

広報 さかい

ごはんを食べると、なんか幸せ。
お米には日本の心が詰まっている。
一緒に食べよ、おいしいごはん。



CONTENTS



でつなごう ひとの絆 地域の絆
「おいしいね」のチカラ 2
～坂井市「万福」物語～

2012
June

6

平成24年

No.75

「おいしいね」のチカラ ~坂井市「万福」物語~

食の現在

1日3回、1年で1000回以上。「食べる」という行為は、人が生きるために不可欠なものです。でも、私たちの食事はあまりに関心、無意識に繰り返すだけのものになっていないでしょうか。食は、毎日の体への積み重ね。つい見過ごしそうで、実はとても大切なものなのです。

坂井市は、いわずと知れた食の宝庫。肥沃な大地ではおいしい米や野菜が育ち、県内有数の港では越前がにや甘えびが水揚げされるなど、地産地消が叫ばれる以前から、四季折々の新鮮な海・里・山の幸を安心していただける環境にあります。その一方で、産地偽装表示や遺伝子組み換え、食品添加物、放射性物質の飛散など、消費者の立場で安全性を確認することが難しい時代に。ライフスタイルの多様化による食事のリズムや栄養バランスの乱れ、生活習慣病の増加、消えつつある食文化など、日本の食べ物をとりまく環境はどんどん変化し、今や社会問題にもなっています。

朝ごはん、ちゃんと食べていますか

朝はとても慌ただしいもの。「朝ごはんはいらぬから、少しでも布団の中にいたい」「朝ごはんを食べるくらいなら、おしゃべりに時間をかけた方がいい人はいませんか。朝食抜きで一日の生活を始めることは、鍋を空だきするようなもの。学校や職場で「何となく元気がない」「物事に集中できない」ということがないように、朝食は必ずとりましょう。朝ごはんが心身の健康にいいといわれるのは、次のよう

① 仕事や勉強の能率が上がる

私たちの体は一定のリズムで動いています。寝坊をして朝食を抜くと、生活のリズムが乱れ、仕事や勉強の能率が下がります。また、睡眠中も脳の中のブドウ糖は使われ、減っているの、起きた直後の脳は十分に働けません。

② 集中力が高まる

朝は、体温が低くなっています。朝食をとって体温が上がると、脳と体が活性化し、能率や集中力が高まります。温かい食事は、体温を上げて維持します。肉・魚・卵などは、吸収するとエネルギー消費が大きいので、食後に体温を高める効果があります。

③ 肥満を防ぐ

やせるために朝食を抜くのは逆効果。一日二食などにまとめて食べると、ブドウ糖の上昇やインスリン分泌量が多くなります。すると、脂肪が多くなります。かえって太ります。力士が一日二食にしているのはそのためです。



「食の赤信号」といわれている7つの「こ食」。あなたの家庭に当てはまるものはありますか。

① 小食

食べる量が少ないこと
→必要な栄養が足りず、気力や成長期の発育に影響がでます



② 孤食

1人きりで食べること
→家族の団らんがなく、食事マナーも学ばせません



③ 個食

一人一人が別々のものを食べる
→好きなものしか食べず、協調性が育ちません



④ 固食

毎日同じものばかり食べる
→栄養が偏り、生活習慣病などの原因になります



⑤ 濃食

濃い味付けのものを好んで食べる
→塩分の取りすぎや味覚障害の原因になります



⑥ 粉食

パンや麺類などの粉製品ばかり食べる
→栄養摂取効率は日本の主食「米」が一番



⑦ 呼食

いつも出前・宅配もので済ます
→固食や濃食、栄養の偏りの原因になります



規則正しい食生活で生活習慣病を予防

食生活の欧米化や不規則な生活、飲酒や喫煙、過労、ストレスなど、生活習慣病を引き起こす要因はいろいろです。坂井市の住民健診(23年度)の結果を見ると、要指導・要医療は受診者の半数以上。男女とも「総コレステロール」や「糖尿病」の割合が高くなっています。成果はすぐに表れるものではありませんが、食生活を正し、規則的な毎日を送ることが大切です。

「疲れた」「めんどくさい」が口ぐせ? 見過ごせない現代の子ども事情

子どもは風の子、元気な子。現代の子ども事情は、必ずしもそうではないようです。学校に来るなり「疲れた」。しなければならないのに「めんどくさい」。そう口にする子どもが増えています。子どもたちが元気に学び、過ごせる気力と体力を支えるためにも、家族そろっての朝ごはんは欠かさないでほしいものです。

手軽なあまり僕も身に覚えが。便利なきもありますが「それだけ」にならないよう加減が大切です。

健康長寿課 主事 坪田幸史郎

ほかにも、庫食(冷凍食品など「チン」するだけの食事)、誤食(サプリメントだけの食事)など、さまざまな「こ食」があります。

「おいしいね」のチカラ ~坂井市「万福」物語~

米や野菜、卵、味噌などの調味料…。かつていろんな食材を身の回りで賄った時代がありました。保存が利かない反面、食卓にはいつも旬の食材が並びました。家族で囲む食卓は、安らぎの場であり、マナーや食の大切さを学ぶ場でもありました。今、そんな昔ながらの食が見直されています。市は平成21年3月に、市食育推進計画を策定。生涯にわたって健全な健康と体を培い、豊かな人間性を育ていく基礎となる子どもたちへの食育を基盤に、市全体への食育推進を目指しています。6月は食育月間。今回の「食育市民ネットワーク通信」は、月間にちなみ拡大版でお届けします。あらためて食のチカラや可能性について考えてみませんか。



「おいしいね」のチカラ ～坂井市「万福」物語～

食の根

いまだ勢いをとどめることを知らない世界的な和食ブーム。健康的な食のスタイルとして、日本食は海外からも脚光を浴びています。日本に暮らす私たち。自然に添った食生活、昔ながらの日本の食文化を、子どもたちに伝えていくことが求められています。

「あつ、今ごはん炊いてる」「あ〜いい匂い」「お腹すいた。早くごはん食べた〜い」。

しろの子保育園では、給食の時間が近づくと、子どもたちがこぞって調理室をのぞきに來ます。毎月19日の「ごはんモリモリデー」は、子どもたちが楽しみにしている日の一つです。おかずは味噌汁と子どもたち手製の漬物だけ。その代わり、ごはんは何杯でもお替わり自由、という日です。コンセプトは、昔ながらの食事。日本人の体や健康に最も適した米をしっかりと食べる、炊けるときの匂いや、かんだときの甘味を実感する、ということを大切にしています。



伝統的な食文化を保育に

しろの子保育園では、昔から日本に伝わる食の文化を保育にとり入れています。園の給食は、市の献立をもとに調理。それ以外に、七夕や月見といった日本の年中行事・祭りなど、四季や遊びにちなんだメニューを園独自で取り入れることもあります。子どもたちがチャレンジする「伝承クッキング」にも力を入れていて、ごはんをしっかりと食べるということを基軸に、梅干しづくりや切り干し大根づくり、味噌づくりなど年齢ごとに系統立てて計画し、伝統的な日本の食文化を子どもたちに伝えていきます。

「昔ながらの知恵」を知る伝承クッキング

昔ながらの食の手法は、先人が知恵と工夫で時間をかけて生み出してきたもの。健康的でバランスのとれた日本食



お茶も上手に注げるよ



小松菜のお和え、大好き切り干し大根の煮物も！



食器の正しい配置もちゃんと知ってるよ



炊飯器に入れたらあとはスイッチON



長畝小では全校児童が「見てふれて味わう」活動を



ナスも！キュウリ、見つけ



ククン…どんな匂い？



栄養の分見先生

夏野菜をたっぷり食べると夏バテになりにくいです



協力しあって調理は着々と…

「見て、触れて、味わって知識を深めるだけではなく、地域の農家と野菜や米づくりの苦労を聞きながら交流を深めることにもつながっています。子どもたちは、食べ物の大切さや感謝の気持ちを強く感じていくようです。担当栄養教諭の分見三枝子さんは、そう手ごたえを話してくれました。



近所の農業ボランティアさんを招待して、一緒に夏野菜を食べたよ



見て〜この形！

生のニンジン初めて食べた

年齢に応じて、伝承クッキングにも挑戦するよ

	4月	5月	6月	夏	11月	12月	1月	2月
5歳児	切り干し大根	草切り餅	梅干し	大根の種まき	こうじ漬け	餅つき		糰あられ
4歳児		大豆植え				きな粉	味噌	

みんなで摘んだヨモギと青豆きな粉の緑色がキレイ！春を感じるね。

保存して食べる知恵。体にもいいよ。

余った大根は、来年の5歳児さんのために、土の中に埋めて保存しておくよ。

赤しそも保育園の畑で育てるよ。漬けるとき、とってもいいにおい！

原料は大豆だよ。半年漬けて、5歳児さんになったら食べるんだ。

細く引いて、天日干しに。食べ物を無駄にしない知恵さ。

坂井市立長畝小学校 (丸岡町松川2丁目)



おやきにマリネ…夏野菜っとうまい！

「おいしいね」のチカラ ～坂井市「万福」物語～



ごぼう汁をごはんにかけた「ぼっかけ」、古たくあん煮たの(アレンジ版)、「とびつきだんご」(左から)

毎年6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」

平成17年7月に「食育基本法」が施行され、国民の健康と豊かな人間性を育むため、食育に関する施策を総合的・計画的に実施することが目的とされました。平成18年に策定された「食育推進基本計画」では、毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と定めています。

福井の食生活は長寿の源

- 福井の食生活を調べると、長寿につながるこんな特長があります。
- ①米を中心としたバランスのいい食事 (たんぱく質:脂質:炭水化物=1:2:5)
 - ②脂肪の摂取量・質ともに豆や魚からの摂取比率が高い(油脂類や牛乳・乳製品からの摂取が少ない)
 - ③豆・イモ類を好み、カリウムの摂取量が多い(脳血管疾患、心疾患が少ない)
 - ④塩分が控えめ

四季や土地に応じた伝統料理が、市内にも数々あります。「古たくあん煮たの」「麩のからし和え」「打ち豆なます」とびつきだんご」「ぼっかけ」「さ



地域に根づく伝承料理

ご存知ですか？

全国で見ると福井県は、
・平均寿命がトップクラス
男性79歳(4位)、女性86歳(11位)
※2011年 厚生労働省

・子ども(小学5年生)の体力が男女とも1位
※2008年 文部科学省

・幸福度(法政大学調査)が1位
※2011年 法政大学

食の豊かさが大いに関係していると思います。



健康長寿課 栄養士 小林真弓



旬の食材を食べる

左玄は「春苦味、夏は酢の物、秋は辛味、冬は脂肪と合点して食べ」と旬の食物の大切さを説いています。その土地の季節のものを食べる事が、最も健康的で栄養が豊富である。それが自然であり、そこに住んでいる人に一番優しい食になるということです。

「さもち」…。その土地に根づく味わいは、地域の絆を深めます。さらにその土地に伝わる料理でも、家庭によって少しずつ味付けが違います。それがすなわち懐かしい「おふくろの味」として、記憶に残っていくのです。

日本で初めて「食育」という言葉を使ったのは、福井県出身の医師で薬剤師でもあった

石塚左玄です。左玄を生んだ私たちのふるさと福井は、全国的に「健康長寿県」として有名

です。その秘訣は、福井ならではの食生活にありました。



食は本なり 体は末なり 心はまたその末なり

石塚左玄は著書『化学的食養生論』(明治29年)の中で、「地方に先祖代々伝わってきた伝統的食生活には一つ一つの意味があり、その土地ではその土地の食生活に学ぶべき」という身土不二の原理を説きました。そして、食の栄養、安全、選び方、組み合わせ方の知識とともに健全な人をつくるという教育、つまり「食育」の大切さを唱えました。



「食医」「食育の祖」といわれる石塚左玄(左)と著書『化学的食養生論』(写真提供:NPO法人フードヘルス石塚左玄塾)

食は人に良い

「身土不二」という言葉があります。その文字どおり「人と土は一体である」ということ。人の健康は、生まれ育った自然環境と密接な関係にあり、その環境で採れたものを食べることが体に最も良いという考え方で、「地産地消」の原点でもあります。あらためて、石塚左玄の唱えた「食育」をみてみましょう。

それぞれが創意工夫し、健康や食の安全・安心の追求、伝承など食に関する活動を展開しています。市食育推進基本計画「つくる・まなぶ・えらぶ・たべる・つたえる」の5本の柱に沿って活動内容を紹介し

連携で進める坂井市の食育

あらためて振り返れば、坂井市は海の幸・里の幸・山の幸の宝庫。食を学ぶ絶好の環境です。「坂井市食育市民ネットワーク」では、市内91の加盟団体

「そだてよう食育」 つくる「マイ弁当の日」

年齢に応じて必要な食物摂取量があります。そのことを知るために、まず学校でだされる給食を自分の弁当箱に詰めてみます。弁当箱に空きがでたり、給食が詰め切れなかったりしたら、弁当箱の大きさが適当ではないということ。全体の量や栄養バランスを知った上で、自分で弁当作りに挑戦します。具材を調達しながら旬を知ったり、味付けや詰め方を工夫したり、中には大人顔負けの弁当を作れるようになる子どもも毎年います。作って食べる楽しみを実践しながら、子どもたちには自信にもなっているようです。



▲給食を自分の弁当箱に詰めてみる。「おお、ピッタリ」



▲北村夕子・学校栄養職員の指導やレシピを考える授業も

▲頑張って自分で作った弁当。「唐揚げするとき、水分が弾かないよう気を付けました」



【Profile】坂井市立平草小学校
平成19年度から年に数回、5・6年生が自分で弁当を作って持参している。旬の食材を知るほか、栄養素や量、彩りなどを工夫する習慣を自然と身につけている。

「ふかめよう食育」 まなぶ「幼児からの食育講座」

手先の器用さや感性が育つ5歳児のための料理教室を、保育園や幼稚園に出向いて行っています。教室では、子どもたちが包丁やガスコンロを使うほか、耐熱ガラス鍋でご飯を炊きます。鍋が透明なので、お湯が沸くときの気泡や米が動く様子に、子どもたちの目はくぎづけ。ぶくぶく膨らむ大きな泡や甘い匂い、炊きたてご飯の輝きに大歓声です。これからも見て、聞いて、嗅いで、味わえる、楽しい食育活動をしたいと思っています。



▲「ホントにお鍋でごはん炊けるんか？」▶「わあっ、大きな泡ができた」

【Profile】坂井市食生活改善推進委員会
子どもから高齢者まで全市民の健康づくりを応援。89人の推進員が食育講座や伝承料理教室などを行う。

「ひろげよう食育」 えらぶ「甘えびちゃんを開発」

三国港で水揚げされる甘えびは、県の漁獲高の約7割。特産ともいえる甘えびですが、刺身で食べるという印象が強く、それを払拭して家庭でもっと手軽においしく食べてもらえるようにと開発したのが「甘えびちゃん」という唐揚げです。カラッと揚がった甘えびの唐揚げとご飯の愛称は抜群。これからもご飯に合う「おかず」をどんどん世に出していきたいと、海のおかあちゃんたちは張り切っています。



▲魚料理のレパートリーが広いおかみさんたちが考案した逸品

【Profile】三国網元おかみ会
三国の底引き網でとれる甘えびをPRし、漁師ならではの「おかず」レシピを考案する。

「たのしもう食育」 たべる「男子厨房に入るべし」

「男子厨房に入るべからず」という世代の私たち。誰もが初心者、「昼飯が200円で食べられる」くらいの気持ちで活動し出した集団です。活動は月1回。健康を意識するようになったし、たまに家で腕前を披露することで、家族の会話が増えたように思います。毎日、何年も食事を作ってくれている家族への感謝と、ずっと健康で潤いのある人生を送るという希望を持って、これからも活動を続けていきます。



▲失敗も笑ってかばい合うという皆さん

【Profile】男の料理いねす会
自分で料理して食べる楽しさを実感するうち、料理がライフワークになったグループ。

「つなげよう食育」 つたえる「育つん田」

「育つん田」は、兵庫小学校の学校田です。下兵庫むらづくり委員会を中心に、区やPTA、老人クラブや農業者など、地域の組織が協力して子どもたちの米作りをサポート。はさ掛けなど、昔は当たり前だった工程も体験します。この米作りで、子どもと地域のふれあいが生まれています。最初から食育を意識したのではなく、振り返ると結果的に地域で絆を深めながら食育活動もできていたのだと思っています。



▲地域の人に束にする方法を教わる児童

【Profile】兵庫地区まちづくり協議会
兵庫小学校下の5区からなるまち協。区民総参加型のまちづくりを展開している。

食は万福の素

悠久の歴史の中で先人が築いた、私たちに最も適した食の考え方やあり方は、食文化として今に伝わっています。自然に沿った素朴な食の積み重ねが、健全な心身と生きる幸せを育む。そんな“食の根っこ”を子どもたちに示し伝えていくことは、私たちの役目です。

「いただきます」「ごちそうさま」。
たった6文字ずつの言葉ですが、この2つは日本人の食に対する考え方や文化が色濃く表されたとても素晴らしい言葉です。市内の食育活動の輪は、着実に広がりをを見せています。でもあらためて「いただきます」「ごちそうさま」に込められた“命と向き合うこと”の全ては、家庭での「食」でこそ教え伝えられるものではないでしょうか。



食は人をつくる。

長 畝小学校の分見教諭は言います。「野菜づくりを体験したことで、苦手だった野菜をおいしいといっって食べたり、『おいしいから食べて』と人に勧めたりするようにになりました。どの児童も、野菜を残さず食べようとする意欲が強まりましたね」。

食 べ物を残さなくなったのは、単に味がいいからなのでしょか。野菜を育てる楽しみや、料理に手間を掛ける苦労を知る。それをみんなで見分ち合うことで、喜

びやもつたいないという気持ち芽生えていることも、きつと理由の一つのはずです。

食は絆をつくる。

「給 食の支度を通した子ども達の成長は、大人をも刺激する」とは、しろの子保育園の江澤園長。「子どもたちが米をとぐ日は、おぼつかない手先ながら一生懸命頑張ります。『もつたいないから』と、米をこぼさないように水を流したり、一粒もポウルに残らないよう炊飯器に入れたり。そんな子ども達の活躍を見て、

親が家で米とぎを任せられるようになります。子どもの力を信じることで、親子の絆が強まっていく。それは、まぎれもない食のチカラです。未来を担う子どもたちにとつての食は、単に食べるという行為に留まらないのです。

食育は家庭から。

か つてこのような体験は、教育現場というより、家庭の中で行われてきました。子どもの食生活は、そのまま大人の食習慣だといえます。選択肢の少ない子どもたちは、大人が食卓に置いたものを食べることになりました。

忙しい現代社会において、食に関して大人が抱える問題は少なくありません。でも、考えてみてください。恵みへの感謝、食事のにおい、味わい、会話、満たされる喜びを、子どもたちは食卓を家族で囲むことで身近に学んでいきます。小さな気づき、ちよつとした工夫で、家庭は格好の「食育教室」になるのです。

時 間の長短ではなく、まずは家族で食に関わること。そうすればせめて、「こ食」の中でも大人が関わらない「孤食」や「個食」、「呼食」は少なくなっていくのではないでしょか。

ちゃんと もつと ずっと。子どもたちに万福を。

命

と向き合うこと。感謝すること。四季やふるさとを感じる。規則正しい食事や家族団らんなど、日々の食の蓄積が私たちの体や心に与えてくれる力は、栄養素を超えたものであるはずです。

食

事は一生続くもの。「いやいや、うちは大丈夫」というあなたも「少し早起きして、家族と食事の時間を合わせてみるか」と思いかけているあなたも、少しの意識と工夫を取り入れて、より良い食生活を送りませんか。それがきつと、家族にたくさんのお幸せ。万福と、生きる力をもたらしてくれるはずだから。



命に感謝すること



命を育てること



命と向き合うこと 家族の幸せがそこに



命はつながっていること



感謝して「いただきます」



▲箱いっぱいの新鮮な甘えび。普段できないつかみ取り体験を楽しむ来場者

力に負けない魅力 まつりの主役は甘えび

5月13日(日)

漁獲量県内一の甘えびを広くPRしようと、「三国港網元おかみ会・海女さん甘えびまつり」が三国魚市場で開催されました。甘えびのつかみ取りや競り体験などが行われたほか、地元の漁協やお店、有志による料理ブースには長蛇の列。甘えびや地元海産物を使った自信作に、来場者からは笑みがこぼれていました。

消火や救助をきびきびと 住宅地火災の初動を確認

5月13日(日)

嶺北消防組合坂井消防団は、江留上公園一帯で火災防ぎょ訓練を行いました。住宅密集地での火災を想定、団員や消防署員など約500人が参加しました。団員は延焼拡大を防ぐための中継送水訓練や放水訓練を、女性消防団員は負傷者を搬送し応急処置訓練を実施。声を掛け合いながら初動体制や連携を確認していました。



▲真剣な表情で放水訓練を行う団員



▲種2粒で幅1間ほどにまで成長するゴーヤ。手渡されるとすぐに手に乗せ、興味深く観察する園児ら

今年の夏はエコでクール 日本の知恵を広げよう

5月10日(木)

ゴーヤなどのつる性植物を窓辺に育て、日射を遮ることで夏を涼しく過ごすグリーンカーテン。春江東部まちづくり協議会が製作を企画し、春江東幼稚園の園児34人が協力しました。園児らは朝顔と根出しされたゴーヤの種を手渡されると興味津々。「大きくなーれ」と掛け声をかけながら、丁寧にポットの中に植えていきました。



◀「泥の中であったかい」田んぼの感触に思わず笑顔がこぼれる子どもたち

田んぼのキャンパス 稲で描くシンボルマーク

5月6日(日)

コシヒカリのPRと子どもたちの農業体験を目的として、たかむくのまちづくり協議会が田んぼアートに取り組みました。当日は高椋小学校の児童39人が参加。子どもたちは、初めてはだしで入る田んぼに戸惑いながらも、一把ずつ丁寧に苗を植えていきました。夏以降に上空から見下ろすと、田んぼに仲のいい親子ペンギンの絵を見ることができます。

二 国の魅力全てを生かして 一 まちづくりに新たな門出

5月1日(火)

「一般社団法人 三國會所」の設立総会が、三国商工会館で開催されました。同法人は、みくに歴史を生かすまちづくり推進協議会と帯のまち流し実行員会を母体として設立。認知度や信用をさらに高め、よりよい活動を展開するために法人化されました。三国のさらなる魅力を発信するために設けられた各委員会から、今後の事業計画が報告されました。



▲今後の三國會所の活動について、意気込みを語る大和久米登理事長



▲ハートピア春江で開かれた設立総会には、メンバーがそろいのTシャツで参集

思いを一つに仲間が結集 坂井市応援隊が発足

4月29日(日)

愛する坂井市をすてきなまちにしたと、市民56人がボランティア組織「坂井市応援隊」を結成しました。同隊代表の渡辺竜彦さんは発足式で「震災後、人の絆の大切さを痛感した。和を広げ、誰もが笑顔になれる地域づくりのお手伝いをしたい」とあいさつ。隊員らは、清掃奉仕や夜間パトロールなど幅広い活動を通じた地域支援を誓い合いました。

新保地区まちづくり協議会(平成19年12月6日発足)

みんなの声で築く魅力あるまち

進めています！
協働のまちづくり 7

▼花壇に立てた看板は、みそ樽の底を再利用した手作り。みそ屋は三国町でも新保にしかない、明治時代から伝わる文化。きれいな花と歴史が味わえる新しい憩いの広場に



▼区民の声を大切に
まちづくり協議会の活動は、設立時に実施した区民へのアンケートを基に計画しています。地区の人々が感じている新保の魅力や改善点などを聞くことで、より参加しやすく親しみやすい活動ができるからです。

新保地区まちづくり協議会は、もともと一つの村が区となった新保区単独でできています。そのおかげで区民同士のつながりが強く、運営しやすい面が多くあります。新保区として活動してきた歴史があるので、区とまちづくり協議会の役割を分担し、協力し合う形で活動を進めています。



もりやす きみお 会長
森安 公生 会長
(三国町新保)



▼美しい三里浜を取り戻す清掃活動
▲3世代参加の「ちまき作り」で交流を



▲いざぎ親水公園には区民手作りのマレットゴルフコースが。まちづくり協議会が毎年開く大会は、交流と健康増進の場として人気

これまでコミュニケーションバス停留所の花壇整備や3世代で楽しめる体験会、警察との防犯パトロールの連携など、区民が求めるまちづくりを進めてきました。最近では、清掃活動などボランティアに対する関心が高くなっていることから、社会貢献に力を入れていくことを検討しています。しかし、従来の新保区の活動に比べ、まだまだ認知度が低いことが課題です。広報の充実を図り、今まで参加できなかった人にも内容を伝えていくことで、みんなが参加して作り上げるまちづくりを目指していきます。

広報活動の重要性
これまでコミュニケーションバス停留所の花壇整備や3世代で楽しめる体験会、警察との防犯パトロールの連携など、区民が求めるまちづくりを進めてきました。最近では、清掃活動などボランティアに対する関心が高くなっていることから、社会貢献に力を入れていくことを検討しています。しかし、従来の新保区の活動に比べ、まだまだ認知度が低いことが課題です。広報の充実を図り、今まで参加できなかった人にも内容を伝えていくことで、みんなが参加して作り上げるまちづくりを目指していきます。

花を育てて優しい子に 願いを“人権の花”に

5月10日(木)

春江東小学校・花いっぱい委員会の児童11人は、花苗の植え付けを行いました。花の世話を通して思いやりの心を育てる福井人権擁護委員協議会「人権の花運動」の一環。児童らは、委員から「花にも命がある。命の大切さを友達にも伝えて」と花株を託されると、2株ずつ25個のプランターに丁寧に移植。「咲くのが楽しみ」と笑顔をみせていました。



▲同協議会坂井支部から参加した委員と、水やりをする児童

地 元への理解と貢献を 丸高生が清掃ボランティア

5月10日(木)

丸岡高校1年生160人が、丸岡町内の文化施設など4カ所の清掃奉仕活動を行いました。歴史や郷土に触れながら、枯れ木や雑草を熱心に集めていました。作業に参加した高校生は、「やっぱりボランティアをするのは気持ちがいい。今後も機会があれば積極的に参加したい」と語り、きれいになった境内を満足そうに眺めていました。



▶称念寺で友達と競争するように次々と雑草を集め、清掃活動に精を出す丸高生ら

体を動かすと気分爽快！ 「スポレッシュ教室」が開幕

5月9日(水)

通年で健康づくりとリフレッシュを推進する「スポレッシュ教室」が、坂井体育館で始まりました。初日は、申し込みのあった27人が参加。市スポーツ推進委員の指導でストレッチやニュースポーツを楽しみました。参加を心待ちにしていた田中直子さん・真優さん・裕香さん親子(三国町下錦)は「親子でスポーツを手軽に楽しめる。ずっと続けたい」と声を弾ませていました。



▲カーリングのようなニュースポーツ「ユニカール」を楽しむ親子



▲自分の踊りを窓に映して、振り付けを確認していくメンバーら

世代を超えた一体感 笑顔と心で舞う伝統

懐 かしさと新しさ、しなやかさと躍動感が融合した音楽と踊り。楽しさを全身で感じながら、自分に妥協せず、ひたむきに踊りに取り組むそれが「夜叉DE三國」だ。同チームは、三国町商工会青年部の声掛けにより、2001年に発足。失われたつある三国節や三国音頭の伝統を、曲や振り付けを踊りやすくアレンジすることで、後世に伝えようとしている。4月から参加している三

浦衣織さん(雄島小3年)は、「このチームの踊りを一見して自分もやりたくなった。楽しいので振り付けもすぐに覚えられる」とその魅力を教えてくれる。キャプテンの増田萌々蘭さん(加戸小6年)は、「みんなで息を合わせて踊っている姿を友達に見てもらえたら」と、自分たちの踊りに自信と誇りをのぞかせる。みんなの先頭に立ち、先輩から受け継いだ振り付けで踊るのは長谷川楓さん(三

国高3年)。「子どもから大人まで同じ場所で踊れるところが好き。もちろんこれからも続けていきたい」と話す表情から、チームの雰囲気の良いが見える。チームを指導する児玉緑さんは、「人前で踊ることは勇気がいること。伝統を守るだけでなく、自分の意見を言える勇気ある人に育ってほしい」と子どもたちの



▲チームの特長は雰囲気の良い。練習の合間には楽しく談笑する様子も



▲「ソイヤッ！」振りぬく拳と息の合った掛け声は本番さながらの気迫

成長を見守っている。練習中も本番も笑顔は欠かさない。自分が楽しくなければ、相手に何も伝わらないことを知っているから、その身に伝統を受け継ぎながら、仲間たちは今日も心を弾ませて踊り続ける。

夜叉DE三國



メンバー 30人
代表 児玉 緑さん(三国町下錦)
コメント

踊りに興味ある人、三国の活性化に協力して下さる人はぜひ参加してみてください。もちろん親子での体力作りやりハビリでも大歓迎です。

「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、6/15(金)～7/14(土)まで放送します。
お楽しみに！ ☎秘書広報課☎50-3012

坂井のコシヒカリを宮家へ 献穀田の田植式が厳かに

5月28日(月)

平成24年度新嘗祭に奉納する供御米の田植式が、春江町正善、澤崎伊豆夫さんの水田で行われました。坂井市では5年ぶり、県下27,000余の農家を代表して献穀に従事します。



▲一株ずつ丁寧に苗を植える関係者

式典には関係者をはじめ、大石小学校5年生児童が見学を訪れ約150人が参加。澤崎さん、市長、早乙女ら10人が1アールの水田に入り丁寧に苗を植えました。

25年ぶりの天体ショーに歓声 市内で金環日食観測会

5月21日(月)

25年ぶりの天体ショーに日本中が湧いたこの日、市内の小中学校などでも観測会が行われました。春江小学校では、登校してきた児童が順に、遮光フィルターをかざしながら太陽を観察。「3年生のときに太陽と地球の動きを習って、4年生になって月のことを習ったばかり。太陽が三日月みたいで、とても神秘的」と、声を弾ませる児童もいました。



▲福井県内では午前7時30分ごろ、太陽が約90%欠けた状態を観測

20万人の記憶に刻む 山車が貫録ある姿を披露

5月19日(土)～21日(月)

北陸三大祭の一つといわれる三国祭が、三国神社周辺で催されました。歴史と風情ある細い路地の湊町を6基の山車が巡行。全基勢ぞろいした三国神社前は多くの人でにぎわい、その出来栄と迫力ある動きに歓声を送りました。数ある山車の中で唯一線路を渡る下錦区の山車番は8年に一度。久しぶりの横断を一致団結して成功させていました。



①武者人形を後ろに倒し、バランスをとりながら慎重に線路を渡る下錦区の人形山車②三国神社前を埋め尽くす人・人。勢ぞろいした6基の山車の前をうねるように進むみこし③1番山車「新田義貞」④2番山車「大天狗」⑤3番山車「源義家」⑥4番山車「鏡獅子(白髪)」⑦5番山車「真柄十郎左衛門直隆」⑧6番山車「結城秀康」



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。

HotLine

市民の皆さんの生活に直結する制度やイベントを紹介するコーナーです。

トピックス

まちの話題をお届けします。

いつまでも豊かな自然を

5月2日

「みどりの日」自然環境功労者大臣表彰を受けた「えろものふけを守る会」が、市長に受賞報告をしました。同会は、希少生物の生息環境の創出や整備を中心に活動。小学生などへの環境学習も評価されました。



▲生息環境保護の課題や将来の計画を市長に説明する出南信弘氏(中)と下影務氏(左)

助かる命を救えるように

5月10日

鈴木外男さん(春江町境元町)からAED(自動体外式除細動器)5台をいただきました。鈴木さんは夫婦で市役所を訪れ、機器を市長に手渡しました。市長は「今回の寄贈で、学校やスポーツ施設など市内102カ所にAEDを設置する計画が完了できる」と述べ、感謝状を贈りました。



▲「アサヒマカム綱社長を退任記念に、と考えた」と鈴木さん(中央)

市内の魅力を凝縮したビデオを市へ

5月10日

「坂井市民憲章」イメージと「坂井市百景」を綴った映像作品を収めたブルーレイディスクなどを、映像作家・寺島康至さん(春江町辻)からいただきました。いずれも、寺島さんが8年前から市内で撮りためたハイビジョン(HD)映像と穏やかな曲調の音楽で編集されています。



▶「坂井市の素晴らしさを美しい映像で見てもらえたら」と話す寺島さん

HotLine

ホットライン

7月1日告示 坂井市農業委員会委員選挙

● 問い合わせ 選挙管理委員会 ☎50-3015
農業委員会 ☎50-3151



選挙区・定数
 第1選挙区(三国) 7人、第2選挙区(丸岡) 8人
 第3選挙区(春江) 7人、第4選挙区(坂井) 8人
立候補届受付 7月1日(日) 8時30分～17時
 市多目的研修集会施設にて

投票日 7月8日(日) 7時～20時
投票所 入場券に記載(忘れずにお持ちください)
期日前投票 投票日に仕事や旅行、レジャー、冠婚葬祭などの用務がある場合は、期日前投票ができます。

7月2日(月)～7日(土) 8時30分～20時
 第1選挙区 三国庁舎 第2選挙区 丸岡庁舎
 第3選挙区 春江庁舎 第4選挙区 本庁
 期日前投票は、それぞれの選挙区の期日前投票場所で行ってください。

投票できる人 「農業委員会委員選挙人名簿」に記載されている人で、投票日当日にその選挙権を有する人
開票 7月8日(日) 21時20分～
 市多目的研修集会施設にて

公共施設のあり方に関するシンポジウムを開催します

● 問い合わせ 行政経営課 ☎50-3016



とき 7月7日(土) 13:30～
ところ ハートピア春江 小ホール
定員 200人(入場無料、先着順)
内容 基調講演、「白書」概要説明、パネル・ディスカッションなど
講師 穂坂 邦夫氏(NPO法人地方自立政策研究所代表)
 ◇パネル・ディスカッション◇
コーディネーター 江川 誠一氏(福井県立大学地域経済研究所)
コメンテーター 穂坂 邦夫氏
パネリスト 中田 幸男氏(みくに地区まちづくり協議会)
 高倉 茂樹氏(春江自治区地域協議会)
 北川 貞二(坂井市副市長)

※全国モーターボート競走施行者協議会からの拠出金を受けて実施します

公
 共施設の見直しを緊急の課題と位置付け、市では施設の現状把握と分析に取り組んできました。利用者アンケートや市民との意見交換会、パブリックコメントを実施して『公共施設マネジメント白書』として取りまとめました。この白書を基に現状を認識し、これからの公共施設のあり方を理解していただくために、シンポジウムを開催します。

24年度市職員採用候補者前期試験(大学卒業程度)のご案内

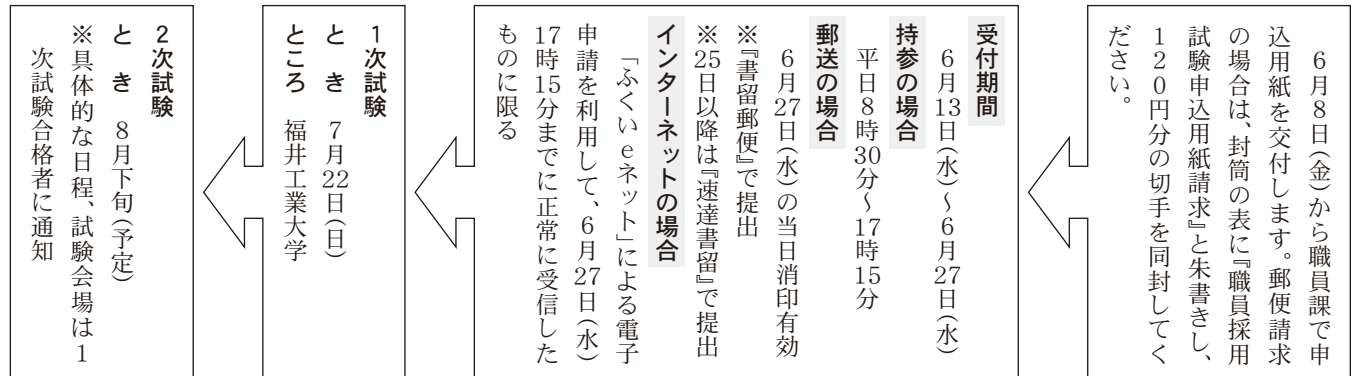
● 問い合わせ 職員課 ☎50-3011



※後期試験(短大・高校卒業程度および資格専門職)は9月16日(日)に実施します。事務、土木、社会福祉士、保育士を募集予定です。詳細については、「広報さかい7月号」などでお知らせします。

試験職種	採用予定数	受験資格
事務	7人	昭和57年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた人(平成3年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した人、または平成25年3月31日までに卒業見込みの人を含む)
土木	2人	

25
 年4月採用の市職員を募集します。坂井市をさらに住みよいまちにするために、力を発揮しませんか。



児童手当の現況届を忘れずに

● 問い合わせ 子育て支援課 ☎50-3042 または各総合支所福祉課

現
 届届は、6月分以降の手当を受ける要件を確認するためのものです。平成24年3月まで「子ども手当」を受けていた人には、「現況届」を郵送しています。

届け出がないと、資格があっても6月分以降の手当が受けられなくなってしまう可能性があります。また、届け出がないまま2年を経過すると、受給資格が時効で消滅します。

6月分の手当から所得制限が適用されます。所得が所得制限限度額以上の場合、児童1人当たりの手当額は、月額一律5,000円になります。

寄附をいただきました

● 問い合わせ 企画情報課 ☎50-3013

寄
 附市民参画条例に基づいたご支援がありました。

寄附金は、環境や協働のまちづくりなど、7つの政策メニューの事業化に有効適切に使用させていただきます。ありがとうございます。

件数	5件
金額	341,574円
寄付者	ユニー(株)(愛知県) 株平和堂(滋賀県) 野澤雄一(丸岡町) 匿名2件

教育委員長に小嶋氏を選任

● 問い合わせ 教育総務課 ☎50-3160

臨
 時教育委員会が5月9日(水)、坂井市役所で開かれました。教育委員長に小嶋義昭氏(坂井町下関)、委員長職務代理者に青柳裕氏(春江町本堂)を選任しました。また、3月議会での再任の承認を受けたた喜正之氏(丸岡町山久保)は2期目の委員に就任しました。就任は5月11日付け。



小嶋義昭氏

まちの話題をお届けします。

災害の備え 計画が着々と

5月18日

災害時に素早く支援協力が行えるように、セツカートン株式会社と市が協定を結びました。支援の内容は段ボールベッドで、要望後72時間以内に供給。ベッドは手軽に組み立てられ、東日本大震災でも活躍しました。市では、今後もさまざまな災害対策を進めていきます。

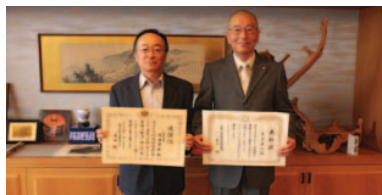


▲組み立ては5分ほど。強度も十分で、避難所でも活躍が期待される段ボールベッド

市民の身近な相談役が表彰

5月30日

日ごろの行政相談委員としての活動が評価され、大谷英仙さん(丸岡町石城戸)が近畿行政相談委員連合協議会から表彰を受けました。また前田孝暁さん(春江町江留上本町)は福井行政評価事務所から感謝状が贈呈され、市長に報告を行いました。



▲さまざまな相談を受けてきた功績が認められ、表彰状と感謝状が贈られた大谷さん(右)と前田さん

努力の成果を笑顔で報告

5月30日

丸岡町在住の白川剛章さん(福工大附高1年)が、柔道81kg級の日本代表としてポーランドカデ国際大会に出場。3位入賞を教育長に報告しました。白川さんは入賞を喜びつつも、すでに視線は次の試合に。大会で得た経験を生かして、「まずはインターハイ出場を目指したい」と意気込みを語りました。



▲「これからも活躍してまたここに報告に来る」と力強く握手を交わす白川さん

「元氣いきいき教室」の申し込み受け付け中

● 問い合わせ 三国坂井地域包括支援センター ☎82-7576
丸岡春江地域包括支援センター ☎68-0811

元 気いきいき教室は、65歳以上の人で、3月にお送りしたアンケートの結果、何らかの機能低下に対し取り組みが必要の人が対象です。すでにアンケートにお答えいただいた対象になる人には、案内通知をお送りしました。通知が届いた人はぜひ申し込みをして、心も体もいきいき過ごしましょう。

○ **運動・口腔教室**
月2〜4回程度で、4地区それぞれの保健センターなどで実施します。

○ **個別栄養改善**
自宅または保健センター、総合支所で実施します。

理学療法士・健康運動指導士などによる運動機能向上教室 (全24回) 【内容】 筋肉を使う運動や有酸素運動・ストレッチなどを行います 【対象】 日常動作で足腰が弱ったり、よく転びそうになったと感じる人
歯科衛生士・言語聴覚士などによる口腔機能向上教室 (全18回) 【内容】 専門士の指導による口内の手入れや口の体操などを行います 【対象】 固いものが噛みにくい、よくむせたり口が渇くと感じる人
管理栄養士による個別栄養改善 (全6回) 【内容】 低栄養状態を予防するための工夫や調理方法の相談などを行います 【対象】 最近痩せてきた、体重が増えないと感じる人

※介護保険における要介護認定を受けている人は参加できません

「住民基本台帳カード」はお持ちですか



● 問い合わせ 市民生活課 ☎50-3030

住 基本カードには「写真付き」と「写真なし」の2つがあり、有効期限は10年です。

住 基本カードは「写真付き」と「写真なし」の2つがあり、有効期限は10年です。

次のことに使えます

- ・写真付住基本カードは公的身分証明書になります
- ・住民票、印鑑登録証明書、所得課税証明書を自動交付機で発行できます

申し込み とき 平日8時30分〜16時30分

手数料 500円

※7月9日から、他市町村へ転出しても、引き続きカードが利用できる

利用できるようにあります
証明書自動交付機の利用時間
平日 7時30分〜20時
休日 8時30分〜17時30分
交付手数料 窓口よりも100円お得になります。

200円/件
カード発行の停止期間
次の期間は広域交付サーバーの設定作業のため、住基本カードを発行できません。
6月25日(月)〜6月29日(金)
証明書自動交付機の停止期間
次の期間は広域交付サーバーの設定作業のため、県内すべての自動交付機が利用できません。
6月25日(月)〜7月1日(日)
7月9日(月)〜7月16日(月)

あらゆる分野への参画を図る女性人材リストに登録しませんか

● 問い合わせ まちづくり推進課 ☎50-3017

市 は、お互いの人権を尊重し、責任を分かち合い、性別に関係なくその個性と能力を発揮できる男女共同参画社会を目指しています。

政策および方針決定の場をはじめ、各分野(福祉、環境、まちづくり、商工、国際交流、教育など)への参画を図るため、女性人材リストを作成し、人材情報として活用しています。随時受け付けていますので、積極的な登録をお待ちしています。

「坂井市女性人材リスト登録票」に記入し、持参または郵送、メールしてください。登録票はまちづくり推進課、男女共同参画センターに備え付けのほか、市ホームページからも取得できます

※登録された個人情報、坂井市個人情報保護条例の規定に基づき適正に管理します。

対象者 市内に居住、勤務または団体に所属している20歳以上の女性で、各分野に関心のある人

登録方法 「坂井市女性人材リスト登録票」に記入し、持参または郵送、メールしてください。登録票はまちづくり推進課、男女共同参画センターに備え付けのほか、市ホームページからも取得できます

7月27日(金)必着
※応募企画については審査のうえ、後日結果を通知します

男女共同参画推進のための「市民企画講座」を市が支援します

● 問い合わせ まちづくり推進課 ☎50-3017

市 民の皆さんが自主的に企画運営する講座を開催してみませんか。

市内を拠点に活動している団体、グループなど

募集件数 2講座程度

応募要件

- ① 男女共同参画推進のために企画した講座(内容、形式は自由)
- ② 市民に広く呼びかける内容で、平成25年3月末までに開催できるもの
- ③ 営利目的、宗教および政治の活動にあたらぬもの

支援内容 講師謝礼相当(2万円上限)を助成します

応募方法 所定の用紙(まちづくり推進課、男女共同参画センター、各総合支所地域振興課に備え付けのほか、市ホームページからも取得できます)に記入し、持参または郵送してください

申込締切 7月27日(金)必着

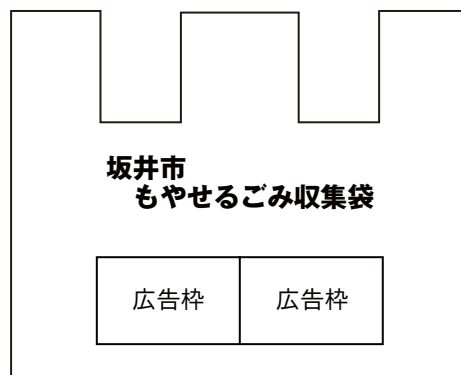
※応募企画については審査のうえ、後日結果を通知します

市のもやせるごみ収集袋に事業所の広告を掲載しませんか

● 問い合わせ 環境推進課 ☎50-3032

○坂井市指定ごみ袋のうち「もやせるごみ収集袋」(45ℓ・25ℓ)

ごみ袋の種類	広告の大きさ	作成枚数	募集枠数	掲載料金
もやせるごみ収集袋(45ℓ) 大	縦16cm×横20cm	3,040,000枚	2枠	1枠につき36万円
もやせるごみ収集袋(25ℓ) 小	縦12cm×横15cm	580,000枚		



【広告掲載位置】

募集期間
6月1日(金)〜6月26日(火)
平日8時30分〜17時15分
※詳細については、お問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください

も やせるごみ収集袋は市内全域で使用され、宣伝効果の高い広告媒体です。この機会にぜひ、ごみ袋の有料広告をご利用ください。なお、広告掲載料は「坂井市指定ごみ袋」の製作費にあてられます。お店や事業所などの紹介に広告を掲載しませんか。

開催
event information

新田義貞公法要と坂井市の歴史講演会

675回忌大法要と「戦国時代の坂井市」と題した講演会を開催します。講演では実際の古文書などを見ながら、歴史を読み解いていきます。

と き 6月30日(土)
13:00~15:30
(講演は14:20~)

と ころ 称念寺(丸岡町長崎)
講 師 角 明浩氏
受講料 無料

問 称念寺 ☎66-3675

いっしょにあそぼう わらべうた

今回はものづくり編。お父さんやお母さん、初心者も大歓迎です。

と き 7月7日(土)
10:00~12:00

と ころ まるおか図書館 大会議室
講 師 細川 律子氏

問 まるおか図書館 ☎67-1500

おなじみのあの曲を七夕コンサート

誰もが口ずさめる曲ばかりです。皆さんお気軽に、ぜひお越しください。

と き 7月8日(日)
13:30~14:30

と ころ まるおか図書館 学習室
出 演 Mamma&Papas
問 まるおか図書館 ☎67-1500

行政書士による外国人のための無料相談会

在留資格、資格変更、ビザ、雇用、結婚、国籍などの相談に乗ります。
と き 6月24日(日)
13:00~16:00

と ころ 春江中公民館 応接室
対 象 外国人および関係者
通 訊 中国語(要予約)

問 インターナショナルさかい
富田 ☎090-7089-0481

中国語

关于外国人入管手续业务等行政書士免费咨询会

時間：6月24日(周日)
下午1~4点

地点：春江中公民館 応接室
适用范围者：外国人或与外国人有着关系的人

咨询范围：在留資格、資格の変更、签证、雇佣方面、結婚、国籍等

翻译：汉语(要预约)
报名：国际交流会 坂井

富田(090-7089-0481)可使用汉语

事故の予防から手当てまで大切な子どもを守る知識を

幼児期に起こりやすい事故や病気についての知識、心肺蘇生法やAEDの使い方などの技術を学びませんか。

と き 6月30日(土)
9:30~11:30

と ころ 春江中公民館 大ホール
講 師 日本赤十字社幼児安全法指導員

主 催 坂井市赤十字奉仕団春江分団

問 春江総合支所福祉課
☎51-9404

“もしも”のために普通救急講習会を開催

突然のけがや病気で倒れた人のために、応急手当の方法を学んでおきましょう。

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

と き 6月24日(日)
と ころ 嶺北消防署

対 象 本市やあわら市に在住、通勤または通学する中学生以上の人

定 員 約30人
申込方法 開催日の2日前までに電話、FAX、メールで下記へ

問 嶺北消防署
☎51-0911 ☎51-2689
✉reisho@reihoku-fd.jp

母子・父子家庭対象地引き網と水族館ツアー

“一日お父さん”と楽しい夏の思い出づくりをしませんか。地引き網の体験やバーベキュー、松島水族館での魚と触れ合いなどイベント盛りだくさん。詳しくはお問い合わせください。

と き 7月15日(日)
対 象 市内在住の母子・父子家庭の親子

参加費 高校生以上 3,000円
小・中学生 1,500円
幼児 1,300円

定 員 40人
申込方法 電話で下記へ
申込締切 7月2日(月)

問 子育て支援課 ☎50-3043

参加無料&申し込み不要 にくい看護職就職相談会

看護職の資格がある人、看護学生を対象に相談会を開催します。非常勤の募集もあります。ぜひお越しください。

と き 6月30日(土)
12:30~16:00
(受付は15:30まで)

と ころ 福井県看護協会会館
問 (公社)福井県看護協会 福井県ナースセンター ☎52-1857

仁愛のお姉さんと七夕飾りを作ろう

お姉さんと一緒に、笹にかけるかわいい飾りを作って七夕に願いをしましょう。みなさんお気軽にお越しください。

と き 6月30日(土)
10:30~11:30

と ころ みくに図書館 研修室
費 用 無料(笹は用意します)
問 みくに図書館 ☎81-2900

リサイクル
recycle information

学習机(椅子なし)、ハンドマッサージ機、洋服タンス(高180巾105奥60)、簾戸、漬物桶と重石、子ども用寝袋(小学生くらいまで)、台車(約縦70横50)、食器棚(高200巾140奥47)、トリマー、屋外用バスケットゴール(自立)、シングルパイプフロフトベッド(収納と枕付約高120)

大人用車椅子、東十郷小学校S48発行の記念誌『創立100年記念なつかしの東十郷校』、東十郷小学校の校歌が書かれた冊子、家庭用トラクター、戦前の布(布団地、ふるしき、着物、小布、ポロ)、カラオケ道具一式、電子ピアノ、芝刈り機か草刈り機、電子ピアノキーボードタイプ、家庭用精米機(100V用)、自動あんま機(イスタタイプ)

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

問 市民生活課 ☎50-3030

七夕まつり

山中温泉七夕まつり

山中では大正時代頃まで、町内ごとに大きな竹を遠くから切って持ち帰り、鮮やかに飾り付けをして競い合ったという風習があります。「七夕ウィーク」期間中は、鶴仙溪の川床をはじめ温泉街が七夕飾りで鮮やかに彩られます。また8日には、国分山医王寺で、七夕竹飾りの焼き払い「祈禱祭」も行われます。

と き 7月1日(日)~8日(日)
と ころ 山中温泉街、鶴仙溪川床ほか

問 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簡単料理レシピ

夏野菜のラタトゥイユ



春江地区食生活改善推進員

栄養成分/1人分	
エネルギー	98kcal
タンパク質	2.3g
脂質	4.9g
炭水化物	12.5g
塩分	0.4g

材料/4人分	
玉ねぎ	1個
トマト	2個
赤パプリカ	1個
なす	2本
ズッキーニ	1本
にんにく	1片
オリーブオイル	大さじ1
タイム	小さじ1
赤ワイン	大さじ1
塩	小さじ1

- 作り方**
- ① にんにくはみじん切り、玉ねぎは縦の細切り、パプリカとトマトは一口大に切る。
 - ② 大きめの鍋にオリーブオイルをひき、にんにくを弱火で炒めて香りを出し、油になじませる。
 - ③ 玉ねぎを中火で炒める。しんなりしてきたらズッキーニ、なすの順で炒め、タイムを加える。
 - ④ パプリカを加えて炒め、しんなりしたらトマトを加える。塩で味付けをし、赤ワインを加えてふたをして15分間弱火で煮込む。味が足りないようなら塩で調整する。野菜の水分を飛ばすため、ふたを開けて中火にする。水分が飛んだらできあがり。

夏野菜のラタトゥイユ

夏野菜は、夏の暑さで火照った体を冷やしてくれ、体にこもった熱を尿と一緒に排出してくれます。また、ニガウリ、オクラ、モロヘイヤなどの苦みとネバネバは食欲を刺激し、腸を整え疲労回復にも効果を発揮します。現在の夏の生活は、体が火照るだけでなく冷房で冷やされる時間がとても長いので、体を冷やす野菜と一緒に温めてくれる野菜を摂るべきです。トマト・ニガウリなどの体を冷やす効果のある野菜も、オリーブオイルとニンニクで炒めると冷房で冷えた体対策に有効です。

問 健康長寿課 ☎50-3067

お知らせ

information

『消費者カクイズ』
抽選でエコグッズを進呈!

賢い消費生活を送るためにクイズ形式で楽しみながら知識を深めましょう。

■消費者カクイズ⑮■

Q. ネットオークションで入札したものが落札できず。その後、出品者から落札者が断ってきたのであなたに直接売りたいとのメールがきました。もっとも適切な対処法はどれですか。

- ア) 入札歴と出品者のアドレスが分かっているので安心して取引する
 - イ) オークション外の取引はサイトの補償がないので断る
 - ウ) 出品者がせっかくメールをくれたので応じる
 - エ) 入札価格より安くならないか交渉してみる
- 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 7月6日(金)
- ☎市民生活課 ☎50-3030
※5月号の答え…ア、イ、エ

新任の人権擁護委員を
お知らせします

氏名	住所
高塚 英男	丸岡町豊原高瀬5-2

☎福井地方法務局 ☎20-5090

内閣総理大臣名の
書状を贈呈します

先の大戦において外地などに派遣され、戦時衛生勤務に従事された旧日本赤十字社救護看護婦および旧陸海軍従軍看護婦に対して、ご尽力に報いるため書状を贈呈しています。詳しくは電話で下記へ。

請求期限 平成25年3月31日
※本人またはご家族などからの連絡をお待ちしています

☎総務省大臣官房総務課管理室 ☎03-5253-5182

買収用地草刈り後の
草をお分けします

6月中旬から、笹岡～玄女間の買収済み用地の草刈りを行います。刈った後の草が必要な人は、先着10人にお分けします。説明など詳しくは電話で下記へ。

申込期限 6月22日(金)

☎福井河川国道事務所 福井監督官詰所 ☎27-7601

農業者年金の現況届の
提出をお忘れなく

(独)農業者年金基金から受給者の皆さんに郵送されている現況届に必要な事項を記入し、農業委員会または各総合支所地域振興課までご提出ください。

現況届を提出しないと、年金が差し止められますのでご注意ください。

提出期限 6月29日(金)

☎市農業委員会 ☎50-3151

有害鳥獣捕獲を
実施します

市では、農作物の被害拡大を防ぐため、猟銃を使った有害鳥獣の捕獲を行います。当日朝7時までの農作業や散歩は控えるなど、事故防止にご協力ください。

時間 全地区5:00～7:00

地区	実施日	問い合わせ
坂井	6月19日(火)	農林水産課 ☎50-3150
三国(加戸)	6月16日(土) 7月1日(日) 7月8日(日) 7月14日(土)	三国総合支所地域振興課 ☎82-8904
三国(浜四郷)	6月23日(土) 6月30日(土) 7月7日(土)	

募集

invite information

坂井市産業フェアに
出展しませんか

市内の商工業者や伝統産業および地場産業者などの坂井市産業フェア出展者を募集します。

とき 10月12日(金)～10月14日(日)

ところ 芝政ワールド

申込締切 7月20日(金)

出展品	工業製品、伝統的工芸品、観光物産品および地域発展を進める文化、情報、技術など
内容	製品、サービス、特産物の展示や販売、それらを利用したイベントおよび企業イメージのPR

☎坂井市産業フェア実行委員会事務局(観光産業課内) ☎50-3153

放送大学
10月入学生を募集

放送大学はテレビやインターネットで授業を行う正規の通信制大学です。生涯学習、キャリアアップ、資格取得に最適です。

申込締切 8月31日(金)

☎放送大学福井学習センター

☎22-6361 ☎22-6431

☎http://www.ouj.ac.jp

スポーツで仲間を作ろう
B&G海洋センター水泳大会

小学1～3年生、4～6年生の部に分かれて、各泳法、距離ごとに競技を行います。種目など詳しくはお問い合わせください。

とき 7月22日(日)8:00～

ところ 丸岡B&G海洋センター

対象 25m以上泳げる人

参加種目 1人3種目まで(リレーは除く)

申込方法 申込書に必要事項を記入し、丸岡か春江のB&Gに提出

申込締切 6月22日(金)

☎生涯学習スポーツ課 ☎50-3163

夏休み期間中の
プール監視員を募集

18歳以上で体力に自信のある人、AED講習に参加できる人を募集します。

とき 7月20日(金)～8月20日(月)
9:00～16:30

ところ 春江水泳プール、春江B&G海洋センター

定員 8人程度

時給 高校生 800円

大学生以上 900円

申込方法 履歴書を春江体育館まで持参または郵送

申込締切 7月1日(日)

※応募者多数の場合、選考あり

☎春江体育館 ☎51-4242

開催

event information

ひとり親家庭のための
巡回就業相談

専門の相談員が、母子・父子家庭の就業に関する相談や求人情報の提供などを行います。お気軽にご相談ください。

とき 7月5日(木)
13:00～15:00

ところ 子育て支援課相談室

※相談の秘密は守ります

※電話相談も受け付けます

☎子育て支援課 ☎50-3042

働きたい若者の就労を
「出前相談会」でサポート

仕事について悩みを抱えている本人やご家族からの相談に、自立支援員やカウンセラーが応じます。詳細や予約は下記へ。

開催日時	会場
6月20日(水) 13:00～17:00	東十郷公民館
6月27日(水) 13:00～17:00	あわら市文化会館

対象 おおむね15歳～40歳

参加費 無料

☎ふくい若者サポートステーション ☎21-0311 ☎21-0313

☎info@fukui-yss.com

お花のこともなんでもお任せ下さい。

ご贈答花束 アレンジメント 季節の花鉢

菜の生産・販売 胡蝶蘭 花輪

全国発送致します

花は心のごちそうです。 〒919-0503 坂井市坂井町長屋70-3
TEL 0776-50-1878 / FAX 0776-50-1879
(有)瀬戸生花 http://www.setoseika.com

「みくに いい物うまい物まつり」開催!!

6月23日(土)・24日(日)

- ・三里浜産ハウススイカ・芦原産マルセイユメロン特売
- ・地元生産者による軽トラック市・ギフト用花らっきょ特売
- ・各種ステージイベント・その他イベントが盛りだくさん!

道の駅みくに・ふれあいパーク三里浜

坂井市三国町山岸67-3-1
TEL. 82-3339 FAX. 82-7773

ふれあいパーク三里浜 検索

こちらは有料広告欄です

NEW 花のまち2丁目 好評分譲中!

返済の一例 No.4 3LDK 1,530万円ご購入の場合 月々返済額 41,700円

住宅ローン減税 月々12,750円

総額約 28,950円 P3台

全13区画

甲泰宮建築(株) TEL(0776) 52-7707

区画No.	間取り	土地面積	建物面積	販売価格(税込)
No.1	4LDK	166.44㎡(50.34坪)	99.31㎡	1,580万円
No.2	3LDK	166.44㎡(50.34坪)	99.31㎡	1,580万円
No.3	4LDK	221.88㎡(67.12坪)	106.81㎡	1,780万円
No.4	3LDK	167.36㎡(50.62坪)	92.56㎡	1,530万円
No.5	3LDK	221.88㎡(67.12坪)	106.81㎡	1,780万円
No.6	4LDK	253.94㎡(76.81坪)	105.98㎡	1,830万円
No.7	4LDK	167.36㎡(50.62坪)	92.56㎡	1,530万円
No.8	4LDK	221.88㎡(67.12坪)	106.81㎡	1,780万円
No.9	4LDK	253.94㎡(76.81坪)	105.98㎡	1,830万円
No.10	3LDK	168.70㎡(51.03坪)	108.30㎡	1,730万円
No.11	4LDK	198.64㎡(60.09坪)	114.08㎡	1,880万円
No.12	4LDK	198.64㎡(60.09坪)	114.08㎡	1,880万円
No.13	2LDK	425.68㎡(128.76坪)		900万円

標準装備 ウッドデッキ+外構

住宅ローン減税はお客様がご自身の所得状況により異なります。お気軽に問い合わせください。

甲泰宮建築(株) 坂井市高柳町28-7-3 レインボービル8階

こちらは有料広告欄です



2歳になりました。
風船とお歌が大好きです。

長谷川 歩ちゃん
(2歳・三国町三国東)
父: 栄治さん 母: 真優子さん



1歳になったよ☆
えくぼがかわいいですよ。

谷口 陽愛梨ちゃん
(1歳・春江町中筋三ツ屋)
父: 尚仁さん 母: 由依さん



パパとママの宝物
いっぱいお喋りするよ。

面谷 来瑠ちゃん
(1歳・三国町米ヶ脇)
父: 新二さん 母: 来夢さん



お話しが上手だよ。
パチパチ拍手も上手だよ。

青木 睦和ちゃん
(1歳・丸岡町城北4区)
父: 智寛さん 母: 幸代さん



祝1歳
りんの特演はたいへんおめでたよ☆

原田 凜花ちゃん
(1歳・春江町本堂)
父: 大輔さん 母: 恵美さん



はいくさんデブーしました。
おもちゃいっぱいおくるぞ。

大谷 航己ちゃん
(1歳・丸岡町東二ツ屋)
父: 剛央さん 母: ますよさん



3歳になったよ！4月から保育園も
元気に通い始めるおめでとう☆

藤澤 結愛ちゃん
(3歳・丸岡町川上)
父: 大士さん 母: 香世さん



祝1歳☆
いっぱい食べて、
いっぱい遊んでおめでとう。

出店 悠太ちゃん
(1歳・坂井町中宮領)
父: 隆介さん 母: 美智さん

名前	年齢	行政区	名前	年齢	行政区
三国町					
中田 静一	83	陣ヶ岡	高橋 文子	87	舟寄2区
保出 てる子	94	新保	綿谷 貞子	88	一本田福所
三谷 キメヲ	94	宿	鍋倉 厚	81	南霞4区
徳照 敏子	94	梶	島津 幸男	81	竜北
上川 慎彦	84	新保	高嶋 信男	81	田町
吉本 幸恵	73	橋本	春江町		
山田 訓一	75	大門	佐々木 千恵子	77	京町
板本 康雄	37	宿	林 勇	76	江留上新町
藤田 昌宏	83	池見	中野 つる	91	為国幸
志村 ちゑ子	86	上錦	山本 清一	72	藤鷲塚
志田 省吾	84	三国東	黒川 千代子	80	石塚
中森 義憲	55	宿	川崎 頼三	87	江留上新町
福嶋 高明	87	中元	福澤 誠一	54	西太郎丸
伊野 武弘	74	宿	浜中 由美子	46	江留上本町
三知矢 茂	86	嵩	高間 正之	93	大牧
丸岡町					
新谷 保	81	末政2区	五十嵐 良子	101	大牧
津田 利男	70	舟寄2区	加藤 いさ子	87	江留下屋敷
中澤 正信	91	舟寄1区	中屋 美代子	86	藤鷲塚
江向 勇	91	上安田	小林 とみ子	80	西長田
井上 静	104	松川	野坂 清春	81	中筋三ツ屋
尾形 ノブ子	84	新九頭竜1区	高倉 重子	86	為国中区
宮崎 喜義	77	東組	松浦 三男雄	85	石塚
谷口 勇	84	岡	坂井町		
高倉 幸男	81	小人町	石黒 信子	77	大味上
齊藤 キクノ	85	上長畝	坪川 進二	63	北宮領
吉川 英二	72	下長畝	牧田 キクイ	94	東長田
田中 スエコ	96	里丸岡	新家 喜之	67	田島新
加藤 一見	59	一本田福所2区	名前は全て人名漢字および常用漢字で表記しています。		
高木 朝子	67	一本田福所			

市のすがた

人口	94,394人 (+ 46, - 82人)
男	45,719人 (+ 21, - 39人)
女	48,675人 (+ 25, - 43人)
世帯数	30,036戸 (+ 83, + 296戸)

5月1日現在 ※ ()内は前月比、前年比

「今月のハッピーバースデー」
坂井チャンネル(092ch)にも掲載！
誕生月の赤ちゃんが、コメント・
写真付き(静止画)で登場します。
ぜひお申し込みください。

おかげさまで新工場完成！
オープンセール開催中！
新作仏壇・定番仏壇
お洗濯も安い！(12V配線付)
3尺間・7万円～
6尺間・15万円～
大感謝価格！
(株)サワザキ佛壇店 ☎66-6560 ■営業時間/8:30～18:00 ■定休日/第1・3水曜日
坂井市丸岡町高柳2-16 (国道8号 ゴルフ練習場横)

楽しい少林寺拳法を
始めてみませんか

少林寺拳法は、年齢や性別に
関係なく、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
りませんか。お気軽に見学に
来てください。詳しくは下記まで
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 ☎090-8704-5421

再就職を目指す人へ
パソコンを始めませんか

朝・昼・夜のコースで、各コ
ースとも3～5人の講座です。詳
しくはお問い合わせください。

コース	ワード基礎 (全12回)
	エクセル基礎 (全12回)
	エクセル実務 (全12回)
	デジカメを楽しもう (全8回)

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)
※高齢者向けのコースもあります
問 ジー・アイ・カルチャー
☎68-1101

初心者・初級者向け
テニス教室を開催

中学生以上を対象に、テニス
教室を開催します。テニスを始
めたい人、うまくなりたい人は
ぜひお越しください。

とき 7月2日(月)からの
毎週月曜日(全10回)
19:30～21:30
ところ 丸岡運動公園テニス
コート
受講料 5,000円
定員 30人
申込方法 インターネットで「坂
井市テニス協会」を検
索→スケジュール→
坂井市テニス教室か
ら申し込み

申込締切 6月21日(木)
※初心者で希望者には、教室期
間中ラケットをお貸しします
問 坂井市テニス協会 荒谷
☎090-2122-1385

健康リズム体操で
運動不足解消を

初めての人でも簡単にでき
る60歳以上向きの体操です。

とき 毎週木曜日
10:00～10:50
ところ 春江南公民館
(婦人の家)
参加費 500円/回
申込方法 電話で下記へ
問 楽々健康会
☎090-8968-9266

シルバーソフトバレーボール
大会の参加者を募集

とき 7月12日(木)8:45～
ところ 三国体育館
対象 市民または市内勤務
者で60歳以上の男性
と55歳以上の女性
要件 6人制で、男性4人以内、
女性2人以上、60歳以
上常時4人出場する
こと
参加費 2,000円/チーム
申込締切 6月29日(金)
問 坂井市シルバーソフトバレー
ボール連盟 白嶋 ☎66-1069

あなたも自作の漢詩を
一から始める作り方講座

漢詩に触れてみたいという人
のために、漢詩の作り方のイロハ
から手ほどきします。(4回シリーズ)
【坂井地区】三国公民館

7月3日(火)	
10日(火)	14:00～
17日(火)	16:00
24日(火)	

【福井地区】福井県教育センター

7月7日(土)	
14日(土)	13:30～
21日(土)	15:30
28日(土)	

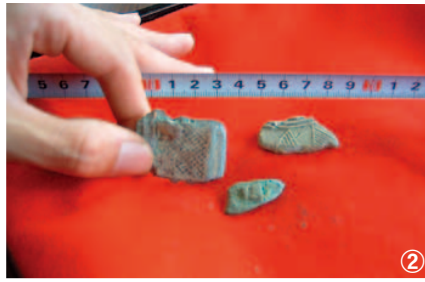
講師 南出 如水氏
受講料 無料(テキスト配布)
問 福井県漢詩人協会
坂井地区 本多 ☎81-4198
福井地区 二見 ☎36-0615
坪川 ☎24-2885

厳肅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する企業へ…
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



①外縁付紐式を模して作られた銅鐸。出世山古墳公園に設置され、音を鳴らして楽しむことができる ②丸岡町高柳から出土した銅鐸の破片 ③春江町で発見された銅鐸の出土場所に建てられた記念碑 ④米ケ脇で出土した「外縁付紐式袷袿襷文銅鐸」のレプリカ。本物は県の文化財に指定されている

華美な装飾やささまざまな模様

市内から出土した鐘で弥生時代を想う

現

在までに坂井市内で出土した銅鐸は確実なもの3点あり、破片が1件、未確認のものが1件あります。銅鐸は普段土の中に埋めて保管されていたため、土中から発見される銅鐸は意図的に埋められたまま忘れられたものと考えられています。

銅

鐸は弥生時代に大陸の馬鈴から発展し、祭祀に用いられたといわれています。もともと鐘ですから、内側に「舌」と呼ばれる棒をつるし、内壁にぶつけて音を鳴らしていました。やがて音を聴くための銅鐸は装飾が華美になり、大型化していきます。音を聴くものから観るものへと変化し、やがて銅鐸の祭祀は衰退していききました。

二

国町米ケ脇で発見された銅鐸は、古い時期の銅鐸で、日本海側では最も東から出土しました。みくに龍翔館に本物が展示されています。また、陣ヶ岡

の出世山古墳公園には、同じ形式を模して作られた銅鐸が展示されていて、実際に鳴らして音を聴くことができます。

春

江町井向からは出土した銅鐸は、存在が確認されているもので2点あります。井向出土銅鐸には動物や船、人などさまざまな模様を描かれ、当時の弥生人の精神世界を垣間見ることが出来ます。

平

成16年に丸岡町高柳・下安田遺跡で発見された銅鐸の破片は、砕いて一部を研ぎ、道具として加工された痕跡が確認されました。これは銅鐸を使った祭祀が終わったことを示す資料として注目されています。

文

字の無かった弥生時代の文化を知る上では、銅鐸のような祭祀に使われた道具の研究は欠かすことができません。市内で発見された銅鐸は、考古学上重要な意味を持っているのです。

純な旅



その大きな志さえあれば
どんな壁よりも高い気持ちを持っていられる。
向かい風が吹いたなら
地を這って耐えることもできる。
きつと、どんな状況をも打ち砕く力になる。

(三国町加戸)

編集後記

▼三国祭の取材で、9段脚立に登って写真を撮りました。高さ足場の悪さで、膝が勝手に笑っていました。手ブレが心配：度胸はなかなか付かないのにお腹のお肉は簡単に付いてしまつことが悩みです。(尚) ▼「お母さん、おにぎり！」。特集を編集集中、弟が小学生だった頃を思い出しました。毎日学校から帰ると夕飯が待ちきれず、おやつよりも塩味の大きなおにぎりを頬張っていたのが本当においしそうで。―その理由が分かった気がします。(純)

