

市報さいき

2026
10
No.425



Saiki City
Public
information



市報さいき
オンライン



佐伯市
SNS



フェイスブック



X(旧ツイッター)



公式LINE



インスタグラム

ART×SAIKI アートな さいき



いつもの街角でふと足を止めたくなるホールの
美しい佇まい。暮らしのすぐそばには、たくさんの
アートが息づいています。だれもが自分らしく輝き、
つながり合う「アートなまち・佐伯」の魅力を、一緒
に探してみませんか？



まちの文化芸術の拠点

さいき城山桜ホール

2020年10月31日に開館したさいき城山桜ホールは、多目的ホールやスタジオ、会議室などを備えたまちの中核となる建物です。年間を通じてコンサートや公演などのイベントが行われ、市民が気軽に文化芸術に触れることができます。また、地域で創作活動をする人が、作品の展示やステージ発表することができる場所でもあります。利用やイベント情報については、ホームページを参照ください。



📍 大手町2丁目2番28号

☎ 24-2228

開館時間：8時30分～22時30分

休館日：毎月、第2・第4火曜日

(ただし、その日が祝日に当たるときは、その翌日の平日)



▲市内の中学1年生を招待したクラシックコンサート「わくわくクラシック体験事業」



▲MUSIC NIGHT2026の様子



▲ギャラリースペース

アートナビさいきの歩き方

佐伯市文化芸術ポータルサイト

アートナビさいき

佐伯の文化芸術情報を発掘！

佐伯の文化芸術に関する様々な情報をまとめたサイトが「アートナビさいき」です。このサイトを通じてアートや作品に関するイベントやデジタル展示などをチェックでき、佐伯にゆかりがあるアーティストの情報に触れることができます。

／ ラインナップ ／



イベント情報

市内で開かれている文化芸術イベントについて知ることができます。季節の祭りや作品展など内容は様々。また、ポータルサイトに登録しているアーティストや文化芸術団体は、イベントの情報を発信できます。

アーティストや文化芸術団体の情報

ジャンルや活動エリア、キーワードなどを入れて、ポータルサイトに登録しているアーティストや文化芸術団体を調べられます。自分だけの“推し”を見つければ、文化や芸術の世界がぐっと身近なものになります。

市内の施設情報

アートの発表施設やイベント会場をチェック。海、山、川を持つ佐伯はそれぞれの場所で異なる顔を持ち、施設ごとの環境や設備もあわせて、豊かな芸術のひとときを楽しめます。

アーティストの活動内容の発信

アーティスト自身の活動内容を発信したい、誰かに自分の技術を教えたい場合などにも情報発信の場として活用できます。

アーティスト登録しませんか？



登録フォームはこちら



「アートナビさいき」では、文化芸術に携わる個人や団体の皆さんが、自身の活動をより広く発信するためのサポートも行っています。まずはポータルサイトに登録して、作品発表などの機会をつくってみませんか？



ポータルサイトはこちら



アートラボ！！

3つのコンテンツに沿って、佐伯の文化や芸術を楽しく研究でき、まさに実験室のよう。コンテンツは今後増える可能性もあるので要チェックです。

オンライン美術館



市が所蔵する美術作品をオンラインで鑑賞できます。時間や場所の制限なく好きなタイミングで美術作品に触れられるのが魅力です。

まちなかアート探訪

彫刻や建物、文化財などまちに点在するアートをマップにまとめました。出掛けた時に、ちょっとだけスポットへ寄り道。そんな密かな楽しみも可能です。

さいきde漫画



元地域おこし協力隊の原田未央（みっこ）氏が佐伯をテーマにした漫画や、市内在住の漫画家・福田素子先生を迎えて制作した漫画など、佐伯と縁があって作られたオリジナル漫画を閲覧できます。



こどもも大人も開け感性！ 自分を表現できる多彩な場所

普段アーティストとして活動していなくても、実は一人ひとりがアートのタネを持ち、形にすれば気軽に発表できる場所があります。自己表現の楽しさ、人が集まり生まれる会話…そんな充実の時間が待っています。

だれもが生き生きと感性を磨く 地域コミュニティセンター

佐伯に26箇所ある地域コミュニティセンターは、市民が生涯学習やアートサークル活動を楽しむ拠点となっています。館内には日頃の創作作品が定期的に展示され、鑑賞を通じた会話や温かい交流が生まれる憩いの場として親しまれてきました。また、年齢を問わず誰もが自由に創作活動ができる文化芸術の環境が育まれています。



ピックアップ

鶴見地域コミュニティセンター

富永一朗 海の漫画館



佐伯にゆかりのある漫画家・富永一朗先生から寄贈された、色鉛筆による美しい原画31点を「鶴見地域コミュニティセンター」内に常設展示しています。

📍 鶴見大字沖松浦513番地1

☎ 33-1000

開館時間：9時～17時

入館料：無料

休館日：日・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)



人が集い創造広がる文化ホール

ル・パンダ・ハウス

旧松田家政学園(旧松田学園)の跡地に、学校法人佐伯大谷学園によって多目的文化ホールが建てられました。ゴシック風の木造建築の外壁には、ルンビニこども園の園児たちが描いた絵をもとに、アメリカの壁画アーティストらと共同制作をした南北二面の壁画があり、まさに「建物自体が巨大なアート」と呼ぶにふさわしい空間です。



📍 中村北町5-20

✉ lepandahouse2020@gmail.com

利用料：1時間1,000円 休館日：不定期

利用時間：8時～22時

海岸の美しさに包まれアートな時間を

波当津美術館

蒲江波当津地区の風景の美しさや地域の人のやさしさに触れ、「その魅力を多くの人へ伝えたい」と、コオロギタシ氏は、廃校となっていた旧波当津小学校に息を吹き込みアトリエ「波当津美術館」として生まれ変わらせました。訪れた人の目を奪うのは、地元の歴史ある「王子神社」の天井画を修復して制作した絵画。廊下や教室にもコオロギ氏の作品が飾られ、香る潮風とともにアートを感じられます。



📍 蒲江大字波当津浦928番地

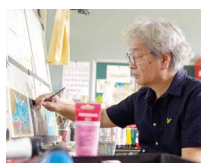
☎ 080-1538-6476

入館料：無料

開館時間：10時～16時30分

休館日：月曜日

(都合により休館日を変更することがあります)



人々が紡いできた伝統

人々が紡いできた伝統芸能に思いを馳せる

重岡岩戸神楽



重岡岩戸神楽は大正11年に設立された伏野神楽に始まり、その後途絶えることなく、古事記にある神話を題材にした三十三番の演目を現在に継承しています。令和7年には大分県指定無形民俗文化財にも指定されており、動と静のメリハリある神楽舞を繰り広げます。

上津川かかしまつり

とき：11月1日(日)11時から

ところ：本匠大字上津川竹ノ脇 圃場



重岡岩戸神楽

📍 神楽殿：宇目大字塩見園 八匹原公園

☎ 080-1760-6299

葛原神楽



蒲江で唯一の御嶽神楽である葛原神楽は明治25年に清川村の御嶽神楽社から伝授され、昭和56年に県指定無形民俗文化財に指定されました。雄々しく厳かで、熱のこもった舞が見る人を魅了します。

「かまえ神楽共演大会」開催

とき：11月1日(日)9時30分 ところ：葛原神楽殿



葛原神楽保存会

📍 神楽殿：蒲江大字葛原浦230-1

☎ 090-1922-7122



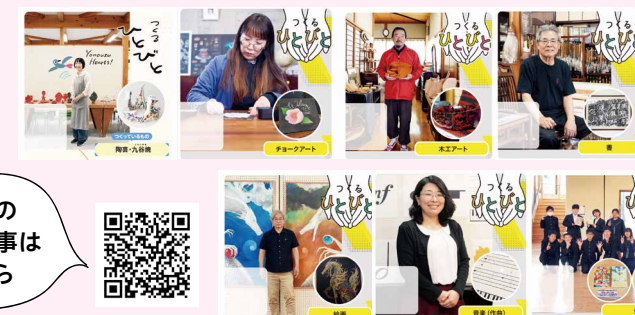
広がるアートの輪

デジタル広報連動『#つくるひとびと』

キラキラ輝くクリエイターの素顔に触れる

市報では毎号、「つくる」をクローズアップした記事を紹介。佐伯を拠点にクリエイター活動をしている人もいます。

過去の紹介記事はこちら



情報

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を送付します

令和8年1月1日から9月30日の間に国民年金保険料を納付された人へ、令和8年分の社会保険料(国民年金保険料)控除証明書を送付します。(10月下旬から11月上旬に日本年金機構から発送予定)

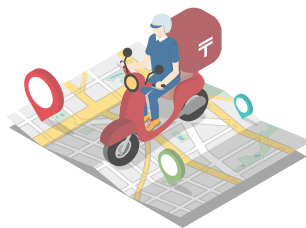
所得税及び住民税の申告において、今年中に納付した国民年金保険料全額が社会保険料控除の対象となります。社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務づけられていますので、大切に保管するようお願いします。なお、マイナポータル連携による電子送付希望の登録を行うと、e-Taxで利用できる電子データを受け取ることができます。詳しくは、日本年金機構ホームページ内に控除証明書の説明ページを設けていますのでご確認ください。

【受付時間】

- ・月～金曜日 8時30分～19時
- ・第2土曜日 9時30分～16時
- ※祝日、12月29日～1月3日は除く

◆問い合わせ…ねんきん加入者ダイヤル(ナビダイヤル) / ☎0570-003-004

詳しくはこちらから▶



助成

高齢者などの予防接種費用を助成します

接種日時点で、佐伯市に住民票がある次の①または②に該当する人は、下記の予防接種費用の助成が受けられます。接種を希望する人は、協力医療機関に予約の上、受診してください。

【予防接種の種類と自己負担額】

- ・インフルエンザ: 1,500円
- ・新型コロナウイルス: 5,000円

※いずれも実施期間中1回限りです。実施期間中の2回目以降の接種は全額自己負担となりますので各医療機関規定の接種料金をお支払いください。

【対象】

- ①65歳以上の人(接種時)
- ②60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能に障がいのある人、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がいがある人(要医師相談)

接種期間 10月1日(木)～令和9年3月31日(水)

※ワクチンの在庫状況や流行状況などにより、医療機関によっては実施期間内であっても接種できない場合があります。

【必要な物】

運転免許証やマイナンバーカードなどの住所・氏名・生年月日が確認できるもの



◆問い合わせ…健康増進課 健康医療推進係(和楽1階) / ☎23-4500

助成

こどものインフルエンザ予防接種費用を助成します

【対象】

生後6か月から高校生相当までの佐伯市民
※高校生相当とは、18歳となる日の属する年度の末日までの人

【助成対象予防接種】

10月1日(木)～令和9年2月28日(日)までに接種したインフルエンザ予防接種

【助成金額(上限)】

1回 1,000円
(13歳未満は2回助成)



◆問い合わせ…健康増進課 健康医療推進係(和楽1階) / ☎23-4500

【申請方法】

所定の申請書兼請求書に必要事項を記入し、領収書原本(予防接種の種類・金額が分かること)と通帳などの写しを添えて申請してください。領収書に予防接種の種類・金額の記載が無い場合には、診療費明細書(原本)の提出が必要になります。

申請書兼請求書は健康増進課に備付けているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

申請期限 予防接種した翌日から1年以内

情報

第63回 九州実業団毎日駅伝競走大会in佐伯 (ニューイヤー駅伝九州地区予選)

昨年に引き続き、九州実業団毎日駅伝競走大会が佐伯市で開催されます。

正月のニューイヤー駅伝の出場権を懸けた伝統ある大会です。九州一円から集まる選手の皆さんへ熱いご声援をよろしくお願いします。

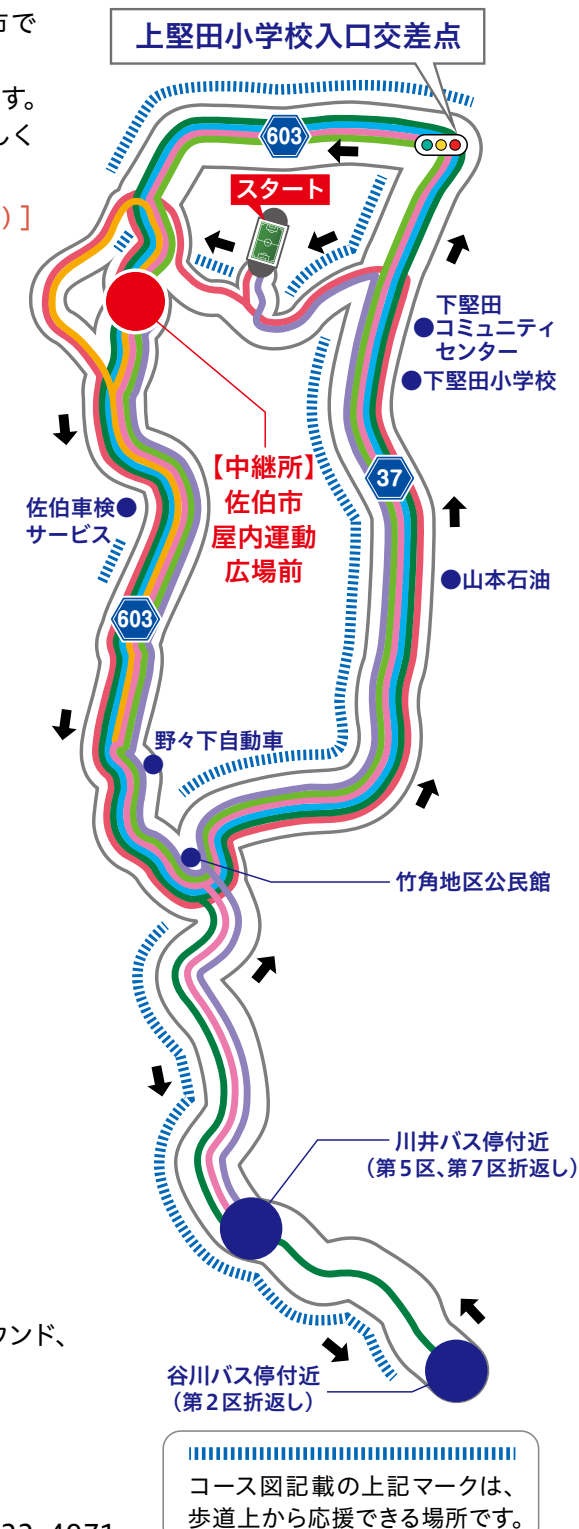
【とき】11月3日(火・祝)9時～【コース(7区間:89.3km)】

区間	コース	距離
第1区	佐伯中央病院陸上競技場 ↓ 佐伯市屋内運動広場前	12.8km
第2区	佐伯市屋内運動広場前 ↓ 折返し・谷川バス停付近 佐伯市屋内運動広場前	18.3km
第3区	佐伯市屋内運動広場前 ↓ 佐伯市屋内運動広場前	11.1km
第4区	佐伯市屋内運動広場前 ↓ 佐伯市屋内運動広場前	6.6km
第5区	佐伯市屋内運動広場前 ↓ 折返し・川井バス停付近 佐伯市屋内運動広場前	15.5km
第6区	佐伯市屋内運動広場前 ↓ 佐伯市屋内運動広場前	11.1km
第7区	佐伯市屋内運動広場前 ↓ 折返し・川井バス停付近 佐伯中央病院陸上競技場	13.9km



- ・観戦者用の駐車場は池船スポーツ公園、旧青山小学校グラウンド、佐伯市総合運動公園駐車場をご利用ください。
- ・コース上の路上駐車はご遠慮ください。
- ・競技中はコース上の車両の走行が制限されます。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をよろしくお願いします。

◆問い合わせ…観光課 観光係(本庁舎2階38番窓口) / ☎22-4071



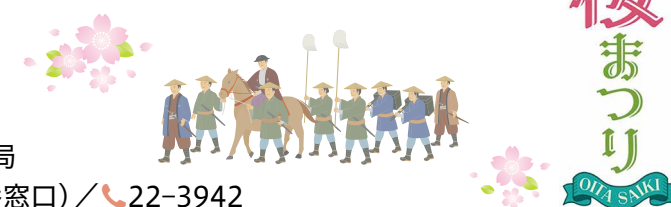
情報

令和9年さいき桜まつりの開催日が決定しました!

【とき】令和9年3月27日(土)、28日(日)

【ところ】お祭り広場(旧文化会館駐車場)と
さいき城山桜ホール周辺

◆問い合わせ…さいき桜まつり実行委員会事務局
観光課 観光係(本庁舎2階38番窓口) / ☎22-3942



江戸時代、佐伯藩では佐伯文庫に代表されるように学問が盛んとなり、藩士から庶民に至るまで教育が普及しました。城下町には藩校や私塾が開設され、農村や漁村にも書物が流通するなど、佐伯は文教文化の時代を迎えました。

本展では、藩校四教堂で使われた教科書や藩士の武芸書、庶民が読み書きを学び、また娯楽として親しんだ書籍などを展示し、佐伯の学びの世界を紹介します。

【とき】10月17日(土)～12月13日(日)9時～17時 [入館は16時30分まで]
※月曜日休館 (ただし11月23日(月・祝)は開館し、翌24日(火)は休館)

【ところ】歴史資料館 展示室

【観覧料】一般: 300円 (15人以上の団体は200円)
小・中・高校生: 100円 (15人以上の団体は50円)
(市内に在住・通学する小・中・高校生は無料)

【展示解説】10月31日(土)、11月22日(日)、12月6日(日)

11時～、13時30分～

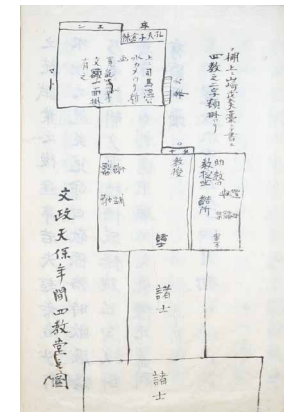
11月14日(土)19時30分～ (いずれも1時間程度)

【関連行事】夜のミュージアムコンサート 11月14日(土)19時～

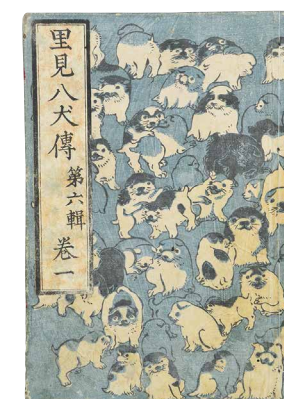
夜の歴史資料館で、特別展にあわせたミニコンサートを開催します。コンサート終了後には、屋外の毛利家御居間の解説と特別展の解説も行い、音楽と歴史をあわせてお楽しみいただけます。

～休館のお知らせ～ 特別展準備作業のため、10月13日(火)～16日(金)は休館します。

◆問い合わせ…歴史資料館 / ☎22-0700



「文政天保年間四教堂之図」(個人蔵)



『里見八犬伝』(佐伯市歴史資料館蔵)

情報 直川ミラサポ野外映画祭「源六BAL vol.4」&なおかわ秋色フェスタ

【上映作品】えんとつ町のプペル

【とき】10月17日(土)

●16時～ 開場

●16時～19時 こども広場イベント

・ふわふわドーム・ディアボロ&バルーンアート
・消防戦隊キコレンジャーショー など

●19時～20時40分 映画上映

【ところ】直川源六原グラウンド

(雨天時: 直川中学校体育館)

【入場料】無料

【定員】300人

※定員を超えた場合は、入場をお断りする場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【その他】

- ・芝生の上で鑑賞のため、敷物やイスなどをご用意ください。
- ・天候によって防寒着などをご用意ください。
- ・光るペンダント
無料配布150人の対象者は小学生以下です。



◆問い合わせ…

直川地域コミュニティセンター / ☎58-3393

【とき】10月18日(日)11時～18時

※雨天中止

【ところ】直川源六原グラウンド

【内容】様々なステージイベントや出店、最後は花火を打ち上げます。

【出演】

- ・佐伯市民吹奏楽団
- ・宇目神楽保存会
- ・放課後チャレンジ教室「キッズダンス」×兄弟パフォーマー ぼたか&あさひ
- ・マジシャンSHOCO
- ・ナニコレ? 劇団
- ・消防戦隊キコレンジャーショー
- ・大野Jタカシ LIVE

※当日、駐車場となる直川中学校グラウンドと会場を結ぶ無料シャトルバスを運行します。

◆問い合わせ…直川地域創生支援協議会

(直川振興局内) / ☎58-2111



詳しくはこちら



情報 「八幡五丁の市」開催

【とき】10月17日(土)、18日(日)

【ところ】五丁の浜

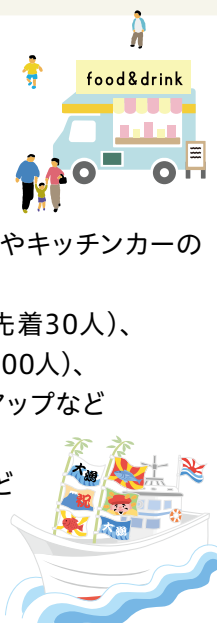
【内容】

- [両日] ステージイベント、露店やキッチンカーの出店など
- [17日] 無料クルーズ船運行(先着30人)、お楽しみ抽選会(先着500人)、ジョーヤラ船のライトアップなど
- [18日] ビンゴ大会、芋煮会(300人に無料配布)など

【主催】

八幡五丁の市実行委員会、
八幡地域コミュニティ協議会

◆問い合わせ…八幡地域コミュニティセンター
☎27-8001



情報 米水津 おさかなまつり開催!

【とき】10月25日(日)9時30分～14時30分
※雨天決行

【ところ】米水津多目的グラウンド(米水津振興局横)

【内容】

【ステージ】開会式(餅まき)、ソーラン節(米水津中学校)、スローエアロビク(にこにこフィットネス協会)、ダンス(日本文理大学附属高校)、変面ショー(中学生変面師 来叶)、吹奏楽(日本文理大学附属高校)、タックスO×クイズ、トーク・ステージ(さかなのおにいさん かわちゃん)、福餅まき

【会場内】ふれあい食堂、七輪焼き場、鮮魚など農水産物販売、水産加工品など特産品販売、キッチンカー、露店、ブリッコレース、ふわふわ遊具、動く自動車、お魚タッチプール

◆問い合わせ…米水津おさかなまつり実行委員会 事務局
(米水津振興局 地域振興課内) / ☎35-6111



第19回 佐伯市社会教育振興大会を開催します

地域全体で子どもを育てる「教育の協働」＝「協育」を推進し、また、子どもたちが豊かな心を育み、大きな夢を抱き、創造力を高める取組を行っています。持続可能なまちをつなぎ続けるために定めた「さいきオーガニック憲章」を基に、子どもをまんなかにあらゆる立場の人たちが絆を紡ぎ、社会全体で子どもを育む力を高め見守っていくことを目指し、今年度もこの大会を開催します。

【とき】11月1日(日)13時30分～

【ところ】和楽 大研修室

【事例報告】

①「佐伯市中学校ビブリオバトル大会2026」
チャンプ・準チャンプ実演

②「わたしたちの人権宣言」発表者: 自分を語る会2026

【講演会】「にゃーごの優しさ・ティラノの思いやり」

【講師】

宮西 達也 氏 (絵本作家)

【入場料】

無料(整理券、またはインターネットでの申込が必要)

【整理券配布場所】

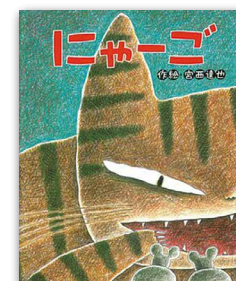
各地域コミュニティセンター、まな美 ほか

【その他】

さくらっ子託児あり(無料)

[要事前申込: 託児申込期限]10月19日(月)

申込期限 10月30日(金)



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

申込はこちら





7/21(火)



防火安全基準適合の宿泊施設へ 表示マーク(銀)交付式

佐伯市では初となる「防火対象物表示制度」に基づく表示マーク(銀)がホテルルートイン佐伯駅前へ交付されました。

表示マークとは、消防法令などの防火安全基準に適合していると認められたホテル・旅館などに交付されるもので、利用者が安心して施設を選ぶための目安となるものです。

8/10(月)



「オール大分ガールズ」 中学女子野球全国大会出場報告

京都府で開催される「全日本中学女子軟式野球大会」に県代表チームの「オール大分ガールズ」のメンバーとして出場する選手の皆さんが富高市長へ報告に来てくれました。(左から)濱野実紗希さん(佐伯南中2年)、万木莉々子さん(佐伯南中3年)、桑原翠那さん(鶴見中3年)、大下乃愛さん(佐伯城南中3年)、國部芭奈さん(彦陽中1年)

「協働」に向け 地域コミュニティと協定を締結



8/19(水)

今年度コミュニティ協議会の取組をスタートした上堅田・鶴岡・八幡・弥生・蒲江の5地域との「『協働』のまちづくりに関する基本協定書締結式」が市役所で行われました。同日、すでに協定を締結している12地域と協議会設立の準備をしている2地域を合わせた19地域による意見交換会も実施されました。

カスタマーハラスメントに ついて学ぶ



8/21(金)

8月の差別をなくす運動月間にあわせ、人権市民講座「カスタマーハラスメントを学び、考える」が開催されました。講座では具体的な事例を挙げ、クイズを取り入れながら、対応手順についての話がありました。参加者にとって、相手の立場や尊厳を傷つけない「伝え方」を考え直す機会となりました。

8/24(月)



少年少女レスリング 全国大会出場報告

7月に東京都で開催された第43回全国少年少女レスリング選手権大会に出場し、見事男子3年生26kg級で3位に入賞した高橋碧玖くん(鶴岡小3年・左)と男子4年生39kg級でベスト8に入賞した柴矢劉くん(渡町台小4年・右)が報告に来てくれ、富高市長は2人のさらなる活躍を願い、労いの言葉を贈りました。

8/31(月)



阿草さん・佐倉さん 地域おこし協力隊を退任

3年間の任期を終えた阿草祐己さんと佐倉しえさんの退任式が市役所で行われました。阿草さんは、うめりあ感謝祭の企画・運営など宇目地域のPRIに、また佐倉さんは、米水津陶芸館を拠点にアートでのまちおこしに貢献していただきました。退任後はおふたりとも佐伯市に残り、活動予定となっています。

第6回 さいき大道芸フェスタ

入場無料

今年も全国から人気パフォーマー18組が集結!さらに、佐伯初登場となる5組も加わり、2日間で70以上のステージが行われます!

と き 11月7日(土)10時30分～
8日(日)11時～

ところ さいき城山桜ホール周辺

フェスタ注目ステージ

- 全パフォーマースペシャルコラボショー
- さいき大道芸アカデミー発表ステージ
・ディアボロ、バルーンアート、マジックショー

体験・交流イベント

- パフォーマーオリジナルトレカ配布
- 大道芸体験コーナー
- さいきグルメストリート



さいき大道芸フェスタのボランティアスタッフ募集

ボランティア募集時間

- 7日(土) ①9時～13時
②13時～17時
8日(日) ③10時～14時
④14時～18時

対象:中学生以上

人数:各50人程度
※未成年は保護者の同意要

説明会:10月24日(土) 18時～

さいき城山桜ホール・小ホール 申込はこちらから



さいき インクルーシブフェスタ2026

入場無料

共生の心を育むー多文化・多様性の交流ー

「インクルーシブ」(全てを包み込む)をテーマに、だれもが楽しめるプログラムを開催!

と き 10月31日(土)10時～16時

ところ さいき城山桜ホール全館
プログラム

- 第3回 ユニバーサル舞台
芸術フェスティバルinさいき
・13時開演[開場12時30分]
・大ホール[入場無料]
- 元気の出るアート!
・絵手紙ワークショップ
講師/原野 彰子(絵手紙作家)
・公開制作
アーティスト/中野 道人(ペン画家)
- アート展
- 国際交流員ブース
- 佐伯民際日本語学校ブース
- みどり荘presents アジアンキッチン
- 大道芸体験ブース
- 市内障がい福祉サービス事業所及び
ASIA MART出店 など

ツキイチ映画 ツキイチ映画祭

2021年から開始したツキイチ映画!
11月はツキイチ映画祭を開催します!!

最新作「私はあなたを知らない、」(8月28日公開)や「湯を沸かすほどの熱い愛」など数多くの話題作を手掛け、中野量太監督と佐伯市直川出身の俳優・フランク景虎さんをお招きして、2作品の上映会とアフタートークショーを開催します!さらにサインポスターが当たる抽選会も!

1『浅田家!』

上映時間 127分



©2020「浅田家!」製作委員会

と き 11月23日(月・祝)

- 10時～[開場9時30分]
- 12時15分～アフタートークショー(30分)

2『兄を持ち運べるサイズに』

上映時間 127分



©2025「兄を持ち運べるサイズに」製作委員会

と き 11月23日(月・祝)

- 14時～[開場13時30分]
- 16時15分～アフタートークショー(30分)

ところ 大ホール(全席自由)※入場口は1階 定員 各回300人

共通 チケット 一般/1,000円、高校生以下/500円
各回 [当日券の販売は窓口まで問い合わせください。]

アフタートークショー

映画監督

中野 量太 氏

俳優

フランク景虎 氏

ツキイチ映画ポスター展・人気投票

【市役所展示ホール】10月19日(月)～11月13日(金)

【さいき城山桜ホール】10月19日(月)～11月23日(月・祝)

募集

募集期間 10月1日(木)～31日(土)

家族写真募集

『浅田家!』上映を記念して、親子や仲間との思い出の1枚を募集します。いただいた作品は映画の上映前後、大ホールスクリーンにスライドショーとして投影します。

出店者募集

ツキイチ映画祭でお弁当や軽食を販売する出店者を募集します。館内での販売のため、現地での調理はできません。

※詳細は、さいき城山桜ホールホームページをご覧ください。

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。





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

インタビュー
動画を
CHECK!



Vol.42

株式会社 甲斐塗装



佐伯市向島1丁目2番5号
☎・FAX:30-1227
設立年月:創業50年以上
(法人設立年月:平成29年6月)
従業員数:3人
<https://www.kaitosou.co.jp/>



職場の“好き”を
集めました



従業員
よしがき ひでき
吉垣 英樹さん

変わらぬ想いを胸に——3代目が描く新たな会社像

顔の見える塗装屋として

50年以上の歴史を持つ「甲斐塗装」は、佐伯市を中心に一般住宅や集合住宅、店舗の外壁・屋根・内装、駐車場のラインなど、“塗装”と“防水”に関する幅広い仕事を手掛けています。

「職人気質だった祖父や父の思いを受け継ぎながら、自分なりの経営の在り方を模索しています。そんな中で、創業時から変わらず大切にしているのがお客さまとの対話です」。3代目の甲斐祐樹さんの言葉通り、依頼を受ける際はヒアリングを重視。希望や仕上がりイメージだけでなく、「夏の暑さをどうにかしたい」といった困りごとにも耳を傾け、色・機能の両面から丁寧に提案します。現場調査・見積りは無料。外壁のひびや苔など、小さな気がかりから相談できるのもうれしいポイントです。

さらに、迅速なアフターフォローも地元企業ならではの。長年地域で築いてきた信頼関係が同社の強みになっています。

進化する塗料、広がる提案

塗りや養生といった技術の研鑽はもちろん、顧客により良い選択肢を提示できるよう、情報収集も欠かしません。

「遮熱や柄入りなど、時代に合わせて様々な塗料が登場しています。メーカーも種類も豊富ですから、見極めが重要です。流行もありますし、日々、勉強です」。

塗料の知識に加え、完成後の色合いをイメージできるカラーシミュレーションソフトの導入や外壁診断士※1の資格取得を通して、提案の幅を広げています。

「社員が長く働ける環境づくりや雇用の創出を通じて、地域への貢献も目指したい」。そんな甲斐さんが見据えるのは、地域とともに歩み続ける会社の未来です。

※1 住宅外壁の劣化診断や安全評価などに関する専門資格。

1 達成感が大きい

塗装は本当に面白い仕事。特にきれいに塗り上がった時の達成感は一度味わうと虜に！

2 やりがいがある

お客さまの声が直接聞けるのも魅力。「ありがとう」の言葉が励みになっています。

3 働きやすい

社長が優しく、自由度が高い職場です。初心者にも丁寧に教えてくれます。

「好き」から始まった創作の世界

こどもの頃からものづくりが大好きだった垣内さんが、創作活動を始めたのは2012年。娘さんの幼稚園用品を縫った際に余った布で人形を作ったことがきっかけです。

「ご縁のある展示会に出品したら多くの人に喜んでもらえて。ものづくりって楽しいな、と改めて感じました。夢がぬいぐるみ作家だったことも思い出しました」。

そこから猫人形作りが始まり、これまで1,000体以上制作。購入者の間でいつしか“幸せを招く”と言われるようになり、たくさんの人にかわいがられています。

やりたいことだらけ。何歳になっても人生は楽しい

猫人形からイラストや雑貨、ワークショップへと活動の幅を広げ、2024年からは、障がいのある人とともに芸術を楽しむ「オープンアトリエ」※1の創作活動アドバイザーも務めています。

「3年ほど前にアルコールインクアート※2認定講師の資格も取りました。今は文章を書くことにも興味があります。作品と組み合わせ、いつか本を出せたらいいなって」。新たな夢を語る垣内さんのものづくりへの情熱は尽きることがありません。

10月17日(土)・18日(日)に佐伯市城下町観光交流館で展覧会を開くほか、令和9年1月には佐伯市のアーティスト仲間と一緒に「サウスアートマーケットスペシャル」を開催予定。今後の活動にも注目です。

※1 おおいた障がい者芸術文化支援センター主催。

※2 アルコールインクをアルコール液でにじませ、偶然生まれる色の広がりや模様を楽しむアート。

しーとびと

つくっているもの

猫人形・イラスト

垣内さんの代表作である「猫人形」は型紙を使わず1体ずつ手作り。布選びからこだわり、顔をアクリル絵の具で描く“世界に1つ”の作品です。タッチや世界観が異なる多彩なイラストも好評で、Instagramでは「1日1絵」を投稿しています。



▲猫人形は「幸せを運んで来てね」と願いを込めて、1体1体丁寧に仕上げます。



▲ワークショップや出品の情報はInstagramで随時公開しています。

ハンドメイド作家・イラストレーター
かきうち ゆうこ
アトリエスガコ。垣内 優子さん
稲垣地区



▲Facebook



▲Instagram

インタビュー
動画を
CHECK!



SAIKI CITY

くらしの 情報

各種お知らせ

市税(保険料)の納付について

10月は下記市税（保険料）の納付月です。期限内（11月2日）の納付をお願いします。

- ・市県民税 第3期
 - ・国民健康保険税 第5期
 - ・介護保険料 第5期
 - ・後期高齢者医療保険料 第4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問い合わせください。

問税務課 収納係（本庁舎1階16番窓口） ☎22-3182

小規模特認校（本匠小学校・本匠中学校）の今後のスケジュール

第2回オープンスクール

期10月15日(木)

13時20分～15時20分
(受付13時～)

自分の興味・関心のあることについて、自分なりの問いを立て、自分なりのやり方で、自分なりの答えにたどり着く「個別探究」の学習風景をご覧ください。

問学校教育課 学校指導係（まな美2階） ☎22-4670
本匠小学校 ☎56-5009
本匠中学校 ☎56-5004

佐伯市戦没者追悼式

戦没者を追悼し、恒久平和を祈念するため、戦没者追悼式を開催します。

期10月17日(土)10時～
(約1時間)

所さいき城山桜ホール 大ホール
対市民どなたでも
内追悼のことば、献花、追悼のうたなど

問福祉保健企画課 福祉支援係
(本庁舎2階45番窓口)
☎22-4225

10月1日は「浄化槽の日」

ご自宅の古くなった単独処理浄化槽やくみ取りトイレを合併処理浄化槽へ転換しませんか。補助金制度には要件がありますので、詳しくは問い合わせください。

補助金に関すること ▶
また浄化槽を使用して
いる人には、浄化槽法で「保守点検」「清掃」「法定検査」の3つを行うことが義務づけられています。必ず実施し、適切な維持管理を行いましょう。

維持管理に関すること ▶

浄化槽の使用状況が変わった場合（管理者の変更・休止・廃止など）は、書類の提出が必要となります。忘れずに手続きをしてください。

手続きに関すること ▶

問補助金制度に関すること
下水道課 下水道業務・維持管理係（本庁舎3階53番窓口）
☎22-4618
浄化槽に関すること
南部保健所 ☎22-0562

11月8日は「地域一斉避難訓練」の日

期11月8日(日)9時～

所市内各地区

内全地区を対象とした市内一斉訓練です。

- ①9時頃に「緊急地震速報」を放送し、地震が発生した時の身を守る行動訓練
- ②緊急地震速報のあと「大津波警報サイレン」を放送し、津波からの避難訓練
- ③続いて「水防信号サイレン」を放送し、大雨・土砂災害の避難訓練

訓練内容の詳細は、お住まいの地区の区長までお尋ねください。

問防災危機管理課 防災推進係
(本庁舎5階81番窓口)
☎22-4578

令和8年度 全国ひとり親世帯等調査のお知らせ

全国の母子世帯、父子世帯及び父母のいない児童のいる世帯の生活の実態を把握し、これらの世帯に対する福祉対策の充実を図るため、基

マーク・略語

時…とき 所…ところ 内…内容 講…講師 対…対象 定…定員
料…料金 期…申込 期…申込期限 問…問い合わせ

礎資料を得ることを目的としてこども家庭庁が調査を実施します。

期11月1日(日)～30日(月)

対令和2年度国勢調査で設定された調査区から無作為に選ばれた20歳未満の児童がいる母子世帯、父子世帯、養育者世帯

内調査員証を携行した調査員が個別訪問をして調査趣旨の説明をした上で調査票を配付します。回答はオンラインまたは郵送です。（不在で調査趣旨を説明できない場合は調査票をポストに投函する場合もありますのでご了承ください）

問こども福祉課 こども福祉係（給付）（本庁舎2階48番窓口）
☎22-3180

介護保険「地域密着型サービス」に参入意向の事業者の皆さんへ

介護保険の「地域密着型サービス」を行うためには、市の指定を受けなければなりません。法人格を有する事業者を対象に応募の受付を行います。

サービスの種類

- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護施設
- 小規模多機能型居宅介護施設
- 看護小規模多機能型居宅介護施設

募集数

- それぞれ各圏域に1施設
- ※日常生活圏域
- 圏域1…佐伯、上浦
- 圏域2…弥生、本匠、宇目、直川
- 圏域3…鶴見、米水津、蒲江

期10月15日(木)～23日(金)9時～16時（土・日・祝日を除く）

※申請書類などは市ホームページをご覧ください。

問高齢者福祉課 介護保険係（本庁舎1階10番窓口） ☎22-3117

防災シンポジウム「みんなで考えよう！大規模災害への備えと復興」

7月に発生した令和8年熊本地震をはじめ、近年、全国各地で大規模な地震が発生するとともに、それに伴う津波などにより被害が拡大している状況です。また、気候変動の影響による大雨などの気象災害も頻発しており、大規模な自然災害などへの備えが求められています。

そのような状況の中、佐伯市でも、大規模災害が発生した場合の被害状況を想定し、それらの被害を最小限に抑えるための事前準備として、「佐伯市事前復興計画」の作成に取り組んでいます。

いつ、どこで発生するか分からない大規模災害への「備え」と「復興」について、一緒に考えませんか。

期11月12日(木)13時30分～

所さいき城山桜ホール 大ホール
内講演

「大規模災害からの復興まちづくりの取組」（仮）
東京大学大学院 工学系研究科 教授 羽藤 英二 氏

特別発表

「濃霞山への防災倉庫設置に関する提言」

日本文理大附属高校

問防災危機管理課 防災推進係（本庁舎5階81番窓口）

☎22-4567

申込はこちらから▶



渡町台幼稚園の園公開を行います

地域の人に広く渡町台幼稚園の教育について知ってもらうため、幼稚園の公開を行います。

こどもたちの様子や園の環境などをご覧ください、園のことについて知っていただく場を設けます。活動予定や1日の流れを参考にし、どなたでもお気軽にお越しください。

期10月20日(火)～22日(木)

9時～17時の都合の良い時間にお越しください。

※昼寝の時間（14～15時）は、ご遠慮ください。

所渡町台幼稚園

活動予定

運動会練習・自ら課題をもって取り組む活動など

※変更する場合もあります。

1日の流れ

7時45分～ 登園、自ら課題をもって取り組む活動、一斉活動（運動会練習など）

11時30分～ 給食

12時30分～ 自ら課題をもって取り組む活動、帰りの準備

※上記までが幼稚園教育時間

14時～ 昼寝

15時～18時 おやつ、帰りの準備、遊び、テレビ

※上記までが預かり保育時間

問渡町台幼稚園

☎22-1116



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 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㈱

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.

市報さいき 広告募集中

会社・商品の紹介や案内などを「市報さいき」に掲載しませんか？

発行日 ▶ 毎月1日(年間12回) ※1月号は12月下旬発行
A4冊子タイプ・フルカラー

発行部数 ▶ 毎月30,800部 ※配布先は市内の全世帯、各公共施設など

掲載場所 ▶ 各月号「くらしの情報」コーナー下段

掲載料 ▶ 1枠 15,000円/月(税込)

規格 ▶ 1枠 縦50mm×横85mm
※同じページの2枠を使用し1枠の広告とすることが出来ます(30,000円/月[税込])。
※版下原稿の画像形式はGIFまたはJPEG

募集締切 ▶ 掲載希望月の1か月前

問い合わせ ▶ 佐伯市役所秘書広報課広報係(本庁舎5階90番窓口)
☎0972-22-3281 [メール]kouhou@city.saiki.lg.jp

あなたにピッタリの会社を探そう！

ミドル世代向け 就職応援フェア

履歴書不要 服装自由 参加費無料

【雇用保険受給中の方】
本イベントは、雇用保険の求職活動実績になります。

10月31日(土) 13:00～15:30

対象 概ね35～59歳の就職・転職をお考えの方

会場 保健福祉総合センター和楽1F 大研修室
(佐伯市向島1-3-8) ※無料駐車場完備

詳細情報や申込方法などについては、特設サイトにてご確認ください。

事前申込特典

適性検査無料受検
事前[10/23(金)17:00まで]に申し込みいただいた方は、適性検査が無料で受検できます！

【問い合わせ先】大分中高年応援プロジェクト事務局
0120-946-059 (受付時間／平日10:00～18:00)
oita-middle@3140pa.com

厚生労働省 大分労働局

ハンセン病元患者のご家族への補償金制度

【対】ハンセン病元患者のご家族
【請求期限】
令和11年11月21日(木)
【受付時間】
10時～16時（月～金曜日）
※土・日・祝日、年末年始を除く
【趣・問】厚生労働省健康局 補償金
担当 ☎03-3595-2262
詳しくは、二次元コードからご確認ください。



第20回 家族で集う！ キャンドルの夕べ ～高めよう！深めよう！ 家族みんなでエコ意識～

環境にやさしいワークショップや、世界で最も古い楽器の一つといわれる「パンフルート」奏者の麻生恭子さんによる演奏会を開催します。すてきな夜を演出してくれるキャンドルと音楽と一緒に楽しみませんか。来場者に「20回記念缶バッジ」をプレゼントします！
【時】10月17日(土)17時30分～20時

【所】本匠地域コミュニティセンター
【内】ワークショップ
ペットボトルキャップを再利用した小物作り
音楽鑑賞会
「パンフルート」
奏者 麻生 恭子 さん
【料】無料
【問】キャンドルの夕べ実行委員会事務局（本匠地域コミュニティセンター内） ☎56-5115



間越来だんせへ市

【時】10月18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

ご存じですか？ 「中退共」の退職金制度

中小企業退職金共済制度は、中小企業のための国の退職金制度です。短時間労働者や家族従業員も加入できます。また、掛金助成や税法上の優遇制度が受けられ、外部積立型で管理や運用の手間がかかりません。詳しくは、中小企業退職金共済ホームページをご覧ください。
【問】中小企業退職金共済事業本部 ☎03-6907-1234



募 集

『さいきオープンガーデン』登録者募集

すてきな庭や花壇などを見せていただけませんか。

『さいき花の楽園構想』の一環として『さいきオープンガーデン』に登録する庭や花壇などを募集します。「オープンガーデン」は個人や団体が管理する庭や花壇などを登録し、一般公開する取組です。登録された庭や花壇などは市ホームページで紹介します。
【対】個人、または団体が管理する庭や花壇などで、一般公開できるもの。

【趣・問】随時募集中
環境対策課、または各振興局に備付けている申込書に必要事項を記入の上、郵送または直接提出してください。申込書は市ホームページからもダウンロードできます。



宛 先
〒876-8585
佐伯市中村南町1番1号
佐伯市役所 環境対策課
【趣・問】環境対策課 環境対策係（本庁舎3階57番窓口）
☎22-3995または各振興局

「環境学習会☆クリーンアップ」参加者募集

パナソニックエレクトリックワークス株式会社の財木昭収氏を講師に迎え、環境学習会を開催します。その後、周辺の清掃活動を行います。
【時】10月31日(土)10時～12時
【所】鶴岡地域コミュニティセンター
【対】どなたでも
【講】演テーマ
地球温暖化対策について
【問】さいきエコ推進会議事務局（環境対策課内） ☎22-3995



市営住宅入居者募集

地区	種別	住宅名	戸数
佐 伯	障がい	城 西	1
	優 先	鶴 岡	1
	一 般	女 島	1
	一 般	藤 望	1
上 浦	一 般	中 江	1
	一 般	浅海井	1
	一 般	六 田	1
	優 先	柵牟礼	1
弥 生	一 般	柵牟礼	1
	特公賃	深 田	1
	一 般	下 原	2
本 匠	一 般	新豊藤	1
	一 般	上豊藤	1
	一 般	柿 木	1
	一 般	越 野	1
	特公賃	上越野	1
	一 般	向船場	2
直 川	特公賃	向船場	2
	一 般	こすもす	1
	特公賃	こすもす	1
米水津	一 般	色 利	1
	一 般	浦 代	1
蒲 江	一 般	江の津留	1
	一 般	中 村	1

※条例により暴力団員の申込はできません。
【趣】10月5日(月)～9日(金)
【抽選日】10月20日(火)
【入居日】12月1日(火)
【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

「里親カフェ」参加者募集

今回は、「グリーンコープ生活協同組合おおいた」と協働し、実際に養育里親として子どもたちと一緒に暮らしている人との座談会を開催します。
【時】10月22日(土)10時～12時
【所】さいき城山桜ホール セミナーコート
【内】里親制度の説明と里親体験談発表、交流会（軽食付き）
【趣】10月9日(金)
その他
6か月以上～就学前の託児あり（利用料無料・さいき城山桜ホール 和室2）
【問】おおいた里親養育支援センターchiefs「チーズ」
☎097-585-5400
申込はこちらから▶



さいきテラス参加者募集

①対話
【時】10月16日(金)18時～19時30分
【所】本庁舎1階 フリースペース
【対】市内在住の人
テーマ
ユネスコエコパークを考える～地域の魅力や自然を次世代につなぐために～
②まわしよみ新聞（出張）
【時】日時は要相談（1時間30分程度）
【所】申込者側が用意した会場
【対】どなたでも
【定】各15人※先着順
【料】①②共に無料
【趣・問】二次元コードから申込
さいきテラス実行委員会・菅 ☎090-4474-7640



◆ 令和8年度 大分県学力定着状況調査に係る佐伯市結果

市内の小学校5年生、中学校2年生を対象に「大分県学力定着状況調査」を実施しました。
※大分県の数値は、市町村立の小・中学校の数値を集計したものを使用。

小学校（5年生）	国語	算数	理科	中学校（2年生）	国語	社会	数学	理科	英語
佐伯市	71.7	69.1	66.8	佐伯市	66.3	51.0	60.0	55.0	48.7
大分県	69.6	65.2	64.1	大分県	64.6	50.3	59.0	54.0	48.6
全国	68.4	63.1	62.7	全国	62.4	48.6	57.3	51.7	50.5
県比	+2.1	+3.9	+2.7	県比	+1.7	+0.7	+1.0	+1.0	+0.1
全国比	+3.3	+6.0	+4.1	全国比	+3.9	+2.4	+2.7	+3.3	-1.8

【対象・教科】小学校5年生…国語、算数、理科 ※数値は平均正答率（平均正答率：全設問数に対して正答した割合の平均）
中学校2年生…国語、社会、数学、理科、英語

◆ 令和8年度 全国学力・学習状況調査に係る佐伯市結果

市内の小学校6年生、中学校3年生を対象に「全国学力・学習状況調査」を実施しました。
※全国・大分県の数値は、市町村立の小・中学校の数値を集計したものを使用。
※各小・中学校の結果は、学校ホームページをご覧ください。

小学校（6年生）	国語	算数	中学校（3年生）	国語	数学	英語
佐伯市	60.0	55.0	佐伯市	62.0	51.0	46.4
大分県	63.0	58.0	大分県	64.0	55.0	48.3
全国	60.9	56.4	全国	63.9	57.0	49.9
県比	-3.0	-3.0	県比	-2.0	-4.0	-19.0
全国比	-0.9	-1.4	全国比	-1.9	-6.0	-35.0

【対象・教科】
小学校6年生…国語、算数
中学校3年生…国語、数学、英語
※数値は平均正答率（正答した割合の平均値）
※中学校英語はIRTSコアによる数値（各設問の正誤パターンの状況から学力を推定し、500を基準にした得点で表すもの）



。 さいきオーガニックなレストラン フランス料理×オーガニック×食育 。

自然に優しい栽培方法で育てられた農産物を味わい親しんでいただくため、佐伯産有機 JAS 認証野菜やさいきの恵み認証農産物を中心に、河野辰也さん、堅山恵子さん、三浦真実さんが協力して、1日限りのレストランをオープンします。

と き 11月15日(日)12時～ 定 員 15人（うち、高校生5人）

と ころ さいき城山桜ホール 大研修室 ※応募者多数の場合は抽選。過去のさいきオーガニックなレストランに参加したことがない人を優先します。

料 理 人 河野 辰也さん（フランス料理）

堅山 恵子さん（オーガニック）

三浦 真実さん（食育）

参加費 2,000円

申込期間 10月1日(木)～23日(金)



【問】農政課 水田畜産・有機農業振興係（本庁舎3階59番窓口） ☎22-4229 申込みはこちらから▶



厚生労働省大分労働局委託事業「樹木の剪定技能講習」受講者募集

時 11月11日(水)10時～15時、
12日(木)10時～15時30分
所 大分県立佐伯高等技術専門学校
対 60歳以上で、シルバー人材センターの新規会員として就業を目指す人
定 10人（事前申込が必要）
料 無料
期 10月28日(水)
問 佐伯市シルバー人材センター ☎23-3001



「バス会社説明会 & バス運転体験会」参加者募集

時 10月25日(日)13時～17時
所 大分自動車学校（大分市大字津守564-4）
定 30人程度（事前予約制・先着順）※会社説明を2社以上受けた人にクオカード1,000円分をプレゼント
電 電話で申込（9時～17時）
※土・日・祝日除く
期 10月19日(月)
その他 運転体験を希望する人は、普通自動車免許（AT限定を除く）取得後1年以上経過していること
問 大分県バス協会 ☎097-558-3946



チャレンジショップ1号店出店者募集!!

中心市街地にチャレンジショップを設置し、意欲ある新規チャレンジャー（出店者）を募集します！
募集業種 飲食業など(例:カフェ・軽食など)
募集期間 10月30日(金)まで
開業開始 12月予定
店舗数 1店舗(床面積:約16坪)
家賃 45,000円/月（共益費・駐車場代込み）
入居(出店)期間 2年間
営業日 週4日以上
営業時間 1日のうち4時間以上
選考方法

応募申請書による書類選考後に、面談の上、決定します。
※面談日は11月9日(月)午後を予定しています。
その他 出店、店舗の内見をご希望の人は問い合わせください。詳しくは二次元コードからご確認ください。
問 観光まちづくり佐伯 ☎22-9900



第11回 SAIKI リレーマラソン参加チーム募集

チーム（4人～10人編成）で1周約1kmのコースを21周、タスキをつなぎ走ります。家族や友だち、職場や地域の仲間と一緒に参加してみませんか？
時 11月22日(日) 9時30分スタート
所 佐伯市総合運動公園内 特設コース
募集チーム ※先着順
○一般：40チーム
○ファミリー：10チーム
○ジュニア（小学生以下）：10チーム
料 一般2,000円、高校生以下1,000円
※参加者全員に軽食、参加賞、Web記録証

表彰 一般の部・ジュニアの部：1位～3位
ファミリーの部・ベストドレッサー賞：各1位のみ
※入賞者には賞状及び記念品
電 スポーツ協会に備付けの申込書に必要事項を記入の上、参加料を添えて申込んでください。
期 10月23日(金)
問 佐伯市スポーツ協会事務局（まな美1階 体育保健課内） ☎22-4062

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

時 10月20日(火)

①13時15分～ ②14時15分～
③15時15分～
所 本庁舎2階 201会議室
対 認知症について不安がある人
料 無料※要予約
期 10月19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

試験

狩猟免許試験

第一種・第二種銃猟
時 11月28日(土)9時～
所 わな猟
時 11月29日(日)9時～
所 佐伯総合庁舎 4階大会議室
電 紙申請または電子申請
期 10月30日(金)～11月12日(木)
問 大分県南部振興局 森林管理班 ☎22-0393



日商簿記検定試験

時 11月15日(日)
所 佐伯商工会議所
料 1級 8,800円
2級 5,500円
3級 3,300円
電 二次元コードまたは商工会議所の窓口で受付
期 10月19日(月)まで
問 佐伯商工会議所 検定係 ☎22-1550



講座

初心者狩猟講習会

わな猟
時 11月3日（火・祝）
料 10,000円
第一種銃猟・第二種銃猟
時 11月7日(土)、8日(日)
料 各15,000円
共通
所 神楽会館（豊後大野市清川町砂田810）
対 第3回狩猟免許試験を受講する人

補助制度

新たに狩猟免許を取得し、捕獲班に加入された人に対して講習会受講料の補助制度があります。詳細は市役所林業課 ☎22-4214へ問い合わせください。
電 佐伯市猟友会事務局に受講料とともに申込みください。
期 10月5日(月)～22日(木)
問 佐伯市猟友会事務局・江藤 ☎46-1134

看護補助者お仕事説明会

時 11月20日(金)10時～12時
所 ハローワーク佐伯 2階会議室
対 お仕事を探している人はどなたでも。資格や経験不要。
内 ・業務内容（環境整備、車椅子移送、配膳）などの説明
・体験学習会、施設見学などの案内
・就業相談
詳しくは二次元コードからご確認ください。
料 無料（予約不要）
問 大分県看護協会 大分県ナースセンター ☎097-574-7136



12月訓練受講生募集（ハロートレーニング）

募集コース 電気設備技術科（企業実習付き）、ものづくり溶接科、ものづくりアシスタント科
募集期間 10月29日(木)
訓練期間 12月2日(火)～令和9年5月31日(月)

料 無料
見学会 10月6日(火)、20日(火)
説明会 10月13日(火)、27日(火)
詳しくは、問い合わせください。
問 ポリテクセンター大分（受講者係） ☎097-529-8615

伝言板

第62回 大分県美術展書道展 佐伯巡回展

時 10月30日(金)～11月1日(日)

マーク・略語

時…とき **所**…ところ **内**…内容 **講**…講師 **対**…対象 **定**…定員
料…料金 **電**…申込 **期**…申込期限 **問**…問い合わせ

9時～17時
※30日は13時～、1日は16時まで
所 さいき城山桜ホール1階
小ホール・アートプラザ
料 無料
問 大分県美術協会 書道部会
佐伯支部長・高志 ☎090-5381-6723

失語症の語り場「ライン(Rein)」参加者募集

時 10月20日(火)
所 さいき城山桜ホール 会議室1
対 失語症当事者、その家族、失語症に関わる支援者
定 10人程度
期 10月15日(木)
※開催情報はInstagramでもお知らせしています。問い合わせはSNSでも可能です。



問 コミュニケーション支援室
やまびこトラム言語聴覚士・山戸逸希 ☎070-7645-5169



SAIKIピラティス「月2回」開講！

理学療法士による多種多様なピラティスで姿勢改善や、体のリフレッシュをしませんか。
時 毎月第2・4木曜日
①10時～11時
②18時30分～19時30分
所 佐伯東地域コミュニティセンター
対 運動に興味のある人
電 公式LINEの登録後、参加申込を行ってください。
問 小林 ☎080-5272-3070



オータムフェスタ in さいき

時 11月3日（火・祝）9時～15時
所 海上自衛隊 佐伯基地分遣隊グラウンド
内 ・海上保安庁巡視船一般公開、陸上自衛隊・警察・消防の車両展示など
・飲食ブースの出店
・ステージイベント（佐伯鶴城高

校書道部による書道パフォーマンス、鶴谷中学校吹奏楽部による演奏、日本文理大学附属高校ダンス部によるパフォーマンスなど）
詳しくは佐伯市観光ナビをご覧ください。
問 海上自衛隊 佐伯基地分遣隊 ☎22-0370



佐伯市写真協会主催「撮影会」

神楽や太鼓などの迫力ある演技を撮影してみませんか？カメラ初心者も大歓迎です。お気軽にご参加ください。
時 11月8日(日)15時～18時
所 櫓門～城下町観光交流館
モデル 鶴岡八幡・神子太鼓、重岡岩戸神楽
料 無料
電 当日受付（事前申込不要）
問 佐伯市写真協会事務局・阿部 ☎090-4993-7380

第11回次代塾 若者・女性リーダー塾

時 10月26日(月)19時～
所 仲町リトルシアター
内 人口減少と人生100年時代に向き合うまちづくりについて
対 18歳以上の市民
問 次代塾・野々下 ☎090-5944-0816
[メール] jidai20250818@gmail.com

52回 どたばたママのフリーマーケット

時 11月29日(日)9時30分～12時30分※雨天中止
所 佐伯中央病院スタジアム下駐車場
出店費用 1区画（3m×2m）1,000円
期 10月15日(木)～11月20日(金)
問 どたばたママのフリマ実行委員会 ☎22-9955
※平日9時～16時（日・祝日は受付しません）

観月茶会のお知らせ

秋のひとつき、お茶とともに風情ある月夜をお楽しみください。初めての人も大歓迎です。どうぞお気軽にお越しください。

時 10月17日(土) 15時～20時
(受付終了19時30分)

所 汲心亭

料 500円 (お菓子付)

問 裏千家佐伯・廣瀬

☎ 090-2079-4529

暑い夏より、熱い10月が延岡にやってくる！

第23回みやぎフェニックス・リーグが延岡で初開催！5月にオープンしたばかりのスタジアムで、プロのレベルを体感してください。

時 10月15日(木) オリックス・バファローズ vs 四国アイランドリーグ plus 選抜

17日(土) 四国アイランドリーグ plus 選抜 vs 東北楽天ゴールデンイーグルス

24日(土) 北海道日本ハムファイターズ vs 四国アイランドリーグ plus 選抜

※全試合開始時間 12時30分

所 のべおかwaiwaiスタジアム

※駐車場あり

料 全試合入場無料

事前申込不要で、だれでも観戦できます。



国内最高峰のハンドボールリーグ公式戦が宮崎県初開催！このほかにもジャパンラグビーリーグワン「静岡ブルーレヴズ」の合宿など、一流アスリートによるビッグイベントがもりだくさん。

時 10月18日(日) スローオフ13時 一般開場／11時30分

リーグH女子 熊本ビューストピンディーズ vs アランマーレ富山

所 アスリートタウン延岡アリーナ

※駐車場あり

料 一般/前売り1,500円、当日券2,000円

ジュニア(中・高校生) / 前売り800円、当日券1,000円

キッズ(小学生) / 前売り300円、当日券500円

※未就学児は無料

問 延岡市教育委員会アスリートタウン推進課 スポーツ

振興係

☎ 0982-22-7033



西浜清掃のお知らせ

時 10月18日(日) 8時～9時

所 西浜海岸

問 つな☆ぱんプロジェクト・水沼

☎ 080-1731-7960

佐伯市への寄附 (敬称略)

《香典返し》

※ () 内は物故者

▷ 石川 貴裕 (博) … 小福良区

《歴史資料などの寄贈》

▷ 伊藤 寿和 (千葉県) … 佐伯藩関係絵図の袋

10月 Event Calendar イベントカレンダー

11(日)

第35回 九州チャレンジサイクリング大分県大会 ツール・ド・佐伯 2026 ⇒ 9月号 P9

時 8時～17時

所 市内各所

12(月・祝)

佐伯市少年相撲大会

⇒ 9月号 P20

所 佐伯市総合運動公園 相撲場

17(土)

おはなし会 ⇒ P21

時 11時～

所 三浦造船佐伯図書館

17(土)

観月茶会 ⇒ P20

時 15時～20時 (受付終了19時30分)

所 汲心亭

17(土)

第20回 家族で集う! キャンドルの夕べ ⇒ P16

時 17時30分～20時

所 本匠地域コミュニティセンター

17(土)

直川ミラサポ野外映画祭

「源六 BAL vol.4」 ⇒ P8

時 (子ども広場イベント) 16時～19時 (映画上映) 19時～20時40分

所 直川源六原グラウンド (雨天時: 直川中学校体育館)

17(土)～18(日)

八幡五丁の市 ⇒ P8

所 五丁の浜

17(土)～12/13(日)

歴史資料館 特別展

江戸時代 佐伯の学び - 藩校四教堂から庶民の手習いまで -

⇒ P9

時 9時～17時 [入館は16時30分まで]

※月曜日休館 (ただし11月23日は開館し、翌24日は休館)

所 歴史資料館 展示室

18(日)

間越来だんせへ市 ⇒ P16

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

18(日)

ななかわ秋色フェスタ ⇒ P8

時 11時～18時 ※雨天中止

所 直川源六原グラウンド

18(日)

西浜清掃 ⇒ P20

時 8時～9時 所 西浜海岸

19(月)～

ツキイチ映画ポスター展・

人気作品投票 ⇒ P11

【ポスター展】

時 19(月)～11/13(金)

所 市役所展示ホール

時 19(月)～11/23(月・祝)

所 さいき城山桜ホール

【人気作品投票期間】

時 19(月)～11/23(月・祝)

25(日)

米水津おさかなまつり ⇒ P8

時 9時30分～14時30分 ※雨天決行

所 米水津多目的グラウンド (米水津振興局横)

25(日)

ツキイチ映画『ドリーム・ホース』

⇒ 9月号 P13

時 10時～14時

所 さいき城山桜ホール 大ホール

31(土)

さいきインクルーシブフェスタ

共生の心を育む - 多文化・多様性の交流 - ⇒ P11

時 10時～16時

所 さいき城山桜ホール 全館

図書館だより



三浦造船佐伯図書館

☎24-1010

9時30分～18時（火曜日休館）



（電子図書館）

「まんが図書館」がやってくる!!!!

「まんが読書会」も開催予定

鶴見地域コミュニティセンター2階にあるコミック約2,500冊の中からスタッフが厳選した漫画が図書館にやってきます！館内でのみの閲覧となります。（貸出はできません）

詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

と き 10月31日(土)～11月8日(日)
10時～16時

秋のとしょかんまつり2026

秋の読書週間にちなんで、イベントや特設展示を開催します。

詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

と き 10月17日(土)～11月16日(月)
内 容 雑誌リサイクル・テーマおはなし会（外国語）・まちゼミ講座
@図書館・としょかんクイズ・イチオシ本・ブラインドブックなど

秋のおはなし会 プレゼントあり

と き 10月17日(土)11時～
ところ 児童コーナー
対 象 幼児～小学生
内 容 さいぎ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

「読書会」に参加しませんか？

と き 10月24日(土)10時～11時30分
ところ 多目的ホール
※事前予約制 詳しくは図書館ホームページをご確認ください。

10月の上映会

※同一作品を2回上映します

10月14日(水)・25日(日)…13時30分～
劇場版 TOKYO MER～走る緊急救命室～(128分)

飯テロ上映会

10月18日(日)
10時～ おいしい給食
Road toイカメシ(111分)
13時30分～ おいしい給食
炎の修学旅行(114分)



The 1980s

80年代ビジュアル・アーカイブ

The 1990s

90年代ビジュアル・アーカイブ

編著／ヘンリー・キャロル
出版社／東京書籍

80年代はスペースシャトル、ブレードランナー、マイケル・ジャクソン、ベルリンの壁崩壊など、80年代を決定づけた写真・イメージ315点が収録されています。90年代は、湾岸戦争、ロサンゼルス暴動、ダイアナ妃、Y2Kなど、20世紀最後の10年をとらえたビジュアル338点が収録されています。「レトロ」で「新しい」1980-1990年代に想いを馳せてみませんか？

おすすめの
新刊

まちの“いいね”を見つけてみよう

#おでかけさいき

vol.
6

今月は 本匠 上津川かかしの展示

上津川地区かかしまつり保存会 ☎57-6200

地域への想いが詰まった秋の風物詩

市町村合併の頃、サロンメンバーから生まれた「本匠を元気にしたい」という思いから始まったかかし展示。稲刈り後に残る藁を活用した取組は、今や地域の秋を彩る風物詩です。

現在は上津川地区の70代から最高齢93歳までの女性10人が中心となり、思いを込めて1体1体丁寧に作り続けています。ふだんから「女子会」を開いて親睦を深め、協力しながら制作に取り組んでいます。清らかな上津川のせせらぎと山々が色づき始める秋、美しい風景とともに温もりあふれるかかしが皆さんをお迎えします。

田んぼで出会う、ぬくもりいっぱい笑顔

昔ながらの農村風景などを再現した約300体の手作りかかし。愛らしく個性豊かな姿が、訪れる人の心を和ませてくれます。ぬくもりがあふれる展示は、11月末頃まで。秋の行楽シーズンに、ぜひ癒しの本匠に足を運んでみませんか。

「上津川かかしまつりインフォメーション」

と き:11月1日(日)11時～
ところ:本匠大字上津川竹ノ脇 圃場 ほか
かかし展示期間:11月末まで(予定)
※天候により、展示終了が早まる可能性があります。
※駐車場を用意しています。路上駐車はご遠慮ください。



本匠 上津川かかしの展示の場所はこちらから



無料相談のご案内

日々のくらしで困っていることはありませんか？

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。	10月 9日(金)10時～12時 10月 9日(金)10時～12時 10月14日(水)10時～12時 10月15日(木) 9時～11時 10月21日(水)10時～12時 10月21日(水)13時30分～15時30分	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 弥生振興局 蒲江地域コミュニティセンター 宇目保健センター	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	10月21日(水) 13時30分～16時30分	市役所本庁舎2階 203会議室	大分公証人合同役場 ☎097-535-0888 予
行政書士 無料相談会	10月15日(木) 10時～15時 10月21日(水) 13時30分～16時30分	市役所本庁舎 展示ホール (予約優先) ジェイコム J:COMホルトホール大分 予 (大分市)	大分県行政書士会事務局 ☎097-537-7089
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。	10月15日(木) 13時30分～16時	社会福祉センター	社会福祉協議会 ☎23-7450 予
民生委員 心配ごと相談	10月21日(水) 10時～12時 11月4日(水) 13時30分～16時	蒲江地域コミュニティセンター 社会福祉センター	社会福祉協議会蒲江支部 ☎42-0154 社会福祉協議会 ☎23-7451
認知症の人と家族の会 現在、介護に悩まれている ご家族の方、ぜひ参加して みませんか？	10月9日(金) 10時～12時	社会福祉センター	認知症の人と家族の会 ☎22-7708 電話での介護相談に応じます ☎080-3954-7708
精神保健 福祉相談	10月6日(火) 14時～16時	南部保健所	南部保健所 ☎22-0562 予
不動産市民相談	10月20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 予
交通事故相談 ※前日の午前中までに 予約が必要	10月6日(火)、11月4日(水) 10時30分～15時 (12時～13時除く)	南部振興局	南部振興局 ☎22-0390 予
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
無料調停手続 相談会	10月18日(日) 10時～15時	佐伯東地域コミュニティセンター	佐伯調停協会/大分地方・家庭裁判所佐伯支部 ☎22-0168

骨髄などの移植の助成

骨髄バンクを通して骨髄などの移植を行ったドナーまたはそのドナーを雇用している事業所へ助成します。

ドナーへの助成金

年次有給休暇または有給の特別休暇が取得できた日を除き、1日当たり2万円（上限7日）

事業所への助成金

年次有給休暇または有給の特別休暇を付与した日について、1日当たり1万円（上限7日）

閏健康増進課 健康医療推進係(和楽1階) ☎23-4500

今日から健康づくり!

vol.
66

「さいき うま塩 もっと野菜プロジェクト」 健康寿命を延ばす高血圧予防

対象
全世代

高血圧は慢性的に動脈に強い圧力がかかっている状態で、自覚症状がほとんどありません。高血圧の状態が続くと、**心筋梗塞**や**脳梗塞**に加えて**認知症**のリスクも上昇します。

病気が発症する前に、まずは食生活から見直してみましょう!

野菜、食べていますか?

野菜の食物繊維やビタミンなどは、心臓病やがん、脳卒中などの生活習慣病のリスク低下に効果的です。いろいろな野菜をたくさん取るようにしましょう!

1日の目安
両手3杯分
350g!

緑黄色野菜



淡色野菜



※腎臓病などでカリウム制限がある人は、医師の指示に従ってください。

血管の健康をサポート

ビタミンA・C・Eなどの抗酸化成分は、体内の酸化ストレスから細胞を守ります。

野菜をたくさん食べることで血管の健康を保ち、**動脈硬化予防**にもつながります。血管の健康を内側からサポートしましょう。

高血圧の予防・改善

野菜に多く含まれる**カリウム**には、体内の余分な塩分を外に排出させる働きがあります。

また、香味野菜(シソ、ショウガなど)を取り入れることで、おいしく減塩もできます。

汁物にはたくさん野菜を入れましょう!

食後高血糖を抑える

野菜に含まれるビタミンB群は、糖・アミノ酸など体の代謝に不可欠です。特にビタミンB1は、糖質をエネルギーに変えるのを助け、体のエネルギーづくりを支えます。炭水化物を取る前にビタミンB1を取りましょう!

また、野菜を先に食べる「ベジファースト」はよく知られていますが、炭水化物を最後に食べる「ラストカーボ」によって、食後の血糖値の急上昇を抑えることにつながります!

最初に野菜料理や主菜を食べ、中盤から主食を食べる習慣をつけましょう。



野菜売り場にPOP&ミニレシピを置いています!

市内のマルミヤストアやトキハインダストリーに旬の野菜情報や、野菜を使用した簡単に作れるレシピを掲載しています!

ぜひお持ち帰りいただき、毎日の野菜摂取量アップにご活用ください。

～野菜摂取、減塩に関するイベント～

と き		と ころ	イ ベ ント	主 催
10月 4日(日)	9時45分～12時 (受付開始9時)	さいき城山桜ホール	プロギング in BANJYO 2026	番匠地域活性化事業 実行委員会
10月25日(日)	午前の部 10時～12時 午後の部 13時30分～15時30分	佐伯地域 コミュニティセンター	健康フェア	佐伯市薬剤師会
令和9年 2月11日(木・祝)	10時30分～15時30分	さいき城山桜ホール	さいきオーガニック フェスタ2026	佐伯市

※イベントによって内容が異なる可能性があります。

◎問い合わせ/健康増進課 保健係(和楽1階) ☎23-4500



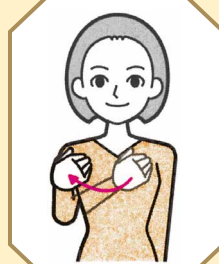
災害編

今月の手話

大丈夫

できる、～れる(可能的助動詞)、
～られる(可能的助動詞)

湾曲させた右手の指先を
左胸にあててから右胸に
あてる



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』



Health Information 住民健診情報

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

※肺がん検診は65歳以上の結核健診を兼ねており、感染症法で受診が義務付けられています。

地 域	会 場	と き	受付時間	胃がん
佐 伯	和 楽	11月 5日(木) 18日(水) 29日(日)	9時～11時	○
	佐伯市医師会館	11月11日(水)	9時～10時	—

予約先

佐伯市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)

ネットで簡単申込

佐伯市医師会予約ページから▶
<https://saiki-med.jp/reservation/>

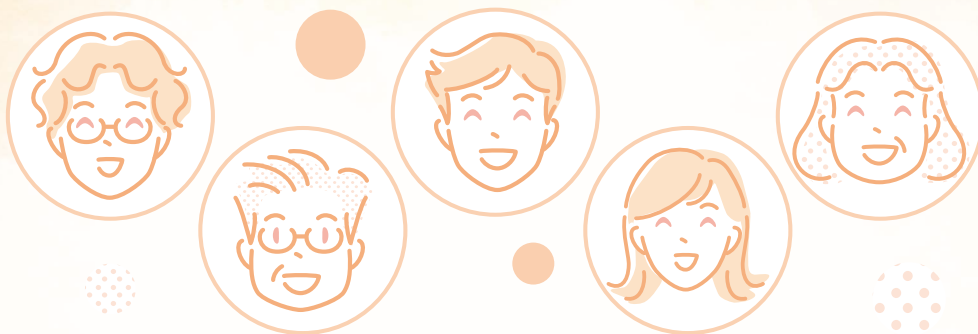


持ち物 受診券／自己負担金／
マイナ保険証などの加入する保険の資格が確認できるもの

◎健(検)診は予約が必要です。お早めにご予約ください。◎大腸がん検診のみを希望する場合は、予約は不要です。

問い合わせ／健康増進課 健診係(和楽1階) ☎23-7022

10月は骨髄バンク推進月間



骨髄移植は白血病や再生不良性貧血などの難治性血液患者に対する有効な治療法です。1人でも多くの患者さんを救うためには、1人でも多くのドナー登録が求められています。骨髄バンクのドナー登録にご協力をお願いします。

登録窓口 南部保健所 ☎22-0562 ※要事前予約

問 日本骨髄バンク ☎03-5280-1789

当番医・乳幼児健診情報

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			
10月11日	やつか眼科医院	船頭町	22-0055
10月12日	曾根病院	長島町	23-8877
10月18日	からしま医院	弥生上小倉	46-0312
10月25日	木下整形外科	新女島	23-8781
11月 1日	佐伯中央病院	常盤東町	22-8846
11月 3日	田邊内科クリニック	長島町	20-3344

歯 科 🕒 9～12時			
10月11日	つちや歯科医院	長島町	22-0020
10月12日	鶴岡クリニック	鶴望	22-5199
10月18日	丸山歯科医院	向島	22-0832
10月25日	わきた歯科医院	船頭町	23-8241
11月 1日	隈歯科医院	長島町	24-1515
11月 3日	丸山歯科医院	向島	22-0832

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)			
10月11日	桑畑小児科医院	中村東町	22-1965
10月18日	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180
10月25日	塩月内科小児科医院	女島	20-0070
11月 1日	西田病院小児科	鶴岡西町	22-0180

平日時間外小児救急当番医 🕒 ～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。

救急電話相談

病気やケガをしたときに「救急車を呼んだ方が良いのか」「今すぐ病院に行った方が良いのか」などで判断に迷ったとき、看護師が相談に応じます。

大人の場合(おおむね15歳以上)

大分県救急安心センター

☎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

☎097-503-8822

または #8000

相談
時間

【月～土曜】

…… 19時～翌8時

【日曜・祝日】

…… 8時～翌8時

乳幼児健康診査・
のびのび教室参加
無料

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持ち物 母子健康手帳・
事前にお送りしたアンケートなど

- 乳児健診(R8年5月生)…………… 10月 8日(木)
(R8年6月生)…………… 11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(R7年3月生)…………… 10月29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(R5年4月生)…………… 10月22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(R8年1月生)…………… 10月13日(火)
身体測定、離乳食指導など

乳幼児健康診査・のびのび教室▶



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。

佐伯で暮らすキュートなキッズをご紹介します！

さいきゅーと

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スマホで投稿できます★



湯船に浸かればこぎげん
お風呂大好きまん

あおば
山本 蒼葉くん
2026年7月生まれ



初ヒット!!! これからも野球頑張るぞ

ゆうすけ
櫻井 悠介くん
2019年6月生まれ

対象

市内在住の小学生以下の子ども

ご留意ください

- ・応募者多数の場合は、先着順に掲載します。
- ・複数回の掲載はできかねます。
- ・写真はトリミングするなどして掲載します。
- ・郵送で応募いただいた写真は返却できません。
- ・コメントは一部要約させていただくことがあります。
- ・スマートフォンアプリなどで加工すると、掲載した画像が粗くなる場合があります。

祝！
百歳

8月に100歳を迎えられました。おめでとうございます。

・藤田 博子さん(浅海井区) ・児玉 富喜さん(上灘区) ・松下 艶子さん(深島区)

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

8月末日現在/前月比

人口	6万2,215人 (-87) (内外国人1,080人)
男	2万9,272人 (-36) (内外国人652人)
女	3万2,943人 (-51) (内外国人428人)
世帯	3万2,459世帯 (-19) (内外国人984世帯)

救急・火災発生

8月中(速報値)

救急件数	350件 (年間累計2,427件)
火災件数	1件 (年間累計19件)

空気が乾燥し、火災が発生しやすい時期となります。火の取扱いには十分注意しましょう。

交通事故

8月中

死者	1人
負傷者	13人
人身事故	9件
物損事故	121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
(旧ツイッター)



佐伯市
公式
LINE



佐伯市
インス
タグラム

市役所窓口紹介

学校教育課 学校指導係

まな美2階 ☎22-4670

教育支援センター「グリーンプラザ」

☎22-5131

学校指導係の取扱

- ◎学校教育及び学校経営に関すること
- ◎幼稚園教育に関すること
- ◎学校安全に関すること
- ◎生徒指導に関すること
- ◎教育相談に関すること

子育てについて一緒に考えませんか

教育委員会では、毎月第3日曜日にこどもの不登校や行きしぶりに悩む親の会を開催しています。

当日は臨床心理士の人を講師としてお迎えして講話をいただくほか、参加者同士でざっくばらんに語り合う時間を設けます。不登校のお子さんを実際に育てた経験のある保護者の人も参加されます。1人で悩みを抱え込まず、気軽に参加してみませんか。

●とき 10月18日(日) 14時30分～16時

当日参加も
OK

●ところ 佐伯市教育支援センター
(グリーンプラザ)

申込はこちらから▶



日時:毎月1回・第3日曜日 14時30分～16時

11月15日 12月20日

令和9年1月17日 2月21日 3月14日



さいき日和



穏やかで楽しい秋を願う

今年の夏は猛暑に加え、令和8年熊本地震や頻発する豪雨による被害など全国で災害が発生し、心配が絶えない状況でした。被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

10月に入り、ようやく秋の気配が感じられるようになりましたね。忙しい日々の中、体や心に疲れがたまっていませんか。そんな時は、因尾茶や宇目茶などを味わいながら、秋の夜長をゆったりと、穏やかに過ごしてみたいかがでしょうか。

一方で、芸術の秋、スポーツの秋、行楽の秋と楽しみも多い季節です。何か自分の好きなことに夢中になって取り組むのも一つの癒しかもしれません。また、市内の行事も盛りだくさんです。ぜひ地域の楽しいイベントに参加して、心身をリフレッシュさせてください。私も参加するのを楽しみにしています。どこかで見かけたら声をかけてくださいね。

この秋が、皆さんにとって笑顔あふれる穏やかな季節となりますように。

富高市長の8月の主な公務

- 6(木) ● 人権擁護委員感謝状伝達式
● 大分県消防操法大会出場選手激励会
- 7(金) ● 大分県・市町村女性議員ネットワーク
令和8年度 定期総会・講演会
- 8(土) ● 佐伯市地元就職フェア
- 9(日) ● ジュニア防災リーダー養成研修(中学生対象)
- 12(水) ● 大分県離島振興協議会総会
- 17(月) ● 大分・宮崎県境地域開発促進協議会提言活動
- 19(水) ● 地域コミュニティ協議会協定書締結式・意見交換会
- 20(木) ● 大分県市長会秋季定例会
- 24(月) ● 全国乾椎茸品評会受賞報告・学校給食用乾しいたけ贈呈式
● 佐伯市総合教育会議
- 26(水) ● 南部地域畜産共進会
● 佐伯市事前復興計画策定委員会
- 27(木) ● 佐伯市地域福祉計画策定委員会
● 大分県民スポーツ大会
佐伯市選手団結団式
- 29(土) ● 第3次佐伯市総合計画策定に向けた市民ワークショップ全体会
● 佐伯市民大学「令和四教堂」第12回 講演会
- 31(月) ● 佐伯市地域おこし協力隊退任報告会



市長の公務状況
はこちら



詳しい活動報告
はこちら

「デジタル広報さいき」でもっと身近に！便利に！

市報に掲載されている特集記事や連載を記事化して、情報をお届けしています。スマートフォン・タブレットなど自分の好きな端末で好きな時間に市政情報を確認できる「デジタル広報」をぜひ活用してください。

<https://digitalkouhou-saiki.jp>



✓ CHECK /



デジタル広報の機能

- ◆ 検索・拡張機能
- ◆ 文字の大きさ変更
- ◆ 動画コンテンツと連動
- ◆ 電子ブックと連動
- ◆ 特集記事のアーカイブ
- ◆ クロスワードへの応募
- ◆ さいきゅーとへの応募

モ		バ	リ	キ	
チ	カ	ウ		ズ	ガ
	フ	ア	ス	ナ	ー
ウ	エ	ー	ブ		デ
カ	オ		リ	ボ	ン
イ	レ	イ		ン	

9月号の
クロスワードの答え

ア キ バ レ

次号発行日

次号市報さいき11月号は

11月2日(月)
発行です

12月号の原稿締切は10月13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

鮭のちゃんちゃん焼き風

うま塩
とは?

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。

POINT

調味料を加えた後は、鮭の身が崩れ
ないようにやさしく炒めるのがポイ
ントです。



たんぱく質と一緒に野菜もとれる一品です。秋の鮭は脂が少なく
さっぱりとしているため、バターやみそのコクのある味付けがよく合
います。

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)

- 鮭 …………… 280g (70g×4切れ)
- 塩 …………… 0.8g (ひとつまみ)
- 薄力粉………… 12g (大さじ1・1/3)
- サラダ油………… 12g (大さじ1)
- キャベツ………… 240g
- ニンジン………… 40g
- しめじ………… 60g
- みそ………… 24g (大さじ1・1/3)
- みりん………… 20g (大さじ1強)
- 有塩バター………… 12g (大さじ1)
- 小ネギ………… 8g

A

作り方

- ①キャベツは1cm角に切る。ニンジンは
長さ4cmの千切り、小ネギは小口切り
にする。しめじは石づきを切り落とし、
小房に分ける。
- ②鮭は食べやすい大きさに切り、塩をふ
り、薄力粉をまぶす。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、鮭を両面
焼き、一度取り出す。
- ④そのままのフライパンでキャベツ・ニン
ジン・しめじを炒める。
- ⑤野菜に火が通ったら鮭を戻し入れ、混
ぜ合わせたAを加えてさっと炒める。
- ⑥器に盛り付け、小ネギをちらして完成。

★1人分 エネルギー189kcal
食塩相当量1.0g、たんぱく質14.8g

vol.
54

プレゼント付き!

さいきクロスワード

ヒントを参考に□に文字をいれよう!

正解者の中から抽選で2名にプレゼント!

「チャーリーブラウン」で使える
お食事券(1,000円分)

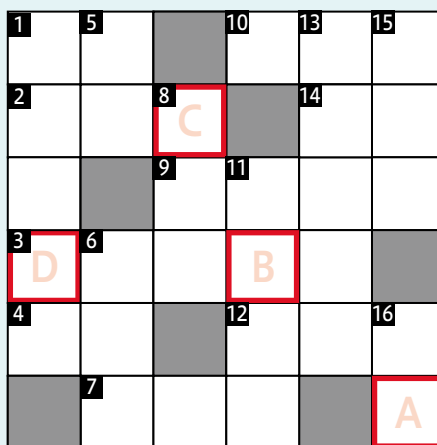
※当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

たてのカギ

- ①薄い紙一枚ほどの、ほんのわずかな違い。
- ⑤秋口から店頭に並び始める、早出しのみかんや柑橘の品種。
- ⑥英語で「左」のこと(反対はライト)。
- ⑧夜空に輝く星のことを英語で。
- ⑪ゴマやナッツの風味を出すため、そのまま炒めること。
- ⑬白と黒、またはグレーなどの単色でまとめた色合い。
- ⑮夕方にまぶしく差し込む太陽の光。
- ⑯社会や組織のなかでの立ち位置や立場。「社会的な○○」。

よこのカギ

- ①果物や野菜を包んでいる表面の部分。
- ②英語で、既婚の女性につける敬称。「ミスター」の対義語。
- ③大きな荷物を運ぶために、^{ひんいん}牽引される大型の車。
- ④アルファベットの「E」の次、「G」の前の文字。
- ⑦考えや意見がぴったり合っていること。「その○○○!」
- ⑨助走をつけて高くジャンプし、置かれたバーを飛び越えるスポーツ。
- ⑩全体の中心であること。「休日は○○○読書をして過ごす」。
- ⑫テレビやスマホの画面、自転車のタイヤなどの大きさを表す長さの単位。
- ⑭お祝いの贈り物に添える日本の伝統的な飾り紙。



ヒント 文章や記事に添えて分かりやすくする、
挿絵のこと。

キーワード

A B C D

先月号の答えは
前ページに
掲載しています。

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

10/15まで
消印有効

こちらからも
ご応募でき
ます。▶

