

# 市報さいき

2026

3

No.418

400年の時を超え、  
今なお残る。

～佐伯城下に響く、春の足音～



Saiki City  
Public  
information



＼こちらもチェック！／

P6…物価高騰対応さいきプレミアム商品券  
情報掲載

# 400年の時を超え、今なお残る。

## ～佐伯城下に響く、春の足音～

3月28日、29日の2日間で開催される「さいき桜まつり」は、昭和23年に佐伯城下町の鎮守である「五所明神社」の春祭りと佐伯商工会議所が行っていた郷土復興祭が一緒になって始まったもの。五所明神社のご神幸があるとともに、内町と船頭町が祭りに合わせて山車を出すなど、伝統を受け継いでいます。

まつりの舞台となる城下町は、今から約400年前、初代佐伯藩主・毛利高政が築いた佐伯城（現在の城山）のふもとに武家屋敷と町人地がつくられたことに始まります。城下町で春の訪れを祝う大切な催しとして紡がれてきた歴史に思いを馳せ、ふるさとの宝を未来へつないでいきましょう。

## 威風堂々、大名行列

### ～城下町に春を告げる～

「さいき桜まつり」のメインイベントでもある「佐伯藩大名行列」は、佐伯藩主・毛利家の参勤交代をモチーフにした風景とされています。市民の有志が衣装を着て「下に一、下に一」の掛け声とともに、市内のメイン通りを練り歩く姿は、城下町に春の華やぎをもたらします。行列は、明神太鼓を先頭に、佐伯城の建造物として唯一現存する県指定有形文化財・佐伯城三の丸櫓門からスタートし、歴代藩主が眠る毛利家の菩提寺・養賢寺まで続く「山際通り」を巡ります。

## 江戸時代の町割りが息づく城下町

大名行列のメイン舞台「山際通り」は、1986年「日本の道100選」に選ばれた「歴史と文学のみち」の一部であり、作家・国木田独歩が寄寓していた坂本邸（現・城下町佐伯 国木田独歩館）や、茶室の汲心亭などが建ち並び、今なお昔日の風情を色濃く残しています。江戸時代、政治や生活の拠点であった一帯には文化的な美しさが漂い、高政公をはじめ、その子孫たちの思いが息づいています。

### 桜吹雪舞う中、 歴史と文学のみちを歩いてみよう



▶元文3(1738)年 御城井御城下絵図(佐伯市歴史資料館所蔵)

「山際通り」から「佐伯市歴史資料館」方面への道を含めて「歴史と文学のみち」と呼びます。城山周辺の古地図と現在の街並みを比べても、道筋は江戸時代から変わることなく残されているのも興味深い点です。

※今回から、さいき桜まつり「佐伯藩大名行列・明神太鼓」のルートを変更しています。詳しくは、2月号P11をご覧ください。

### 佐伯城豆知識 全国でも珍しい技術の石垣



佐伯城を散策する際は、城山に残るひな壇状の石垣にも注目しましょう。本丸北側の斜面に見られる石垣は、江戸時代中期につくられたもの。豪雨による土砂崩れからの復旧のため、お城の構造としては、全国でも珍しい治水技術を応用した造りになっています。全体の高さが約13m、長さ約30mと大規模で、自然災害の多い地域ならではの、知恵を生かした構造です。

# まちを盛り上げる、裏方の熱狂。

受け継がれてきた歴史と誇りを守り、未来のこどもたちへ。  
そんな情熱を胸に活動を続ける佐伯商工会議所青年部会長に、思いを聞きました。



佐伯商工会議所青年部  
令和7年度 会長  
やまもと やすひろ  
山本 康博さん

城下町を華やかに彩る「さいき桜まつり」の大名行列は、1980年に佐伯商工会議所青年部が「まちを元気にしたい」と始めたのがスタート。立ち上げから青年部が携わっており、今年で43回目を迎えます。



## 役を演じれば、みんな佐伯の仲間

大名行列を支えているのは、青年部と地元の企業の皆さん。普段は違う会社や環境で過ごしている人々がその日ばかりは垣根を超えて、勇壮な行列をつくり上げます。

「面白いのは企業でまとまるのではなく、行列の中では違う『役』になるところ。練習から本番を迎える中で、自然と交流が生まれます」と山本さんは、大名行列が地域の絆を深める場になっていると教えてくれます。

練習は2月中旬からスタートします。毛槍や鉾箱、太鼓などの特別な役については10回ほど練習を重ねた後に総練習を行い、本番に臨みます。特別な役については先輩が後輩に教えながら、丁寧に引き継いでいます。「毛槍を投げる時は『ボールを投げるイメージで！』など話しながら、できるだけ躍動感が皆さんに伝わるように工夫しています」と次世代へ文化をつなぐ大切さを語ります。



## 注目してほしい呼吸やリズム

大名行列当日は、姫の着付けは6時から、ほかの参加者は8時30分から始めるなど、朝早くから準備をスタート。美容師組合や青年部OBの力も借りながら、一丸となって進めていきます。

「見どころといえば、おなじみの『下に一、下に一』。これは、殿様が通る際、頭を下げるように促した掛け声です。

また、奴頭の扇子による合図で鉾箱と毛槍の演舞が始まります。毛槍を投げる前には『よいしょ、よいしょ』とリズムよく声を掛け合いタイミングを合わせるところも見てくださいね。」



## 感動を胸に、残していきたい春の風物詩

近年は性別に関係なく役を演じたり、海外の人も参加したりと、新しい取組にも挑戦しながら進化しています。その活動が認められ、昨年は市から「観光・地域振興功労」の表彰を受けた功績も記憶に新しいものです。「昨年は『企業版ふるさと納税』のおかげで、大名行列の衣装を新調することもできました。応援して下さる皆さんには感謝の気持ちでいっぱいです。新しい衣装で歩く姿もぜひ楽しみにしてください」。

佐伯に毎年春を告げるこの行事を、これからも大切に残していきたい。そんな思いを込めて、勇壮な練り歩きを披露します。

# まちを雅に彩る、もう一つの物語

「菊姫行列」のモデル、菊姫。彼女にまつわるお話を、祭りの前に少しだけご紹介します。  
かつての物語を胸に眺める行列は、いつもの春とはまた違った趣を感じさせてくれるかもしれません。

## 菊姫物語

「今からおよそ200年前、佐伯藩のある家老の家に、18になる菊姫という娘がいた。若者たちの誰もが嫁に欲しがるほどの美貌の持ち主で、父も母も、よい婿が見つかることを願っていた。ところがある時、美しい顔にふきでものができ、だんだん黒く広がり、菊姫は部屋に閉じこもってしまった。そんなある日、部屋からお経を読む声が聞こえてくるようになった。ある朝、菊姫の目の前を、ひとすじの光が横切り、「お前の病気は大日寺の弁財天にお祈りすればなおであらう」という声が響いた。さっそく大日寺に行き、21日間の願掛けに入った。21日目のうしみつどき、強い光がきらめいたかと思うと、大蛇が襲い掛かったのと同時に、菊姫は気を失い、翌朝、ふきでもものはあとかたもなく消えていた。この話は町中に広まり、弁財天のご利益を受けて美しくなりたいと願う娘たちのお参りが多くなり、弁財天のお祭りとなって、昭和の初めごろまで続いたそうである」(資料引用:『さいきのむかし話』より抜粋一部加工)



## お知らせ

# 2026年 さいき桜まつり 3月28日(土)・29日(日)

ところ お祭り広場(佐伯市大手町駐車場)・さいき城山桜ホール周辺  
※詳しくは18ページに掲載しています。

## 佐伯市歴史資料館にもお立ち寄りください

「さいき桜まつり」の日は、「佐伯市歴史資料館」が無料開放されています。また3月28日(土)の夜には開館時間を延長して、「毛利家御居間」もライトアップしています。「歴史と文学のみち」周辺を散策し、佐伯の歴史に触れて、桜と合わせて風情ある景色を楽しみませんか。  
詳細は、「佐伯市歴史資料館」のフェイスブックを確認ください。

●3月28日(土) 21時まで延長開館



主な内容  
佐伯藩大名行列  
明神太鼓/グルメ屋台/夜桜  
佐伯藩弁財天様参り菊姫行列

## 問い合わせ

さいき桜まつり  
実行委員会事務局  
(観光・国際交流課 観光係内)  
☎22-3942



Facebook

### 情報

#### 物価高騰対応さいきプレミアム商品券

～国の重点支援地方交付金活用事業・大分県物価高騰対応プレミアム商品券支援事業～

プレ券の購入には事前申込が必要です。



発行総額 **13億3,250万円** プレミアム率 **30%**  
1枚500円の商品券13枚つづり(商品券額6,500円)を  
1冊 **5,000円**で販売します。

プレ券1冊の内容はA券8枚、B券5枚となっており、使用できる取扱店舗が異なります。

●市内に本店がある登録取扱店舗・・・A券、B券ともに使用可

●市外に本店がある登録取扱店舗・・・B券のみ使用可

登録取扱店舗での商品券使用上限額は、**1回の支払につき20万円**までです。

※使用できる店舗は、市報3月号と併せて配布の「さいきプレ券取扱店舗一覧」をご覧ください。



[ 購入申込対象者 ] 大分県内在住者

ただし、佐伯市内在住者に優先的に販売します。

[ 販売予定冊数 ] 205,000冊

[ 購入限度冊数 ] 1人8冊まで

[ 申込期間 ] 3月1日(日)～27日(金)※必着※全ての購入対象者の申込期間です。  
市外在住(大分県民に限る)の人も、この期間中に申込みください。

[ 引換販売期間 ] 5月11日(月)～24日(日)

使用期間  
5月11日(月)～8月31日(月)

#### 販売場所

- 平日は、市内郵便局32局(簡易郵便局を除く)で販売予定
- 土・日曜日は、本庁舎1階で販売予定

#### ▶▶申込から購入までの流れ

申込	①配布する申込用紙に必要事項を記入の上、切手を貼って郵送で申込(市役所商工振興課・各振興局、佐伯商工会議所・番匠商工会・あまべ商工会へ直接持参も可能) ②申込用紙を市ホームページからダウンロードし、必要事項を記入の上、郵便ハガキに貼り付けて申込(直接持参も可能) ③インターネットから専用申込フォームに接続し、必要事項を入力して申込 ※申込は、ハガキまたは電子申込のどちらか1回のみとなります。
冊数決定	佐伯市内在住者に優先的に販売します。 市内在住者の申込冊数が販売予定冊数を下回った場合は、市外在住(大分県民に限る)の申込者にも販売します。プレ券購入冊数決定後、申込者全員に引換ハガキを送付します。
購入	申込者は必ず引換ハガキと本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など)を持参して、引換販売期間内に商品券をご購入ください。 ※代理購入の場合は、引換ハガキの代理人記入欄に代理購入者氏名・住所を記載の上、代理人の本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証など)をご持参ください。

電子申込はこちらから▶



※申込用紙(申込チラシ)は市報3月号と併せて配布します。

※申込用紙が届かない場合は、さいきプレ券発行委員会(佐伯商工会議所、番匠商工会、あまべ商工会)、市役所商工振興課及び各振興局の窓口を設置しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

#### 注意点

- 市内在住者の申込冊数が販売予定冊数を上回った場合はシステム抽選による減冊により、購入可能冊数が当初の希望冊数より少なくなる場合があります。
- 重複した申込、限度冊数を超える申込、記載漏れのある申込は全て無効となります。

◆問い合わせ・・・さいきプレ券発行委員会(佐伯商工会議所、佐伯市番匠商工会、佐伯市あまべ商工会)  
☎0120-995-769 【受付日時】～5月31日(日)9時～17時(土・日・祝日除く)

### 給付

### 介護手当を支給します

[ 支給対象者 ]

1年以上市内に住所があり、次のいずれかの要介護者を在宅で介護している人

- ①介護保険で要介護4または5と認定された人
- ②寝たきりまたは重度心身障がいなどの常時介護が必要な20歳以上の人で、要介護4または5の状態に相当すると判断された人

※20歳以上65歳未満の人は、身体障害者手帳または療育手帳を持っている人

※要介護4または5の状態に相当するか調査に伺うことがあります。

[ 支給金額 ] 月額8,000円

[ 支給時期 ] 5月中

[ 支給対象月 ]

令和7年9月～令和8年2月

※要介護者が入院やショートステイなどの宿泊を伴うサービスを利用した場合は、利用が10日を超えない月が対象

※対象月をさかのぼって支給できません。

◆申込・問い合わせ・・・高齢者福祉課 地域包括ケア推進係(和楽3階) / ☎23-6800または各振興局

[ 申請方法 ]

高齢者福祉課または各振興局にある申請書に必要な事項を記入し提出してください。なお、民生委員による状況の確認は期日に余裕をもって依頼してください。

申請期限 3月31日(火)



### 申請

### 令和8年度 学生納付特例申請書の送付について

令和7年度に学生納付特例制度により保険料納付を猶予されている人で、令和8年度も引き続き在学予定の人に、「国民年金保険料学生納付特例申請書」を4月初旬にお送りします。

申請書はハガキまたはマイナポータルでの案内となっており、必要事項を記入しポストに投函または入力することで、令和8年度の学生納付特例を申請することができます。この場合、在学証明書または学生証の写しを添付する必要はありません。

ただし、在学している学校などに変更がある人は、この届出方法で申請することはできません。通常の申請書に在学証明書などを添付して申請することになります。また、発送に合わせて日本年金機構ホームページにお知らせを掲載予定です。

マイナポータルを開設されていて「ねんきんネット」と連携済みの人には、日本年金機構からマイナポータルにお知らせをお送りします。



日本年金機構ホームページ▶



◆問い合わせ・・・佐伯年金事務所 / ☎22-1970 ※音声案内に従い最初に②、次に②を選択  
保険年金課 保険年金係(本庁舎1階8番窓口) / ☎22-3187

### 情報

#### 市役所本庁舎で臨時窓口を開設します ～住民異動(転入・転出・転居)などの手続きを受け付けます～

毎年、3月下旬から4月上旬は、転勤や進学などにより、一年で最も引越しの多い時期です。  
市民の皆さんの利便性向上と窓口の混雑緩和のため、転入・転出・転居に伴う業務の臨時窓口を開設します。



- 【開設日時】** 平日 [19時まで2時間延長]: 3月30日(月)～4月2日(木)  
休日 [8時30分～17時]: 3月28日(土)・29日(日)
- 【開設場所】** 本庁舎・まな美のみ ※振興局・出張所は開設しません

詳しくは  
こちらから▶



担当課	窓口番号	取扱業務
市民課 ☎22-3849	1階1・2番	マイナンバーカードに関する手続き(転入・転居に伴うもののみ)
	1階3～6番	住民異動届(転入・①転出・転居)の受付 印鑑登録 ②住民票、印鑑登録証明書、戸籍謄抄本の証明発行 ※①は、引越し手続きオンラインサービス②は、コンビニ交付もご利用できます。 ※マイナンバーカードをお持ちの方は、必ずご持参ください。 また、住民基本台帳用暗証番号(数字4桁)を確認してください。
保険年金課 ☎22-3199	1階8・9番	住民異動に伴う国民健康保険・後期高齢者医療制度の資格取得、喪失、変更の手続 住民異動に伴う国民年金の加入、変更などの手続
高齢者福祉課 ☎22-3117	1階10番	介護保険資格の取得及び喪失の手続 住民異動に伴う要介護認定などに係る手続
子ども福祉課 ☎22-3180	2階48番	住民異動に伴う児童手当、児童扶養手当、さいきっ子医療費助成、ひとり親医療費助成に関する手続
学校教育課 ☎22-4064	まな美2階	転校(転入・転出)手続、校区外通学申請

※水道の使用開始・中止申込の臨時窓口は開設しません。インターネットでの手続が24時間可能となっています。

インターネット受付はこちら▶



※ケーブルテレビ(行政エリア)の加入・脱退などの手続はインターネットで24時間手続可能です。

インターネット受付はこちら▶



◆問い合わせ…営業課  
(本庁舎3階52番窓口)  
☎22-3119 通常開庁日

◆問い合わせ…情報推進課 ケーブルテレビ係  
(本庁舎4階70番窓口)  
☎22-3645 通常開庁日

**注意**

◎本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)と印鑑(必要な場合)をご持参ください。  
また、手続によっては必要書類がありますので、事前に担当課まで問い合わせください。  
◎上記に記載している業務以外は取扱うことができません。  
◎関係機関への確認・照会が必要な手続については、即日対応できない場合があります。  
※来庁人数により時間を要する場合がありますので、余裕を持ってお越しください。

### 情報

#### おくやみ関連手続で「書かない窓口」を始めます!

3月中旬(予定)から、市役所本庁舎における死亡届の提出に伴う手続について、各窓口で何度も同じ住所や氏名を書く必要がなくなるよう、タブレット端末を活用した「書かない窓口」を開始します。



◆問い合わせ…情報推進課 DX推進係  
(本庁舎4階70番窓口) / ☎22-4527

詳しくはこちら▶



### 情報

#### 4月からLINEを使った粗大ごみ戸別収集の申請受付を開始します

当面の間は品目を限定しての受付となります。該当する品目が見つからない場合は、東浜収集センター(☎23-2386)へお電話ください。

この機会にぜひ佐伯市のLINE公式アカウントを友だち登録してください。



#### 【LINEを使った粗大ごみ戸別収集】申請手順



メニューにある「ごみ」をタップし、ごみに関するメニューを表示します。

表示されたメニュー内から「粗大ごみの収集申請」を選択します。

申請前にご利用案内を確認の上、申請を行ってください。

申請手続が完了すると本受付となりますので、申請番号の数字部分を粗大ごみシールに記入してください。

※粗大ごみシールは指定ごみ袋取扱店で販売しています。(1枚500円)

◆問い合わせ…清掃課 庶務係  
(東浜収集センター)  
☎23-2386

佐伯市 LINE 公式アカウント  
友だち登録はこちら▶



### 情報

#### こども誰でも通園制度が始まります

4月から保育所やこども園に通っていない3歳未満のお子さんを対象に、保育所や認定こども園などの施設で、月10時間までの預かりを行う「こども誰でも通園制度」が始まります。

通園の対象年齢は生後6か月から3歳未満(誕生日の前々日まで)です。

通園開始可能月齢は園により異なりますので、料金や実施施設など詳しくは市ホームページをご確認ください。

◆問い合わせ…こども福祉課 こども福祉係(本庁舎2階48番窓口) / ☎22-3972



詳しくはこちらから▶



### 募集

#### 佐伯市奨学生を募集します

##### [応募資格]

経済的理由で修学困難な人など

##### [貸付金額]

(月額)1万6,000円~3万8,000円

※学校区分(高校・短期大学・大学など)、自宅・自宅外により貸付金額が異なります。



##### [応募方法]

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

詳しくは、学校教育課または各振興局で配布する応募要領などをご覧ください。

**応募期間** 4月1日(水)~30日(木)

◆申込・問い合わせ…学校教育課 学事係 (まな美2階) / ☎22-3154

詳しくはこちらから▶



### 補助

#### 奨学金の返還を支援します

若者への修学奨励と地元居住・地元就職の促進を図るため、奨学金の返還を支援します。

詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

##### [対象] ※次の全てを満たす人

- ①在学中に対象となる奨学金の貸与を受けた人
- ②満30歳以下で、本市に8年以上継続して居住する意志のある人
- ③令和2年4月以降、市内の事業所などに就職し、市内に居住する人 (令和8年4月以降居住する人も含む)

##### [返還支援額]

借入金の5分の4 (最大160万円※大学生の場合) 9年間かけて返還支援※毎年申請が必要

##### [支援対象奨学金]

- ・佐伯市奨学金
- ・大分県奨学会奨学金
- ・日本学生支援機構奨学金 (第1・2種)

**申込期間** 4月1日(水)~5月29日(金)

◆申込・問い合わせ…学校教育課 学事係 (まな美2階) / ☎22-3154

詳しくはこちらから▶



### 募集

#### 「あなたと一緒に語りたい」佐伯市タウンミーティング 参加団体・グループを募集!

だれもが「お互いを尊重する」まちづくりの実現に向けて、皆さんと富高市長がざっくばらんに語り合う場を設けます。詳しくは市ホームページをご覧ください。



##### [とき]

平日10時~21時のうち、2時間程度

##### [対象]

市内で活動する団体、企業、グループ(市内に居住、通勤、通学している人) ※当日10人以上の参加が見込めること(最大20人程度)

◆問い合わせ…市民課 市民の窓係 (本庁舎2階44番窓口) / ☎22-3399

##### [申込方法]

二次元コードから申込

※日程などは申込後の打ち合わせで調整します。

##### [その他]

会場の準備や、それに伴う経費は申込団体の負担となります。

**申込期限** 4月30日(木)



### 募集

#### 佐伯市民大学「令和四教堂」第11回講演会 生産性を高めるコミュニケーションの作り方入門

日本の生産性は、なぜ上がらないのでしょうか。

本講演では、確証バイアス(思い込み)に気づき、自分の直感的判断をいったん「仮の答え」として見直すための認知開発®手法を紹介します。学校や職場で話し合いの質を高め、新しい価値を生み出すための、実践的で分かりやすい方法をお伝えします。

##### [とき]

3月15日(日)開場14時

[開演14時30分/終演16時30分]

##### [ところ]

和楽 大研修室

##### [対象]

中学生以上

##### [講師]

合同会社 アースボイスプロジェクト 代表 榎田 竜路 氏



音楽家・教育者・メディアプロデューサー。日本の伝統文化にある「型」が、「ものの見方」や「直感」を形づくっていることに着目し、その型を変容させることで、直感や考え方そのものを育て直す認知開発®手法を体系化。

判断の前提を可視化し、対話と創造を変える手法は、教育・自治体・企業など全国で導入されている。「感性は鍛えられる。物語は力になる。」——その実践を現場から伝えている。

##### [定員]

200人※先着順

##### [受講料]

無料

◆問い合わせ…政策企画課 政策企画係(本庁舎5階88番窓口) / ☎22-4104 [メール]sseisaku@city.saiki.lg.jp

##### [申込方法]

はがき、メールまたは下記の専用申込フォームから ①住所 ②氏名 ③年齢(中学生・高校生は学校名と学年)④電話番号 ⑤メールアドレス(お持ちの人のみ)を記入の上、申込みください。

※託児、手話通訳、要約筆記をご希望の人、車いすをご利用の方はその旨をご記入ください。

※ご記入いただいた個人情報は、講演会開催に係る手続及び今後の運営の参考のために利用させていただきますが、それ以外の目的には利用しません。また、外部に提供することはありません。

※3月9日(月)以降に申込まれた人は、詳細のご案内(入場整理票など)が届かない場合があります。入場整理票が届かない場合は、当日、受付で氏名などをお伝えください。

##### [はがき宛先]

〒876-8585 佐伯市中村南町1番1号 佐伯市政策企画課 宛

専用申込フォーム▶





## 情報

### みずのこしまとうだい 「水ノ子島灯台」が国の重要文化財に指定されました

1月15日に、「水ノ子島灯台」が国の重要文化財（建造物）に指定されました。

水ノ子島灯台は、豊後水道に位置する水ノ子島に建設された高さ41mの洋式灯台です。明治37年に完成・初点灯して以降、豊後水道を航行する船舶の航海の安全を見守ってきました。その歴史的な価値が評価され、鶴見下梶寄にある旧吏員退息所（水の子島海事資料館）・旧物置所（水の子島渡り鳥館）とあわせて国の重要文化財に指定されました。

水ノ子島灯台は、佐伯市内初の国の重要文化財（建造物）となります。



水ノ子島灯台(提供:公益社団法人燈光会)



旧吏員退息所



旧物置所

## 国指定記念 重要文化財 水ノ子島灯台 パネル展 観覧料 無料

水ノ子島灯台が国の重要文化財に指定されたことを記念して、水ノ子島灯台のパネル展を開催します。同時に、海上保安庁が撮影した水ノ子島灯台のドローン撮影映像も公開します。

灯台の屋根上の様子など、ふだん目にできない姿をお楽しみください。

### 【とき】

3月10日(火)～5月6日(水・振) 9時～17時  
(入館は16時30分まで)

※月曜日休館

(月曜日が国民の休日の場合は翌平日)

【ところ】歴史資料館 エントランス

◆問い合わせ…社会教育課 文化財係(歴史資料館内) / ☎22-4234



## 情報

### 「臼坪杖踊り」が 市指定無形民俗文化財に 指定されました

「臼坪杖踊り」は臼坪地区に伝わる杖踊りで、臼坪杖踊り保存会により保存・継承されています。毎年、さいき桜まつりと同時開催される五所明神社神幸祭で奉納されています。



◆問い合わせ…社会教育課 文化財係  
(歴史資料館内) / ☎22-4234



## 情報

### 「さいき学ブック」の 販売を始めました!

「佐伯市誌」をもとに、歴史や自然、民俗、文化財など61項目のテーマを選び、こどもから大人までふるさと佐伯について分かりやすく楽しく学べる本「さいき学ブック」が完成しました。

### 【販売価格】

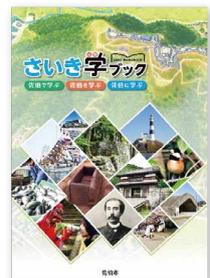
1,000円(税込)

### 【販売場所】

- ・まな美 ・歴史資料館
- ・二海堂書店 ・根木青紅堂

◆問い合わせ…社会教育課  
文化財係

(まな美1階) / ☎22-4095  
歴史資料館 / ☎22-0700



## 12/26(金) 環境美化標語&SNS清掃活動 写真投稿の表彰式



令和7年度環境美化大賞表彰式が行われ、標語の部では1,129作品が集まり、最優秀賞に輝いたのは大石龍之介くん(明治小3年)の「ゴミ拾い 気づくと運も拾ってた」でした。また、Instagramへの写真投稿の部の表彰も行われ、最優秀賞には日本文理大学附属高校の作品が選ばれました。

## 1/8(木) ソフトバンクホークス柳田選手ら 今年も自主トレを佐伯で実施



福岡ソフトバンクホークスの柳田悠岐選手、大分出身で横浜DeNAベイスターズの梶原昂希選手、北海道日本ハムファイターズの清宮幸太郎選手など5選手が今年で4回目となる自主トレを佐伯で実施しました。

市民の前で本格的なトレーニングを披露し、連日多くの人が見学に訪れ、スタンドからは温かい声援が送られました。

## 1/11(日) 新春「消防団出初式」



新年を迎えて「佐伯市消防団出初式」が池船スポーツ公園で行われました。出初式は、消防団員の士気を高めることと防災・防火への意識の向上を目的としたものです。

出初式では、人員報告や服装点検を実施することで団員の規律と結束を確認し、その後放水点検では色とりどりのアーチが描かれました。

## 1/21(水) 佐伯広域森林組合 「ツーバイ材加工施設」落成式



佐伯広域森林組合宇目工場で、需要の高まりを見せる「2×4(ツーバイフォー)工法」の住宅利用に適した木材に加工する「ツーバイ材加工施設」の落成式が行われました。

ツーバイ材には、これまで利用価値の低かったスギの大径材を用いており、高付加価値化につなげ、山元に収益を還元することで、林業の持続的な発展に寄与していきます。

## 1/28(水) 佐伯市未来議会



日本文理大学附属高校による「佐伯市未来議会」が開催されました。三浦涼さんが、議長として議事進行を行い、9人の生徒が富高市長ら市執行部に対して質問を行いました。18歳から選挙権を持つ現在、高校在学中に選挙が実施される可能性があります。この機会が政治に関心を持つきっかけになればと願っています。

## 1/29(木) ベトナム・ニンビン省 高校生交流報告会



佐伯市はベトナム・ニンビン省と包括連携協定(MOU)を結び、毎年「高校生交流事業」を実施しています。今年は市内の高校生14人が参加し、11月7日から11日の日程でニンビン省を訪問しました。1月29日には市役所で市長報告会が行われ、今回の交流を通じた学びが共有されました。

# さいき城山桜ホール 春のカルチャーサロン受講生募集!

新規受講希望者はまず電話で予約し、申込手续を行ってください。

**申込期間** 3月8日(日)～22日(日)

**申込・問い合わせ** さいき城山桜ホール ☎24-2228 ※第2・第4火曜日休館

4月入講

受講料・募集人数

下記のとおり  
[1か月の料金]

※受講料のほかに  
別途費用がかかる  
教室があります。

- ◆初級フラダンス〈カオリナ〉  
第1～第3㊟ 10時～11時30分  
[2,100円、8人]
- ◆カラオケ新曲指導教室〈戸坂 妙子〉  
第1・第3㊟ 14時～16時  
[1,400円、10人]
- ◆フラダンス〈午前〉  
〈カ・マカ・ヒラヒラ永崎〉  
第2・第4㊟ 10時30分～12時  
[1,400円、3人] **協会費・年間1,200円**
- ◆日本舞踊〈午前〉〈花柳 綾知恵〉  
第1・第3㊟ 10時～11時  
[1,400円、4人]
- ◆書道〈樋口 紫水〉  
第1・第2・第4㊟ 19時30分～21時30分  
[2,100円、3人]
- ◆日本画〈外山 範雄〉  
第1・第3㊟ 14時～16時  
[1,400円、4人]
- ◆デッサン〈大島 勝也〉  
㊟ 19時30分～21時30分  
[2,800円、3人]
- ◆フラダンス〈MaKaNa〉  
㊟ 19時～20時20分  
[2,800円、10人]
- ◆ヨガ〈自然 泰介〉  
㊟ 10時～12時  
[2,800円、5人]
- ◆子ども日本舞踊〈花柳 笹広波〉  
第1・第3㊟ 10時～11時30分  
[1,400円、5人、4歳～小学生]
- ◆かんたんエアロビクス  
〈西村 みちえ〉  
㊟ 20時30分～21時30分  
[2,800円、5人]
- ◆はじめてのベリーダンス〈shirin〉  
第1・第3㊟ 19時30分～20時30分  
[1,400円、10人]
- ◆日本舞踊〈夜間〉〈花柳 笹広波〉  
第1・第3㊟ 19時～20時30分  
[1,400円、5人]
- ◆ストレッチ & エアロビクス  
〈西村 みちえ〉  
㊟ 9時45分～11時15分  
[2,800円、5人]
- ◆ゆっくり二胡教室〈初級〉  
〈久保田 成太〉  
第1・第3㊟ 13時～14時15分  
[1,400円、5人]
- ◆表千家茶道〈戸篠 愛美〉  
第1・第3㊟ 19時30分～21時30分  
[1,400円、5人] **お茶代・月額700円**
- ◆コーラスを楽しもう〈女性のみ〉  
〈汐月 節子・前田 朋子〉  
第2・第4㊟ 10時～12時  
[1,400円、10人]
- ◆ゆっくり二胡教室〈中級〉  
〈久保田 成太〉  
第1・第3㊟ 14時30分～16時  
[1,400円、5人]
- ◆水彩画〈大島 勝也〉  
㊟ 13時30分～15時30分  
[2,800円、2人]
- ◆油絵〈大島 勝也〉  
㊟ 14時～16時  
[2,800円、3人]
- ◆Anjiiのハンドメイド教室  
〈安藤 俊二〉  
第2・第4㊟ 9時30分～11時30分  
[1,400円、2人]
- ◆英会話〈初級〉〈バズビー チェスター〉  
㊟ 18時～19時15分  
[2,800円、5人]
- ◆エアロビクス〈小網 孝子〉  
㊟ 20時30分～21時30分  
[2,800円、10人]
- ◆子育て世代のための  
養生ごはんとおやつ〈豎山 恵子〉  
第2・第4㊟ 10時～12時  
[1,400円、10人] **材料費・毎回2,000円**
- ◆英会話〈中級〉〈バズビー チェスター〉  
㊟ 19時30分～21時  
[2,800円、10人]
- ◆華道家元池坊生け花〈永田 美智子〉  
第1・第3㊟ 19時30分～21時30分  
[1,400円、10人] **材料費・毎回1,200円**
- ◆こねて笑って0から始める  
簡単でこねパン〈河野 由美〉  
第2・第4㊟ 10時～12時  
[1,400円、10人] **材料費・毎回2,000円**
- ◆韓国語会話〈初級〉〈全 紅蘭〉  
㊟ 19時～20時15分  
[2,800円、5人] **教科書代**
- ◆親子かきかた〈菅 木蘭〉  
第1・第2・第4㊟ 11時～12時  
[2,100円、10組、4月年長児親子]

## 総合運動公園 4月スタート

### フィットネス教室 教室生募集!

申込期限 3月13日(金)

※各教室とも定員があります。申込はお早めに!

[申込・問い合わせ]

佐伯中央病院アリーナ ☎25-1335  
佐伯中央病院市民プール ☎22-0768

※健康ヨガ教室以外は、年間の教室になります。

## 体を動かし、爽やかな汗を流しませんか?!

教室名	とき	参加費(1か月)
健康ヨガ教室(6か月間)第1部	月曜日 9時15分～10時30分	2,000円
健康ヨガ教室(6か月間)第2部	月曜日 10時45分～12時	2,000円
スポンジテニス教室	火・金曜日 10時～12時	1,500円
卓球教室	水・金曜日 10時～12時	1,500円
プールアクアビクス教室(昼の部)	水曜日 13時30分～14時30分	2,000円
プールアクアビクス教室(夜の部)	金曜日 19時30分～20時30分	2,000円

# さいき城山桜ホールインフォメーション

## 中学生・高校生の合同文化祭 5th SAKUフェス

入場無料 大人もどうぞお越しください。

「10代による10代のためのイベント」をコンセプトに、20歳未満の実行委員が集まり、企画・運営を行う来場者参加型イベントです。SAKUフェスでは、地域の皆さんにもお楽しみいただけるように、小さな子どもたちも参加できるイベントも盛りだくさんです!

**【ステージ発表】**

ダンスやバンド、書道パフォーマンスなど17組が出演!

**【えんにち】**

輪投げやスーパーボールすくいなどで大人も子どもも楽しもう!

**【キッチンカー】**

佐伯市内外の店舗が出店!

**【ガラスにおえかぎ】**

人気の企画が登場! 特殊なクレヨンでおえかきしよう!

**【アートマルシェ】**

ハンドメイド雑貨など、お気に入りを見つけよう!



とき 3月20日(金・祝)10時～17時(予定)  
ところ 大ホールほか

当日スタッフを募集しています!!

出演者情報など詳細はこちらから▶



©SAKUFES.SAKI

## 令和8年度 さいき城山桜ホールサポーター募集 活動期間 4月～令和9年3月

主催公演のサポートやイベントの企画運営などをホールスタッフと一緒にサポーターを募集します。桜ホールを舞台に、感動やワクワクをたくさん体験しましょう!

**活動内容** ・チケットもぎりや客席案内などのレセプション活動  
・サポーターが選定した映画を月に一度上映する「ツキイチ映画」の企画運営  
・館内装飾や環境美化活動

**対象** 中学生以上

**申込方法** ①申込フォーム  
②桜ホール窓口配布の申込書

**申込期限** 3月22日(日)



申込はこちらから▶

**【サポーター特典】**

- ・活動時間に応じて付与されるポイントで、主催事業チケットと交換できます。
- ・接遇マナーを学べるほか、舞台裏方スタッフ体験も可能です。
- ・学生には、ボランティア証明を発行します。

※詳しくは、ホームページ掲載の募集要項をご覧ください。

## ツキイチ映画 4月上映作品 上映時間 93分



©2025「父と僕の終わらない歌」製作委員会

### 『父と僕の終わらない歌』

とき 4月11日(土)  
①10時～  
[開場 9時30分]  
②14時～  
[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 500円

[当日券の販売は窓口まで  
問い合わせください。]

**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。



## 第17回 みんなで奏でる

### ロビーコンサートシリーズ —ストリートピアノ—

参加無料

受付不要

桜ホールに展示されているヤマハCFのストリートピアノ!どなたでもお気軽に演奏ください。

とき 3月21日(土)10時～12時  
ところ 1階アートプラザ  
対象 どなたでも



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.  
35



## 株式会社 平和木工所

佐伯市大字堅田6025番1 ☎23-7123 FAX:22-2113  
創業:昭和42年 従業員数:20人  
Instagram:@heiwamok7123  
メール:heiwamok@jasmine.ocn.ne.jp



動画はこちら



### 船舶家具製造を軸に、多彩な領域に挑戦

『平和木工所』は、船員の居住スペースや海図台などの船舶家具を手掛ける製造会社。一方で、社訓に「挑戦」を掲げ、令和6年に若き社長・安藤竜太さん(34歳)が就任して以来、多角的な事業展開を進めています。

「挑戦するのは、事業の幅を広げてリスク分散を図り、会社の成長を“社員の幸せ”につなげるためです。新素材を使ったレジャー施設のステージ制作や、スタッフの声から始まったもんじゃ焼き屋※1など、動き出している取組もあります」と安藤さん。先代で、現在は取締役を務める澤井博幸さんも「社長の経営者としての視点と行動力は確か。時代や情報を見極める慎重さも備えています」と太鼓判を押します。

※1 今春オープン予定。詳しくは問い合わせを。  
※2 取り放題で100円。

### 社員、地域の幸せのために

事業の拡大を見据え、ともに挑戦・成長できる社員も募集しています。「未経験者も大歓迎。実は95%が異業種からの転職組で、女性も多く活躍しています。新たな分野に挑戦したい人にもぴったりです」と安藤さん。子育て応援に力を入れているのも特徴で、「こどもの行事を優先する」「状況に応じて時短勤務に」など性別問わず柔軟なサポートを受けられます。また、地域への思いも強く、廃材をキャンプ用の薪として販売※2するなど暮らしに寄り添う取組を行っているほか、今後はこども関連のイベント協賛も積極的に受けたいと言います。

社員の幸せを願い、地域に根を張りながら平和木工所はこれからも走り続けます。

### 会社のここが好き

声を上げやすい雰囲気、社員の声をすぐに形にしてくれます。勤務時間の融通がきくので子育てを優先でき、働きやすいです(佐藤)。皆さん優しく、仲が良いのが魅力。副社長が遊び心満載で、会社行事も楽しいです(岩田)。入社1年目ですが、先輩が優しく教えてくれるので不安はありません。大きな家具を組み立てた時は達成感があります(坪根)。

佐藤 理乃さん

岩田 泰子さん

坪根 ゆかりさん





つくっているもの

## 俳句

本匠地域の「本匠村史」には、約90年前に俳句づくりが盛んに行われていた記録が残っています。本匠中学校では「毎日を楽しむ」をモットーに、俳句を通じた体験・交流活動に取り組み、その成果を毎年「俳句集」として発行。俳句文化の復活とともに、地域の人・観光客を巻き込んだ俳句による地域活性化を目指しています。



佐伯市立本匠中学校の生徒の皆さん  
本匠地区



▲山形県の山寺中学校とのリモート交流会の様子。俳句の詠み合いや活発な意見交換が行われます。



▲地域のイベントなどの際に「俳句ポスト」が設置され、地域の人や観光客が自由に一句詠み、投函できます。



動画はこちら



### 俳句文化の復活を目指して—本匠中学校の挑戦—

豊かな自然に囲まれた本匠中学校は俳句づくりに力を入れており、大分県では非常に珍しい学校です。「きっかけは、令和4年の『本匠版 百人一首』の作成です。全国の校長先生へ紹介したところ、松尾芭蕉ゆかりの地にある山形県の山寺中学校の校長先生が『私たちも故郷を俳句で詠みたい』と連絡をくださって。そこから俳句活動・交流が始まりました。俳句を通じて様々な物の見方や言葉を知り、感性や表現力を磨くことで毎日が楽しく、豊かになると実感しています」そう話すのは校長の高野徹先生。現在は山寺中学校とのリモート交流(年数回)・訪問(年1回)に加え、毎月俳句発表会、ALT※1に教わる英語俳句会などを行っています。

### 地域にも俳句の輪を

生徒の活動は学内にとどまりません。本匠の特産品である因尾茶の関連行事※2や高齢者サロンでの地域の人との俳句交流、市の国際交流員、立命館アジア太平洋大学の留学生への俳句指導などを通じて視野を広げながら多くの学びを得ています。

俳句マスターと呼ばれるほど俳句に熱中する藤原琉丞さん(2年生)は「日本文化が好き。本匠の美しい風景を俳句で表現していきたい」、田中まいさん(1年生)は「風景など見たものをどう表すのか考えるのが面白い」と話すなど、生徒たちも意欲的。腕も上がり、県内外の俳句大会での入賞実績も少しずつ増えています。今後も生徒を中心に卒業生、小学生、教員、地域の人などが一体となって“俳句の里・本匠”を盛り上げていくことでしょう。

※1 英語の授業の外国人指導助手。

※2 茶園整備や茶摘み。同校は、農林水産省の「茶育」プロジェクトに参加しています。

29日

# 大分 さいき

28日

## ミニトレーン

(JR九州大分支社協力)



29日

## 消防車両展示



## こども屋台



28日

29日

## 野外ステージ

### 伝統文化の祭典 ・市民ステージ



### さいき食物産の祭典 (お祭り広場)

## 餅まき お菓子まき



29日

## 佐伯藩大名行列 ・明神太鼓



# 桜まつり



## 「トータルテンボス」 お笑いライブ

2026年3月

# 28日・29日

### 場所 旧佐伯文化会館下 お祭り広場ほか

## それいけ! アンパンマン ショー

日時  
3/28(土)  
1回目 11:05~  
2回目 14:50~

場所  
お祭り広場  
野外ステージ

観覧無料



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

※諸般の事情により、時間・内容が変更・中止となる場合があります。予めご了承ください。

28日

## 佐伯藩分則天様参り 菊姫行列



28日

29日

## おえかきパラダイス



28日

29日

## 海上自衛隊護衛艦



※出典：海上自衛隊ホームページ

## 海上自衛隊艦艇 一般公開(島崎壁)

※専用シャトルバスのみでの入場になります

## 他イベント・盛り沢山!

### まちなかキャンプ・ストリートマルシェ・花見茶会 佐伯市地域おこし協力隊活動展示会・木工教室 他

※事前にお申し込みが必要なものもあります。ホームページなどでご確認ください。

イベントの最新情報は  
こちらから



野外ステージでは、車いす席やベビーカー席をご用意しております。また、会場周辺の施設内には、授乳室やおむつ台もありますので、小さなお子さんをお連れの方もお気軽にお越しいただけます。



## 株式会社 三浦造船所

Miura Shipbuilding Co., Ltd.

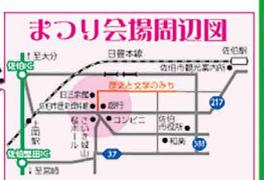
～三浦造船所グループ～

三浦商事株/大和鉄工株/三和船舶工業株/大和商事株/有村田工業



## まつり会場までのアクセス

福岡	2時間	大分	40分	佐伯	
宮崎	1時間15分	延岡	20分	蒲江	15分
博多駅	50分	小倉駅	2時間30分	佐伯駅	
JR日豊本線					
宮崎駅	1時間	延岡駅	1時間		



佐伯市総合運動公園駐車場からまつり会場までシャトルバスが出ます

主催：さいき桜まつり実行委員会  
問合せ：さいき桜まつり実行委員会事務局 (観光・国際交流課内)  
〒876-8585 大分県佐伯市中村南町1-1  
電話：0972-22-3942 E-mail: kankouka@city.saiki.lg.jp

# 佐伯市 地域おこし協力隊 活動報告展示会

各隊員による活動内容のポスター展示や事業の紹介、台湾文化体験、お絵描きポーチの絵付、トロボコづくり、母国紹介などの各ワークショップを行います。

活動展示会の入場は無料ですので、ぜひご来場ください。

**と き** 3月28日(土)～29日(日)  
10時～16時 ※29日は15時まで

**と ころ** さいき城山桜ホール

## ワークショップ

- ①10時30分～11時20分…台湾文化体験
- ②11時30分～12時………ポーチ絵付
- ③13時～13時30分………ポーチ絵付
- ④14時～15時………トロボコづくり

氏名・所属	活動内容
はらだ みお 原田 未央 (文化芸術交流課)	地域の取材漫画の展示 歴史・観光・人物等の魅力web漫画を通じて紹介
あぐさ ゆうき 阿草 祐己 (宇目振興局)	宇目地域の観光振興などの展示 道の駅宇目を中心とした観光PR活動の紹介 特産品開発(うめクラフトビール)の紹介
さくら としえ 佐倉 利恵 (米水津振興局)	陶芸ワークショップの紹介、陶芸ガチャの販売 陶芸工房館の活用、陶芸教室の活動紹介
しみず あつし 清水 厚史 (農政課)	有機の米作り紹介、有機の野菜づくり紹介 女島市民ふれあい農園の紹介 オーガニックな「食」と「農」についての紹介
えんどう しの 遠藤 志乃 (農政課)	有機農業での取組予定の展示、自己紹介 有機JAS取得農家での研修 女島市民ふれあい農園の運営管理
もり さとる 森 悟 (都市計画課)	佐伯駅前・港エリアの空き家/空き店舗などの 遊休不動産活用についての展示 トロボコを活用したワークショップの開催
まるやま ちひろ 丸山 千潤 (地域振興課)	空き家バンク登録物件の掘り起こし、移住者数増加に 向けた取組などの展示 空き家バンク登録相談活動の紹介
り ぎかん 李 宜寰 (観光・国際交流課)	台湾交流の取組の展示、母国(台湾)の文化を紹介する ワークショップ、自己紹介 台湾のお菓子の紹介

◆問い合わせ…地域振興課 ふるさと振興係(本庁舎2階40番窓口) / ☎22-3033

くらしの  
情報

各種お知らせ

おおいた広域窓口サービス  
は3月31日で終了します

住民票の写しや戸籍証明など、各種証明書を県内17市町の窓口で交付を受けることができる「おおいた広域窓口サービス」は、3月31日で終了します。

サービス終了後の各種証明書の取得は、コンビニ交付、広域交付（住民票の写し、戸籍（除籍）謄本）、オンライン申請、郵便請求などをご利用ください。

☎市民課 市民係(本庁舎1階1～7番窓口) ☎22-3849

令和8年春の全国火災  
予防運動実施中！

3月1日から7日までの間、春の全国火災予防運動を実施中です。

ご家庭の火災への対策は万全ですか？安心な暮らしは、日頃のちょっとした心掛けです。尊い命と大切な財産を火災から守るた

め、火災予防の意識を高めましょう。

☎佐伯市消防本部 予防課 ☎22-3377

東日本大震災の犠牲者を  
追悼するため、サイレンを  
吹鳴します

震災の犠牲となった方々のご冥福をお祈りし、被災地の一日も早い復興を願って黙とうを行うため、次の日程でサイレンを鳴らします。

皆さんのご理解と黙とうへのご協力をお願いします。

※気象状況などにより、サイレンの吹鳴を中止する場合があります。

☎3月11日(水)14時46分(地震発生日時)から1分間

☎市内全地域(防災スピーカー及び防災・行政ラジオを使用します)

☎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

市税(保険料)の納付  
について

3月は下記市税(保険料)の納付月です。期限内(3月31日)の納付をお願いします。

- ・国民健康保険税 第10期
- ・介護保険料 第10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

市税口座振替の申込は  
お早めに

6月1日引落日の令和8年度市税口座振替の申込締切日は3月16日(月)です。

- ・軽自動車税(全期)
  - ・固定資産税(全期・1期)
- ※期限後に申込まれた場合、納税通知書に前の振替口座が記載されたり、納付書が郵送されるなどの行き違いが発生する場合があります。

※新たに口座振替を始める人や、振替口座を変更する人は下記金融機関、口座振替をやめる人は税務課、各振興局窓口にお早めにお届けください。

口座振替取扱金融機関

大分銀行、大分信用金庫、豊和銀行、伊予銀行、宮崎太陽銀行、大分県信用組合、九州労働金庫、大分県農協、大分県漁協、ゆうちょ銀行

☎税務課 収納係 (本庁舎1階15番窓口) ☎22-3182

土地・家屋の課税台帳  
などの閲覧

☎4月1日(水)～6月1日(月) 8時30分～17時

※土・日・祝日を除く

閲覧や縦覧ができる物

- ①土地・家屋課税台帳(名寄帳)
- ☎閲覧できる人  
納税義務者(本人以外が閲覧する場合は承諾書が必要)、借地人

や借家人など  
☎閲覧方法  
納税義務者には、名寄帳の写しを交付します。(期間中は手数料無料)

※借地人や借家人などは、権利を有する土地、家屋のみ閲覧可

②土地・家屋縦覧帳簿  
☎縦覧帳簿の記載内容

- ・土地…所在地番、地目、地積、評価額
- ・家屋…所在地番、家屋番号、種類、構造、床面積、評価額

※個人情報保護のため、縦覧帳簿には所有者氏名・納税義務者名は記載していません。

☎縦覧できる人  
納税義務者(本人以外が縦覧する場合は承諾書が必要)

※土地または家屋の固定資産税を納めている人は、その台帳を縦覧できます。また、資産を持っていない場合は、縦覧できません。

☎縦覧時の注意事項  
縦覧帳簿のコピーはできません。必要があればメモを取ってください。

※各振興局では振興局管内のみ縦覧可

閲覧・縦覧申請に必要な物

- ・本人確認書類(納税通知書、課税明細書、運転免許証、マイナンバーカードなど)
- ・承諾書(代理人が閲覧・縦覧する場合)
- ・法人印または法人印が押された委任状(納税義務者が法人の場合)
- ・賃貸借契約書の写し(借地人や借家人の場合)

☎税務課 固定資産税係 (本庁舎

1階13・14番窓口) または各振興局  
土地について ☎22-4503  
家屋について ☎22-3174

水質検査計画の公表

水道水の安全確認のため、定期的な水質検査を行っています。令和8年度に実施する水質検査計画を、水道課窓口で公表しているほか、市ホームページでもご覧になれます。

☎水道課 水道維持管理係 (本庁舎3階51番窓口) ☎22-4620

悪用防止！「本人通知制度」  
をご利用ください

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

登録できる人  
佐伯市に住民票または本籍がある人

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

※代理申請の場合は、委任状が必要です。  
※市外在住で、郵送申請したい場合は問い合わせください。

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

☎市民課 市民係(本庁舎1階1～7番窓口) ☎22-3849または各振興局

佐伯市アート教室  
新規講師募集

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

☎7月～令和9年2月 (1回2時間程度)

☎市内小・中学校、公共施設

☎以下の①・②を満たす人

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

☎3人程度

☎二次元コードから申込  
※申込者を対象に面接を行いますので、日程などを後日連絡します。

☎3月1日(日)～27日(金)

☎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

佐伯市文化協会・文化振興会  
合同作品展

各地域の文化祭などで出品された作品を展示します。

☎3月6日(金)～8日(日) 9時～17時※8日は15時まで

☎さいき城山桜ホール 小ホール・アートプラザ

☎無料

☎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

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。

GENEQ 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㈱佐伯アッシュセンター(旧日本セメント㈱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 2.0万円+各種手当、ボーナス2回  
\*高卒10年目年収 約450万円  
旧北九州運輸株式会社 ジェネック 佐伯支店 0972-27-8611  
人へ。地球へ。 For the people, for the earth.

令和7年度「佐伯産米」食味コンクール表彰者  
12月16日、さいき城山桜ホールで開催された「佐伯産米」食味コンクール官能審査の結果をお知らせします。  
グランプリ 伊藤 文士さん(宇目地区)  
第2位 矢野 史郎さん(宇目地区)  
第3位 成迫 忠道さん(木立地区)  
☎農政課 水田・畜産振興係(本庁舎3階59番窓口) ☎22-4659

**東九州自動車道(臼杵IC～佐伯IC)の都市計画決定及び変更に関するお知らせ**

住民の意見を反映させるため、次のとおり開催します。

**説明会**

時 3月11日(水)19時～  
 所 本庁舎6階 第1委員会室  
 ※臼杵市と津久見市でも、同様の説明会が開催されます。

**縦覧**

時 4月14日(火)～28日(火)  
 8時30分～17時※土・日・祝を除く  
 所 都市計画課(本庁舎4階)、大分県土木建築部 都市・まちづくり推進課 ほか

**公聴会**

時 5月13日(水)14時～  
 所 大分県庁舎本館 82会議室  
 ※公述申出期限までに公述の申出がない場合は、公聴会を中止します。公述申出方法など、その他詳細は大分県ホームページに掲載しています。  
 問 大分県 都市・まちづくり推進課 ☎097-506-4659

**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 3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

**3月1日～7日 子ども予防接種週間**

ワクチンで防ぐことができる病気もあります。入園・入学前にこどもの予防接種について見直し、未接種のものがある場合には接種を受けましょう。

予防接種が可能な医療機関は、佐伯市医師会ホームページをご覧ください。  
 問 佐伯市医師会 ☎23-1300

**募 集**

**映画「弁当の日」でも紹介された菓立つ君たちへの自炊塾**

菓立つを目前に控えた高校卒業生を対象に、料理の基礎を楽しく学んでおいしく食べる会です。新生活へ向けて今一度、自炊力を身につけませんか？

時 3月15日(日)10時～13時  
 所 さいき城山桜ホール キッチンコート  
 対 卒業を迎えた高校3年生  
 内 出汁の取り方、ご飯の炊き方など料理の基本を楽しく学びます。  
 講 佐伯市食育サポーター  
 定 30人※先着順  
 料 無料  
 持ち物 エプロン、三角巾または手ぬぐい、手拭きタオル  
 問 ・間暮らしつなぎ隊(志縁や)・柴田 ☎090-8415-0492 [メール] ss43214321@gmail.com

**訓練コース説明会 & 施設見学会 参加者募集 5月訓練受講生募集 (ハロートレーニング)**

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。申込を希望の人は、問い合わせください。

**募集コース**  
 CADものづくりエンジニア科、建築CAD・リフォーム技術科、ビル管理技術科、電気設備技術科(ビジネススキル講習・企業実習付き)、ものづくり溶接科(ビジネススキル講習付き)  
**募集期間** 4月1日(水)まで  
**訓練期間** 5月8日(金)～10月30日(金)  
 ※電気設備技術科、ものづくり溶接科は11月30日(月)修了  
**説明会** 3月10日(火)、24日(火)、31日(火)  
**見学会** 3月17日(火)

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)  
 料 無料  
 問 ポリテクセンター大分(受講者係) ☎097-529-8615

**佐伯市少年少女発明クラブ クラブ員募集**

科学やものづくりを楽しく体験してみませんか？自分のアイデアを形にしてみよう！詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
 時 4月～令和9年3月 ※原則毎月第3土曜日 9時～12時  
 所 鶴谷中学校 技術室など  
 対 市内の小学校新4～6年生  
 内 工作、実験、ものづくり体験など  
 定 16人※申込多数の場合は抽選  
 料 年会費5,000円(材料費、保険料含む)  
 観 二次元コードから申込  
 観 3月16日(月)  
 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

**相 談**

**旧優生保護法相談窓口のお知らせ**

旧優生保護法により、病気や障がいを理由に、こどもができなくなる手術・妊娠を続けられなくなる処置などを受けた人とご家族は、補償金などを受け取ることができます。詳しくは窓口にお問い合わせください。

大分県のホームページでも請求手続について、ご確認いただけます。  
 相談窓口 電話相談(専用) ☎097-506-2760  
 メール相談(専用) sodan12210@pref.oita.jp  
 FAX 097-506-1735

**相談受付時間** 平日8時30分～17時15分(年末・年始はお休み)

**その他**

来庁相談を希望の人、来庁時に配慮(手話通訳・車いすなど)を希望の人は事前にご連絡ください。希望する人は、無料のサポート弁護士支援が受けられます。  
 問 大分県福祉保健部 健康政策・感染症対策課 ☎097-506-2760

**～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。  
 時 3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  
 料 無料※要予約  
 観 3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。  
 時 3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 臼津あけぼの会・神田 ☎080-8394-7092

**講 座**

**令和8年度 点訳・音訳 ボランティア養成講習会**

時 4月～令和9年3月

[40回程度]  
 ・点訳 毎週金曜日10時～12時  
 ・音訳 毎週火曜日10時～12時  
 所 大分県点字図書館  
 定 各16人程度  
 料 無料  
 観 メールまたは往復ハガキに「希望の講習会・住所・氏名・年齢・電話番号・リモート受講の可否」を明記して下記まで申込みください。なお、応募者多数の場合は、抽選により決定します。  
 観 3月23日(月)必着 千870-0043 大分市中島東1-2-28  
 問 大分県点字図書館 ☎097-538-0399 FAX 097-538-0537 [メール] oita-kenmou.tenji.toshokan@mbr.nifty.com

**要約筆記者養成講座**

「手書き要約筆記コース」と「パソコン要約筆記コース」の2種類があり、講座を修了すると、全国統一要約筆記者認定試験の受験資格を得ることができます。  
 時 5月23日～11月14日(毎週土曜日)10時～15時[全21回]  
 所 大分県聴覚障害者センター  
 対 パソコンコース希望者は、パソコンの基本操作を行え、ノートパソコン(Windows11の物)と、ランケーブル(3m)を持参できる人  
 定 各15人  
 料 4,000円(テキスト代) ※手書きコースは別途1,500円必要  
 観 電話またはFAX  
 観 4月25日(土)  
 問 ・間 大分県聴覚障害者協会・徳永 ☎097-551-2152 FAX 097-556-0556

**伝 言 板**

**俳優 石田ひかりさん・映画家 大林千茱萸さんが来佐!映画「ふたり」**

時 3月14日(土) 12時30分～ 映画鑑賞

15時15分～ トークショー  
 所 和楽 大研修室  
 対 小学生～大人  
 定 230人※先着順  
 料 一般:1,500円・高校生以下1,000円  
 後 援 大分県(地域未来創造)  
 問 寄り場の学校・野々下 ☎090-5944-0816 [メール] yoriba2025@gmail.com(申込受付専用)

**喜劇「黄友」 初公演 2ST ～人生100年時代を謳歌する～**

時 3月21日(土)19時～20時 3月22日(日)14時～15時  
 所 旧よろうや仲町(内町1番24号)  
 内 芝居:カフェに集う75歳青年の仲間に奇跡が起こる! 作・演出:野々下 留美  
 定 各回100人※先着順  
 料 500円(ドリンク代)  
 問 仲町リトルシアター ☎22-5743 [メール] saikikodomo@gmail.com

**佐伯・四国八十八か所巡り 参加者募集**

佐伯の浦や里の札所巡りをしませんか?  
 時 4月～7月、9月～令和9年2月 第2日曜日[全10回] 9時出発  
 所 本庁舎駐車場集合  
 料 5,000円/年間(保険料含む) ※別途、移動費(便乗者)は500円程度の負担  
 服 装 白衣(上着)で巡礼 ※納経帳は必ず持参ください。  
 問 ・間 佐伯お遍路の会・鶴羽 ☎080-1705-9561

**女子バスケットボールチーム「じよばす」部員募集**

時 土曜日20時～(月2回程度)  
 所 野岡体育館  
 対 一般女子  
 料 200円/回  
 問 じよばす・宮地 ☎090-3013-0809



### 佐伯海洋少年団員募集

佐伯海洋少年団は公益社団法人日本海洋少年団連盟に加盟する社会教育団体です。見学・入団体験も随時受け付けています。佐伯海洋少年団フェイスブックで活動の様子もご覧になれます。

対 小学校1～4年生

問 佐伯海洋少年団・三浦

☎090-6148-8792

[メール]miura-1123@saiki.tv

### 進学・就職で親元を離れる君に「お金の知識足りていますか？」

18歳になると親の保護を外れ、1人で契約を結ぶことができるようになります。1人暮らしを始める新成人に必要な最低限の金融リテラシーを学び、様々なお金のトラブルから自分を守る術を身に付けましょう。親子での参加も大歓迎です。

時 3月26日(木)13時30分～15時

所 渡町台地域コミュニティセンター

対 新成人とそのご家族、一般成人として新たにできる事

契約(口約束)、借金(キャッシング・リボ払い・ローンを組むなど)、儲け話(ネットワークビジネス)、保証人、連帯保証人、実印、お金の貸し借りほか

定 8人(定員に達し次第締切)

料 無料

申 二次元コードまたは電話

※マスコミの取材が入る場合があります。

主 催

渡町台地域コミュニティセンター(リカレント講座)

問 吉良 ☎23-7709

### さいき「通りゃんせ」

時 毎月第4水曜日13時30分～15時(4月～活動開始)

所 鶴岡地区公民館(鶴岡教室)

対 市内在住で60歳以上の人

内 ノルディックウォーク・体操

定 10人※先着順

料 1回につき100円

期 3月5日(木)～定員に達するまで

問 佐伯市社会福祉協議会(渡邊・山本・春山) ☎23-7451

### ハピネスダンス体験会 アクティブシニア向け健康 ダンス教室

懐かしの昭和歌謡に合わせて自分のペースで無理なく楽しめる京都生まれの“ハピネスダンス”。ダンスの好きな人、運動が苦手な人、物忘れの気になる人、いろいろな仲間とつながり楽しい時間を過ごしませんか。申込をお待ちしています。

時 3月14日(土)

午前の部 10時～11時

午後の部 13時～14時

所 佐伯市医師会館 研修室

定 各20人

料 500円(通常1,000円)

申 二次元コードから申込

期 3月10日(火)

問 ハピネスダンス 優

☎090-2139-8915

※電話受付時間は18時以降

### ～多世代交流～しゃべり場

時 3月14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15回のテーマは「実はすごい佐伯の産業」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

期 3月13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

### 西浜清掃のお知らせ

時 3月29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

## 3月 EVENT イベントカレンダー calendar

1(日)

第17回 さいきグリーンアップ大作戦⇒2月号P10

問 各地区の区長へ問い合わせください。  
所 各地区

6(金)～8(日)

佐伯市文化協会・文化振興会  
合同作品展⇒P21

問 9時～17時※8日は15時まで  
所 さいき城山桜ホール  
小ホール・アートプラザ

7(土)

ツキイチ映画

『ボディガード』⇒2月号P13

問 10時～(日本語吹替え)

14時～(字幕)

所 さいき城山桜ホール 大ホール

15(日)

間越来だんせへ市⇒P22

問 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

20(金・祝)～22(日)

ブックリサイクル⇒P26

問 9時30分～18時

所 三浦造船佐伯図書館

20(金・祝)

5th SAKUフェス⇒P15

問 10時～

所 さいき城山桜ホール 大ホールほか

21(土)

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

⇒2月号P13

問 13時～

所 さいき城山桜ホール 小ホール

21(土)

おはなし会⇒P26

問 11時～

所 三浦造船佐伯図書館

28(土)～29(日)

さいき桜まつり⇒P18

問 お祭り広場周辺とさいき城山桜

ホール周辺

29(日)

西浜清掃⇒P24

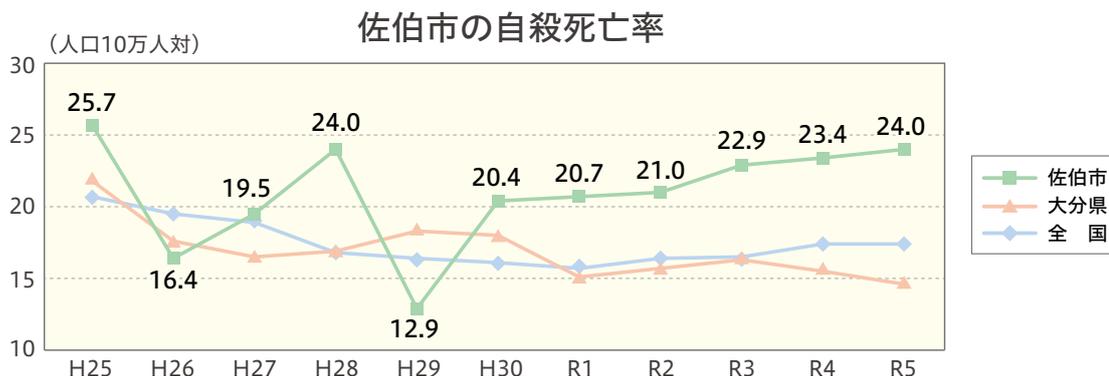
問 8時～9時

所 西浜海岸



# 3月は自殺対策強化月間です

誰も自殺に追い込まれることのない佐伯市を目指して～誰もが誰かのゲートキーパー～



佐伯市の自殺死亡率は平成30年以降年々上昇し、全国・大分県の平均を大きく上回っています。家族や友人・同僚など、身近にいる人が「いつもと違う」と感じたことはありませんか。誰にも気づかれないまま、一人で悩みを抱えてしまうと、次第に精神的に追い詰められ、最悪の場合は自ら命を絶ってしまいます。

誰かが手を差し伸べることで防げる可能性があります。

「いつもと違う」と気づいたら、あなたも「ゲートキーパー」になりませんか。



## ゲートキーパーの役割

- 変化に気づく** …… 身近な人の変化に気づいて声を掛ける  
例：「眠れてる?」「元気なさそうだけど何かあった?」
- じっくりと耳を傾ける** …… 相手の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- 支援先につなげる** …… 早めに専門家に相談するよう促す
- 温かく見守る** …… 温かく寄り添いながらじっくりと見守る



## いのちを支える相談窓口

  
[電話]

・大分のいのちの電話 ☎097-536-4343 24時間対応

・こころの電話 (大分県こころとからだの相談支援センター)  
☎097-542-0878 受付時間: 月~金曜日・9時~12時、13時~16時

  
[SNS]

大分県こころの相談 (LINE ID: @913kaiae)

受付時間: 毎週水曜日、金曜日・19時~22時

**【自殺対策強化月間・関連外部リンク】**

厚生労働省が困ったときの相談方法や相談窓口を紹介



まもろうよこころ

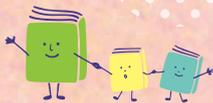




かくれてしまえばいいのです

生きるのがしんどいあなたのためのweb空間。  
この世から消えてしまいたいと思ったときは、まずは1回かくれてしましましょう。  
あなたを苦しめる何か。その〈何か〉からあなたを遠ざけるためのかくれがです。

◆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) / ☎22-4524



ブックリサイクル

図書館で使用しなくなった本を、無料配布します。ご自由にお持ち帰りください。  
 と き／3月20日(金・祝)～22日(日) 9時30分～18時  
 ところ／多目的ホール  
 準備物／本を入れる袋など  
 ※冊数制限はありませんが、箱ごとなど多量のお持ち帰りはご遠慮ください。

3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。ぜひお集まりください♪  
 と き／3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



!!目玉企画!!  
 人気の雑誌も無料で配布します

と き／3月20日(金・祝)～22日(日) 9時30分～18時  
 ところ／AVホール  
 準備物／雑誌を入れる袋など  
 ※20日9時30分～12時は1人5冊(同一タイトルは1冊のみ)の制限付きです。  
 ※指定の時間以降は制限なしでお持ち帰りが可能です。

3月の上映会

■子ども上映会  
**忍たま乱太郎の宇宙大冒険with  
 コズミックフロント☆NEXT  
 土星の段◇宇宙の果ての段(50分)**  
 3月27日(金)…15時

■上映会 ※同一作品を2回上映します  
**さよなら くちびる※リバイバル上映  
 (116分)**  
 3月11日(水)・22日(日)…13時30分

— おすすめの新刊 —



**図解入門ビジネス 最新  
 外国人留学生・雇用の  
 実際がよくわかる本**  
 作/山下 誠矢  
 出版社/株式会社 秀和  
 システム新社

留学生受け入れの現状と実態、支援と各種教育機関、諸手続、雇用・採用のミスマッチ回避など。外国人留学生をアルバイトスタッフや新規卒者として雇用する際に、押さえておくべきポイントと注意点が網羅的に解説されています。図解入門ビジネスの「よくわかる本」は、ほかにもたくさんありますよ!

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こちら▶



◀電子図書館(雑誌読み放題)もご利用ください

市役所窓口紹介

観光のことなら

本庁舎 2階 38番窓口  
**観光・国際交流課  
 観光係**

☎22-3942

観光系の取扱内容

- 観光事業の振興
- イベント
- 観光客誘致

佐伯市の観光情報を発信中!  
 公式ホームページのほかに公式Instagramでも情報発信していますので、ぜひフォローをお願いします!

Instagram▶



春の食  
 キャンペーン  
 開催中!

旬の地魚を堪能できる食のイベント「春のさいき津々浦々おさかなめぐり」が開催されています!



【ここがポイント!】

- 旬の「春魚」を堪能!  
 マグロやヒラメなど、豊後水道の恵みを受けた「佐伯の春を彩る7つの魚介」を、こだわりの限定メニューで味わえます。
- 食べて当たるプレゼント!  
 対象料理を食べて応募するだけで、「佐伯の干物詰め合せ」が抽選で当たるチャンス!
- 「歴史・花・食」をセットで!  
 城下町の「ひなめぐり」や季節の「花のリレー」も同時開催。大正ロマンを感じる「袴着付体験」も人気です。おいしい魚と一緒に、春の佐伯をまるごと観光できます。



今日から

健康づくり!

HEALTH



vol.59

## 腎臓を守ろう! 3月第2木曜日は「世界腎臓デー」です

対象

成人全般

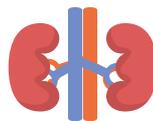


3月第2木曜日(令和8年は3月12日)は世界腎臓デーです。

世界腎臓デーは、腎臓病の早期発見と治療の重要性を啓発する国際的な取組として、国際腎臓学会と腎臓財団国際連合により開始されました。

### 腎臓の役割

- 血液をろ過し、老廃物や余分な水分・塩分などを尿として排せつする
- 体内の塩分・水分のバランスを保つ
- 血圧の調節
- 血液をつくるためのホルモンを分泌する
- 骨を強くするためにビタミンDをつくる



腎臓はそら豆に似た形の臓器で腰の上あたりに左右ひとつずつあります。大人の握りこぶしほどの大きさです。

### 慢性腎臓病(CKD)とは?

腎臓の機能が低下し、尿たんぱくなどの異常が3か月以上続く状態のことです。初めのうちは自覚症状がほとんどないため、症状が出る頃には重症化している可能性があります。

### CKDは尿検査と血液検査で分かります! 年1回は健診を受けましょう!

- ①尿検査で分かる **尿たんぱく** **尿たんぱくが陽性**
  - ②血液検査で分かる **eGFR** **eGFRが60未満**
- ①②のいずれか、または両方が3か月以上続く状態

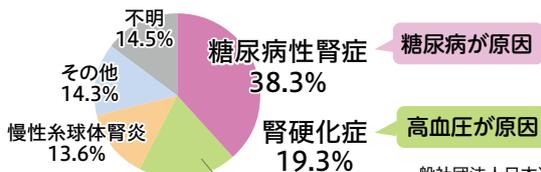
腎臓の働きが悪くなると、必要なたんぱく質が尿に排せつされます。

eGFR(推算糸球体ろ過量)とは、正常な腎機能を100として、あと何%の機能が残っているか推測する指標です。高血圧や糖尿病があると低下速度が加速します。

eGFRは加齢とともにどなたでもゆるやかに低下しますが、急激な低下がないか確認が必要です

### CKDを放っておくと人工透析が必要になるおそれがあります

透析導入の原因となった、おおもとの病気(2023年12月末時点)



CKDの発症と進行には、**糖尿病**、**高血圧**などの生活習慣病が深く関連しています。CKDの早期発見・治療で透析導入の予防・遅延ができます。

一般社団法人日本透析医学会「わが国の慢性透析療法の現況」より作成

### 腎臓を守るためにできること

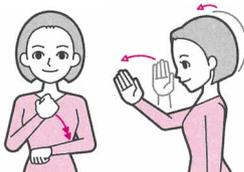
- 減塩
  - 高血圧管理
  - 糖尿病管理
  - 脂質管理
  - 肥満予防
  - 脱水予防
  - 禁煙
  - 排尿がまんしない
  - 薬の用法・用量を守る
- ※腎臓の働きが低下している場合は、薬の服用に注意が必要な場合があります。

問い合わせ/健康増進課 保健係(和楽1階) ☎23-3902

### 手話を学ぼう 手話で話そう

今月の手話 ▶ おつかれさま  
ご苦労さま、ありがとう(慰労など)

ステップ① ステップ②



ステップ

右手拳の小指側で左腕を2回たたき、

ステップ

顔前で右手を斜めに構えて少し前へ出し、同時に頭を下げる

手話動画はこちら



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』



## 障がいのある方に向けた「わたしの防災ハンドブック」と 飼い主に向けた「ペットのための防災ハンドブック」の完成

「わたしの防災ハンドブック」は、障がいのある人が、支援者や相談者と一緒に、一人ひとりの特性に応じたオリジナルの「ハンドブック」を作成できるものになっています。自らの命を守るため、日頃から災害に対する備えといった防災意識の向上につながるものと考えています。

災害の際のペットとの同行避難は、動物アレルギーなどの課題もあり、飼い主の配慮が求められます。ペットを守れるのは飼い主だけです。事前対策としてペットも避難所生活ができるよう、日頃からの備えを万全におきましょう。佐伯市役所、各振興局、各地域コミュニティセンター、各公民館、さいき城山桜ホール、図書館、ペットショップにパンフレットを設置していますので、ぜひご活用ください。

問い合わせ 防災危機管理課 防災推進係（本庁舎5階81番窓口） / ☎22-4567



わたしの防災  
ハンドブック



ペットのための  
防災ハンドブック

## 犬、猫の飼い方マナーを守りましょう

動物の飼育及び管理の正しい方法を理解し、人と動物が共存できるまちづくりをしましょう。

### ◆犬の散歩マナーについて次のことを守ってください

- 他人の土地に排せつさせないようにしましょう。
- 公共施設（公園や道路）で排せつしたフンは、飼い主が必ず持ち帰りましょう。
- 公共施設（公園や道路）で排せつしたおしっこは、飼い主が水で洗い流しましょう。
- 犬を放し飼いしない（「大分県動物の愛護及び管理に関する条例」第8条の規定により禁止されています）リードは必ず付けましょう。

### ◆猫の飼育などについては次のことを守ってください

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

### 犬・猫を捨てることは犯罪です

犬・猫を捨てると1年以下の懲役または100万円以下の罰金が科せられることがあります。

（「動物の愛護及び管理に関する法律」第44条第3項）

問い合わせ 環境対策課 環境対策係（本庁舎3階57番窓口） / ☎22-3956

## 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			
3月 8日	すがのウイメンズクリニック	鶴岡西町	23-3131	3月 8日	長田歯科クリニック	中村東町	22-1095
3月15日	佐伯診療所	中の島	23-2212	3月15日	ファミリー歯科・こども歯科	中の島	20-0648
3月20日	上尾皮膚科	大手町	22-7800	3月20日	戸高歯科医院	蒲江畑野浦	45-0841
3月22日	こうへいクリニック	池田	20-3337	3月22日	麻生歯科医院	駅前	20-0808
3月29日	佐伯眼科	常盤西町	25-1500	3月29日	はやし歯科医院	池船町	20-5518
4月 5日	からしま医院	弥生上小倉	46-0312	4月 5日	つるおか歯科医院	鶴岡町	23-7330

#### 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)			
3月 8日	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180	月曜	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
3月15日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965	火曜	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
3月22日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070	水曜	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
3月29日	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
4月 5日	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。

病气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11月生)…………… 4月 9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

●3歳児健診(R4年9月生)…………… 3月12日(木)

身体測定、尿検査、内科・歯科診察、栄養・歯科・保健指導

●1歳6か月児健診(R6年8月生)……… 3月19日(木)

身体測定、内科・歯科診察、栄養・歯科・保健指導

●のびのび教室(R7年7月生)…………… 4月21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
<b>行政相談</b> 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。	3月10日(火)10時～12時 3月10日(火)10時～12時 3月11日(水)10時～12時 3月13日(金)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 本匠地域コミュニティセンター西分館 市役所本庁舎2階203会議室	市民課市民の窓係 (本庁舎2階44番窓口) <b>☎22-3399</b> または各振興局
<b>公証人による 相談会</b>	3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 <b>☎097-535-0888</b>
<b>行政書士 無料相談会</b>	3月18日(水) 13時30分～16時30分 3月19日(木) 13時～15時	ジェイコム J:COMホルトホール大分 (大分市) 予 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 <b>☎097-537-7089</b>
<b>弁護士相談</b> ※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。	3月12日(木) 13時30分～15時30分	社会福祉センター	社会福祉協議会 <b>☎23-7450</b>
<b>司法書士 無料法律相談会</b>	3月11日(水) 13時～16時	和楽2階 第1会議室 (予約優先)	大分県司法書士会 <b>☎22-8227</b>
<b>不動産市民相談</b>	3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 <b>☎24-2844</b>
<b>精神保健 福祉相談</b>	3月10日(火) 14時～16時	南部保健所	南部保健所 <b>☎22-0562</b>
<b>ひきこもり 家族の会</b>	3月18日(水) 13時30分～15時		
<b>認知症のひとと家族の会</b> 4月は春のつどいです。 認知症に関心のある方、 どなたでも参加できます。	3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 <b>☎22-7708</b> 電話での介護相談に応じます <b>☎080-3954-7708</b>
<b>人権なんでも相談 【常設無料相談】</b>	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 <b>☎24-0772</b>



## 1月 富高市長の主な公務日誌

- 5(月) ● 佐伯市公設水産地方卸売市場 葛港市場「新年初市」  
● 仕事始め式
- 6(火) ● 「大分・宮崎県境5市政協協議会」提言活動・総会
- 7(水) ● 三浦造船所進水式
- 8(木) ● 佐伯市議会第1回臨時会  
● 佐伯広域森林組合 佐伯共販所「初市」
- 9(金) ● 韓国少年サッカーチーム「光州ベスト11」合宿激励  
● 浪井丸天水産 令和7年度(第64回)農林水産祭天皇杯  
受賞報告
- 10(土) ● 佐伯市民大学講座
- 11(日) ● 佐伯市「二十歳のつどい」

- 13(火) ● 本匠中学校の生徒による「河童の陶器」贈呈式
- 15(木) ● 民生委員・児童委員、主任児童委員 新任者研修会
- 16(金) ● 東武トップツアーズ株式会社 内定者研修オリエンテーション
- 17(土) ● 「さいきオーガニックなレストラン」
- 19(月) ● 「佐伯市管内道路期成会」大分県土木建築部長要望  
● 「わたしの防災ハンドブック」完成報告会
- 20(火) ● 100歳お祝い訪問
- 24(土) ● 下城公民館落成式  
● 新春ニコニコ慈善パーティー
- 28(水) ● 佐伯市未来議会(日本文理大学附属高校)
- 29(木) ● 「ベトナムニンビン省高校生交流事業」報告会
- 30(金) ● 豊の国かぼす大使会・大分かぼす会新年懇親パーティー



詳しい活動報告は  
こちら



市長の公務状況は  
こちら

## さいきゅーと

佐伯で暮らすキュートな  
キッズをご紹介します!

いつもニコニコ♡



お名前 立原 明莉ちゃん  
あかり  
2025年4月生まれ



散歩が大好き!  
みんなを照らす元気な子

お名前 村上 照くん  
てる  
2025年2月生まれ



お名前 後藤 愛結ちゃん  
あゆ  
2025年4月生まれ

いつも元気で可愛い  
あゆちゃん大好きだよ

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

1月末日現在 / 前月比

人口 6万2,980人 (-141)

男 2万9,594人 (-51)

女 3万3,386人 (-90)

世帯 3万2,465世帯 (-46)

### 救急・火災発生

1月中 (速報値)

救急件数 311件  
(年間累計311件)

火災件数 5件  
(年間累計5件)

日頃から! 火の取り扱いには注意しましょう。

### 交通事故

1月中

死者 0人

負傷者 5人

人身事故 4件

物損事故 96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<sup>\*</sup>を  
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。

<sup>\*</sup>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

4月号は

4月1日(水)  
発行です

◎5月号の原稿締切は3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

玉ネギピザ

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

POINT

ピーマンは加熱することで苦味を減らすことができます。  
また、ベーコンをハムに変えてもおいしくいただけます。



春が旬の新玉ネギを使うことで、甘味があって食べやすい野菜ピザです。野菜が苦手なお子さんにもおすすめの一品です。

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)

- 玉ネギ……………400g(中2個)
- ベーコン……………36g
- コーン缶……………40g
- ピーマン……………20g(中1/2個)
- ケチャップ……………54g(大さじ3)
- ピザ用チーズ……………48g(大さじ6)

作り方

- ①玉ネギは1cmの輪切りにし、耐熱皿に並べ、ラップをして600Wの電子レンジで3分間加熱する。
- ②ベーコンは1cm角に切り、ピーマンは輪切りにする。
- ③①の玉ネギにケチャップをぬり、ベーコン・ピーマン・コーン・ピザ用チーズをのせる。
- ④トースターで5分程焼く(魚焼きグリルでも焼けます)。

★1人分 エネルギー112kcal  
食塩相当量1.0g、食物繊維2.2g  
野菜量105g

プレゼント付き!

vol. 47

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!

おかしの家 くるみの樹で使える  
お買い物券(1,000円分)

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。

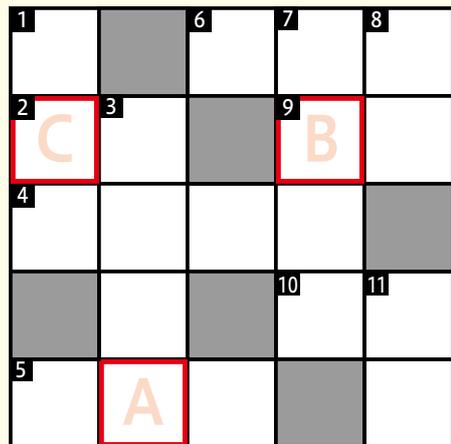
ヒント:五・七・五でつくる日本の伝統的な詩の形式

たてのカギ

- ①物語の最後に「落ち」がつく日本の伝統的な話芸。
- ③たくさんの人が選ぶこと。1番人数が多いグループ。
- ⑦野性的で自由なさま。
- ⑧研究や実験をする場所。
- ⑩建物などで光や風が入ってくる部分。

よこのカギ

- ②2回繰り返すと、疲れ切った様子に。「歩き過ぎて○○○○だ」
- ④歌で表現するアメリカ発祥の宗教音楽。
- ⑤アフリカにある世界最大級の砂漠。○○○砂漠。
- ⑥春を告げる魚。漢字では「鱮」と書く。
- ⑨皮ふの表面にできる、こぶのような小さなできもの。
- ⑩土足で歩ける室内空間。昔は、かまどや作業場として使われた。



キーワード **A B C**

2月号の  
答え  
「モジャコ」



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

3/15まで  
消印有効

こちらから  
もご応募で  
きます。▶

