

広報

さかい

甘エビ



年間約300トン、三国港での水揚げ量は県内一。とろっとした食感と甘みがたまらない。

油揚げ



消費量は全国1位、大きな油揚げは食卓に欠かせない。特に揚げたては、表面がサクサク、中がふわふわ。

三年子花らっきょ



厳しい冬を2回も越した分、三里浜のラッキョウは小粒でシャキシャキ、風味もまろやか。

「くに」にあるのはほんの一部。
坂井市は、おいしい食の宝庫だ。

コシヒカリ



甘くてツヤツヤ、冷めてもおいしい“おいしいお米”の代名詞。生みの親・石墨慶一郎は丸岡町出身。



丸岡産そば

淡い緑色が美しい「早刈り」の丸岡産そば。豊かな風味で、そば通もうなる味。



若狭牛

県内の約7割を、市内で飼育。きめ細かな肉質で、常温だと溶けちゃうくらい上品なサシと柔らかさが特徴。

越前がに



冬の味覚の王様。三国港のものは鮮度・味ともに抜群で「皇室献上タグ」が何よりの証拠。

メスがセイコガニ。形の立派なものには、よそとは違う、三国港オリジナルのタグがつく。



CONTENTS

特集 続・温故創新 2

—伝統食文化が生みだすもの【後編】—

年末年始のご案内 31

極生

Go・ku・jo

東方に連なる1000m級の山々は、良質の水を育む。市内を流れる総延長100kmにも及ぶ大河は、肥沃な平野や丘陵を築き、日本海へ注ぐ。悠久の自然をたたえたこの地に、私たちの食文化は息づく。

食への感謝が形にもてなしには最適の膳料理

古来、食材は自然からの尊い恵み。畏敬の念をもって接するものであるため、膳料理は、自然に由来する年中行事や人生儀礼と密接に結びついてき

市内の優れた地域資源を集約し、「おもてなしの心」を込めた膳料理で坂井市を全国に発信できないか。

市商工会は、中小企業庁の「小規模事業者地域力活用新事業全国展開支援事業」の採択を

豊かな自然が育む食材の宝庫 坂井市

山に恵まれ、里に恵まれ、海に恵まれた坂井市。その多様な風土は農業や漁業を育み、コシヒカリやラッキョウ、越前がに、若狭牛など、さまざまな食が生まれました。どれも、生産者なごのこだわりや情熱が付加され、新たな価値を生み出しています。

統一の地域ブランドへおもてなしの膳を開発

ました。また、食事の場を共有することで、人と人を結びつける役割を果たすものでもあります。

月に善いと書く「膳」。体にも心にも嬉しい、日本の食文化の真髄ともいえる膳は、おもてなしの場には欠かせないものなのです。



旅をする。あなたはどうなときに、旅をしたくなりますか。そして、その旅に何を求めますか。

観光名所を訪ねる、歴史や文化に浸る、自然の光や風に心身を解き放つ。旅を満喫する方法はさまざま。もちろん、その土地のおいしい食を味わうこともその一つでしょう。

県内一の観光地である、私たちのふるさと坂井市。市内には、名高い観光名所のほか、名産・特産といわれるさまざまな地域資源があります。

近年、全国的に「食」を生かしたまちおこしが活発化し、注目を集めています。市内でも先月、市商工会による「旅食」プロジェクトが始動。美しい自然と悠久の歴史に育まれた私たちのまちへ、食を売りに観光客を呼び込もうという取り組みが始まりました。

『広報さかい』では、平成20年12月号「温故創新」と題した特集で、身近にある地域資源の価値と可能性を考えました。さらに先月号では「統・温故創新」として、市の伝統食である「そば」と、あなたの蕎麦で辛み隊（市商工会青年部）が進める「越前坂井 辛み蕎麦」によるまちおこしを取り上げました。

今月号は、その後編。動き出した「旅食」プロジェクトの取り組みを追い、本市に根づく食文化の源流、そして、食という地域資源の新たな価値と可能性を考えます。

さあ一緒に、坂井市を味わう旅へ。

期間限定で「カニ膳」も

三國港で水揚げされる越前がにには、毎年皇室に献上されることでも有名です。その越前がにに漁が行われる3月末まで、うららの極味膳と並行して「カニ膳」も提供中。市内17店舗でお得なカニ料理が味わえます。

うららの極味膳 カニ膳 [検索](#)

市の食文化を現代にあったものにアレンジし、一膳に込める。本市を訪れる人々に対しての「おもてなし」を表現するものとして、事業に賛同した市内50の店舗で、膳料理の開発が進みました。

ズワイガニ漁解禁の11月6日に合わせ、店舗の持ち味を生かした50通りの極味膳が、一斉に提供されています。

うららの極味膳 11月6日からいよいよ始動

受け、今年5月、市内の飲食業者や生産者団体などで構成する「旅食」プロジェクトを立ち上げました。そのメインとなるのが、統一の地域ブランド「越前坂井 うららの極味膳」です。

おしながき

テーマ

「坂井市の食文化の再発見」
「古きを樂しむ新しきを喜ぶ」

■「越前坂井 うららの極味膳」五則

- 一、地域の素材を活用した料理であること (地産地消、伝統食文化)
- 一、通年で提供できるものであること (季節ごとに食材の変更は可能)
- 一、市内で調理し、かつ提供されるもの (地産地食)
- 一、オリジナリティーにこだわり、料理から地域の食文化がイメージできること (食文化の再発見)
- 一、商品名には必ず「膳」をつけること (食のイメージの統一ブランド化)

■「極味膳」のネーミング

- ①どこにでもある「膳」ではなく、ここでしか味わえない、他に誇れるという点を「うらら(自分たち)」という方言で表現
- ②「極味」極み「から、素材や味、美しさへのこだわり」と「極めている」「一番である」点を表現
- ③「越前坂井」から「堺市(大阪府)ではなく、「坂井市」を想起させる(特に関西圏に對して)
- ④「よう来たの」という呼びかけで、親しみやすさや歓迎の意を合いをストリートに表現



続・温故創新

—伝統食文化が生みだすもの【後編】—

特集

従来の「膳」の枠を超えたグローバルな「ZEN」料理が誕生。開発の創意工夫や思いを「旅食」プロジェクトおもてなし膳開発委員として関わっている飲食店などにきいた。



かわだ たつや 川田達也さん

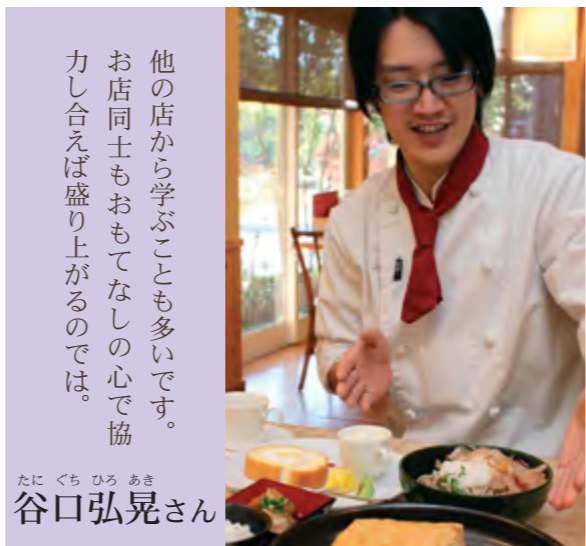
『四季彩 極味膳』を開発 彩り豊かな日本料理にひと手間加え いつもの膳をグレードアップ

お膳には四季折々の食材を取り入れ、膳全体で一つの世界と捉えています。基本に忠実に、生もの・煮もの・酢のもの・蒸しもの・和えもの・汁ものという日本料理の流れを考えながら、バランスよく一膳に季節感を盛り込んでいます。

「少しずつ」を「いろいろ」味わえるのが日本料理のお膳の魅力。ほんの一口の小鉢に込めた季節感と、ふんわりとした粟蒸しで、日本料理ならではの上品さと、ぜひたくて優雅な気分を味わってほしいです。

「極味膳」はとてもいい取り組みですね。食べさせたいもの、見せたいものなど、それぞれの店がそれぞれのスタイルを存分に膳に表現しています。素材も盛り付けも「らしさ」が現れています。それに、坂井市にはおいしい食材がいっぱいあることを知るいい機会。ぜひ、多くの人に食べていただきたいですね。

☎料理・割烹いたや(三国町新保)☎82-4299



たに ぐち ひろあき 谷口弘晃さん

『世界でたったひとつ 揚げ師の極味膳』を開発 「まかない」が「極味」に 新食感の油揚げをお披露目

当店では厳選された原料と坂井市の山々が育んだ湧き水で作る木綿豆腐を原料に、厚揚げを作っています。

通常の油揚げはサクサクの食感にこだわっていますが、今回「極味膳」として、特別な油揚げ「生おあげ」を提供しています。もともとは従業員の「まかない」用のあげで、従業員同士、箸で切り分けて食べていたものです。豆腐の食感を残したままの「豆腐屋さんの好きな」あげです。通常の油揚げの食感と生おあげのプルプルした食感を一度に味わえる、お得な膳料理です。この油揚げを出しているのはうちだけだと思いますよ。まさに「世界にたったひとつ」の膳です。

最初は竹田地区の報恩講料理を極味膳に、と考えていましたが、コーディネーターの友田さんにアドバイスをいただき、油揚げを前面に出した組み合わせにしました。

☎谷口屋(丸岡町上竹田)☎67-2202



おお たに しょういち 大谷勝一さん
ひょうこ 陽子さん

『テロワールZEN』を開発 地産地消に磨きをかけた 新感覚の“和風”フレンチに挑戦

テロワールとはワイン用語で、「地域性」や「地域を感じる」という意味があります。坂井市の食をアピールするための極味膳には、ぴったりのネーミングだと思っています。

フランス料理の「膳」ということで、前菜の食器に越前焼を用いて和の要素をプラス。旬の地元食材「越前がに」「越前ガレイ」「そば」「ラッキョウ」を使用した前菜を提供しています。野菜は主に地元の直売所で購入。行くたびにいろんな食材が手に入るので、本当に食の豊かな地域だと実感しています。

私たち料理人が、市内の食材の素晴らしさを一番よく理解しています。私たちの膳料理から、その素晴らしさが多くの人に伝わればいいですね。料理を通して「坂井市ってこんなにおいしいんだ」と再確認や新発見を感じていただければ、料理人としてこんなにうれしいことはありません。

☎ピストロ ウー・ルー(春江町江留上錦)☎58-0850



たけ うち ひろゆき 竹内博之さん

『初代春之助膳』を開発 県内の7割を市内で飼育している 有数のブランド牛「若狭牛」を提供

昭和61年に「若狭牛」としてブランド化されるずっと以前から、私の父は良質の肉牛を作り続けていました。そんな親への感謝の気持ちと若狭牛への誇りを込め、親の名前を冠してお膳を作りました。

他店と比べ、値段は張るかもしれませんが、それに見合うだけの価値、それ以上の“お得感”が詰まった、堂々と提供できる組み合わせを意識しました。

当店のステーキは、若狭牛1頭からわずかしかとれない貴重な部位・ヒレ肉のみを使用しています。肉に厚みがあるのでステーキの醍醐味を存分に味わえ、なおかつあっさりしていて柔らかい。年配の人にも好評です。「お客さんを絶対に裏切らない」という信念があるからこそ、お客さんも信頼して来てくださる。生産農家から流通業者、互いに顔の見える信頼関係を築いているのも、安心して提供できる理由の一つです。

☎レストラン朱雀(坂井町下兵庫)☎72-0143

interview



おもてなし膳開発委員会
食のコーディネーター
ともだ あきこ 友田 晶子 さん
【プロフィール】
福井市出身。ふくいの食アンバサダー・ふくいブランド大使のほか、普段はトータル飲料コンサルタントとして、執筆や講演などを通して、一般消費者に飲食の楽しさを伝えている。また、飲食店向けに飲料部門の売り上げ経営指導なども行っている。現在、東京で活躍中。

かし残念ながら、その価値が大都市圏にあまり伝わっていないのが現状です。また、それらを皆さんが身近に感じすぎているあまり、由来や特徴までを細かく説明できない。それではあまりにももったいないです。「ふるさとが誇る食材を、自分たちの自慢の料理をとおしてたくさんの人に紹介できる」こんな風に幸せなことはありません。胸を張ってください。ぜひ、参加店舗の皆さんには、「食の最前線の営業マン」となっていたいだきたいと思っています。

坂井市で採れる多種多様な食材、特に、越前がにやコシヒカリなどは、世界に誇れる最高の食材だといえるでしょう。素晴らしい坂井市の食材を自信をもってアピールして

市内の飲食店の多彩さに驚き人情味とまじめな姿勢に感動
坂井市は海あり、山あり、里ありの多様な地域。バラエティーに富んだ食材をいかにうまく盛り込み、いかに食べに来る人に楽しんでもらうかが楽しくもあり、難しくもありました。極味膳は主なターゲットを中高年の女性としていますので、各店が考案したものに「一品あたりの量」や「品数を多く」「食後のデザートをつける」など、ターゲットの嗜好に合わせた調整を参加各店でアドバイスさせていただきました。

食の安全が叫ばれて久しい。特に野菜は有機栽培や伝統品種など、広く深い勢いを見せる。

人の暮らしと食べ物は表裏一体。私たちの生命とふるさとへの誇りは、土とともにある。

●interview

生産者も料理人も 自慢できる膳料理が誕生



坂井市商工会
「旅食」プロジェクト
実行委員長
笠島 秀雄 さん
(三国町上真砂)

商 工会も平成20年4月に一つとなり、今年は4年目。その間、リーマンショックなどによる世界的な経済情勢の低迷で、市内でも消費の落ち込みが懸念されています。そこで、商工会ではさまざまな消費拡大策に取り組んできました。

市と連携して、1万円に1,000円分を上乗せした「プレミアム商品券」や、第3子以降のお子さんを持つ人を対象にした5万円分の「子育てすくすく商品券」を発行。また、昨年9月には「坂井市産業フェア」をハートピア春江で開催し、市が誇る高い技術や製品を広く内外にPRするなど、主に市内の商工業を中心とした経済の活性化を進めてきました。

「食」についても、何らかの振興策を打ち出したい。そういう思いは以前からあり、坂井市の食をPRする方法について、何度も検討を重ねてきました。

そして今回、中小企業庁や市の支援を受けられたことで、「旅食」プロジェクトが実現。プロジェクトの目玉である「越前坂井 うららの極味膳」は、市内の飲食店が一体となって市の食をPRしようという、これまでにない画期的な取り組みです。市内に溢れる食は、それぞれに価値を秘めています。しかも、その豊富さゆえに一つの食材に絞ったのでは、あまりにももったいない。石川県奥能登の「能登井」や兵庫県淡路市の「淡路牛井」のような「井もの」でも表現しきれないほどです。

豊富な食材を一つに盛り込める膳料理を提供することは、市の食の豊かさを表現できる、まさにうってつけの手法といえるでしょう。

各店が知恵を出し、素晴らしい膳料理を提案してくれました。ここからがスタートです。市外の人はもちろん、市内に住む私たちも、膳を通して市内の食に「誇り」と「新たな魅力」を感じられると思います。

その土地でしか味わえない食材。その土地ならではの食の伝統。食べ物が体を作るからこそ、地の食べ物は体にも心にも嬉しい。地元の人が誇りに思う食がある地域は、よその人が訪れてみたい地域でもあるはずだ。旅の醍醐味は、案外とても身近なところにある。

食材のほとんどが市内で揃う食にふるさとが凝縮される

山崎さんはいいます。「北陸特に坂井市は、土や水も良質だし、気候も丁度いい。野菜、果樹、米、家畜など、どんな生産にも向いていると思います。突出した特産品はできないんじゃないかというくらい、何でも栽培できてしまう。港もあることを含めると、人の食生活に必要な食材は、ほとんど市内で揃ってしまうという

ことなんです。」

身土不二—自分が住む土地に実った季節のものを食べる。それが一番体にいい。そして心にも、最も強くふるさとの安らぎを感じられるものではないでしょうか。

コミュニケーションが生む極上の食

料理人たちは、自ら野菜農家の畑を見に行ったり、牛の生育やえさを確認したりする

といいます。どんな人がどんなふうに食材づくりを手掛けているか。同じ食材でも季節によって変わる味わいや適した食べ方などを生産者と直接話すことで、料理のプロと農業や漁業のプロの「命そのもの」への責任感がぶつかり合います。

信頼と「顔の見える」安心のもとに生み出される、極上の料理。プロ同士の共演が、それを味わう私たちの心を誇らしくしてくれるのです。



おいしい作物は元氣な土壌から

地元で水揚げされた海の幸の再利用も活発だ。土壌の活性化や作物の病害虫予防に効果があるとされる、カニ殻肥料を手掛けるのは、三国かに殻野菜生産組合。8農家(3グループ)が協力し、市内の旅館などから出るカニ殻を回収、乾燥・粉碎し、肥料にしている。髙グループ(袖壳二さん、林治巴さん、角谷忠蔵さん)では、おけら牧場から出る堆肥を混ぜるなどの工夫も。「カニ殻肥料で栽培した作物は発色がいい」のだそう。カニ殻野菜は市販のほか、カニ殻を提供してくれた旅館などで取り扱うなど、つながりも大切にしている。



料理に全感性を注ぎ込む料理人たちを支えているのが、近隣の有機農家の人たち。市内には安全安心を追求する農家はたくさんありますが、有機農業のバイオニア的存在な

山崎一之さんです。

山崎さんが手掛ける農業は、最先端の研究が入り込んだそれとは違います。化学肥料や農薬を使わない、暮らしとともにある農業を追求しています。

自分が住む土地に育った「旬」をいただく。「身土不二」の食事が地域への誇りと愛着を育む。

料理人たちを支える有機農家

のが、「おけら牧場」のオーナー！

おけら牧場のジャージー牛から絞る新鮮なミルクやストレス知らずのニワトリが産んだ卵は、市内では主に三国町内の店舗で料理に使われています。一般には流通しません。各店舗でデザートなどとして私たちの口に入っています。各店舗は、自信を持ってお客さまに提供できる食材だと太鼓判を押しています。

山崎さんは次のように話しています。「私のところでは、ミルクや卵、野菜などもそうですが、自分で納得いくものしか作りません。安全安心が先にあっては、私たちがの基本スタンスは「自分の家族が納得して食べられるものを自分たちで作る」というだけのこと。化学肥料を与えれば見た目も収量も安定しますが、「納得」を追求すると、安定しなくても有機肥料がいい。そうして作った食材だから、結果的に誰もが信頼してくれて、安心して口にしてもらえるでしょうね。」



安全安心の裏づけは 家族が食べるものを作っていること



白山連邦と紅葉した自家のブルーベリー畑を背に、ジャージー牛のえさにする牧草を刈る山崎さん。牧草はもちろん無農薬で、ときどき放牧をするため草丈は高くない。ジャージー牛は清潔な牛舎で育てられている。12時間ごとに行う搾乳は、一日たりとも休めない作業だ。



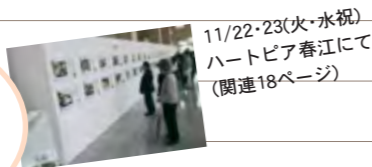
おけら牧場 山崎一之さん

【プロフィール】三国町陣ヶ岡で妻・洋子さんとともに開拓農業を始めて40年。丘陵地に数丁の広大な畑を所有。ジャージー牛や若狭牛、平飼いのニワトリとその卵、果樹、合鴨米、小麦、有機野菜、牧草などを手がけ、市内はもとより全国の飲食店舗やこだわりの農家と直接取り引きしている。三国町南本町で「ジェラート&スイーツ カルナ」も経営。ジェラートやプリン、シュークリームなどに使うミルクや卵は、ほぼ自家製。新鮮・安全・安心の極みだ。

身近に当たり前にある価値や魅力に、いかに気付くか。「極味膳」の提供開始から一カ月。

創意工夫の膳を求めて市内を訪れた人々の心に生まれたものは—。その声に耳を傾ける。

さかご当地グルメフェスタの会場で「極味膳」のパネルを見た人にも、伺ってみました。



11/22・23(火・水祝)
ハートピア春江にて
(関連18ページ)



左:八原あかねさん
(春江町いちい野)
右:林 さやかさん
(福井市)

カフェめしの登場に期待

坂井市の丘陵地で果樹栽培をしているので、旬のフルーツがもっとメニューにあるといいと思いました。市内にはCafeが多いので、気軽なカフェめし膳にも期待。



あおやぎ こと
青柳さと子さん
(春江町本堂)

ジャンルの幅に心躍ります

和食だけでなく、イタリアンやフレンチなどジャンルが広く、いろいろ食べたくて心が躍ります。ふるさと感を残しつつ家庭ではだせない味を楽しみたいです。



よしむらこうぞう
吉村興三さん
勝美さん
(春江町中庄)

田舎料理をふんだんに

定年前は全国を転々としたので、イモや大根の煮物と新鮮な野菜にふるさとを感じます。全体的に値段が高く感じます。2,000円くらいだいいですね。



やまだみつひろ
山田光江さん
(丸岡町羽崎)

旅先で食べてみたい料理

よく身内で旅行するのですが、旅先でのんびりしながら、こんな料理が食べられるといいなと思えるお膳ばかりで、見ているだけで楽しくなりました。



さいとうりょういち
斉藤芳博さん
重美さん
優輝くん
(福井市)

お膳の贅沢感が嬉しい

お膳の中身一つ一つがとても豪華なので、休みの日に家族で食べに出掛けて、ちょっとした旅気分を味わえそう。子ども向けのメニューがあるといいですね。



つくだまさ
塚田和子さん
(あわら市)

坂井の食 長年のファン

地元栽培のお蕎麦、抜群の質の若狭牛が好物です。どんな人にも自信をもって勧められる食材が身近にある坂井市は、本当に素晴らしい土地ですね。

料理は人を笑顔にする

その日そのときのいい素材、旬の食材を厳選し、手間を惜しまずに仕込む。足を運ぶお客さまに納得してもらえ、料理を作るための準備は、お客さまには見えないところで進められます。でも、出された料理の風情や味わいから、そのしつらえ具合は不思議と伝わります。料理人の心づくしをいただくからこそ、人は心から感謝し笑顔になります。食べる人を思い遣う。作ってくれた人を思い浮かべる。日本の食文化が、「極味膳」には生きています。

●越前蟹の坊(三国町宿)

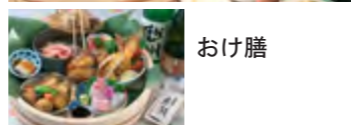


まつなが
松永さん(岐阜県大垣市)
ほか友人の皆さん

毎年この時期が楽しみに

7,8年ほど前から毎年三国へ越前がにを食べに来ています。とれたて、ゆでたての越前がにはやはり身の甘さが違いますね。極味膳のことはお店に来てから初めて知りましたが、かにの量もバランスが取れていて、グラタンなどの変わった食べ方もできて大満足です。これから極味膳をいただくという楽しみも増えそうです。

●料亭ほんだ(丸岡町本町)



なかむらちづ子
中村千津子さん(石川県白山市)
ほか白山市商工会の皆さん

新鮮な魚の味に感動!

手ごろな金額でボリュームもあって、大満足。おけに入って料理が出てくるのも、斬新でいいですね。私は山の人間なので、普段は山菜や川魚が中心なのですが、海の幸もふんだんに使われていて幸せな気持ちになりました。季節の植物などを飾りつけて季節感を加えると、もっと料理が映えると思います。



白山麓賑わい創出事業
広報担当
やすもと
安本 知子 さん

【プロフィール】
「白山麓大好き!」を合言葉に、商工会活動を通じて地域活性化の企画に携わり、広報を担当。地域活性化の講演活動も行い、「元気と笑顔」をモットーに地域の魅力を全国に向けて発信中。ペンションを経営するが本職は僧侶。

市民一体で極味膳を盛り上げて50ものお店が「地域の応援隊」として手を挙げたのですから、ぜひ店同士の親交も深めてください。進化するためには互いの膳について意見を出し合うことも大事ですから。

●休暇村越前三国(三国町崎)



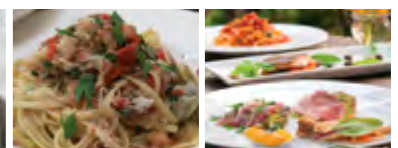
三国うまいもん膳

たけなかつか
竹中隆子さん(左:あわら市)
みつしまけいこ
光島圭子さん(中:三国町浜地)
たけなかつか
高橋恵美子さん(右:三国町浜地)

女性だけでも楽しめる贅沢なお膳に大満足

パンフレットを見て選んで、今日は母親と叔母の女性だけで食べに来てみました。大学入学と同時に関西に移り住み、10年以上ふるさとを離れていたため、新鮮なお魚を食べると「あ〜帰ってきた」という気持ちになりますね。ふるさとで普通に食べていた食べ物の良さが分かりました。年明けには、単身赴任中の夫と暮らすために海外へ行きます。つかの間の里帰りなので、この機会にあちこちの極味膳と大好きなお蕎麦を食べ歩いて、ふるさとを満喫しようと思っています。今日の目当てだったお魚も、とてもおいしく調理されていて、大満足。三国で生まれ育った私たちがいうんだから、間違いありませんよ(笑)。

●ソニーポリ(三国町安島)



本日のプチコース膳

ながみけんご
永見健悟さん(福井市)
やましろりょうこ
山下陽子さん(福井市)

地元食材の味が生き生きとシェフの解説もごちそう

食事に行くときは、事前にいろいろ調べて「今日はこれを食べに行こう」と決めることが多いので、極味膳は選びがいがあって、とてもいい企画だと思います。坂井市は、お魚やお米がおいしいイメージがあります。ここの極味膳は、そのお魚料理がメイン。パスタを自由に選べるので、今日はセイコガニのパスタを選んでみました。カニそのものもおいしいけれど、シェフの手にかかると一層おいしくなる。このパスタも、素材の味が活かされていますね。シェフの食材や調理への情熱と自信が感じられます。

▶「パスタのカニは三国港で水揚げされたもの。デザートにはおけら牧場のミルクを使っています」。丁寧に説明するオーナーシェフの山本剛司さん(右)



●interview

みんなで応援する気持ちを

郷土愛が詰まった白山百膳

白山水系の水と地域の食材にこだわった健康食の統一ブランド「白山百膳」は、私たちの郷土に伝わる報恩講料理がベースです。白山百膳が誕生して3年。これまでに10万膳以上を提供しました。客1人当たりの平均単価も上がり、白山商工会の統計でもここ10年来、トップの売り上げになっています。

多難な始動も次第に広がり

“成功事例”として取り上げられる白山百膳ですが、当初は飲食店に参加を呼びかけても断られることも多く、渋々協力してくださった店もありました。結果的に、年を追うごとに参加店の意欲も高まり、盛り付けや器など去年とは違ったアレンジを加えてくるような店も増えてきました。県境を越えて五箇山や白川郷が参加するなど、白山麓を中心に大きな広がりを見せています。

地元の食材を消費する店が増え、農家との関係が密になれば、生産者と料理人同士、顔の見える関係がこれまでに以上に築けます。関わりが増えることで、モノを大事にする心が育まれる。野菜を作った人の顔を思い浮かべながら、大事に食材を調理すれば料理にも心が宿り、味も格別になるのです。

ここに住む私たちが誇りに思える食がある。その幸せを、よその人にも感じてほしい。

ここに存在する幸せが、人の心に染み入るためには―。「極味膳」の課題と可能性を考える。



掛けてもらった言葉で旅の印象は変わる。おもてなしの心が訪れたいまちを作る原動力になる。

坂井市長 坂本 憲男

十 数年前に、大分県の温泉地・由布院を訪れたときのこと。温泉街を外れ、田んぼ道を歩いていた私は驚きました。道端で会う農作業中の人が「こんにちは」と声を掛けてくれたのです。その一声が、私にとって今でも時々思い起こされるくらい、いい思い出となっています。食べることはもちろん、旅先での心のおもてなし、地域の人のおもてなし、心のごちそう。いつまでも心に残り、「また訪れたい」という気持ちになるのです。

市 商工会青年部の「あなたの蕎麦で辛み隊」や、今回の「旅食」プロジェクトなど、行政では思いつかないような、民間ならではの柔軟な発想に感銘を受けています。特に、将来を担う若い人材が市を盛り上げようと懸命な姿は、とても誇らしく思います。

景気が落ち込み、これまでは行政主導でできたことも、地域の協力なくしては為し得なくなってきました。そんな中、商工会を中心に、創意工夫しながら市内の食材や観光をPRする動きが活発になっているのは素晴らしいこと。行政としても、その頑張りを応援したいと考えています。

先 日の「さかいご当地グルメフェスタ」では、全国の有名なご当地グルメの中にも堂々と並んだ市内の食ブースの数々。訪れた多くの来場者に、坂井市の食文化をアピールすることができました。何より、食の豊かさを伝えられたことが、価値ある成果です。

食 の地域ブランド、極味膳を全国に発信していく中で、「心」は欠かせない要素です。地域ぐるみで、訪れた人を温かく迎える。おもてなしの心がリピーターを生み、観光客の増加や地域経済の活性化をもたらします。

何より、私たちの地域への誇りや愛着もさらに深まるでしょう。それが、また訪れたい―そう思われる「極上のまちづくり」を実現する力になるのです。

「訪れたいまち」は、すなわち「住んでいいまち」だ。

坂井市の気候や風土が育んできた大地と、そこでとれる食材は、地域の宝。日本海に生まれた海の幸、豊かな大地そのものともいえる里の幸。生産者が丹精込めて育てた安全・安心の食材は、坂井市の宝だ。市内を渡る澄んだ風、清浄な水、緑あふれる美しい景観、そして何より人情味は、お金では買えない調味料。これらを料理という手段で一膳に込め、人と人をつないでいく。「誇り」と「おもてなしの心」が、まちを、未来をつないでいく。

でもらえると思います。―お客さまは、生産農家と料理人のどちらの顔も見える食を期待していると思います。お客さまとの対話はもちろん、農家と料理人の連携も不可欠です。● ● ● 「おもてなし」には、人と人、心の通い合いが大前提。心を開いた対話は、坂井市を訪れた人と、ここに住む私たちが共有できる、まぎれもない「至極の時間」です。優しい、温かき、素朴さなど、

人情に触れた記憶は何年たっても心の中から消えないもの。ものが溢れ、常に慌ただしい時代だからこそ、心に響く「おもてなし」の良し悪しがまちの印象を決めるといつても過言ではありません。まち全体のにぎわいは副産物―過性でなく気持ちを一つに

このプロジェクトに参加すれば必ずもうかる、という簡単な話ではありません。人と人と交流があつてこそ進む事業です。自分のまちの良さを明確に伝えていくこと。極味膳はその手段に過ぎません。白山百膳のように、知名度が上がれば自ずと利益にもつながります。坂井市の食はこんなにも素晴らしい、たくさんの人に知ってもらうんだという気持ちを、地域全体が同じように持つてほしいです。―というのは、白山麓賑わい創出事業の安本知子さん。どんなにいいものも、目の前にいる人に、私たち一人一人が

伝えなかつたら、その価値はないのと同じです。● ● ● 坂井市が好き―過性でなく、胸を張つてまちの良さを人に伝えることは、その人そのものの魅力にもなります。食べ物のおいしさや、暮らしの便利さを含めた坂井市の「住みよさ」が広く知れ渡れば、住む人はもちろんまち全体に誇りと元気がみなぎっていくのではないのでしょうか。

オリジナルテイーあふれる50通りの「極味膳」。素材へのこだわりや、味の取り合わせを調える人の全感性が注ぎ込まれた一膳の料理は、贅の極みといえます。旅の充実感、何によって決まり、どうすればそれをより一層高めることができるのでしょうか。「極味膳」を通して、人の琴線を刺激するおもてなしの極意と、その先にあるまちおこしの可能性を考えます。



ゾートホテルや世界に名高い高級旅館のような、都会的なサービスではありません。むしろ、飾らない日常的な言葉や料理、普段着のままのくつろぎ。顔を合わせ「よう来たの〜」と声を掛け合う、その人情味です。美しい自然に触れ、地の食材を使った坂井市ならではの料理を食べ、家族のように温かく迎えられたとき、誰もが心から思うはず。―「ここにきてよかつた」と。

「旅食」とした理由―人は「至極の時間」を求めている。旅食プロジェクト・おもてなし膳開発委員会で、食のコーディネーターとして「極味膳」の開発に携わった友田晶子さんは、今、特に海外の旅行者は、従来の有名観光地でなく、それ以外の場所に向いています。その意味でも、「極味膳」を足がかりに、坂井市の食を全国に発信する絶好のチャンスなのです。

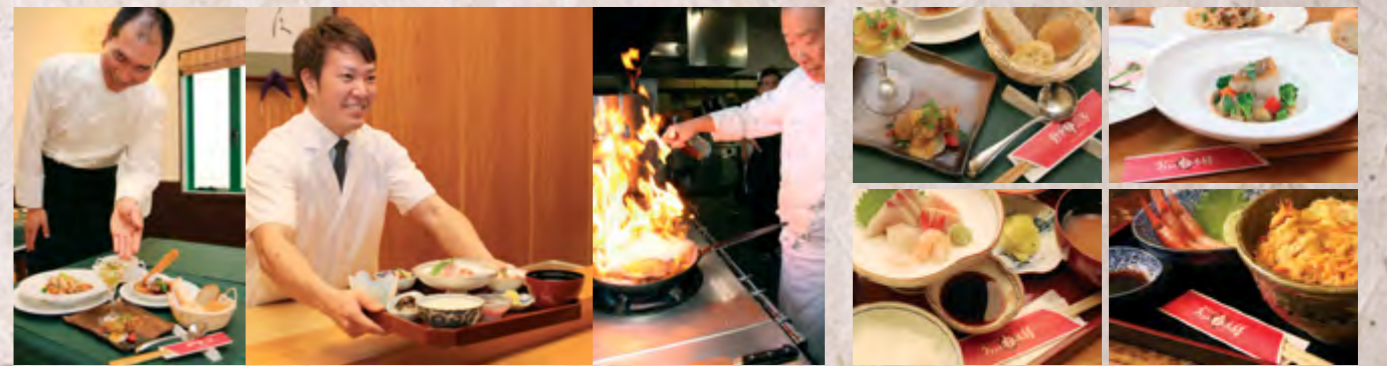
例えば、東京や大阪などの大都市で大切な人をもてなしたいと思ったら、あらゆる情報を集めて、最適なお店を探

人々が喜ぶおもてなしとは、心豊かな時間、つまり「至極の空間」よりも「至極の時間」をどれだけ持つていくかです。都会の喧騒を離れ、心身を癒す。好奇心を満たす。多くの人が求める旅は、群れとしての旅行や形式的な旅行ではなく、こうした心の満足が得られる旅なのではないでしょうか。

ほかになくて、坂井市にあるもの。それは決して、一流りの

「極味膳」の提供を始めた店舗の料理人から、こんな言葉が聞かれています。

―もともとこの土地にあつて、ここに住む私たちが口にしてきた食べ物、おいしくないはずがありません。それは、はまき、地域の魅力なのです。お迎えする側の私たちがお客さまに対して一品ずつ食材や調理法を説明すれば、自ずと対話も生まれるし、知らないよりずっとおいしく食べ



「よう来たの〜」は、ほかの言葉では表せない、思いやりとおもてなしが合わさった言葉

「いらっやいませ」より「お帰り」。「こんにちは」より「ただいま」。くつろぎの中で、腕に自信のある料理人が細かなところまで心を配り尽くした料理を前にする。「ようこそ来てくれてありがとう。道中大変だったでしょう」―誰もが坂井市民になれる至福の瞬間だ。

オリジナルの赤い箸袋は、統一ブランド「極味膳」の証

極味膳には、どの店舗も同じ箸袋を使用。筆で書かれた文字は、NHK大河ドラマ「武蔵」のタイトルを書いたことでも有名な本県出身の書家・吉川壽一先生による。

これぞ「越前坂井 うらの極味膳」。坂井市の水と土と空気、人情がギュッと詰まった50通りの膳は、どれも至高の逸品。極上の「心のおもてなし」の証しだ。



海山川里の幸で
おもいでなひとときを。

越前坂井の極味膳

観光産業課
☎50-3153
市商工会
☎66-3324

うらの極味膳 検索

旅は情け、人は心。
人は、相手に迎えられる、受け入れてもらったとき、何ともいえない嬉しさと安心感を抱きます。それは、日常の生活の中でも、旅先でも同じこと。迎えられたときの心づくしの料理と温かい言葉は、そのまちを印象付けます。

「膳」は食の宝庫である証
命をつなぐ感謝の証

産農家や料理人は、こう口をそろえます。「坂井市は米やソバ、野菜から果物まで何でも栽培できる。良質の肉や新鮮な魚もある。こんなにいろんな食材がそろった地域だから、生産する方も調理する方もますますいいものを追求するんです」。

坂井市は食の宝庫。私たちはそんな土地に暮らしています。

を得る、油を売る、さじ加減、お膳立て、朝飯前など、日本語には料理にかかわる言葉がたくさんあります。食が人々の暮らしと深くかかわっていることが分かります。

昔の人は、野菜を育てながら、命を支える自然の恵みを祈りました。家族で食卓を囲みながら、生活を支える農に感謝し、労をねぎらいました。

「昔はお袋の味、今は袋の味」。

答えています。「旅食」の満足は、単に地のものの新鮮さや調味料の違いだけではなく、その土地で出会った人との思い出や風景といった、隠し味の加減にもよります。

坂井市が目指すもの。それは食を含め「住んでいい」訪れた「まち」です。

食は、そのまちの生活文化や歴史の表れ。そのまちの自然、気質や人柄そのものです。住めば、お互いの顔を知っているという地域共同体としての安心感。坂井市のそれは、ここにはあっても、ほかにはないものです。

人が求めるのは、人との交流。人情や情緒、その店の個性、このまちの方言、このまちの歴史や文化を求めてくるのです。

「よう来たの〜」「今はこの野菜がおいしいで、いっぺん食べたいきねの」。献身的に迎えてくれる安心感。得意気に食を勧められる信頼感。

食を含めたこのまちへの誇りと愛着を私たちが持っているからこそ、そうしたおもてなしの心の交流は経済効果にも波及し、私たちの暮らしの豊かさにもつ

ながるでしょう。
「のまちがおもいでなのは、歴史や伝統、海山川里のおかげなんだよ」。料理人たちが腕によりを掛けて食事にメッセージを込めるように、ここに住む私たちもそれを味わい、大切な人に伝えてみたくはありませんか。

「食」はこのまちそのもの未来へつなごう 地域愛の証

「当」たり前にある幸せをあたためて知ろう。市民も事業所も行政も、誇りや愛着を共通の認識として持とう。まちづくりの主役は、ここで暮らす私たち。坂井市の素晴らしさをもっと叫ぼう！

味やカタチの違いは問題ではありません。「越前坂井 辛み蕎麦」「越前坂井 うらの極味膳」という格好の発信材料を生かせるどうかは、私たちの「坂井市愛」次第。「このまちの誇りが詰まった宝だと、自信をもって自慢できるか、なのです。」

「さ」あ、今日から少しだけ大きな声に出してみませんか。「うらの自慢のまちへ、よう来たの〜」と。

特集「続・温故創新」【完】

子 育ての秘訣は
「パパとママが仲良く」 11月12日(土)

職場復帰の不安や仕事と育児の両立についての悩みを解消してもらおうと、市男女共同参画センターがセミナーをいねすで開催しました。参加者は、NPO法人全国父子家庭支援連絡会の片山知行代表理事から男性の家事や育児の現状などを学び、「両親がいつまでも仲良くいることが、一番の子育て」などのアドバイスに、熱心に耳を傾けていました。



▲シングルファザーの片山代表。自身の経験も交えながら、「パパとママ 笑顔で仕事も子育ても」と題して講演



▲「埋もれている地域の魅力に対し、外部からの視点を取り入れることも必要」などと活発な意見が交わされたディスカッション

若 い力は地域発展の糸口 11月10日(木)
「緑の協力隊」交流会を開催 11日(金)

農村で地域づくりに取り組む「緑のふるさと協力隊」の北陸近畿ブロック交流会が開催されました。11日には「ふるさとフォーラム」が竹田小学校で行われ、各地で活動している隊員や竹田地区の住民ら約50人が参加。竹田地区で活動する野村太亮隊員の事例報告のほか、「集落に若者が入って何を指すか」をテーマにディスカッションを行いました。



▲袋いっぱい流木を拾い集める参加者

九 頭竜川を美しく
親水公園で清掃活動 11月12日(土)

市内の環境保全団体「エコネイチャー・さかい」と市が、三国町新保のいざぎ親水公園で清掃活動を行いました。「いきもの環境フォーラム」を前に、九頭竜川沿岸のごみの実態や生き物に与える影響を考えてもらおうと、地元住民のほか、上流の永平寺町や勝山市などにも呼び掛け、約200人が参加。遊歩道沿いに漂着した流木やごみ、約9tを回収しました。

花 らっきよ1割引き
地元の特産に人だかり 11月5日(土)
6日(日)

農産物直売所「道の駅みくに・ふれあいパーク三里浜」で「花らっきよ祭」が開催されました。同祭は、三里浜で収穫される特産の「花らっきよ」をPRしようと毎年実施。ラッキョウ関連商品が通常価格の1割引きとなったほか、新鮮な朝取れ野菜を販売するテントなどが並び、地元の農産物を買求める観光客や地域住民で会場は大いににぎわっていました。



▲全品1割引き！ラッキョウ商品を買求める大勢の来場者

黄 色いタグは王様の証
赤い宝石に競り場も高揚 11月6日(日)

日本海の冬の味覚の王様・越前がに漁が解禁。シーズンの到来に、競り場は活気にあふれました。前日に三国港から出港した三国港機船底曳網漁協所属の底引き網漁船13隻のうち、8隻が帰港。新鮮なカニが次々と水揚げされ「越前がに」の証・黄色いタグが付けられると、早速競りにかけられていました。漁期はセイゴが1月10日、ズワイは3月20日まで。



▲大きなズワイガニを前に、競り人と仲買人との“真剣勝負”が繰り広げられた初競り



▲出された意見は、白書に反映(写真は坂井地区)

実 情にあった活用法とは？
公共施設の在り方を議論 10月26日(水)～
11月11日(金)

公共施設の在り方に関する市民との意見交換会を市内4地区で開催しました。2月に続き2回目となる今回は、新たに今後の施設の在り方について市の考え方を示しました。公民館を再編し将来的にまちづくり協議会に管理運営を委ねること、幼保一元化や民営化を進めていく市の考えに対し、参加した地域協議会や区長会などの代表から活発に意見が出されました。



▲「スタート練習を見て予想を立てるのがコツ」。初めての「予想」に、参加者の表情も真剣

プ ロの指南でデビュー戦!?
明るく楽しい競艇を体験 11月6日(日)

「競艇を100倍楽しむコツ!？」と銘打った競艇講座がボートレース三国で開かれました。第1回越前あわら・三国温泉泊覧会の企画の1つ。参加した23人は、三国町に住む元競艇選手・三宅小百合さんの案内でレース場を見学しました。レースの流れや出走表の見方などを教わった後、舟券購入も体験。「初めて入場したがとても楽しめた」と話していました。

生涯学習と文化創造の拠点 新高椋公民館の完成を祝う

11月19日(土)

市役所丸岡総合支所の利活用の一環で整備を進めてきた高椋公民館の機能移転と文化ホールが完成しました。竣工式は市や高椋地区、文化団体関係者約200人が出席。完成までの経過報告や「たかむく古城ホール」の名前を考えた山岸チサ子さん(丸岡町八ツ口)の表彰などに続き、地元出身のピアニスト・川村文雄さんによるピアノ演奏が披露されました。



①市民に愛される施設になるよう願いを込め、開放感溢れる正面玄関前でテープカットを行う市長ら②明るく開放的な館内を見学する出席者ら③竣工式で表彰される「たかむく古城ホール」の「名付け親」山岸チサ子さん。「ずっと消えない名前だけに感慨深い。ホールと名称ともに広く親んでもらえたら」④ホールの完成を記念して、地元出身のピアニスト・川村文雄さんがピアノ演奏を披露

“希望あふれる坂井市”へ 高校生と対話集会

11月21日(月)

市民との対話集会「わがまち懇談会」を開きました。市民の声を市政に生かそうと毎年開いているもので、今回は初めて高校生を対象に開催。市内の各高校から参加した計16人が、市の将来像などについて市長らに意見を述べました。地域経済や交流の活性化、伝統文化の継承など、若者らしい鋭い意見が出され、市長らは熱心に耳を傾けていました。



▲高校生に議会の雰囲気を知ってもらうため、議場を会場に開催

外国人によるスピーチコン 外国人によるスピーチコン

11月20日(日)

「外国人による日本語スピーチコンテスト」がいねすで開催されました。市内の国際交流を推進するボランティア団体「インターナショナルさかい」創立5周年記念事業として開かれ、中国やベトナムの留学生など13人が参加。生活習慣や政治問題など、幅広い内容を日本語で紹介し、訪れた約120人の聴衆は異国の文化について理解を深めていました。



▲多くの人が訪れた「いねす」交流ホール

▲「マレーシアは多様な民族、宗教、思想を受け入れることができる国」と母国を紹介するワン・モハマト・シヨプリ・ピン・ソイドさん

木の温もりを知って 木工館で“木っくんスクール”

11月13日(日)

木の温もりに触れてもらおうと、県産材の杉を使った親子木工教室をメロディーパーク木工館で開きました。4回の教室に、計80組の親子が参加。県農林総合事務所職員の指導で、いすや本棚づくりに挑戦しました。電動ドリルや金づちの扱いに苦心しながらも、白木の優しい感触を楽しみながら、親子で力を合わせて丁寧に取り組んでいました。



▲「手を打たないようにね」。親子で木工に大奮闘



▲だじゃれ満載の「串かつやよしこさん」を朗読。約220人が詰めかけた会場は、いきなり笑いの渦に

独特の表現に笑って泣いて 220人が“長谷川ワールド”を堪能

11月12日(土)

人気絵本作家・長谷川義史さんの絵本ライブが、ハートピア春江で開かれました。市子どもの読書活動推進計画に基づき市図書館が企画したもの。ライブでは、代表作の朗読や、その場で絵を描きながら話を進める紙芝居、福井県の名産を歌で綴った手遊びなどが披露されました。大人も子どもも目を輝かせながら、ユーモア溢れる独特の世界を楽しんでいました。

「来年もまたここに」 成長願い、竹田で植樹

11月20日(日)

四季を通じた竹田地区のにぎわいづくりの一環で、モミジとただれ桜の植樹が竹田水車メロディーパークで行われました。市内の親子26組やガールスカウトなど約100人が参加し、3メートルほどに育った幼木35本を植樹。しっかり根付くよう穴に土をかぶせて固め、「また来るよ」「大きく育てて」などと書いた記念プレートを取り付けていました。



▲大きく育つようお願いしながら植樹する参加者



▲そば打ちの実演も。“達人”の手つきに思わず見入る来場者

味も香りも一級品! 丸岡産そば 今年も上々

11月19日(土)

「第12回そばの里 丸岡新そばまつり」が霞の郷で開かれ、新そばを待ちわびた人たちが数多く訪れました。今年の丸岡産そばの収量はやや多く、味や香りも上々の出来。用意されたおろしそば1,500食やそばぜんざいは飛ぶように売れ、来場者は格別の風味や緑がかった色、つるつるとした食感など、新そばの魅力を感じて余すところなく楽しんでいました。



「一回でも長くラリーを続けたい」。その気持ちが、届かない打球にも喰らいつく執念を生む

湧き出る意欲 その源泉は「面白さ」



▲上達具合に応じ、班に分かれて練習。ラケットの握りや手の振りなど、基礎を学ぶメンバー

コート内を前後左右に駆け回り、汗だくになりながらも笑顔は失わない。疲れに勝る楽しさ。シャトルを打ち合う手や足は止まることなく、練習時間があつという間に過ぎてゆく。それが「坂井バドミントンスポーツ少年団」だ。同団は、小学生にスポーツを体験してもらおうと始めた「ミニスポーツ教室」が母体となり、約30年前に発足。以来、坂井町内4つの小学校から児童が集い、バドミントンの面白さ・楽しさを存分に味わっている。

宮本珠実さん(三国高3年)

は同団のOGで、学業や部活の合間を縫ってメンバーを

指導。「人に教えるのは難しい」と話しながらも、自分がこの場所で得たものを、後輩たちに全力で伝える。

指導。「人に教えるのは難しい」と話しながらも、自分がこの場所で得たものを、後輩たちに全力で伝える。



▲時折襲う強烈な打球にも、目をつぶらず応戦。返せたときのうれしさも増す

キャプテンの多田裕香さん(東十郷小6年)は「いろいろな小学校から友達が集まり、学校や学年を超えて仲良くなるのも、楽しみの一つ」と同団の魅力を話す。佐々木菜摘さん(大関小6年)は、「週1回の練習で無理なく続けられるし、ラリーを続けるのが楽しい」と話す。「た

だ打ち返すだけじゃなく、足の運びをうまくできるようになりたい」と、意欲もちらり。生き生きとネット越しにシャトルを打ち合う姿。体勢を崩してもすぐに起き上がり、次の打球に備える。学んだ楽しさを「情熱」「やる気」といつた原動力へと昇華させながら、日々練習に励むグループだ。

坂井バドミントンスポーツ少年団



メンバー 33人
代表 長船 信弘さん(坂井町木部東)
指導者 6人

コメント
「技術や競技力の向上よりも、バドミントンの面白さを理解する指導をモットーに、毎週土曜日に坂井体育館で練習しています。」

「ふれんず」は坂井チャンネルでもご覧いただけます！
今回の内容は、12/15(木)～1/14(土)まで放送します。
お楽しみに！ ☎秘書広報課☎50-3012

全国の「安くてうまい」が結集 グルメフェスタに35,000人

11月22日(火)・23日(水・祝)

県内外のご当地グルメを一堂に集めた食の祭典「さかいご当地グルメフェスタ」が開かれました。食によるまちおこしを狙う市商工会「旅食」プロジェクト実行委員会が主催。ハートピア春江を会場に24店舗が軒を連ねました。本市の「越前坂井 辛み蕎麦」をはじめB-1グランプリで名高い「富士宮やきそば」(静岡県富士宮市)、東日本大震災の被災地から「油麩井」(宮城県登米市)や「なみえ焼そば」(福島県浪江町)も出店。2日間で約35,000人が来場し、各地の自慢の味を堪能しました。



①会場を埋め尽くしたご当地グルメファン②「皆さんの応援を力にしたい」と被災地・東北から、宮城県登米市の「油麩井」と③福島県浪江町の「なみえ焼そば」が出店④オープニングセレモニーでは、市商工会が集めた義援金を出店資金として登米市と浪江町へ⑤伝統食文化に触れてもらおうと、市食育ネットワークが準備した打ち豆体験をする親子



「大石地区を花いっぱい」 5周年記念の桜を植樹 11月28日(月)

市制施行5周年を記念して、市は各まちづくり協議会に市の木「桜」の苗木150本を配布しました。大石地区まちづくり協議会では、前田武雄会長らが、大石公民館南側の花壇に、高さ1.5mほどのしだれ桜4本を植樹。前田会長は「4月に桜、6月にユリが咲くこの場所が区民の憩いの場になってもらえれば」と話し、丁寧に作業を行っていました。



▲植樹したしだれ桜の苗木に記念プレートを取り付ける前田会長(左)と大石公民館の五十嵐輝達館長(右)



▲議会広報のあり方や議会報告会の実施など、市民に身近な議会を目指そうと、活発な意見が交わされた対話集会

市民に開かれた議会を 対話集会を開催 11月21日(月) ～25日(金)

議会運営の基本理念を定める「議会基本条例」を制定しようと、市議会は市民との対話集会を市内4カ所で開きました。25日には春江総合支所正庁で、議会改革特別委員会の委員と、地元の市民ら計約30人が「市民参加と市民との連携について」をテーマに意見を交わしました。市議会では1月末までに素案をつくり、3月定例会に上程する予定です。

まちの話題が満載の「フォーカス」は、市のホームページ(<http://www.city.fukui-sakai.lg.jp/>)からもご覧いただけます。ホームページでは「ホット」な話題を随時公開。また、上記以外の話題も紹介しています。

まちの話題をお届けします。

北陸労金金津支店が本を寄贈

11月1日

北陸労働金庫金津支店地域推進委員会がみくに図書館に児童用学習図書10冊を寄贈しました。同委員会は9月に「チャリティぶどう狩り」を行い、集まった募金で図書を購入。勝岡晃広常任推進委員長が図書館を訪れ、「多くの子どもたちに活用してほしい」と話していました。



▲館長に目録を手渡す勝岡委員長(中)

明章小20周年で寄付

11月11日

明章小学校の振興に役立ててほしいと、前田重一さん(丸岡町板倉)から100万円の寄付がありました。「今年と同校の創立20周年にあたり、旧丸岡町議時代に開校に奔走した一人として思い入れがある。子どもたちの教育のために活用してもらえたら」と話していました。



▲市長に目録を手渡す前田さん(右)

沿岸警備協力が啓発活動

11月13日

沿岸地域の安全確保に務める三国地区沿岸警備協力が、越前松島水族館で広報活動を行いました。坂井西警察署など2つの関係機関も参加。チラシ配布のほか、不審船発見時の早期通報を呼び掛ける「イルカショー」も行い、来場者に沿岸警備への理解と協力を訴えていました。



▲マスコットキャラとイルカが共演

帰省している皆さん

「寄附」で坂井市のまちづくりに参画しませんか

●問い合わせ 企画情報課 ☎50-3013

坂井市が大好き。帰ってくるとホッとします。そんなあなたに、誇りと自信をもつてまちづくりに参画してほしいというところで、市では「寄附による市民参画条列」を制定しています。政策メニューは7つ。心豊かに安心して暮らせる古里を築くため、古里に住む人と行政と一緒に考えた7つの政策メニュー。皆さんからの寄附が目標額に達したメニューは市が事業化し、実施していきます。

税控除などの特典も

寄附金額に応じて税控除が受けられるほか、遠く離れた地でも古里を身近に感じてもらう「越前織ストラップ」を進呈します。

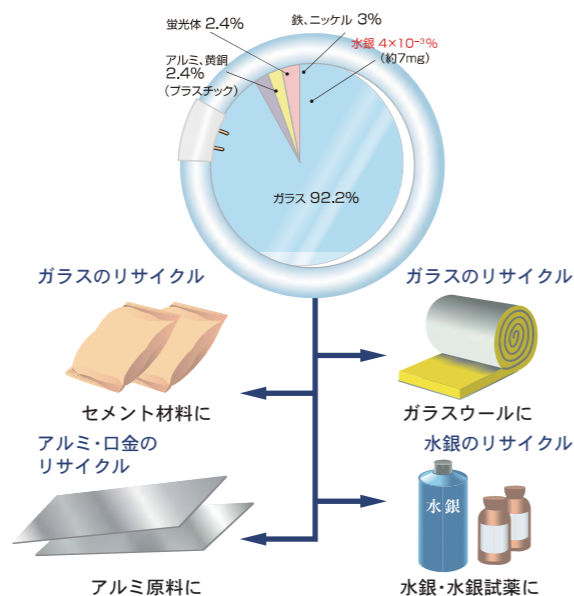
寄附を募集中の政策メニュー

- 【協働】みんなでこどもの安全見守りたい
【教育】こどもかけこみ所(こども110番の家)の表示を新設します
【環境】公用車に電気自動車を導入します
【三国】歴史と文化の薫るまちづくり事業
【丸岡】観光地・丸岡城を全国に発信する事業
【春江】ゆりの里グレードアップ事業
【坂井】さかいマイロード事業

※詳しくは、市ホームページ内「寄附はこちら」をご覧ください
※県の「ふるさと納税」もご活用ください

みんなエコプロになろう
リサイクルの流れ⑨【蛍光灯】

●問い合わせ 環境推進課 ☎50-3032



◎廃蛍光灯は、各公民館(第4水曜日 6:00~9:00)か、本庁・各支所にある回収コンテナに入れてください

蛍光灯は、再び蛍光灯の材料に。蛍光灯は、清掃センターで一時保管後、業者に処理を委託しています。破砕後、洗浄されたガラスは住宅用断熱材や新しい蛍光灯の原料へ、アルミ・口金はアルミ原料へリサイクルされます。洗浄後の排水からは水銀を回収します。

来年7月は農業委員選挙です
農業委員選挙人名簿への登録申請を

●問い合わせ 市農業委員会事務局 ☎50-3151

農

業委員会委員選挙の選挙権を有する人は、24年1月1日現在の状況で登録申請書の記載内容を確認し、申請してください。
期限 1月10日(火)
申請先 市農業委員会事務局
選挙権を有する人
市内に住所があり、平成4年4月1日以前に生まれ(た)で、次のいずれかの要件に該当する人
①10アール以上の農地につ

き耕作の業務を営む人
②①と同居の親族またはその配偶者で、年間おおむね60日以上耕作に従事している人
③10アール以上の農地を耕作する農業生産法人の組合員、社員または株主で、年間おおむね60日以上従事している人
問い合わせ
市農業委員会事務局または市選挙管理委員会(☎50-3015)

災害時の相互応援体制を強化
宮崎県延岡市と協定を締結

●問い合わせ 総務課安全対策室 ☎50-3525

姉

妹都市・宮崎県延岡市と「大規模災害時の相互応援に関する協定」を結びました。調印式は11月18日(金)に市役所で行い、延岡市から首藤正治市長ら5人、本市からは坂本市長ら5人が出席。両市長・市議会議員が署名した協定書を取り交わしました。協定には、地震などの大規模災害が発生した際、食料・飲料水など物資提供のほか、職員派遣、被災児童生徒の受け入れなどが盛り込まれています。



▲協定書をかかげる両市長

込まれています。調印に際し市長は「両市の命と財産を守るために有意義なこと」とあいさつ。首藤延岡市長も「両市民の心と心の絆が深まることを願う」と述べました。

糖尿病予防とアンチエイジング
食事のコツを学びませんか

●問い合わせ 健康長寿課 ☎50-3067

■若さは「食」で決まる アンチエイジング健康食

Table with columns for date and location for the nutrition lecture series.

対象 おおむね65歳以上の女性 受講料 600円(3回分)
内容 調理実習と講義

申込方法 希望会場を1月11日(水)までに健康長寿課へ
※昨年「早ワザ裏ワザ健康食講座」に参加した人を除く

■糖尿病予防のためのヘルシークッキング(全2回)

Table with columns for date, time, and content for the diabetes prevention cooking course.

ところ いねす 受講料 400円(2回分の材料費)

講師 市食生活改善推進員
申込方法 1月11日(水)までに健康長寿課へ(定員20人)

共有名義の固定資産税
納税義務者ごとの振り替え可能に

●問い合わせ 納税課 ☎50-3024

固

定資産税の納税で、個人名義と共有名義がある場合、それぞれ別の振替口座を登録できるようにしました。新しく登録または変更を希望する場合は、市指定の口座振替依頼書で納税義務者(納税通知書)ごとの申し込みが必要です。

■以下のような登録が可能です

- 個人名義の場合
坂井太郎 A口座
共有名義の場合
坂井太郎 他1名 A口座
坂井太郎 他1名 B口座
坂井太郎 他2名 C口座
※納税義務者ごとに振替口座を登録できます

お知らせ

information

『消費者カクイズ』
抽選でエコグッズを進呈

楽しみながら知識を深め、賢い消費生活を送りましょう。

■消費者カクイズ⑨■

Q.1962年、アメリカ大統領ケネディが「4つの消費者の基本的権利」を提唱したが、これに含まれないのはどれですか？

- ア)安全である権利
- イ)知らされる権利
- ウ)意見を述べる権利
- エ)消費者教育を受ける権利

応募方法 はがきに①答え②郵便番号・住所③氏名④年齢を書いて下記へ送付

応募先 市民生活課(〒919-0592 坂井町下新庄1-1)

応募締切 1月6日(金)

市民生活課 ☎50-3030

※11月号の答え…ア

受け忘れていませんか
がん検診

市では公民館のほか、県内医療機関で受診できる「個別がん検診」を行っています。受診には、「がん検診受診券」が必要です。

検診内容	料金	受診可能回数
胃がん	1,000円	1年に1回
肺がん	500円	
大腸がん	500円	2年に1回
子宮がん	1,000円	
乳がん	1,000円	

申込方法 下記まで電話

申込締切 1月27日(金)

※申し込み後、受診券と医療機関一覧を送ります

健康長寿課 ☎50-3067

冬の寒さから
水道管を守ろう

気温がマイナス4度以下になると、防寒の不十分な水道管は凍りやすくなります。

水道管が凍ると水が出なくなるばかりでなく、破裂する恐れがあります。

水道メーター以降の宅地内設備の修理は自己負担になります。凍結が予想される場合は、早めの予防に努めましょう。

■凍りやすいところ

- ・家の北側などで日光の当たらない場所にある水道管
- ・風当たりの強い場所にある水道管
- ・屋外でむき出しになっている水道管

■予防方法

水道管のまわりに保温材を巻きつけ、その上からビニールテープなどですき間なく巻いてください(保温材は市販のものや古い毛布、布切れなど)



■水道管が凍結した場合は

蛇口を開け、凍った箇所にはタオルなどをかぶせ、上からゆっくりとぬるま湯をかけてください。急に熱湯をかけると水道管が破裂したり、ひび割れを起したりする恐れがあります。

■水道管が破裂した場合は

給水装置内(メーターボックス)にあるバルブを閉め、破裂した箇所に布やタオルを巻きつけ応急処置をしてください。その後、市指定給水装置工事業者へ連絡してください。また、破裂に備えるために給水装置の上は除雪しておきましょう。

総務経理課 ☎51-9100

人権擁護委員に
ご相談ください

10月1日付けで、人権擁護委員の委嘱がありました。

氏名(敬称略)	住所
半田 とみ子	坂井町下兵庫92-21
虎尾 誠治	坂井町西20-20
増澤 恵美子	三国町下野46-8-1
柴田 正樹	三国町山岸12-27-乙
畑 和彦	三国町米納津21-33-1

毎月開催の人権相談日などを利用して、気軽にご相談ください。

社会福祉課 ☎50-3041

積雪時のごみ収集に
ご協力を

■ごみ集積場所

ごみの排出、収集を円滑に行うため、ごみ集積場所周辺の除雪をお願いします。

■ごみ収集

積雪による影響で普段どおりの収集ができず、遅れることがあります。ご了承ください。

環境推進課 ☎50-3032

12/11⑩～12/20⑦
年末の交通安全県民運動

降雪による道路環境の悪化により、事故が起きやすくなります。事故防止に努めましょう。

■運動の重点

- ・飲酒運転の根絶
- ・雪寒期の交通事故防止
- ・子どもと高齢者の交通事故防止
- ・全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ・交通安全新3S(シルバー・スロー・シー)運動の推進

安全対策室 ☎50-3525

「親子ミニミニ感想文」
優秀作品を掲示します

市内の小・中学生とその家族から応募のあった感想文の中から、優秀作品「ベストリーダー賞」に選ばれた作品を掲示します。ぜひご覧ください。

とき 12月13日(火)～1月31日(火)
9:30～18:30

ところ さかい図書館

さかい図書館 ☎67-2666

オウム真理教特別手配
被疑者の発見に協力を

多くの犠牲者を出した「地下鉄サリン事件」から16年が経過しましたが、3人の特別手配被疑者は依然として逃走しています。心当たりのある人は下記まで電話してください。

特別手配者 高橋 克也
平田 信
菊池 直子

坂井警察署 ☎66-0110

坂井西警察署 ☎82-0110

リサイクル

recycle information

ゆずりますす 中古のござ(8畳)、電気カーペット(2畳)、ブリキの衣装箱、銅製の火鉢、熱帯魚の60cmの水槽セット、クリスマス用イルミネーション電球、掛け鏡用素材(木彫)

ゆずりませんか ワープロ、幼稚園用自転車(男の子用)、ジュニアシート(座布団型)、二段ベッド、乳幼児用チャイルドシート、ベビーカー、炊飯ジャー(5合)、和室用テーブル(2人用)、家庭用トラクター、レコードプレーヤー、工業用ミシン、子ども用お昼寝布団セット、幼児用タオルケット、幼児用毛布、通園バッグ、幼児服(木綿、冬服、サイズ80cmか120cm)、るんびに保育園の園児服、幼児用座椅子、陶芸用の電動ろくろ、介護支援員の問題集、95cmの傘、小学低学年用自転車(男の子用)、ファンヒーターの赤ちゃんガード

申込方法 電話で下記まで

※無償の品物のみ取り扱います
※掲載期間は3カ月(自動継続はしません)

※品物の細かい指定はできません

※掲載品は掲載者が保管

市民生活課 ☎50-3030

クリスマス話題

クリスマスはセントピアで
「歌って笑ってBINGO」

クリスマスソングのライブや落語など、子どもから大人まで楽しめるイベントです。

とき 12月24日(土)15:00～

ところ セントピアあわら (あわら市温泉4-305)

セントピアあわら ☎78-4126

期間限定の新メニュー！
「山の幸づくし鍋」

地元産のこだわり食材を使った鍋料理です。味の豊かさに心の中まで温まります。

とき 3月31日(土)まで

10:00～11:30

ところ 町人旅人亭 (加賀市山中温泉南町ゆげ街道)

料金 一杯 200円

山中温泉観光協会 ☎0761-78-0330

食卓にもう一品！ 食生活改善推進員の
かんたん料理レシピ

手羽先とカブのうま煮



作り方

- カブは茎をとって皮をむき、かくし包丁を入れる。茎は熱湯でゆで水にとり、3cmに切る。ベーコンは半分に切り、ショウガは薄切りにする。
- フライパンに手羽先を並べ強火にかける。両面に焼き色がついたら、カブ・ベーコン・ショウガ・酒・水を加える。
- 煮立ったら中火にしてアクを除き、15分煮る。しょうゆ・塩を加えて落としづたをして、弱火で10分煮る。器に盛り、カブの茎を添える。

冬野菜をおいしく食べよう

旬の野菜は味が濃く、栄養価も高く、安く手に入ります。冬の根菜は、体を温める働きがあり、肩こり、冷え症、風邪の予防におすすめ。特にカブは、消化酵素のアミラーゼを多く含み、胃腸にやさしい食材です。手羽先を焼いた香ばしさと、だしの代わりにベーコンで、旬のカブをおいしくいただきます。

健康長寿課 ☎50-3067

三国地区食生活改善推進員

栄養成分/1人分

エネルギー	311kcal
タンパク質	19.7g
脂質	17.7g
炭水化物	8.1g
塩分	2.7g

材料/4人分

カブ	小8個
手羽先	8本
ベーコン	2枚
ショウガ	1片
酒	3/4カップ
水	1ℓ
しょうゆ	大さじ1/2
塩	小さじ1-1/3

開催
event information

**万が一に備えて
普通救命講習会に参加を**

AED(自動体外式除細動器)の使い方や心肺蘇生法と止血法を無料で受講できます。受講後には修了証を交付します。

とき ①12月25日(日)
②1月22日(日)
9:00~12:00

ところ ①嶺北三国消防署
②嶺北消防署

対象 本市やあわら市に在住、勤務または通学する中学生以上の人

定員 30人

申込方法 電話、FAX、メールで下記まで。申請書はホームページからダウンロード可

※上記のほか、講習は随時受け付けています。最寄りの消防署へ相談してください

①嶺北三国消防署
☎82-6119 ☎82-5499
✉mikuni@reihoku-fd.jp
嶺北消防署
☎51-0911 ☎51-2689
✉reisho@reihoku-fd.jp
http://www.reihoku-fd.jp

**消防出初式を
開催します**

分列行進や一斉放水、太鼓隊の演奏、越前三國鳶隊による勇壮な演技などが披露されます。ぜひご覧ください。

とき 1月14日(土)
屋内式典9:30~10:45
屋外式典10:45~11:45
ところ 丸岡体育館、霞ヶ城公園ふれあい広場周辺
※当日は会場周辺の道路が通行止めになります



▲はしごの上で妙技を披露する越前三國鳶隊
①嶺北消防本部 ☎51-0119

**県内企業が集結！
ふくい合同企業説明会**

会社情報や採用計画などがいち早く入手できます。県外に進学している人には、ご家族からお伝えください。

参加は無料です。
■ふるさと企業魅力発見フェア
とき 1月4日(水)
11:15~17:00
ところ サンドーム福井
(越前市瓜生町5-1-1)

参加企業 約200社
※事前登録は不要です
①県労働政策課 ☎20-0390
■ふくい決めよう
Uターン就職フェア

	とき・ところ
金沢	1月28日(土)13:00~17:00 石川県地場産業振興センター(金沢市鞍月2-1)
東京	2月4日(土)13:00~17:00 東京都立産業貿易センター浜松町館(東京都港区海岸1-7-8)
名古屋	2月5日(日)13:00~17:00 愛知県産業労働センター(名古屋市中村区名駅4-4-38)
大阪	2月12日(日)13:00~17:00 OMMビル(大阪市中央区大手前1-7-31)

※事前に登録が必要です
①県ふるさと営業課 ☎20-0286

募集
invite information

**ごみ収集日カレンダー
広告を掲載しませんか**

詳しい掲載条件や申込書のダウンロードなどは、市ホームページで確認するか、お問い合わせください。

募集	三国:8,300枚 丸岡:8,300枚
枚数	春江:8,500枚 坂井:4,800枚
掲載規格	縦3cm×横7cm カラー
掲載料	15,000円/1枚
配布枚数	三国:8,300枚 丸岡:11,900枚 春江:8,500枚 坂井:3,800枚
募集期間	12月28日(水)までの平日8:30~17:30
申込方法	申込書と広告の電子データを環境推進課まで持参または郵送

①環境推進課 ☎50-3032

**読書感想画展
作品を募集**

本を読んでドキドキ、ワクワクしたことを絵で表現しませんか。印象的な場面を描いて応募してください。作品は全て展示します。応募方法など詳しくはお問い合わせください。

募集期間 12月25日(日)まで
対象 幼児~中学3年生
画材 ・四つ切の画用紙
・絵の具、クレヨン、鉛筆、フェルトペンなど

■応募作品の展示■
とき 1月19日(木)~22日(日)
9:30~18:00
ところ ハートピア春江
展示交流ホール

①はるえ図書館 ☎51-8810

**体を動かして汗をかこう！
各種教室のご案内**

申し込み方法など、詳細は各体育館に電話してください。

■冬の健康体操教室
簡単な体操ストレッチやウォーキングを行います。
とき 1月10日~3月27日の
毎週火曜日10:00~11:30
ところ 三国体育館
対象 50歳以上
受講料 500円/1回

■体を動かしたい子生まれ！
スタンプ教室
発達に応じて頭と体を使い、運動を楽しみます。
とき 1月13日~3月16日の
毎週金曜日18:00~19:00
ところ 三国体育館
対象 小学1年生~3年生
受講料 500円/1回

①三国体育館 ☎82-4686
■野球の基本を楽しく！
ジュニアティーボール教室
ピッチャーのいない野球型ニュースポーツです。
とき 1月16日~2月20日の
毎週月曜日18:00~18:50
ところ 丸岡屋内球技練習場
対象 小学1年生~3年生
受講料 3,000円/6回

①丸岡体育館 ☎66-8920
■減量大作戦
「脱・メタボ」で健康な体
一緒に汗を流しませんか。健康な体づくりに最適です。

とき 1月11日~3月28日の
毎週水曜日10:00~11:00
ところ 坂井体育館
対象 18歳以上
受講料 600円/1回
2,000円/4回
6,000円/12回

①坂井体育館 ☎68-0123

**まるおか子供歌舞伎
歌舞伎観劇体験**

「まるおか子供歌舞伎」に参加してみたい人、興味がある人、一緒に歌舞伎を観劇しませんか。親子での参加もできます。

とき 12月18日(日)
7:00丸岡総合支所出発
(貸切バスで移動)

ところ 京都四條 南座
(京都市東山区四條大橋東詰)

参加費 7,000円
公演 東西合同大歌舞伎
「當る辰歳 吉例顔見世興行」

定員 10人(先着)
申込方法 下記まで電話
申込締切 12月14日(水)

①丸岡町文化振興事業団
☎67-5100

**24年度 県立盲学校
幼児・生徒を募集**

学 科 ・ 幼稚部(満3歳から5歳まで)

- ・ 高等部本科普通科、本科保健療科(中学校卒業または卒業見込み)
- ・ 専攻科理療科(高校卒業または卒業見込み)

資 格 両眼の矯正視力がおおむね0.3未満の人。視力以外の視機能障害が高度な人のうち、拡大鏡などを使用しても通常の文字や図形を認識することができない、または困難な人

出願期間 1月16日(月)~30日(月)
9:00~16:00
※土・日曜日を除く

選考日 2月13日(月)
※詳細はお問い合わせください
①県立盲学校 ☎54-5280

3月分の体育施設利用抽選会

【古城ドーム】とき 1月10日(火)

利用時間	抽選時間	抽選会場
日中(~19:00)	18:00~	丸岡体育館
夜間(19:00~)	19:30~	

○参加できるのは、登録団体および賛助会員です
○9月13日(火)に行った、古城ドーム以外の施設の抽選会(11月~24年3月分)に参加した団体は、今回の抽選会には参加できません

**【一般予約】とき 2月1日(水)
9:00~**

○古城ドームを除く体育施設の11月~24年3月分の抽選会は終了しています
施設利用の申し込みは一般予約をお願いします
○一般予約は、次月分の予約のみ受け付けます

一般予約の受付場所および施設の問い合わせ先			
三国町内 全体育施設	三国体育館 ☎82-4686	丸岡運動公園内施設	古城ドーム ☎68-0390
春江町内 全体育施設	春江体育館 ☎51-4242	今福体育館・武道館・丸岡中学校 ナイター	今福体育館 ☎66-4500
坂井町内 全体育施設	坂井体育館 ☎68-0123	丸岡スポーツランド内施設	丸岡スポーツランド ☎67-4040
		その他の施設	丸岡体育館 ☎66-8920

※その他のお問い合わせは、市体育協会(☎68-0123)へ



ご利用ください。坂井市の図書館

みくに図書館 ☎81-2900
はるえ図書館 ☎51-8810

まるおか図書館 ☎67-1500
さかい図書館 ☎67-2666

1月の休館日
1~4、10、16、
23、30
※休館日は4館共通

お問い合わせ

●本の返し忘れはありませんか？
図書館が休館の場合は「返却ポスト」をご利用ください。

「掃除」

そろそろ気になる大掃除。「お掃除はちょっと苦手だわ」という人にも役立つ本をご紹介します。



『ほどほど掃除のしかた』

辰巳渚／作
【小学館】

「きっかけ」をつかまえて掃除を暮らしに組み込むには？ 自分が居心地よければそれでいい、頑張らない「ほどほど掃除」のコツを、『捨てる！』技術の著者が自宅写真とともに公開します。



『男子家事』

阿部絢子／監修
【株式会社マガジンハウス】

目指すはシンプルで小さく、環境に負荷をかけない循環型の暮らしを心掛ける“家事男”。「家事の新メソッド7カ条」を軸に、男子のための家事の基本を探究したノウハウ集。



『気づけばピカピカ！ 1日1分そうじ』

沖幸子／著
【二見書房】

かける時間は1カ所1分。1日にやる1分掃除は5カ所(5分)まで。「ながら」「ついでに」できる1分掃除のコツを紹介します。



『ぐりとぐらのおおそうじ』

ながわりえこ／文 やまわきゆりこ／絵 【福音館書店】
ぐりとぐらの部屋はほこりだらけ。でも、ほうきや雑巾はポロポロで使い物になりません。そこで2ひきは、古くなった服をたくさん着込んで、自分たちがほうきや雑巾になることにしますか…。

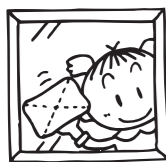
こちらも見！ 新着図書

- ①『平清盛』高橋昌明／編
- ②『イケダン育成術』杉浦里多
- ③『いま、先生は』朝日新聞教育チーム
- ④『吉祥を呼ぶ飾り結び』川島美園
- ⑤『クリエイティブ・コンテナガーデン』松田一良
- ⑥『子どもに絶対ウケる！「パパ鉄」バイブル』笹田昌宏
- ⑦『インシデント』秦建日子
- ⑧『ヒート』堂場瞬一
- ⑨『蛍の航跡』帯木蓬生
- ⑩『日本原発小説集』井上光晴ほか
- ⑪『徒然草REMIX』酒井順子
- ⑫『始末に困る人』藤原正彦
- ⑬『愚の骨頂』中村うさぎ／マツコ・デラックス
- ⑭『世界を信じるためのメソッド』森達也
- ⑮『ゴーストハント 7』小野不由美
- ⑯『うつぼざる』もとしたいづみ／文・西村繁男／絵
- ⑰『へんしんかいじゅう』あきやまただし



子育て支援センターからのお知らせ

子育て支援センターは、家庭で子育てしている人が気軽に遊びに来たり、おしゃべりしたりできる集いの広場です。私たちスタッフが、“楽しい子育て”のお手伝いをします。



■1月の保健師・栄養士の相談日

16日(月) 丸岡・25日(水) 三国
25日(水) 坂井・26日(木) 春江
各支援センターとも、時間は10:30~11:30
※春江(春江みどり保育園)は9:30~11:00

■子育てワンポイント

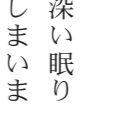
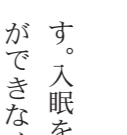
家事や子育てで、時間に追われていませんか。気づけば眉間にしわがくっきり…ということにならないように、表情をほぐして子どもと向き合うようにしましょう。素敵な笑顔が戻ってきますよ。

◆問い合わせは、各子育て支援センター (三国)☎81-6550 (丸岡)☎67-4157 (春江)☎51-9644 (坂井)☎68-4188

健康アドバイス health

ご存知ですか？アルコールのうそ・ホント

アルコールを飲む機会が増える季節です。あなたのお酒に対する知識は正しいですか。ぜひ、確認を。



す。入眠を促す効果はありますが深い眠りができなくなり、途中で目覚めてしまします。利尿作用があり、それが熟睡を妨げる要因でもあります。

■少量なら飲んだ方が健康的だ？
【答・×】少量のアルコールは善玉コレステロールを増やす、血行を良くするなどといわれます。でもそれ以上に、体内でアルコールを分解する過程でさまざまな毒性物質が生成されます。アルコールに含まれるエタノールが、のどや食道、肝臓、直腸結腸、乳房のがんの原因になるともいわれています。

■肝臓にはダメージを与えるが他の臓器に影響はない？
【答・×】肝臓に負担なのはもちろん、高血圧・心疾患・胃腸障害・膝炎・糖尿病などの病気を誘発します。アルコールを吸収するのが小腸であること、膵臓の消化液の流れが悪くなることなどが理由です。また、アルコールは神経細胞を破壊し脳を委縮させます。知能低下や、認知症の原因になるともいわれています。



■飲んだ方がよく眠れる？
【答・×】アルコールは睡眠の質を悪くします。

正しい知識で、上手に飲もう！ 適正飲酒の10カ条

1. 談笑し、楽しく飲むのが基本です
2. 食べながら適量範囲でゆっくりと
3. 強い酒 薄めて飲むのがお勧めです
4. つくろうよ 週に二日は休肝日
5. やめようよ きりなく長い飲み続け
6. ゆるさない 他人への無理強い・イッキ飲み
7. アルコール 薬と一緒に危険です
8. 飲まないで 妊娠中と授乳期は
9. 飲酒後の運動・入浴 要注意
10. 肝臓など 定期検査を忘れずに

しない させない 許さない
未成年者飲酒・飲酒運転

出典：(社)アルコール健康医学協会

健康カレンダー

1月のご案内

マミー教室(妊婦教室)【予約制】

妊娠5カ月以降のお母さんとその家族が対象です。希望する人は電話でお申し込みください。(託児あり)
とき 1月27日(金) 受付10:00~
ところ 三国保健センター

ポリオワクチン投与

生後3カ月以上7歳6カ月未満で、接種が終了していない人が対象です。
とき 1月12日(木)13:30~14:30
ところ 春江保健センター

問 健康長寿課☎50-3067

健康づくりグループ活動

●るんるんダンベルの会

いつでもどこでも手軽にできるダンベル体操で、余分な脂肪を燃やしましょう。筋力アップ体操やウォーキングも行います。体験はいつでもどうぞ。(内容などにより時間や会場を変更することがあります)

とき 第2・4火曜日
13:30~14:30
ところ 坂井健康センター
参加費 年3,000円



問 健康長寿課☎50-3040



お兄ちゃんが大好きな
いたずらっ子です。

西端 啓汰ちゃん
(1歳・坂井町駅前)
父:康哉さん 母:納里子さん



お兄ちゃんのおもちが大好き!
お兄ちゃんと一緒に遊んで!

村上 功樹ちゃん
(1歳・丸岡町下安田)
父:昌良さん 母:百合子さん



お兄ちゃんが大好きな
いたずらっ子です。
一緒に遊んで!

多田 真行ちゃん
(1歳・坂井町御油田)
父:真哉さん 母:織絵さん



お兄ちゃん大好きだよ!
かんぱいありがとう♡

武野 恵大ちゃん
(3歳・三国町陣ヶ岡(2))
父:泰士さん 母:満江さん



お歌が大好きな
1人の子です。

小藤 梨花ちゃん
(1歳・坂井町御油田)
父:正樹さん 母:友希代さん

「今月のハッピーバースデー」
掲載希望者を募集
締め切りは、掲載
希望月の前月20日ま
で。希望者多数の場合
合、掲載できない場
合あり。詳しくは秘
書広報課まで。
☎秘書広報課
☎50-3012

「今月のハッピーバースデー」
1月から坂井チャンネル(092ch)にも出演!
誕生月の赤ちゃんが、コメント・写真付きで
テレビに登場します。ぜひお申し込みください。

【今月の表紙】膳 ZEN 心魅かれてく



コシヒカリ、越前がに、
若狭牛、油揚げ…。思わ
ず「おいそ〜!!」と声
に出しそう、食材の
数々。でも、これはまだ
ほんの一部。坂井市には、
魅力的な食材がいっぱい
溢れている。そして、そ
れを一膳に込める人たちが、
みんなを待っている。

名前	年齢	行政区
三国町／		
高橋 臣江	77	池上
金林 喜久子	76	米納津
山田 清太郎	75	仲滝谷
南 信孝	63	石丸
田中 ミサヲ	95	上錦
三丁 清	81	鴨池
北井 美代子	64	山上西
山田 喜成	87	上錦
飛田 幸三	69	陣ヶ岡
布目 昌	78	宿
辻 すす子	95	下台
山本 梅子	89	米ヶ脇

名前	年齢	行政区
丸岡町／		
鈴木 いちの	90	新九頭竜2区
横山 はまを	88	長崎新
山口 昇	92	下安田
江田 あつ	85	乾町
北 ちよ子	91	西里丸岡1区
杉田 タツ子	93	上安田
田中 シズヲ	95	舟寄5区
川上 和弘	48	新九頭竜1区
木本 義雄	88	下富田
高村 月子	82	城北5区
小林 恒平	80	羽崎
幸永 淳子	69	一本田福所
大橋 武雄	82	東二ツ屋
澤 昇	62	一本田福所2区

名前	年齢	行政区
春江町／		
小林 もとを	87	松木
田邊 芳子	59	寄安
高山 明	101	江留下屋敷
中島 アサヲ	83	江留上昭和
吉澤 みよ	97	正蓮花
山口 勇	62	春日野
森下 馨	86	針原平柳
後藤 明	68	沖布目豊島
伊藤 はなを	96	井向
小林 英義	61	矢島
三村 ゆき子	94	安沢
久保 正榮	70	藤鷲塚
吉村 多美子	79	東太郎丸
山岸 文子	75	中筋西
坪内 庄右エ門	94	千歩寺
赤井 昭二	84	江留上中央
小林 忠秋	86	西長田

名前	年齢	行政区
坂井町／		
岡倉 つよこ	96	五本
高島 とみ子	86	折戸
岡本 正義	69	清永
伊藤 佐内	84	館
国京 留吉	85	大味下
宮原 國夫	83	駅前
藤井 清子	94	清永
黒川 秋良	85	上新庄

名前は全て人名漢字及び常用漢字で表記しています。

市の
すがた

11月1日現在 ※()内は前月比、前年比

人口	94,520人(+ 19、-159人)	男	45,764人(+ 16、-136人)
世帯数	29,851戸(+ 24、+249戸)	女	48,756人(+ 3、-23人)

こちらは有料広告欄です

厳粛さを演出する儀式空間 — アスピカホール

三国 坂井市三国町覚善5-41-1 TEL (0776) 82-7120	丸岡 坂井市丸岡町一本田中31-9-1 TEL (0776) 67-6600	あわら あわら市東善寺9-53 TEL (0776) 73-8900	森田 福井市八重巻町301 TEL (0776) 56-8600
--	--	--	--

どこよりも感謝の心を大切に作る企業へ…
株式会社 **アスピカ はくれん事業部** 福井本部 ●福井市二の宮4-18-8
TEL (0776) 25-8933

はくれん 検索

パソコン入門講座
受講生を募集

パソコンの基礎知識、ワード、
エクセル、インターネット、メー
ルなどの操作を優しく指導し
ます。見学は自由です。
と き 毎週月・水・金曜日
13:00~16:00
毎週火・木曜日
18:30~20:30
ところ 高椋公民館
受講料 3,000円/月(教材費
1,000円が別途必要)
※3カ月分前納
定員 20人
問 NPO法人いきいきITクラブ
代表 道見 ☎66-0876

楽しい少林寺拳法を
始めてみませんか

少林寺拳法は子どもからお
年寄りまで、自分の体力に合わ
せて誰でも楽しく行うことが
できます。心も体もたくましく
なってみませんか。いつでもお
気軽に見学に来てください。詳
細は下記までお問い合わせく
ださい。
と き 毎週火・木・土曜日
・小学生以下
18:30~20:00
・中学生以上
20:00~21:30
ところ 三国体育館 武道場
対象 年齢性別を問わず
問 三国町少林寺拳法協会
見崎俊次 ☎090-8704-5421

再就職を目指す人へ
パソコンを始めませんか

高齢者向けのコースもあります。
コース
①ワード基礎
(3カ月:12回)
②エクセル基礎
(3カ月:12回)
③エクセル応用
(3カ月:12回)
④インターネットとメール
(3カ月:12回)
と き 毎日
朝・昼・夜の3コース
※各コースとも3~5人
ところ ジー・アイ・カルチャー
(坂井町宮領58-20)
受講料 5,000円/月(4回)
問 ジー・アイ・カルチャー
☎68-1101

基礎から学ぶ
中国語講座丸岡教室

一緒に中国語を学びませんか。
分かりやすく教えます。無料体
験も随時受け付けています。ぜ
ひお越しください。
と き 1月7日~2月4日の
毎週土曜日
10:30~12:00
ところ 高椋公民館
講師 鄭 卓斐氏
受講料 3,000円/月
(教材費が別途必要)
対象 高校生以上
申込方法 下記まで電話かFAX
申込締切 12月26日(月)
問 坂井市日中友好協会
中川 ☎51-3822

年末恒例!
ユリーム直売市感謝祭

一年の感謝を込め、地元の
新鮮野菜や正月用切り花、ユ
リ球根などを販売します。
と き 12月24日(土)・25日(日)
9:00~16:00
ところ ユリーム春江
9:00~オープニング太鼓
ユリ球根配布(先着50人)
24日 11:00~振る舞い餅
13:00~アレンジフラワー教室(和風)
(定員10人、1,500円)
25日 9:00~ユリ球根配布(先着50人)
11:00~年越しそば振る舞い
13:00~アレンジフラワー教室(洋風)
(定員10人、1,500円)

※12月28日(水)には正月用品
などの特別販売を行います
問 ゆりの里公園管理事務所
☎58-0100

シェイク「お楽しみ会」に
お越しください

障がい児との交流を目的に
行う楽しいクリスマス会です。
ご家族おそろいでぜひお越し
ください。参加は無料です。
ボランティアも募集しています。
と き 12月25日(日)
10:00~12:00
ところ 霞の郷 多目的ホール
内容 ・サンタクロースと遊ぼう!
・音楽療法
・お菓子のプレゼント
問 竹内 ☎66-0109

全6区画、あと3棟!

Garden plus ガーデンプラス 大関

堂々完成! カーポート付 家庭菜園付 収納庫付

No.5 販売価格 **1,980万円**
●1,980万円 全額借入の場合
月々返済額 **56,800円**
●住宅ローン返済額 月々16,500円
初年度実費 月々返済額 **約40,300円**

●土地面積 330.63㎡ (100.01坪)
●建物面積 118.81㎡ (35.94坪)
●家庭菜園・カーポート(2台)付
●No.5 販売価格 1,980万円
●1,980万円 全額借入の場合
●月々返済額 56,800円
●住宅ローン返済額 月々16,500円
●初年度実費 月々返済額 約40,300円

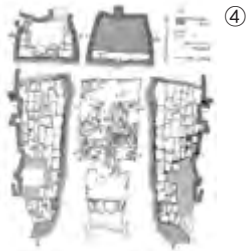
●コメリ ●道の駅いぬす
●アランドロ ●坂井市役所
SUZUKI ●坂井図書館 ●坂井中

安全・安心・便利・買得な5つ星住宅
頭金0円、ボーナス0円
2年固定金利1.1%、35年返済

きのえたいいせい 福井県知事許可(3)1268
TEL (0776) 52-7707
福井市高柳町28-7-3 レインホール8階

こちらは有料広告欄です

8 石を積むということ



①丸岡城の石垣。福井地震の後に積まれた可能性が高い ②三国町梶にある丸岡藩砲台跡。東尋坊の火成岩で作られている ③豊原寺跡の石垣。信長の焼き討ち以前の石垣とも考えられている ④神奈備山古墳石室の図面

石を積んだ構造物が随所に

後世に伝えたい石積み技術と価値

城 や水田の石垣、用水路、斜面の土止めなど、市内のさまざまなところで石を使った構造物を目にします。石を積んで何かを造るということは、もう随分昔から行われていました。

石 を積んで構造物を造る技術は一見簡単なよう

ですが、コンクリートのない時代に頑丈なものを造るのはとても難しいことでした。特に丸岡城の石垣のように自然石を積み上げるものには、とても高度な土木技術が要求されます。

切 石積みとって、加工した石を積む技法があります。切石を積んだ構造物は、古くは古墳時代後期までさかのぼります。

あわら市の南東、横山古墳群の中にある神奈備山古墳は古墳時代後期の前方後円墳で、切石を積んだ横穴式石室があります。横穴式石室は、古墳の内部に造られた棺を納めるための部屋

で、調査時の図面から、切石で部屋が造られていることが分かります。当時、加工した石材で石室を造ることは最先端の技術でした。

丸 岡城の築城当時、切石

積みの技法がなかったわけではありません。実際に、丸岡城天守の一部には、加工された石材が使われています。丸岡城の石垣がなぜ自然石で積まれているのか。隙間が多いので水はけがよく、崩れにくいという説はありますが、明確なことは分かっています。

当 時の石積みは、一度解体したら同じものを造

ることは難しいといわれます。こうした技術は、レンガやコンクリートなど新しい素材が開発されたことで使われなくなり、技術を持つ人も少なくなっています。だからこそ、石を積む技術を後世に残していくことも、文化財を保護していく上で重要な意味があるのです。

純な旅



私だって、傷はいっぱい持っているよ。でもその傷は、助けてもらった数でもあるんだ。人の優しさを思い出させてくれるものなんだ。(坂井町東)

編集後記

▼パンフレット片手に、極味膳50店舗を制覇中。写真を眺めれば垂涎もの、二次はどの店と考えているだけで、気分もうきうき。皆さんも、坂井市の魅力を口の中いっぱい広げてみては。(杉) ▼市制50周年で各まち協にサクラの苗木が。大石まち協では、ユリをはじめ、季節の花を楽しむ「花いっぱい運動」を展開中とのこと。しだれ桜も加わり、さらに華やかな「まち」になりそう。(充) ▼書くからには…と連日極味膳巡り。食材も料理も、作り手の創意工夫を伺うほどに、その奥に溢れる温かい「心」を再認識。私にとってこの取材は「温故創新」ならぬ「温新知故」？ (純)

平成23年12月8日

発行

坂井市

編集

秘書広報課

〒919-0592 福井県坂井市坂井町下新庄第1号1階地 TEL 0776-66-1500(代) FAX 0776-66-4837 URL http://www.city.fukui-sakai.lg.jp E-mail kouhou@city.fukui-sakai.lg.jp