大分市大字玉沢908番地）

対 大切な人を自死で亡くされたご遺族

内 匿名で気持ちの分かち合いをします。

料 無料（事前申込が必要）

申 2月25日(木)

問 大分県ところからだの相談支援センター ☎ 097-541-6290

### 春の城下町を散策しよう！ 城下町佐伯ひなめぐり

時 2月21日(土)～3月8日(日)

※展示期間は施設によって異なります。

所 ①佐伯市城下町観光交流館

②佐伯市歴史資料館

③城下町佐伯国木田独歩館

④佐伯地区公民館

※②③は入館料が必要（団体割引、共通観覧券あり）

問 佐伯市観光案内所

☎ 23-3400



### ～多世代交流～しゃべり場

時 2月21日(土)14時～16時

所 さいき城山桜ホール

### 交流スペース

対 佐伯市民

内 第14回のテーマは「地域を応援してくれる人について話そう！」です。グループワーク形式でグループごとにしゃべりながらアイデアを考えます。

定 25人※先着順

料 無料

申 二次元コードから申込

申 2月20日(金)

その他

飲食持参可（お茶菓子用意あり）

問 しゃべり場プロジェクト・福井

☎ 090-7258-2990



### トリニータ後援会佐伯支部 提供 チケット付き大分 トリニータ応援バス

対戦相手 ギラヴァンツ北九州

時 2月15日(日)14時～

所 クラサスドーム大分

出発時刻

12時（受付11時45分～）

料 500円

※観戦チケットはプレゼント

集合場所

こうへいクリニック裏 駐車場

定 40人※先着順

申 2月12日(木)厳守

申 ・問 トリニータ後援会

佐伯支部・渡邊 ☎ 22-8871

### 佐伯バウンドテニス クラブ員募集

体育館で行うミニテニスです。運動して元気になりたい人や、競技で大会に出場したい人、一緒に汗を流しませんか。

時 毎週火、金、日曜日10時～12時

所 番匠体育館

対 佐伯市民

問 佐伯バウンドテニスクラブ・島田 ☎ 090-5762-4999

### 2026 合唱春の祭典

市内外の合唱団による合同演奏会です。今回は9団体が出演します。各団体の個性あふれる演奏をお楽しみください。皆さんのご来場をお待ちしています。

時 3月15日(日)14時～  
(開場13時30分)

所 さいき城山桜ホール 大ホール

料 無料※整理券必要

問 合唱春の祭典実行委員会・梶原

☎ 090-3667-7849



### 西浜清掃のお知らせ

時 2月22日(日)8時～9時

所 西浜海岸

問 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）

＜香典返し＞

※（ ）内は物故者

▷河野 昭子（義之）…西野区

## 2月 EVENT イベントカレンダー calendar

14(土)

木浦すみつけ祭り⇒P12

時 10時15分～（開始予定）

所 宇目大字木浦釜山  
(木浦公民館周辺)

15(日)

間越来だんせへ市⇒P19

時 8時30分～魚が無くなるまで

所 佐伯市米水津海辺の村交流館

21(土)～23(月・祝)

Expo2026佐伯市民万博

～日常の積み重ねがスペシャルを生み出す～

※展示は20日(金)13時～

⇒1月号P29

所 さいき城山桜ホール  
大ホール ほか

21(土)

おはなし会⇒P17

時 11時～

所 三浦造船佐伯図書館

22(日)

西浜清掃⇒P22

時 8時～9時

所 西浜海岸



# 住民 健診



各健(検)診の対象や自己負担額については、市報2025年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ください。



佐伯市  
ホームページ

受けましたか？



## 特定健診・がん検診

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28日(土)、がん検診は3月31日(火)です。

期限内は、登録医療機関(要予約)で受診できます。

問い合わせ/健康増進課 健診係(和楽1階) ☎23-7022

## 手話奉仕員養成講座 受講生募集

佐伯市では手話の普及や聞こえない、聞こえにくい人への理解促進に取り組んでいます。言語のひとつである「手話」を学び、日々のコミュニケーションや仕事に生かしてみませんか？

- と き** 4月～令和9年3月(①②各40回)  
①夜の部/毎週火曜日 19時～21時 ②昼の部/毎週木曜日 10時～12時
- ところ** 和楽
- 対 象** 受講経験のない18歳以上の人(再受講希望の場合は、要相談)
- 内 容** 入門編・基礎編(全40回)  
入門編(手話との出会い・語彙を増やそう) 基礎編(文法を学ぼう・会話の力を高めよう)
- 定 員** ①②各30人程度(5人に満たない場合は中止)
- 受講料** 無料(ただし、テキスト代として5,290円が必要)
- 申込方法** 電話・FAX・メール・窓口のいずれかで、住所・氏名・電話番号・希望の部(夜・昼)をご連絡ください。受講者には3月下旬に詳細案内を郵送します。
- 申込期限** 3月13日(金)



◆申込・問い合わせ…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] syuwa@city.saiki.lg.jp

## 大分あったか・はーと駐車場利用証制度

公共施設や店舗などの車いすマーク駐車場を適正にご利用いただくため、駐車場の利用に配慮が必要な人に、大分県が共通の利用証を交付しています。

利用証をお持ちの人が、大分あったか・はーと駐車場を利用できます。

### 【対象者】

- ・障がいのある人(所定の要件あり) ・要介護1～5の認定を受けている人
- ・妊娠7か月から出産後12か月までの人  
(多胎児の場合は、妊娠6か月から出産後3年までの人) など

対象者や利用証の申請方法など、詳しくは大分県ホームページまたは市ホームページをご覧ください。

◆問い合わせ…大分県福祉保健企画課/☎097-506-2591

福祉保健企画課 企画管理係(本庁舎2階45番窓口)/☎22-4684

### 《利用証》



### 《大分あったか・はーと駐車場マーク》



今日  
から

健 康 づ く り !

HEALTH



vol.58

## 高齢者の健康

2月1日は「フレイルの日」  
～フレイルを早期発見・早期予防!～

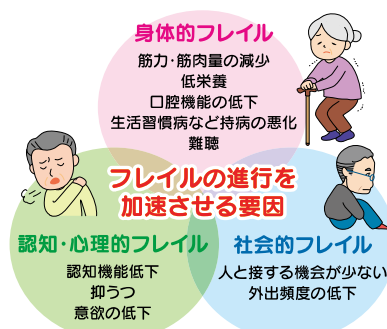
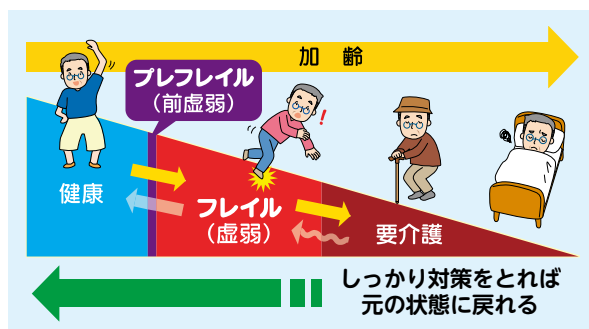
対 象

高齢者  
全般



### フレイルとは?

加齢とともに、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。そのまま放置すると、要支援・要介護状態になる可能性があります。早めに気づいて、適切に行動することにより、健康な状態に戻ることができます。



### 2月1日は「フレイルの日」～予防のための5つのポイント～

運 動

バランスの良い食事

お口の健康

耳の聞こえ

人とのつながり

#### 【フレイルチェック～運動機能編～】

- ☐ 階段を上るときには手すりや壁をつたわらないと上れない
- ☐ 椅子に座った状態から何かにつかまらなないと立ち上がれない
- ☐ 15分くらい続けて歩くことができない
- ☐ この1年間に転んだことがある
- ☐ 転倒に対する不安が大きい

はい  
はい  
はい  
はい  
はい

3つ以上該当する人は、運動機能が低下している可能性があります。そんな人には短期集中予防サービス「ころばん事業」をおすすめします!

#### あなたの「やりたい!」を応援! 短期集中予防サービス「ころばん事業」とは?

筋力の向上などによって、生活の中の困りごとを解決することを目指します

①週1回程度、筋力アップに適した運動を3～6か月の短期間実施します

②専門職があなたの状態に合わせて効果的なプログラムを提供します

※送迎がありますが、地域によって対応できない場合があります。また、体の状態によってはご利用いただけない場合もあります。

動画はこちら  
(大分県作成)



詳しくはお近くの地域包括支援センターまで問い合わせください。

佐伯市地域包括支援センター「さいき」 対象地区: 佐伯・上浦

佐伯市地域包括支援センター「ばんじょう」 対象地区: 弥生・本匠・宇目・直川

佐伯市地域包括支援センター「あまべ」 対象地区: 鶴見・米水津・蒲江

☎23-1632

☎58-5294

☎42-5294

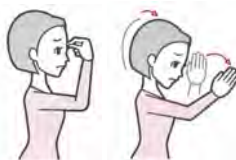
問い合わせ/高齢者福祉課 地域包括ケア推進係(和楽3階) ☎23-1622



## 手話を学ぼう 手話で話そう

今月の手話 ▶ ごめんなさい  
すみません、申し訳ありません

ステップ① ステップ②



ステップ

ステップ

つまんだ右手2指の指先を眉間にあて、

頭をさげ、顔前で斜めに構えた右手を少し前へ出す

手話動画は  
こちらから



イラスト出典:  
(一財)全日本ろうあ連盟著  
『わたしたちの手話学習辞典』





## 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				歯 科 ☎9～12時			
2月 8日	すどクリニック	長島町	28-7711	2月 8日	土屋デンタルクリニック	春日町	22-0709
2月11日	伊藤循環器内科クリニック	長島町	25-1700	2月11日	隈歯科医院	長島町	24-1515
2月15日	片岡医院	長谷	24-1139	2月15日	ひかわ歯科医院	池田	28-7200
2月22日	中浦循環器クリニック	向島	23-2238	2月22日	つちや歯科医院	長島町	22-0020
2月23日	つつみ泌尿器科医院	城下西町	20-3232	2月23日	きよなが歯科クリニック	鶴岡町	20-0702
3月 1日	近藤医院	弥生江良	46-0038	3月 1日	コスモタウン歯科	鶴岡西町	28-7885

#### 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)、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)				平日時間外小児救急当番医 ☎～19時(祝日除く)			
2月 8日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070	月曜	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
2月15日	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180	火曜	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
2月22日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965	水曜	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
3月 1日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070	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。

病気やケガで心配なときや、病院へ行った方が良いかどうか判断に迷ったとき、看護師が相談に応じます。

#### 相談時間

月～土  
19時～翌8時  
日・祝日  
8時～翌8時

大人の場合(おおむね15歳以上)

大分県救急安心センター

TEL 097-532-7119 または #7119

こどもの場合(おおむね15歳未満)

大分県こども救急電話相談

TEL 097-503-8822 または #8000

## 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

会 場 和楽

問い合わせ こども福祉課 こども家庭センター〈母子保健担当〉☎23-4515

無料

・乳幼児健康診査  
・のびのび教室は無料です。

●乳児健診(R7年9月生)…………… 2月12日(木)  
(R7年10月生)…………… 3月 5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(R6年7月生)……… 2月26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(R4年8月生)…………… 2月19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(R7年6月生)…………… 3月 3日(火)

身体測定、離乳食指導など

※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。	2月13日(金)10時～12時 2月13日(金)10時～12時 2月18日(水)10時～12時 2月18日(水)10時～12時 2月18日(水)13時30分～15時30分 2月19日(木) 9時～11時	市役所本庁舎2階203会議室 直川振興局 上浦地域コミュニティセンター 蒲江地域コミュニティセンター 宇目保健センター 弥生振興局	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	2月18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
行政書士 無料相談会	2月19日(木) 13時～15時	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	2月17日(火) 13時30分～15時30分	さいき城山桜ホール 会議室1	大分県宅地建物取引業協会 佐伯支部 ☎24-2844
弁護士相談 ※対象は佐伯市内在住の人 です。相談時間はお1人 15分間になります。	2月19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
民生委員 心配ごと相談	2月18日(水) 10時～12時	蒲江地域コミュニティセンター	社会福祉協議会蒲江支部 ☎42-0154
	3月 4日(水) 13時30分～16時	社会福祉センター	社会福祉協議会 ☎23-7451
精神保健 福祉相談	2月10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	2月18日(水) 13時30分～15時		
認知症のひとと家族の会 認知症のことで悩まれている ご本人・ご家族の参加 をお待ちしています。	2月13日(金) 10時～12時	社会福祉センター	認知症のひとと家族の会 ☎22-7708 電話での介護相談に応じます ☎080-3954-7708
人権なんでも相談 【常設無料相談】	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



### 12月 富高市長の主な公務日誌

- 2(火)～5(金) ● 佐伯市議会 第7回定例会(一般質問など)  
 2(火) ● ぶんご銘醸株式会社・川崎憲次郎氏 寄附金贈呈  
 6(土) ● 渡町台小学校開校50周年記念式典  
 7(日) ● 日本一・水車マラソンin本匠  
 ● 渡町台ふれあいまつり  
 8(月) ● 空手全国大会(adidas SEIDO KARATE GP 2025) 出場報告会  
 10(水) ● 100歳訪問  
 ● 「エフエムさいき」開局15周年特別番組出演収録  
 11(木) ● 冬の交通安全運動開始式  
 ● 企業版ふるさと納税感謝状贈呈式(有限会社 ティー・エヌ・プラン)

- 豊の国ねりんピック優勝報告(弓道競技)  
 12(金) ● 企業版ふるさと納税感謝状贈呈式(株式会社エス・イー・アレックス)  
 14(日) ● 豊後二見ヶ浦しめ縄張替え作業・神事  
 17(水) ● 佐伯市議会 第7回定例会(閉会)  
 ● 全国高等学校弓道選抜大会出場報告  
 18(木) ● 「被災者支援」に関する新システム導入研修  
 22(月) ● 民生委員・児童委員 退任者感謝状贈呈式及び再任者委嘱状伝達式  
 ● 豊の国ねりんピック優勝報告(剣道競技)  
 24(水) ● 磯貝昭生さん「黄綬褒章」受章報告  
 ● 主要地方道「日之影字目線」整備促進期成同盟会総会  
 26(金) ● 仕事納め式



詳しい活動報告は  
こちら



市長の公務状況は  
こちら



## さいぎゅうと

佐伯で暮らすキュートな  
キッズを紹介!



沢山食べて大きくな〜れ♡

お名前 あまね  
土谷 天音ちゃん  
2024年10月生まれ

## 1歳の誕生日おめでとう♡



お名前 ふうと  
(左) 峯 楓斗くん  
2024年10月生まれ  
なぎと  
(右) 峯 椰斗くん  
2021年12月生まれ



いつも癒しをありがとう♡

お名前 ゆあ  
(右) 中川 結愛ちゃん  
2018年7月生まれ  
みゆ  
(左) 中川 心結ちゃん (真ん中) 中川 結乃ちゃん  
2020年7月生まれ 2025年6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

12月末日現在/前月比

人口 6万3,121人 (-90)

男 2万9,645人 (-55)

女 3万3,476人 (-35)

世帯 3万2,511世帯 (-32)

### 救急・火災発生

12月中(速報値)

救急件数 319件  
(年間累計3,711件)

火災件数 3件  
(年間累計20件)

林野火災警報発令時には、屋外での火の使用が禁止されます。火災予防にご協力ください。

### 交通事故

12月中

死者 0人

負傷者 15人

人身事故 12件

物損事故 140件

### 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  
フェイス  
ブック



市報  
さいき  
特設サイト



佐伯市 X  
(@ツイッター)



佐伯市  
公式  
LINE



佐伯市  
インスタ  
グラム

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

1,000円分のプレゼント※  
ゲットしよう!

お待ち  
しています!



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。

※裏表紙のクロスワードプレゼントと同じ内容です。



## 次号発行日

次号市報さいき  
3月号は

3月2日(月)  
発行です

◎4月号の原稿締切は2月17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。

食推  
さんの!

うま塩  
レシピ

## 白菜と薄揚げの柚子こしょう風味

うま塩  
とは?

POINT

うま うま 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。

白菜は塩もみではなく、加熱して水  
気を絞ることで減塩になるだけで  
なく、優しい歯ざわりになります。

A



甘味のある旬の白菜にぴりっとした柚子こしょうがよく合う一品  
です。簡単に作れて箸休めにもなります。

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。

### 材料(4人分)

- 白菜 …………… 200g
- 薄揚げ …………… 20g
- 柚子こしょう …………… 4g (小さじ1弱)
- みりん …………… 8g (小さじ1・1/3)

### 作り方

- ①白菜と薄揚げは1cm幅に切る。
- ②白菜と薄揚げを電子レンジ500Wで3分  
間加熱し、粗熱が取れたら水気を絞り、合  
わせたAの調味料を和える。

★1人分 エネルギー31kcal  
食塩相当量0.3g、食物繊維0.8g



プレゼント付き!

vol.  
46

## さいぎクロスワード

抽選で  
2名に当たる

正解者の中から抽選でプレゼント!

THOUSAND FLOWERで使える  
お買い物券(1,000円分/花・観葉植物など)

ヒントを参考に□に文字をいれよう!

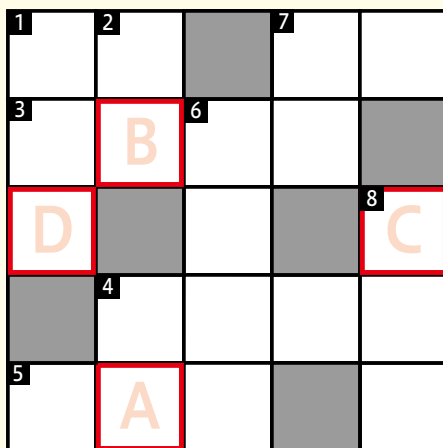
ヒント: ブリの稚魚の呼び名

たてのカギ

- ①冬が旬。海底をゆっくり歩く、独特の姿でコリッとした食感の海の幸。
- ②組織や場面で、人に行動を求める際に出される言葉。
- ④冬の朝、地面や草に白く降りるもの。
- ⑥仕事のために自宅と職場を行き来すること。
- ⑦式典などで使用される、日本ゆかりの花。蒲江地区でも栽培さ  
れている。
- ⑧古くから漁業が盛んな、静岡県中部の港町。「焼津」の読み方は。

よこのカギ

- ①「有り」の反対語。
- ③種や仕組みを巧みに隠し、観客を楽しませる演技。
- ④色の組み合わせや色合いを指す、視覚的な要素。
- ⑤海風に育まれた、さわやかな香りの柑橘の果実。マリン○○○。
- ⑦季節を表す言葉として俳句に使われるもの。



キーワード

A B C D

1月号の  
答え  
「サイキ」

ト	ス	カ	イ
ダ	ダ	オ	ジ
ナ	ガ	イ	モ
	ツ	ジ	サ
ス	キ	ー	ユ

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

2/15まで  
消印有効

こちらから  
もご応募で  
きます。▶

