



坂井市の花・木・鳥
ユリ・サクラ・カモメ

みんなが笑顔で暮らせるまち - 坂井市

広報

さかい

野菜さん
元気に
育ててね♪

ぼくたち
いっぱい
食べるもんね



Sakai City Public Relations

CONTENTS

食でつながろう ひとの絆 地域の絆

食から始めよう 健康づくり・・・ 2

2015
JUNE

6

平成 27 年

No.111

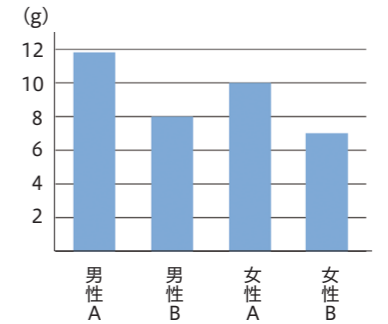
食から始めよう 健康づくり

誰もが気にしている健康。生涯にわたって健康な体をつくるためには何が必要でしょうか。

私たちの体は食べたものからできています。将来の私たちも、今食べているものから作られるのです。その将来を、笑顔のある暮らしとするために、毎日の食事への気配りを始めませんか。



私たちの食塩摂取量はA? B?



脂肪から取るエネルギーの割合も適正を上回っています。食材も簡単に調理できるものが好まれ、肉の加工品や冷凍食品が上位にあります。野菜の摂取量については30歳代では全国平均を下回っており、目標摂取量に約100g足りていません。(国民および県民健康・栄養調査などより)

あなたは大丈夫? 生活習慣病

このまま塩分や脂肪分が多く、野菜不足の食事が続くとなってしまうのでしょうか。

代謝が良い若いうちはまだ健康な状態でいられるかもしれませんが、しかし、その食習慣が根付き、代謝が衰えてきたころには、高血圧や心疾患、糖尿病などの生活習慣病になってしまいます。

現状でも、坂井市国民健康保険医療費の約4割は生活習慣病で占められています。さらに各疾患は要介護の原因へ

とつながっていきます。

食から始めよう 健康づくり

生活習慣病は、日々の習慣の積み重ねによって発症し、重症化していきます。つまり野菜を取る、減塩に心掛ける、体を動かすなど毎日の生活を改善することが予防につながっていきます。

坂井市では生活習慣病を予防するため、次の3つの項目を推奨しています。

【プラスマイナスチャレンジ】

- ①野菜を1日1皿多く食べる
- ②塩分を1日3g減らす
- ③1日10分の運動を続ける

今回は食事から健康づくりを考える、①と②について紹介します。

できることから始めよう

プラスマイナスチャレンジ

〜プラス野菜編〜



なぜ野菜を取る必要があるんだろう?

野菜よりも白米や肉、魚のほうが好きだから、十分に野菜を食べないという人もいます。野菜も肉も白米も同じ栄養が含まれているから、それで良いかもしれせん。しかし、肉には肉の良いところがあるように、野菜には野菜の良いところがあります。

生活習慣病予防に一役 野菜のチカラ

野菜は低エネルギーでありながら効率よく栄養を摂取することができます。また、血糖値の急激な上昇を防いだり、余分なコレステロールや

塩分を体外に排出したり、血圧の上昇を防ぎます。

野菜は1日350g 目安は小鉢5皿分

野菜の必要量は1日350gを目標にするといわれています。野菜の小鉢や具だくさん汁物は、1皿で70gの野菜を取ることができます。1日5皿、サラダやおひたし、煮物などで野菜の種類もいろいろ組み合わせながら楽しい食事をしましょう。

心掛けが大切 意識的に野菜を取ろう

①日本型食生活を心掛けましょう

主食(ご飯やパンなど)、主菜(魚や肉のおかず)、副菜(野菜のおかず)を組み合わせる日本型の食生活はバランスがとれています。毎食、主食1、主菜1、副菜2の器の数をそろえましょう。

②カレーや麺料理、汁物は野菜をたっぷり

ビーフカレーを野菜カレーに変えれば140gもアップに。ラーメンも野菜ラーメンに変えることで70gアップになります。

③調理で工夫してみよう 野菜は熱を入れるとかがさが減り食べやすくなります。電子レンジを利用すると手軽に行えます。

また時間があるときに下ごしらえをして冷凍しておくことで、必要なときだけ使えます。

④コンビニで野菜をとる おにぎりやパスタを買う時に、野菜のおかずをもう一品。またパンならサンドイッチや調理パンを、弁当は野菜が多いものを選びましょう。

料理でチャレンジ 野菜たっぷりレシピ

ハウレンソウの塩麴炒め



【材料】(4人分)

ハウレンソウ	200g
ベーコン	100g
しめじ	1パック
ニンジン	40g
塩麴	大さじ1

【作り方】

- ①ハウレンソウは7~8cmくらいに切り、しめじは小房にわけ、ニンジンは千切りベーコンは2cm幅に切る。
- ②フライパンでベーコンを炒め、皿に取り出す。
- ③同じフライパンでニンジン、ハウレンソウ、しめじの順に炒め、②を加え、塩麴で味をつける。

【栄養成分】(1人分)

エネルギー	126kcal
タンパク質	5.3g
脂質	10.0g
塩分	0.8g

ほうれん草にはカロテンなど栄養満載! 「野菜が足りないかな?」と思ったときの、おすすめ一品です

市食生活改善推進委員 竹内 直美さん



できることからはじめよう

プラスマイナスチャレンジ

～マイナス塩分編～



塩分の取り過ぎは
高血圧の主な原因

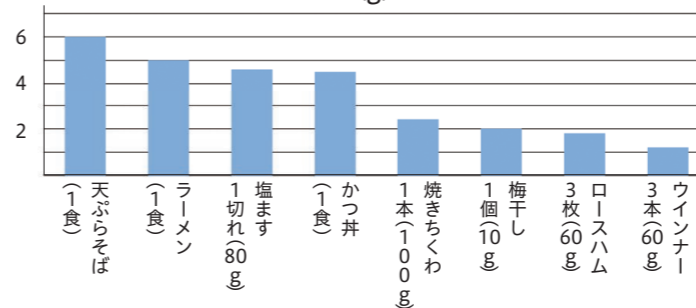
塩分は人の体にとって必要不可欠な栄養ではあります。多く取り過ぎると高血圧になります。血管にかかる高い圧により、全身の血管や心臓、腎臓に負担がかかり、動脈硬化を起こします。このもろくなった血管が破れたり詰まったりすることで、脳卒中や心筋梗塞を引き起こし、寝たきりの原因などになっていきます。

食事を取れば
塩分も取ることに

加工食品や外食をはじめ、漬物、干物やラーメンなどの汁やスープ類には塩分は多く

含まれます。みそやしょうゆ、ソースなど調味料にも含まれているので、使いすぎないように気を付けましょう。

食品に含まれるおおよその塩分(g)



気張らず挑戦
減塩の食事

さまざまな食品に入っている塩分を一度に大幅に減らすことは難しいかもしれません。けれども少しづつでも減塩しませんか。

- ①まず一口食べてみる
お惣菜を食べる前から調味料をかけていませんか。まずは一口だけでも食べてみましょう。
- ②薬味、酸味、辛味を使う
物足りないときは、塩分で補うのではなく、ねぎ、大根おろしなどの薬味や、レモンやとうがらしなどで味を楽しみましょう。
- ③塩分の少ないものを選ぶ
加工食品などを買う場合は、栄養成分表示を参考にしましょう。
- ④「かけず」に「つける」
しょうゆやソースはかけて食べるより、つけて食べるほうが塩分摂取量が少なくなります。

みんなで分かち合う
食のよろこび

私たちは、前ページのような減塩やお野菜たっぷりのメニューなどを創作し、地区での料理教室や、保育所などで広めています。「体に優しいレシピが作れるようになった」など、みんなが喜んでもらえる地域と触れ合いながらの活動を続けていきたいですね。

野菜づくりで
子どもの笑顔づくり

2歳児から5歳児が園庭でトマトやオクラなどを楽しく育てています。自分たちで苗を植え、水やりや草取りをし、野菜の生長を見守り、収穫します。野菜づくりで感謝の気持ちも育ち、野菜が苦手な子も意欲的に食べています。子どもには作る喜び、食べる喜びを味わい続けて欲しいですね。

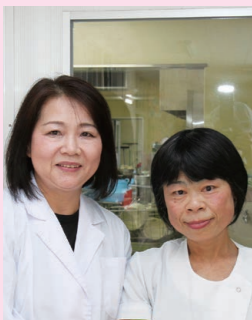


まごころ保育園
保育士 横山 恵美さん



坂井市食生活改善推進委員会
会長 末廣 明美さん

私たちも 取り組んでいます 「プラスマイナス チャレンジ」



磯部小学校
栄養士 戸板 眞弓(左)
調理師 杉山 ひとみ(右)



男性料理まないた会
会長 為頭 孝俊さん

みんなで減塩
手料理に挑戦

講師をお呼びして季節の野菜などを使った料理を習っています。塩分を控えたメニューも多く、最初は「なんてしようもないやろ」と思っていました。今は薄さになれ、食材の味を楽しむようになりました。仲間と共に薄味の良さを分かち合いながら楽しく料理していきたいですね。

健康だけでなく
食べる楽しみを大切に

減塩は大事ですが、育ち盛りの子どもにはおいしく給食を食べて欲しい。そのような思いで野菜の下ゆでに塩を使わないことや、減塩で薄味になる分、昆布でうま味を加えるなど工夫をしています。子どもの満足する顔を見たいですから、これからも子どもに喜ばれる給食を作っていきます。

一緒に学びませんか
食育ネットワーク会員募集

「食でつなげよう ひとの絆 地域の絆」をモットーに活動しています。講演会や食育事例発表会などの勉強会、食育イベントを通してみんなで学び、協力し合いながら食育の輪を広げていきますか。

一緒に坂井市を盛り上げたいという人や個人・団体・事務所などで食育活動に取り組んでいる人は、ぜひ会員登録をお願いします。

坂井市食育ネットワーク事務局(健康増進課内)
50-13067

将来のため
今できることを

「健康」とは難しいことかもしれませんが。けれども何かを始めることでより健康になるのではないのでしょうか。身近な「食」から健康に向けた一歩を踏み出しましょう。

料理でチャレンジ 減塩レシピ

豚肉のポン酢炒め

【材料】(4人分)
 豚こま切れ 200g
 酒 大さじ1
 タマネギすりおろし 大さじ1
 ニンニクすりおろし 1/2かけ分
 片栗粉 大さじ1
 タマネギ 120g
 ニンジン 1/3本
 ポン酢 大さじ3
 みりん 大さじ1
 ごま油 小さじ1
 バター 小さじ1

【作り方】
 ①豚肉は、タマネギのすりおろし、にんにくのすりおろしをもみ込み酒をまぶし、片栗粉をからめる。
 ②タマネギは5mmに薄切りにし、ニンジンは千切りにする。
 ③フライパンにごま油を熱し①を炒め、ある程度火が通ってから②を炒める。あらかじめ合わせておいたポン酢とみりんで味付けし、最後にバターを加えてなじませる。

【栄養成分】(1人分)
 エネルギー 135kcal
 タンパク質 11.1g
 脂質 5.6g
 塩分 0.9g

市食生活改善推進委員
南出 眞代さん

塩分を控えても、
ポン酢がおいしい味を引き出してくれます。一度
お試しください



花とともに育てよう 思いやりの心

5月13日(水)

大関小学校で人権の花運動が行われました。福井人権擁護委員が3、4年生59人に思いやりの心の大切さの話などをし、花苗の移植方法を教えました。今回の花苗は坂井農業高校3年生が栽培。児童は同高の生徒と一緒に移植しました。児童を代表し岡崎紫乃さん(同小4年生)が「綺麗な花を咲かせ続けたい」と感謝のあいさつと手入れの約束をしました。



▲大関小の児童が坂井農業高校の生徒と協力して、サルビアなど5種75本の花苗を移植した

学 びで充実した生活を 坂井市成人大学が開講

5月16日(土)

高椋コミュニティセンターで市成人大学の開講式が行われ、市民96人が入学しました。式後には第一回の講座「健康は笑いから」を演題に、芸人の岡田純平氏が講演。漫談や、芝居、歌を交えて普段の生活に多くの笑いを取り入れることが、脳の活性化や周囲を癒していくことを話しました。受講生は楽しみながら、健康の大切さを興味深く学びました。



▲歌いながら登場する岡田氏。笑うことの大切さをユーモラスに講義

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。



▲二人でホースを支え、放水作業を確認

火 災に備える消防団 初動や連携を訓練

5月10日(日)

大規模な火災を想定し、嶺北消防組合坂井消防団が丸岡町玄女工業団地周辺で火災防ぎょ訓練を行いました。訓練には市内全23分団、女性消防団員、嶺北消防組合員の合計498人が参加しました。ポンプ車を使った中継・放水訓練のほか、エアテントを使った避難・応急処置を実施。大きな声を掛け合い、初動体制や連携した活動の確認を行いました。



▲潜って岩の下にアワビを放流する海女たち

三 国の海をより豊かに アワビの稚貝を放流

5月15日(金)

アワビの安定した漁獲のため、雄島漁業協同組合により稚貝の放流が行われました。放流場所は三国町米ヶ脇・安島・崎・梶の沿岸で、約39,000個を一つ一つ手作業で放流。安島漁港では海女7人がアワビの天敵であるタコなどに食べられないよう、水深2mほどの岩の下に丁寧に置いていきました。約3年で水揚げできる10cm以上のサイズになります。

見 て触って転んで 笑顔溢れる田植え体験

5月7日(木)

社会科授業の一環で、春江小学校5年生約90人が春江町随応寺で田植えの体験を行いました。地元の農家を中心となり“粋植え”を指導。児童たちは「腰がすごく痛くなり、お米を作ることが大変なことが分かった。でも、友達と作業するのはすごく楽しい」と田んぼに足を取られながらも、一生懸命に苗を手で植えました。秋には稲刈りを行います。



▲泥んこになりながら苗を植える児童たち

花 とともにある情景 優しさ溢れる作品を表彰

5月10日(日)

第22回一筆啓上賞「花」の顕賞式が丸岡体育館で行われました。花で彩られた会場には、受賞者やその家族など約400人が来場。大賞の5編は、受賞者本人が自身の作品を読み上げたほか、選考委員の小室等さんが曲を付けて披露しました。人々の思いのこもった作品に触れた会場は、笑顔の花が咲き誇りました。



◀坂本市長から大賞の表彰を受ける酒井健太さん(磯部小5年)



▲友達と協力し合いながら清掃活動をする生徒たち

地 元への貢献と奉仕の心 丸高生が清掃活動

5月7日(木)

丸岡高校1年生165人が、丸岡町内の文化施設4か所の清掃奉仕作業を行いました。地域の文化や歴史への理解を深めることを目的とし、総合学習の一環として実施。生徒たちは「清掃活動は気持ちがいい。大変だったが、綺麗になるとうれしい。」と話し、雑草を刈り終え綺麗になった境内を誇らしげに見つめていました。



▲買い物のついでに血圧の測定や健康に気を付けた生活習慣について相談をする来場者

健 康に気を配ろう 簡易な検査と気軽な相談

5月9日(土)

5月12日の「看護の日」に合わせ、三国病院はみくにショッピングワールド・イーザで健康相談などのイベントを行いました。会場では血圧、体脂肪や血管年齢などの測定を実施。測定数値をもとに、看護師が健康に向けた生活習慣の改善案などを勧めました。薬剤師や栄養士による相談コーナーでは、日常で使用している薬や食生活の相談に応じました。



演奏会で笑顔が届けられるように。限られたなかでの練習に自然と熱がはい

演奏できることに感謝
一途な思いをのせ一音入魂

年 齢も職業もばらばら。ただ音楽が好き。演奏が好き。

そんな熱い思いを持った楽団。それが「春江ブラスコンコード」だ。

同楽団は吹奏楽愛好者が活動できる場を作るだけでなく、音楽を通して地域に貢献したいという思いから平成2年に発足。現在10代から60代まで幅広い年齢層が在籍し、魅力あふれるハーモニーを奏でている。

小学校4年生からトランペットを演奏している谷本翔さん(春江町石仏)は、「言葉では伝えられないことも、音楽でなら伝えられる」と話し、心から楽団での演奏を楽しんでいる。

中学校1年生からホルンを吹いている小林祥子さん(丸岡町一本田福所)は「一人ではなく、みんなでの音楽を創りだせるところが素晴らしい」と笑顔で話

す。楽団でパーカッションを務める中出敏昭さん(丸岡



春江ブラスコンコード

メンバー 34人

代表 松田 英樹さん(春江町中筋)

指導者 1人

コメント

坂井市を中心に活動している市民吹奏楽団です。毎週木曜の夜、春江町中コミュニティセンターでの練習に参加できる人を募集中です。見学歓迎します。お気軽にお越し下さい。

「ふれんず」は坂井チャンネルの番組「坂井さんちのこっしえるじえ」でもご覧いただけます！今回の内容は、6/15(月)～7/4(土)まで放送します。お楽しみに！ 〇秘書広報課☎50-3012



個人練習にも余念がない



音楽を通して様々な年代の人たちと関わっている

町八幡町は「自分自身の技術向上はもちろん、音楽が大好きな団員をもっと増やして、合奏に厚みを持たせたい」と自身の成長だけではなく、楽団としての成長も望んでいる。

指揮者であり指導者でもある宮内嘉彦さんは「団員たちが奏でる音には演奏への一途で真剣な気持ちが表

れている。一生懸命に練習した後は、みんな清々しい表情をしている。本当に音楽が好きなんだと実感する」と楽団の魅力を語る。

演奏はみんなで行うもの。だからこそ個人の力が大切になる。仲間たちと目標に向かって歩んでいくため。音楽と真摯に向き合いながら、今日も仲間たちは演奏し続ける。

作家高見順に迫る 高見文学の神髄

5月23日(土)

三国町出身の作家高見順に造詣が深い坂本満津夫氏による講演会が三国図書館で行われました。約30人が参加し「二つの私生児」という題目で、高見順という人物やその作風をわかりやすく解説。坂本さんは「高見さんは内面描写がすごく上手な作家。登場人物があたかも作家自身であると錯覚してしまう」と高見文学を賞賛していました。



5冊の高見順論を著し、高見順の家族とも親交のある坂本さんが解説



笑いも交えながらの寸劇に会場全体が引き込まれる

自分らしくいるために 在宅医療を正しく知る 5月17日(日)

坂井市障害者プラン住民会議による講演がいねずで行われました。「在宅で看取る・当たり前の社会へ」という題目で、在宅医療を行う医師の紅谷浩之氏が講演。在宅医療の問題を寸劇で演じ、紅谷さんが答える形で進行し、「在宅医療は自分らしく最後まで生きるための一つの手段。みんなが正しい知識を持つことが大切」と話していました。

大 迫力の人形山車 三国祭は今年も大盛況

5月19日(火)～21日(木)

北陸三大祭りの一つと言われる「三国祭」が行われました。中日には高さ6mを超える武者人形山車6基が三国町の旧市街地を巡行し、三國神社に奉納。迫力満点の山車を一目見ようと市内外から多くの人々が訪れ、細い路地を息のあった舵取りで進む姿に大きな拍手を送っていました。囃子方は小気味良い音色を会場中に響かせ、祭りに華を添えていました。



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。

QRコードからアクセスして、簡単登録！



坂井市防災情報メール

防犯、防災、感染症情報などをEメールで携帯電話にお知らせするサービスだよ。情報は全8種類。みんな登録してね。

安全対策課 ☎50-3525

現況届の提出を忘れずに

●問い合わせ 農業委員会 ☎50-3151



7月5日投票日 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

農業者年金の現況届の提出はもうお済みですか。現況届の用紙は、5月下旬に(独)農業者年金基金から受給者に郵送されています。必要事項を記入し、各総合支所地域振興課または市農業委

【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

【投票日】7月5日(日) 7時～20時

【投票所】市多目的研修集会施設

【告示日】6月28日(日)

【立候補受付】告示日の8時30分～17時

【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

員会まで提出してください。現況届の提出がない場合、年金が支給されなくなります。必ず提出をお願いします。提出期限 6月30日(火)

【開票】7月5日(日) 21時15分

【期日前投票】6月29日(月) 7月4日(土) 8時30分～20時

【投票所】本庁・各総合支所

【期日前投票】人の住所地の期日前投票所で行います。

【期日前投票】投票日に用務がある場合は、期日前投票ができます。

権を有する人 【投票所】入場券に記載 ※忘れずにお持ちください

三国病院で働きませんか 平成28年4月からの職員を募集します

●問い合わせ 三国病院 ☎82-0480

①昭和56年4月2日以降に生まれた人で、助産師または看護師免許を有する人(平成28年4月末までに取得見込みを含む)

教育委員長に三宅氏を選出

●問い合わせ 教育総務課 ☎50-3160

臨時教育委員会が5月11日(月)、坂井市役所で開かれました。教育委員長に三宅小百合氏(三国町三国東)、委員長職務代理者に若松静榮氏(坂井町宮領)を選任しました。



牧田 靖夫 氏



三宅 小百合 氏

②市内または近接地に居住でき夜間などの緊急の呼び出し、交代勤務ができる人

回	試験日	申込締切
1	7月25日(土)	6月26日(金)
2	9月26日(土)	8月28日(金)
3	11月28日(土)	10月30日(金)
4	28年1月23日(土)	12月25日(金)

※申し込みは平日の8:30～17:00 ※申込方法の詳細はお問い合わせください

6月12日(金)から受付開始 27年度市職員採用候補者前期試験(大学卒業程度)を実施します

●問い合わせ 職員課 ☎50-3011



【二次試験】とき 7月26日(日) ところ 春江中学校

【二次試験】とき 8月下旬(予定) 申し込み手続き 職員課で交付する申込用

区分	採用予定	受験資格
事務	20人	昭和60年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人(平成6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28年3月31日までに卒業見込みの人を含む)
土木	2人	昭和55年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人(平成6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28年3月31日までに卒業見込みの人を含む)
電気	1人	
学芸員(考古学)	1人	

28年4月に採用予定の市職員を募集します。

紙に必要事項を記入し提出 申込用紙を郵便請求する場合、封筒の表に「職員採用試験申込用紙請求」と朱書きし、送り先を明記し1200円分の切手を同封してください

持参する場合 6月12日(金)～30日(火)の平日8時30分～17時15分に職員課に持参

郵送する場合 6月12日(金)から受付を開始し、30日(火)の当日消印有効。提出は「書留郵便」26日(金)以降は「速達書留」インターネットの場合 「ふくえいネット」による電子申請を利用して、6月12日(金)～30日(火)17時15分までに申請。同時刻までに正常に受信したものに限りです

◆後期試験(短大・高校卒業程度および資格専門職)は9月20日(日)に実施します。事務、土木、保育士などを募集予定です。詳細は広報さかい7月号などお知らせします。

子育て世帯臨時特例給付金 申請はお忘れずに

●問い合わせ 子育て支援課 ☎50-3042



①対象の人には、5月末に申請書を普通郵便で郵送していただきます。児童手当受給資格審査が必要になりますので、児童手当現況届と一緒に必要事項を漏れなくご記入ください。

②必要書類を添えて、担当課または各総合支所福祉課に提出してください。

申請方法 ①対象の人には、5月末に申請書を普通郵便で郵送していただきます。児童手当受給資格審査が必要になりますので、児童手当現況届と一緒に必要事項を漏れなくご記入ください。

申請期間 6月1日(月)～11月30日(月) 平日8時30分～17時15分 ※児童手当現況届の受付期間は6月末までです

支給金額 対象児童1人につき 3,000円

対象者 坂井市で平成27年6月分の児童手当受給資格がある人(特例給付を除く) ※生活保護を受給している人、臨時福祉給付金の支給対象となる方も対象となります。

子育て世帯臨時特例給付金を支給します。

※児童手当の振込口座と違う口座を希望する場合は顔写真付きの本人確認書類のコピーを提出(口座は申請者名義に限る) 公務員で対象になる人 公務員の人には案内を郵送しません。次の書類を添付して申請してください。 申請書(職場で配布) 児童手当受給状況証明書(職場で発行) 手続きに来る人の本人確認書類(申請者本人以外の場合はコピーを提出) ※申請書など発行の時期は職場によって異なりますので、職場の人に確認ください

●期間中に来庁できない場合は、郵送でも受け付けます。手続き方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください 支給の時期 児童手当10月定時払い(10月15日)と合わせて支給します。(10月以降の申請は翌月15日に支給)

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。

今川節の楽譜を発見

5月12日(火)～31日(日)

丸岡町出身の作曲家・今川節が謄写印刷した「今川節作曲楽譜」が、生前住んでいた家の隣から見つかり、丸岡図書館に寄贈されました。その中にはこれまで見つかっていなかった「同楽譜」10号分が含まれており、発行された27号のうち26号分がそろったこととなります。



▲展示された10号分の楽譜はどれも貴重な品ばかり

丸岡町建設業協会が奉仕活動

5月26日(火)

丸岡町建設業協会が丸岡町一本田と一本田中の地下道で奉仕活動を行いました。約30人の会員が落ち葉やすずなどで汚れた地下道を清掃。天井や壁、床、手すりをほうき、雑巾などで綺麗にしていきました。会長の寛基一さんは「地下道を施行した業者として、みんなに気持ち良く利用してほしい」と話しました。



▲溜まった落ち葉などを綺麗に掃き取る

魅力あるまちを目指して

5月27日(水)

坂井市総合戦略推進会議の委嘱式が坂井市役所内会議室で行われました。人口減少問題などを専門的見地から聴取するとともに、幅広い意見を反映するため、学識経験者や市民団体など異なる分野17人の委員により構成。坂本市長から委嘱状が委員1人1人に交付されました。



▲坂本市長より委嘱状を受け取る春江中保教育所保護者会長の小林瑞穂(左)さん



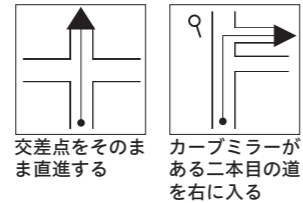
ゲーム感覚で旧跡を散策！ 「2015丸岡城ウォークラリー」に参加しませんか

●問い合わせ 生涯学習スポーツ課 ☎50-3163

ウォークラリーって？

チームで協力してコマ図に従って、途中のチェックポイント・観察ゾーンで出された課題を解決しながら歩きます。ゴール後の時間得点と課題得点の合計で順位を競います。歩くことを通して、健康づくりやチーム員のコミュニケーションも図れます。

コマ図って・・・？
進む方向が分かるように、簡単にした地図だよ。例えば…



コ マ図を見ながら、移動・ゲーム・クイズに挑戦しよう。約3キロのコースです。

コ とき 6月28日(日) ※小雨決行
8時30分～12時

コ ところ 丸岡城ふれあい広場

コ 対象 大人1人以上を含む2～5人のチーム(先着40組)

コ 参加費 1人100円(保険料)

コ 持ち物 飲み物、帽子、雨具、汗拭きタオル

コ 申込方法 6月19日(金)までの平日8時30分～17時15分に、生涯学習スポーツ課まで電話で申し込む

コ ※チーム名を決めて申し込んでください



坂井市行政手続条例が改正 平成27年4月1日から施行されました

●問い合わせ 総務課 ☎50-3010

行政手続条例とは、行政運営における公正の確保と透明性の向上を図ることを目的として、処分や行政指導などの手続きに関する共通事項を定めています。今回の改正により、市民の皆様の実利のための手続きが整備されました。

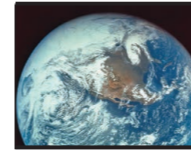
●主な改正内容

●法令に違反する事実を発見した場合に、その是正のためにされるべき処分又は行政指導がされていないと思ふときは、その処分などを行う権限を有する行政機関又は市に対し、その旨を申し出て、処分又は行政指導をすることを求めること

ができるようになりました。

●行政指導の相手方は、その行政指導が法律又は条例に規定する要件に適合しないと思ふときは、市に対し、その旨を申し出て、その行政指導の中止その他必要な措置をとることを求めることができるようになりました。

●行政指導に携わる者が行政指導をする際、その根拠となる法令の条項、その条項に規定する要件及び権限の行使がその要件に適合する理由を、相手方に示さなければならぬことになりました。



ライトダウンキャンペーンと夏の節電にご協力をお願いします

●問い合わせ 環境推進課 ☎50-3032



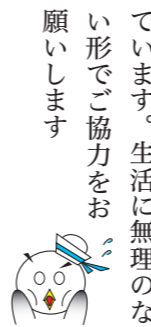
毎月16日のさかいライトダウンデーにもご協力を！

ライトダウンをする夜は、みんなが地球を思う夜です。明かりを消して、地球や私たちの生活に思いを巡らせてみてはいかがでしょうか。

市民統一消灯日
6月28日(日)
(福井震災追想の日)

全国一斉消灯日
6月22日(月)
(夏至の日)
7月7日(火)
(クールアース・デー)

市 では、地球温暖化防止のため、ライトダウンを呼びかけています。家庭や職場でも、防犯や安全上支障のない範囲で、不要な照明の消灯にご協力をお願いします。左記の統一消灯日などについては、20時から22時と昼間の2時間(任意)の消灯にご協力をお願いします。ライトダウンキャンペーン 6月21日(日)～8月31日(月)



※節電を意識するあまり、エアコンの使用を控えたりして熱中症になる人が増えています。生活に無理のない形でご協力をお願いします

- エアコン
 - ・室温を28度に設定
 - ・フィルターの掃除はこまめに
- 冷蔵庫
 - ・ドアを開けている時間は短く
 - ・物を詰め込みすぎない
 - ・熱いものは冷ましてから
- テレビ
 - ・見ていないときは消す
 - ・音量は不必要に大きくしない
- その他
 - ・炊飯器や電気ポットの保温を控える
 - ・リモコンの電源ではなく本体の主電源を切る
 - ・長時間使わない機器はコンセントを抜く

身 近なところからの節電にもご協力をお願いします。これから暑い夏がやってきます。エアコンの使用が増えるなど、電力需要が増加する季節です。そのため、左記のことにもご協力をお願いします。



市のもやせるごみ収集袋に事業所の広告を掲載してみませんか

●問い合わせ 環境推進課 ☎50-3032

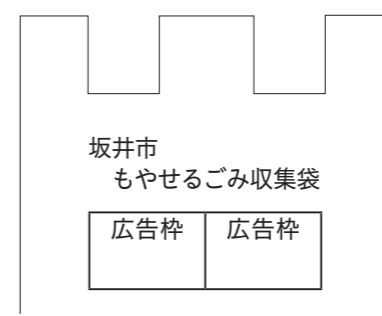
坂井市指定ごみ袋のうち「もやせるごみ収集袋」(45ℓ・25ℓ・15ℓ)

ごみ袋の種類	広告の大きさ	作成枚数
もやせるごみ収集袋(45ℓ)大	縦16cm×横20cm	320万枚
もやせるごみ収集袋(25ℓ)小	縦12cm×横15cm	76万枚
もやせるごみ収集袋(15ℓ)特小	縦10cm×横12cm	8万枚

も やせるごみ収集袋は、市内全域で使用される宣伝効果の高い広告媒体です。市では、ごみ袋に掲載する有料広告を募集します。お店や事業所などの紹介に利用してみませんか。広告掲載料は「坂井市指定ごみ袋」の製作費に充てられます。



市民の皆さんがよく使うごみ収集袋。事業所を宣伝するには、とっても有効だね。



【広告掲載位置】

募集枠数 2枠
掲載料金 1枠につき20万円
募集期間 6月11日(木)～6月30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

お知らせ event information

6月市議会定例会の様相を録画放送します

坂井市チャンネル(さかいケーブルテレビ121ch)で下記のとおり録画放送します。

- 放送内容
- 前編…市長招集あいさつ 一般質問(1日目)
- 後編…一般質問(2日目)

内容	放送日	開始時間
前編	6月26日(金)、28日(日)	17時から
	6月30日(火)、7月2日(木)	10時から
後編	6月27日(土)、29日(月)	17時から
	7月1日(水)、3日(金)	10時から

☎議会事務局 ☎50-3001

有害鳥獣の捕獲には狩猟免許が必要です

福井県が狩猟免許試験を実施します。有害鳥獣捕獲で地域貢献をしたい人や狩猟に関心がある人は、この機会に受験しませんか。合格を目指すための講習会も開催されます。

■準備講習会

と き 7月18日(土)・20日(月・祝)

ところ 福井県中小企業産業大学校

申込期限 7月3日(金)

☎福井県猟友会 ☎22-7206

■免許試験

と き 8月2日(日)

ところ 福井県立大学福井キャンパス

申込期限 6月26日(金)

☎坂井農林総合事務所

林業・木材活用課 ☎81-3223

寄付をいただきました

寄付による市民参画条例に基づくご支援がありました。寄付金は、教育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、有効活用させていただきます。ありがとうございました。

氏名	住所	金額
ユニー株式会社	愛知県	140,754円
福井県民生活協同組合ハーツ春江	坂井市	30,000円
にし西 勝治さん	大阪府	200,000円
かどや 角谷正さん	大阪府	30,000円

上記のほか、立花日出男さん(福井市)からも寄付をいただきました。

☎企画情報課 ☎50-3013

坂井市わがまち便利帳改訂版を作成

市の行政情報のほか地域情報、医療機関ガイドなどを掲載した坂井市わがまち便利帳を作成しました。6月末ごろまでに市内各世帯に順次配布予定です。

☎(株)サイネックス北陸西支店 ☎34-6566

秘書広報課 ☎50-3012

春江のプールが開館

期 間 7月17日(金)～8月18日(火)

と ころ 春江B&G海洋センター

料 金 中学生以下100円

高校生以上200円

※市外在住の方は、上記料金の2倍です

※7月19日(日)の一般開館は13:00からとなります

☎春江体育館 ☎51-4242

開催 invite information

落語で学ぶ男女共同参画講座

生活の中で「男だから・女だから」といった性別による固定的な役割分担の意識や習慣が、まだまだ見られます。男女共同参画社会を落語を通して面白おかしく、楽しみながら学んでみませんか。

と き 6月26日(金) 13:30～15:00

と ころ いねす 和室研修室

講 師 はやおき亭貞九郎氏

対 象 市内在住の人

定 員 30人

申込方法 6月15日(月)から

電話で下記へ

☎まちづくり推進課 ☎50-3017

男女共同参画センター

☎51-3434

新規学卒者対象サマー求人企業説明会

地元企業が個別に面談しながら、会社概要や採用条件などを説明します。参加企業は40社程度を予定しています。

と き 7月4日(土) 14:00～16:30

と ころ トリムパークかなづ (あわら市山室67-30-1)

対 象 平成28年3月に高校を卒業し、就職する予定の人およびその保護者

☎ハローワーク三国

☎81-3262

紙芝居で振り返る福井震災

と き 6月28日(日) 13:30～14:40

と ころ 丸岡図書館 2階大会議室

講 師 春岡 暢恵氏 白崎 昭夫氏

☎丸岡図書館 ☎67-1500

選手の指導方法や体験談を聞いてみませんか

第10回坂井市民スポーツ祭開会式の一貫として、元丸岡高校サッカー部監督の小阪清吉氏と元FBCアナウンサーの中西夕季氏を迎え、トークショーを開催いたします。参加は無料です。

と き 7月4日(土)19:30～

と ころ 市多目的研修集会施設

申込方法 電話で下記へ

☎坂井市体育協会 ☎68-0123

水曜夜のヨガ教室 心も体もリフレッシュ!

と き 毎週水曜日 20:00～20:50

と ころ 丸岡体育館

内 容 簡単なヨガストレッチ

服 装 運動ができる服装

準備物 タオル、飲み物、内履き

定 員 20人

申込方法 電話で下記へ

参加費 4回2,000円(回数券)

☎丸岡体育館 ☎66-8920

誰でも気軽に楽しめるマレットゴルフ体験

と き 6月28日(日) 9:00～11:30

と ころ ハートピア春江

対象者 市内在住の18歳以上の 人

参加費 無料

申込方法 電話で下記へ

☎春江マレットゴルフ協会

川畑 ☎51-0895

家庭用品リサイクル情報 recycle information

ゆずります ばとんとワラーのバトン(長短1本ずつ)、ハムスター飼育箱と付属品、柔道着(150～160cmくらい)、坂井中学校男子サッカーシャツ(150～160cmくらい)、大学受験の参考書と問題集

ゆずってください 大人用自転車、得点版(スポーツ用)、グラウンドゴルフクラブまたはマレットゴルフスティック

【取り扱うもの】衣類、家具、インテリア、大人用自転車など

【取り扱わないもの】生き物、食品、業務用品、車やバイクなど、製品事故の可能性のあるもの(電化製品など)、衣類以外の子供用製品


詳しくは、市ホームページ「坂井市消費者センター」をご覧ください。

申込方法 電話で下記へ ※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)

※掲載品は掲載者が保管 ☎市民生活課 ☎50-3030

食卓にもう一品! 食生活改善推進員の簡単料理レシピ

根菜入り豚つくねハンバーガー風 春江地区食生活改善推進員



材料 / 4人分

食パン	8枚切	4枚
豚ひき肉		240g
ゴボウ		60g
ニンジン		80g
長ネギ		40g
ショウガ		20g
塩	小さじ1/3	
味噌	大さじ1/3	
しょうゆ	大さじ1/3	
酒	大さじ1	
卵	1個	
片栗粉	大さじ1/2	
(水)	大さじ1	
ごま油	適宜	
ウスターソース	大さじ1	
ケチャップ	大さじ1	
サニーレタス	2枚	
ミニトマト	8個	

栄養成分 / 1人分

エネルギー	320kcal	カルシウム	47.0mg
タンパク質	18.0g	塩分	1.9g
脂質	13.4g		

作り方

- ①長ネギとショウガはみじん切り、ゴボウは薄めのさがき、ニンジンは2cmの千切りにする。
- ②ビニール袋に豚ひき肉・Aを入れよく混ぜ、粘りがでたら①を加えざっと混ぜる。(水は様子をみながら加える)
- ③フライパンにごま油を熱し、②を8等分に丸く形を整え、中まで火をとおす。
- ④Bを混ぜ、ソースを作る。
- ⑤1/4に切り分けた食パンに③・ソース・サニーレタスをはさみ、ミニトマトを添える。

よくかむことの大切さ! しっかりかんで健康に

豚つくねに根菜を加え、かみ応えのある献立にしました。よくかむことで食べ物の消化・吸収が良くなり、唾液の分泌が増えるため虫歯予防効果があります。他にも肥満防止効果や老化防止効果もあるので、しっかりかみ健康を維持しましょう。

☎健康増進課 ☎50-3067

募集
invite information

**「深めよう地域の絆」
さかい夏祭りへ行こう**

今年もさかい夏祭りが8月2日(日)に開催されます。みんなで参加して一緒に祭りを楽しみましょう。

申込方法や詳細などについては下記に問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

■さかい夏祭り“俳句”

「かがし」、「花火」、「せみ」を題材にした俳句を作ってみませんか。応募は1人2句まで。申込締切 7月3日(金)

■フリーマーケット

祭りの会場で実施するフリーマーケットの参加者を募集します。希望者は氏名・住所などを事務局にご連絡ください。

ところ 坂井グラウンド駐車場
出店料 1坪1,000円

申込締切 7月3日(金)

※両イベントとも、申し込みは坂井市民に限らせていただきます

📍さかい夏祭り実行委員会事務局
(坂井総合支所地域振興課内)
☎50-3060 ☎66-2940

学習ボランティア募集

学習支援教室で小中学生に勉強を教えていただけるボランティアを募集します。

とき 平日夜または土日の2時間
ところ 坂井市内児童館や地区コミュニティセンター

対象 教員OB・大学生など
謝礼 2,000円(旅費別途支給)

申込方法 電話で下記へ

📍社会福祉課☎50-3041

**坂井市の魅力を
写真で表現しませんか**

魅力発掘をテーマに、写真コンテストを開催します。みなさんの目線と感性で発見・発掘した坂井市の魅力を写真に収めてご応募ください。

資格 アマチュアに限る

応募規格 カラー、モノクロともに四つ切、四つ切ワイドプリント

単写真のみとし、パネル張りの作品は受け付けない

出品方法 必要事項を明記した応募票を作品の裏面に天地を同じ方向にして、はがしやすいうように貼り付ける。郵送も可とする。

※応募票は坂井市観光連盟ホームページからダウンロードできます

ネガ提出 受賞作品の応募者は、作品のネガ、ポジ、電子データ(CD-Rなどにコピーしたもの)を提出すること。提出がない場合、受賞は無効となります。

送り先

〒913-0063
三国町安島64-1-166
東尋坊観光交流センター内
坂井市観光連盟事務局
フォトコンテスト係

申込締切 平成28年2月29日(月)
※応募規定や著作権など詳細については坂井市観光連盟のホームページをご覧ください

坂井市観光連盟

検索

📍坂井市観光連盟☎43-0753

**ふくい健康長寿祭
参加者募集**

高齢者に適したスポーツ・文化を通じて、健康で活力ある長寿社会づくりを推進するため、健康長寿祭が開催されます。申込方法は下記までお問い合わせください。

とき 9月19日(土)

ところ 鯖江市内施設

対象 60歳以上の人

(昭和31年4月1日以前に生まれた人)

種目 (団体)ラージボール卓球、弓道など
(個人・ペア) テニス、ふれあいダンスなど

※参加人数に制限がある種目もあり、競技団体で選考を行う場合があります

締切 7月2日(木)

📍高齢福祉課☎50-3040

**親子で学ぶ夏休み
下水処理施設を見学**

下水処理施設の見学やパックテストの実験を通して下水道のしくみを親子で楽しく学びませんか。参加は無料です。

とき 7月31日(金)
10:00～12:00

ところ 五領川公共下水道事務組合

対象 小学4～6年生の親子
定員 15人

申込締切 7月24日(金)

申込方法 電話、FAX、メールで下記へ

※ホームページから申込書のダウンロードができます

📍五領川公共下水道事務組合

☎67-1602 ☎67-1605

✉goryoupb@goryougawa.com

**気がるにでき～る
健康体操教室**

とき 毎週火曜日(全12回)
13:30～14:20

※9月22日(火・祝)は休講

ところ 丸岡体育館

講師 野田 美雪氏

準備物 着替え、内履きなど

定員 20人

受講料 1回600円
4回2,000円(回数券)

申込方法 電話で下記へ

📍丸岡体育館☎66-8920

**平成27年度国家公務員
税務職員採用試験**

専用のホームページからお申し込みください。ホームページから申し込むことができない人は、6月19日(金)までに下記までお問い合わせください。

とき 9月6日(日)(1次試験)
資格 高卒見込みの人または高卒後3年を経過していない人

申込期間 6月22日(月)
～7月1日(水)

国家公務員 インターネット 検索

📍金沢国税局人事第二課
☎076-231-2131

**今、学びませんか
放送大学で生涯学習**

入学試験のない文部科学省・総務省所管の通信制の大学です。テレビ、インターネットなどで学べ、生涯学習に最適です。

受付期間 6月15日(月)

～9月20日(日)

📍放送大学福井学習センター

☎22-6361 ☎22-6431

**夏休みの子どもたちと
一緒に過ごしませんか**

放課後児童クラブの臨時職員を募集します。資格は不要です。
勤務条件 週3～4日

7:30～18:30のうち

6～8時間程度

給与 時給900円

募集人数 若干名

採用期間 7月21日(火)
～8月31日(月)

募集期間 6月12日(金)
～26日(金)

申込方法 履歴書を下記へ持参または郵送

📍子育て支援課☎50-3042

〒919-0592

坂井町下新庄1-1

**プールの安全を見守る
監視員になりませんか**

とき 7月17日(金)
～8月18日(火)

9:30～16:00

ところ 春江B&G海洋センター

募集人員 4人

応募資格 坂井市民

賃金 時給850円

または900円

申込方法 履歴書を下記へ持参または郵送

※応募多数の場合は、書類選考後に面接を行います

申込締切 6月30日(火)

その他 決定者には後日、AED講習、監視方法などの説明会があります

📍坂井市体育協会春江支所

☎51-4242

〒919-0474

春江町西太郎丸12-14

お知らせ
information

**従業員の個人住民税は
特別徴収で納入を**

福井県および県内全市町は、平成28年度から、総従業員3人以上の事業主を特別徴収義務者として段階的に指定し、従業員の個人住民税の特別徴収(給与天引)を開始していただくことになりました。来年度以降は、原則として従業員の個人住民税を給与天引きしていただくこととなります。法令に基づく適正な特別徴収の実施について、事業主の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

個人住民税の特別徴収とは事業主(給与支払者)が、毎月従業員に支払う給与から住民税を徴収し、納入する制度です。事業主は特別徴収義務者として、原則すべての従業員について、住民税を特別徴収する必要があります。(地方税法第321条の3・4)

📍福井県税務課☎20-0257
課税課☎50-3023

**障害者110番
無料相談会**

障がいのある人の財産・金銭・年金・人権問題などに対し、弁護士や社会保険労務士、障害者相談員が相談に応じます。

とき 7月4日(土)
13:00～15:00

ところ 三国社会福祉センター

対象 身体・知的・精神に障

がいのある人や関係者

📍(一社)福井県身体障害者福祉連合会☎25-0267

今月の
ハッピー
バースデー

おくやみ

4月21日から5月20日までの届け出分(敬称略)



イタズラ大好き♡
逃げ足はとっても速いのよ。
稲井 朱里 ちゃん
(3歳・丸岡町下安田)
父：雅彦さん 母：さち子さん



ひょうさん若のんが入いつも
家族を笑顔にしてくれます♪
松田 紬希 ちゃん
(3歳・丸岡町猪爪新3区)
父：優也さん 母：恵さん



笑顔が可愛い我が家のアイドル
だぞ！
宮崎 稜也 ちゃん
(1歳・丸岡町南横地1区)
父：公晶さん 母：有貴さん



ゲンカもするけど、お姉ちゃん
が大好き♡
笹原 芽那 ちゃん
(2歳・坂井町花のまち2丁目)
父：茂則さん 母：のり子さん

「みんなの掲示板」
「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
5日まで。ハッピーバースデーは
3歳になるお子さんまでが対象で
す。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」
坂井チャンネル(121ch)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。

名前	年齢	行政区	名前	年齢	行政区
三国町／ 宮川 すみ子 91 仲滝谷	春江町／ 井上 こぎく 93 東太郎丸				
志摩 十四道 94 上旭	砂畑 ゆり子 82 江留上大和				
村上 豊子 79 米納津	笠松 みどり 91 金剛寺				
大嶋 スズヲ 93 横越	笹木 保 78 京町				
柴山 美佐子 86 日和山	北嶋 ミツイ 94 定広				
塩出 秀子 93 西滝谷	藤田 けい子 67 田端				
川崎 すみ子 81 パープルタウン黒目	山岸 浄 79 上小森室町				
鮎川 修 65 桜町	堀 勝治 66 西太郎丸				
齊藤 琴井 87 池上	木内 學 82 京町				
佐野 可枝 78 西滝本	北川 ちい子 94 境元町				
濱田 ミサ 85 宿	高嶋 スミ子 86 下小森				
今井 登美子 99 汐見	谷内 満雄 80 中筋大手				
岡原 武助 90 川崎	竹内 ゆり子 88 江留上日の出				
	高橋 伊平 85 中筋				
	西畑 正一 80 江留上大和				
	巻寄 松男 85 中筋三ツ屋				
丸岡町／ 松川 和子 75 舟寄3区	坂井町／ 青池 喜一 87 河和田				
西野 とし子 92 羽崎	牧野 源義 102 宮領				
岡崎 正子 80 下長畝	由本 要 84 高柳				
南 竹義 73 今市	松川 實 90 朝日				
水野 千代子 88 高柳2区	中山 富枝 82 長屋				
大林 栄太郎 87 ニュー一本田	小倉 キミエ 91 島				
吉田 勇 78 寅国					
山崎 カズエ 91 川上					
川崎 マサ 99 今町					
川端 博美 54 高柳3区					
高本 隆治 66 赤坂					
南畑 強 81 小黒					

名前は全て人名漢字および常用漢字で表記しています。

市の
すがた

人口	93,123人(+ 24、- 705)
男	45,148人(+ 25、- 314)
女	47,975人(- 1、- 391)
世帯数	30,630戸(+ 45、+ 131)

5月1日現在
※()内は前月比、前年比

こちらは有料広告欄です

6月20日(土)・21日(日) いねす感謝祭 開催

農産物直売所「いねす市」 営業時間 7:00～18:00

坂井地域交流センター「いねす」
坂井市坂井町蔵垣内 34-14-1
☎0776-72-7600

坂井地域交流センター「いねす」
指定管理者 株式会社アイビックス
福井市下馬 2丁目 101
☎0776-72-7600

オープン17周年記念
「みくに いい物うまい物まつり」開催!!

6月20日(土)・21日(日)

- ・三里浜産ハウススイカ・あわら産メロン特売
- ・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

三島の海の幸・山の幸
自慢したい特産物がいっぱい

ふれあいパーク三里浜 検索

**第11回チャリティー
おたまじゃくし歌謡発表会**

歌と踊り、ジャグリングを楽しんで下さい。
とき 7月5日(日) 12:30～
ところ 高椋コミュニティセンター
たかむく古城ホール

☎おたまじゃくしの会
代表 金崎☎66-1244

**新田義貞公奉賛会
記念演奏会を実施します**

文化財を鑑賞しながらのバイオリン演奏会です。
とき 6月27日(土)
14:20～15:20
ところ 称念寺(丸岡町長崎)
演奏者 松谷 由美氏
(京都市交響楽団員)
参加費 無料
☎称念寺☎66-3675

**B型肝炎患者への救済
お気軽に電話で相談を**

集団予防接種により、B型肝炎ウイルスに感染したと認められる人に、国から給付金が支給されます。給付金請求に関して無料の電話相談会を行います。
とき 7月9日(木)
14:00～20:00
☎B型肝炎北陸弁護団
☎30-1371

**健康で元気くさわやかに
硬式テニスを楽しもう**

初心者・定年退職者大歓迎。
お気軽にお越しください。
とき 毎週火曜日・木曜日・
土曜日・日曜日の午後
ところ 市内のテニスコート
参加費 300円/回
申込方法 電話で下記へ

☎小町テニスクラブ
山田☎090-6271-9185
坂本☎090-4689-5924
長田☎080-6359-0197

**みんなで笑おう
第10回いねすでらくご会**

ラジオ番組でお馴染み「春風亭一之輔」師匠と、国立演芸場金賞受賞の「三遊亭萬橋」師匠によるらくご会を開催します。
とき 7月26日(日)18:00～
ところ いねす
出演 春風亭一之輔
三遊亭萬橋
料金 前売り 2,500円
当日 3,000円(完売の可能性あります)
定員 120人
販売所 イーザ、ハートピア春江、いねす
☎地域交流プロジェクト
藤崎☎090-2032-0874

**毎週火曜日は
緑幼稚園の園開放デー**

体験や保護者同士の情報交換の場として、お気軽にお越し下さい。
とき 6月16日(火)
おもちゃコンサルタン
トと遊ぼう
6月23日(火)
親子でふれあいあそび

時間 9:00～11:30
ところ 緑幼稚園(丸岡町霞町)
参加費 無料
申込方法 前日までに電話かメールでご予約ください。
☎緑幼稚園☎66-1194
✉midori-k-g@sky.plala.or.jp

**初心者のための
パソコン教室**

①ワード基礎
7月1日(水)・2日(木)
・7日(火)・9日(木)
13:00～16:00
②エクセル基礎
7月16日(木)・22日(水)
・28日(火)・30日(木)
13:00～16:00

ところ 高椋コミュニティセンター
受講料 ①② 4,500円
申込方法 各講座開始3日前までに電話かFAXで下記へ
☎いきいきITクラブ
☎66-0876☎67-8385

坂井市の情報は地域に密着したケーブルテレビで!

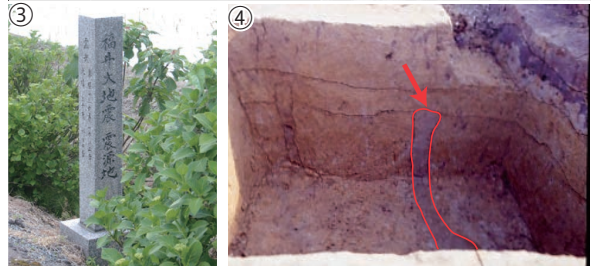
さかいケーブルテレビでは地域情報満載の自主放送チャンネルを放送しています。

地デジ 091ch コミュニティチャンネル
●地域情報バラエティ
●お店情報 など

地デジ 121ch 坂井チャンネル
●坂井市役所からのお知らせ
●坂井市内の行事・イベント情報、
防災情報、お悔やみ・赤ちゃん情報など

ケーブルテレビ加入者の方へ
坂井チャンネル(地デジ121ch)はご視聴できていますか?
視聴できない場合は、テレビやSTBの再スキャン設定が必要になります。
詳しくは、お客様センターまでおたずね下さい。

ご加入の申込み・お問い合わせは
さかいケーブルテレビ株式会社 お客様センター 0120-05-5710 【受付時間】9:00～22:00(年中無休)
けーぶる3ちゃん



①福井大地震で体育館が倒壊した写真(磯部小学校蔵) ②福井地震で崩れ落ちた丸岡城(重要文化財丸岡城天守修理報告書より転載) ③丸岡町末政にある地震震源地の碑。震源地の説の一つの場所である ④坂井兵庫Vトレンチ。坂井町兵庫遺跡の土層写真。写真右側に灰色の砂が下から吹き上がっているような様子が分かる。噴砂と言ひ、液状化現象を示す(福井県教育庁埋蔵文化財調査センター提供)

地震について今一度考える
過去の地震から学ぶこと

近年、東日本大震災・ネパール大地震・小笠原諸島でのマグニチュード8.1の地震など多くの大地震が起きています。福井県内では、昭和23年6月28日に福井大地震が起きています。震源地の場所は諸説あり不明ですが、そのほとんどが丸岡町、春江町など市内に集中しています。

嶺北地方に甚大な被害をもたらした福井大地震ですが、市内でも平野部を中心に家が倒壊するなど大きな被害がでました。また、震度7が制定されるきっかけとなり、その後の地震情報に大きな影響を与えました。福井大地震以前にも市内では周期的に地震が発生し、被害を受けていたことが発掘調査や古文書でわかっています。

発掘調査では、「噴砂」と呼ばれる痕跡が坂井町の坂井兵庫遺跡群から見つかっています。これは液状化を示しており、地中の土砂が地下水と共に地表に

吹き出した現象です。一般に液状化現象は震度6以上の大地震にならないと発生しないと言われており、当時大規模な地震が起っていた事が分かります。

この他にも、江戸時代の文献資料には1833年に地震が起きた事が記述されており、1858年に起きた地震については「丸岡城の廓各所が大破、地震被害に付幕府へ一万五千両の拝借届を書出す」との記述が残っており、大規模な地震が起っていたことが読み取れます。

福井大地震から70年近くがたとうとしています。その間、幸いなことに市内では震度6以上の大規模地震は観測されていません。しかし、日本各地では大小さまざまな地震が発生しています。「自分だけは大丈夫」と過信せず、今一度地震が起きた際の避難場所などを家族で話し合ってみてください。

純な旅



どんなものも吸収してみる。
無駄なものなんてひとつもないんだから。

(ゆりの里公園)

編集後記

▼先月めでたく？誕生日を迎え三十路越え。まだまだ若いつもりでいましたが、自分を冷静に見つめれば：お腹はポッコリ、朝の自分の匂いにビックリ(いい匂いになる方法募集中)。うん、大人の魅力ってどこで買えるの？ (介)

▼看護の日のイベントで血圧や骨密度などを測定していただきました。脈拍、血圧は特に異常なし。「よしよし」と思っていたのもつかの間、血管年齢や骨年齢では実年齢を上回る結果に…。生活を見直して体の若返らせなければ…。 (直)

