



# 広報 さかい

## 10月12日(土) 前夜祭イベントスケジュール

| 時間          | 内容                   | ところ           |
|-------------|----------------------|---------------|
| 16:00~20:30 | おじゃれ市(模擬店)           | ふれあい広場        |
| 17:00~20:30 | 磨暦乎迦のひかり             | 一筆啓上茶屋前・霞ヶ城公園 |
| 16:30~18:00 | 本多成重総選挙・仙千代選抜じゃんけん大会 | メインステージ       |
| 18:00~18:20 | 本多成重総選挙投票            |               |
| 18:30~19:30 | 伝統芸能披露(霞太鼓・舟寄踊り)     |               |
| 19:40~19:50 | 本多成重総選挙結果発表          |               |
| 19:50~20:00 | 投票者抽選会               |               |
| 20:10~20:30 | おじゃれ餅まき              |               |

## 10月13日(日) 本祭りイベントスケジュール

| 時間          | 内容                    | ところ            |
|-------------|-----------------------|----------------|
| 8:30~17:00  | 本多成重丸岡城入城400年記念特別パネル展 | 丸岡城            |
| 9:00~11:30  | からくり人形山車巡行            | 高椋地区<br>高椋東部地区 |
| 10:00~14:00 | お天守歴史めぐり(スタンプラリー)     | 丸岡城周辺          |
| 10:00~19:30 | おじゃれ市(模擬店)            | ふれあい広場         |
| 12:00~13:00 | 中学校吹奏楽部演奏(丸岡南中・丸岡中)   | メインステージ        |
| 12:30~14:00 | 五万石パレード               | 丸岡城周辺          |
| 14:00~14:20 | セレモニー                 |                |
| 14:30~14:50 | 嶺北消防組合消防音楽隊演奏         | メインステージ        |
| 15:30~16:40 | 総踊り                   | ふれあい広場南側道路     |
| 16:50~17:50 | よさこい                  | メインステージ        |
| 17:50~18:10 | 総踊り表彰式                |                |
| 18:20~18:40 | おじゃれ餅まき               |                |
| 18:40~19:00 | フィナーレ                 |                |

丸岡城下の「ふれあい広場」をメイン会場に、今年も丸岡古城まつりを開催します。

前夜祭では、祭りの主役を決める本多成重総選挙や仙千代選抜じゃんけん大会を行います。本祭りでは、子供大名行列、手作り鎧兜武将隊、丸岡古城武将隊が城下を練り歩く「五万石パレード」などイベントで盛り上げます。

今年の総踊りは、コンテストを

行います。飛び入り参加も大歓迎。一緒に秋の城下を楽しみませんか。

10月12日(土)・13日(日)  
丸岡城周辺

※駐車場の混雑が予想されます。公共交通機関をご利用ください

問 丸岡古城まつり実行委員会  
(丸岡総合支所 地域振興課)  
☎6810801

祝 本多成重(ほんだなりしげ)丸岡城入城400年記念  
成重とはお仙のことなり

# 丸岡古城まつり

第45回

## pick up event!



### 本多成重総選挙

12日(土) 16:30~18:00

今年の祭りの主役・本多成重役を、観客の皆さんの投票で決定します。投票した人を対象とした抽選会(19:50~)も開催します。

### 磨暦乎迦のひかり

12日(土) 17:00~20:30

市内の小学生が描いた作品をろうそくの優しい光で照らした幻想的なイベントです。

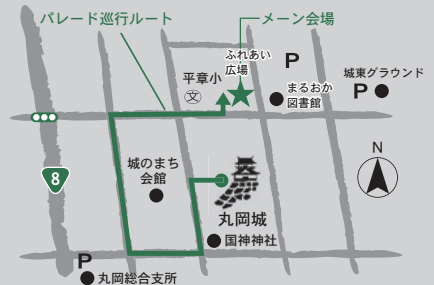
### ブルーベリーの苗木プレゼント

12日(土)・13日(日)

12日の本多成重総選挙に投票してくれた人(先着100人)と13日の五万石パレードの沿道で、ブルーベリーの苗木引換券を配布します。

### 総踊り練習会を開催

「総踊りで踊る曲がわからない」「賞に入るために練習したい」といった人たちのために、下記の日程で練習会を開催します。気軽にお越しください。



| とき                    | ところ     | 内容                          |
|-----------------------|---------|-----------------------------|
| 9月30日(月) 19:30~21:00  | 霞の郷     | 丸岡音頭<br>丸岡音頭新バージョン<br>ばんば踊り |
| 10月2日(水) 19:30~21:00  | 鳴鹿公民館   |                             |
| 10月4日(金) 19:30~21:00  | 高椋公民館   |                             |
| 10月7日(月) 19:30~21:00  | 高椋東部公民館 |                             |
| 10月8日(火) 19:30~21:00  | 磯部公民館   |                             |
| 10月11日(金) 19:30~21:00 | 霞の郷     |                             |

※詳しくは、市ホームページをご覧ください

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。



### 動物を飼うときは最後まで責任を 飼い主のモラルとマナーを高めましょう

● 問い合わせ 環境推進課 ☎50-3032



●ボクたち犬や猫が迷子になっていなくなったときは、坂井健康福祉センターに急いで電話してね。迷子犬・猫がセンターに収容されてから、3日間の公示期間が過ぎると処分されちゃうんだ。そうなる前に、早く見つけにきてね。坂井健康福祉センター ☎73-0600

●いつも首輪と鑑札・狂犬病予防注射済票は付けておいてね。これがあれば、迷子になっても市役所でおウチがわかるんだ。友達の猫にもおウチや電話番号を書いた迷子札を持たせておいてね。

●きちんとしつけてくれたら言うことを聞くよ。「飽きた」とか「病気になる」とか「途中で捨てたりしないでね。いつまでも一緒に暮らしたいな。」



**犬** や猫などのペットを飼う家族が増え、今や動物は家族の一員です。人生のパートナーとして、人の心や暮らしに深く関わるようになり、一方でペットのふんの不始末など、飼い主のマナー

が原因でトラブルが起こることも少なくありません。人とペットが同じ社会で暮らしていくためには、飼い主のモラルとマナーが大切です。人と動物が共生する社会を目指して、皆さまのご協力をお願いします。

### 10月は「がん検診受診率50%達成」 に向けた集中キャンペーン月間

● 問い合わせ 健康増進課 ☎50-3067

**3** 人に1人ががんにかかり、そのうち2人に1人が亡くなっています。がんは誰でもかかる身近な病気です。症状がないうちから定期的に検診を受けることで、早期発見と治療が可能になります。集中月間に合わせて、次のとおり啓発コーナーを設けます。お出かけや近くに来た際は、ぜひお立ち寄りください。自分と家族

**内容** 健康チェック、がん予防の食事、クイズ、展示など  
※来場者には粗品、クイズ参加者には景品を進呈数に限りがあります

### 消費者問題をわかりやすく表現した 「消費者啓発の標語」を募集します

● 問い合わせ 市民生活課 ☎50-3030

**消** 費者問題をわかりやすくイメージでき、被害の防止につながる標語を募集します。悪質商法や詐欺、携帯電話やインターネットの危険、クーリング・オフ、食の安全など身近な消費者問題がテーマです。

**対象** 市内に在住または通勤・通学している人  
**応募方法** 作品、住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号を記入し、はがき、FAX、メールで応募ください  
**対象** 市内に在住または通勤・通学している人  
**応募方法** 作品、住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号を記入し、はがき、FAX、メールで応募ください



### 春江庁舎改修工事のため、庁舎東側の駐車場が使用できなくなります

● 問い合わせ 監理課 ☎50-3021 春江総合支所地域振興課 ☎51-9401 (改修に関すること) 総務経理課 ☎51-9100 (上下水道部の移転に関すること)



**嶺** 北消防署が春江庁舎に移転するため、左図のとおり庁舎東側駐車場の使用ができなくなります。工事の期間中、市民の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

**上下水道部が春江総合支所3階に移転します**  
嶺北消防署が移転するため、上下水道部総務経理課整備課、維持課の事務所が3階に移転します。来庁の際は、エレベーターをお使いください。  
電話番号、FAX番号、メールアドレスの変更はありません。



### 10月2日(水)から受付開始 「特定疾患特別助成金」の申請を受け付けます

● 問い合わせ 社会福祉課 ☎50-3041

**治** 療が困難な特定疾患を患った人に、特別助成金を給付します。次の条件を全て満たす人が対象です。

- ・市内に住所があり(10月1日現在)、1年以上継続して居住している人
- ・特定疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患医療受診券の交付を受けている人
- ・特定疾患のため、6カ月以上入院または通院治療を受け、申請時現在も引き続き入院または通院治療を受けている人
- ・特定疾患患者が20歳以上の場合は、平成25年度の世帯員全員の市民税が非課税または均等割のみの人(該当するかわからない場合は、窓口へお尋ねください)

**助成額** 20歳以上 年額3万円  
20歳未満 年額2万円  
**申請窓口** 社会福祉課  
各総合支所福祉課  
**申請に必要なもの**  
①印鑑  
②特定疾患医療受給者証の写しまたは小児慢性特定疾患医療受診券の写し(医療受給者証、医療受診券の申請窓口は坂井健康福祉センター ☎73-0600)  
③対象者が20歳以上の場合は本人名義の通帳  
対象者が20歳未満の場合は保護者名義の通帳  
**受付期間** 10月2日(水) ~ 26年3月31日(月)



特定疾患特別助成金



**開催**  
event information

**バラを楽しむ  
秋感！ゆりの里**

好評のバラの園芸講習会やバラを使った特製フレンチ販売、体験コーナーなど楽しいイベントが目白押し。バラの香りに癒されてみませんか。

と き 10月19日(土)  
9:00～16:00

と ころ ユリーム春江  
福井県ゆりの里公園管理事務所  
☎58-0100

**みんなの笑顔があふれる  
さかいシルバー元気祭り**

もちの振る舞いや昔の遊び、チャレンジゲームなどを行います。また、フォークソング演奏やはるえさん音頭のコンテストもあります。みんなで楽しく盛り上がりませんか。

と き 10月5日(土)  
10:00～15:00

と ころ 坂井市シルバー人材センター(春江中小企業センター内)  
福井県坂井市シルバー人材センター  
☎50-1350

**土地家屋調査士の  
無料登記相談会**

土地の境界問題や地目変更、建物の新築や取り壊しの登記について相談に乗ります。

と き 10月5日(土)  
10:00～16:00

と ころ いねす  
福井県土地家屋調査士会事務局  
☎33-2770

**生活の悩みを解決  
司法書士無料相談会**

不動産の相続や売買、成年後見、借金など、市民の皆さんのさまざまな相談をお受けします。相談場所や解決方法がわからない悩みは、「くらしの法律家」の司法書士にご相談ください。予約は不要です。

と き 10月5日(土)  
10:00～16:00

と ころ いねす  
福井県司法書士会 ☎30-0001

**年金・雇用問題  
なんでも無料相談会**

社会保険制度や労働に関する問題、助成金関係などに社会保険労務士が相談に乗ります。予約は不要です。

と き 10月11日(金)  
10:00～16:00

と ころ いねす  
福井県社会保険労務士会事務局  
☎21-8157

**労働問題の専門家による  
職場の悩みごと無料相談会**

解雇や賃金などの悩みに、各専門家が相談に応じます。お近くの会場にお越しください。予約は不要、秘密は厳守します。

| と き                      | と ころ        |
|--------------------------|-------------|
| 10月6日(日)<br>13:30～16:30  | 越前市福祉健康センター |
| 10月27日(日)<br>13:30～16:30 | アオッサ6階研修室   |

福井県労働委員会事務局  
☎20-0597

**労働関係の安定を図る  
労働契約解説セミナー**

安心して働くための重要なルールや労働者・使用者の権利と義務などをわかりやすく解説するセミナーです。

| と き                      | 内 容    |
|--------------------------|--------|
| 11月15日(金)<br>14:00～15:25 | 基礎セミナー |
| 11月15日(金)<br>15:35～16:45 | 判例セミナー |

と ころ 東京海上日動火災保険株式会社福井支店6AB会議室(福井市毛矢1-10-1)

定 員 各回50人(先着順)  
受講料 無料  
申込方法 東京海上日動リスクコンサルティング株式会社のホームページから申込書をダウンロードし、FAXかメールで下記へ  
労働契約解説セミナー事務局  
☎03-5288-7477  
☎03-5288-3977  
✉seminar.mhlw@tokiorisk.co.jp

**古城ドーム12月分  
利用抽選会**

古城ドームの12月分の利用抽選会を行います。9月に行った11月～26年3月までの三国・丸岡・春江・坂井町内の体育施設利用抽選会に参加した団体は、今回の抽選会には参加できません。

と き 10月8日(火)  
19:30～

と ころ 丸岡体育館  
対 象 登録団体・賛助会員  
利用時間 日、祝祭日を除く  
9:00～22:00

(公財)坂井市体育協会  
☎68-0123

**募集**  
invite information

**ひとり親家庭・寡婦対象  
パソコン講習会**

資格取得を目指すカリキュラムです。受講後は、検定試験(MOS)を受験します。

①Word2010コース  
と き 11月30日～26年3月  
8日の毎週土曜日(全10回)  
10:00～17:00

②Excel2010コース  
と き 12月8日～26年3月  
9日の毎週日曜日(全10回)  
10:00～17:00

と ころ NPO法人就業支援ネットワーク福井支部研修室(丸岡町ソフトパークふくい)

定 員 各15人(先着順)  
費 用 4,200円(テキスト代)  
受験料 10,290円(希望者のみ)  
申込方法 電話で下記へ  
申込締切 ①11月1日(金)  
②11月15日(金)

※無料託児サービスもあります  
NPO法人就業支援ネットワーク  
☎68-1643

**若者の出会いを応援  
地域の縁結びさん**

地域でボランティアとして縁結び活動をしている人を「地域の縁結びさん」として登録し、支援しています。興味がある人は下記へお問い合わせください。

福井県子ども家庭課 ☎20-0341

**筋力アップで痩せる体に  
土曜午後のヨガ教室**

と き 10月12日～12月21日  
までの毎週土曜日  
(全8回)

14:00～14:50  
※10月19日、11月2日、  
23日は休講

と ころ 春江体育館  
定 員 15人  
受講料 8回4,000円  
申込方法 電話で下記へ  
春江体育館 ☎51-4242

**マットやボールで  
基礎体力づくり**

子どもの基礎トレーニング教室を開催します。マットやボールを使い、基礎体力の向上を目指しましょう。

と き 毎週水曜日  
17:30～18:45  
と ころ 春江B&G海洋センター  
対 象 4歳～小学2年生  
定 員 15人  
受講料 4回2,000円  
申込方法 電話で下記へ  
春江体育館 ☎51-4242

**リズムに合わせて  
楽しく汗を流そう**

J-POPのリズムに合わせて、楽しく体を動かしましょう。

と き 毎週月曜日  
17:30～18:45  
と ころ 春江体育館  
対 象 4歳～小学6年生  
受講料 4回2,000円  
申込方法 電話で下記へ  
春江体育館 ☎51-4242

**野球の基本と楽しさを  
ジュニアティーボール教室**

誰でもできるピッチャーのいない野球型ゲームで、野球の楽しさを味わいませんか。

と き 10月18日～11月22日  
までの毎週金曜日  
(全6回)  
18:30～19:30

と ころ 三国体育館  
対 象 小学1～3年生  
定 員 20人  
受講料 6回3,000円  
持ち物 内履き、グローブ(持参できる人のみ)  
申込方法 電話で下記へ  
三国体育館 ☎82-4686

**心も体もリフレッシュ  
ヨガ教室で美しい体に**

と き 毎週木曜日  
13:30～14:30  
と ころ 三国体育館  
定 員 20人  
受講料 1回500円  
4回2,000円(回数券)  
申込方法 電話で下記へ  
三国体育館 ☎82-4686

**柔軟性と筋力をアップ  
男子新体操教室**

と き 10月3日～11月21日  
までの毎週木曜日  
(全8回)  
19:00～20:00  
と ころ 丸岡体育館  
対 象 小学1～6年生の男子  
定 員 15人  
受講料 8回4,000円  
申込方法 電話で下記へ  
丸岡体育館 ☎66-8920

お知らせ

information

戦没者などの妻は特別給付金の請求を

特別給付金を支給する法律が改正され、下記の国債を受給している戦没者の妻(時効により受給できなかった人も含む)に、「戦没者等の妻に対する給付金」を継続支給します。

**対象** 「第二十二回特別給付金国庫債券い号(額面200万円、10年償還)」を受給している人

【支給する特別給付金】

**名称** 第二十七回特別給付金国庫債券い号

**額面** 200万円(10年償還)

対象者には、7月初旬に厚生労働省社会援護局から案内が送付されています。請求手続きがまだの人は、市役所窓口で手続きをしてください。なお、国からのお知らせが届いた人でも、今回の特別給付金の対象とならない場合もあります。

**請求窓口** 社会福祉課  
各総合支所福祉課

**請求期限** 平成28年6月13日

**持ち物** ・特別給付金請求書

・印鑑等届出書

・住民票謄本

・前回の特別給付金国債または裁定通知書の写し

☎社会福祉課 ☎50-3041

冬眠前のクマにご注意！秋は活動が活発に

秋は、クマが冬眠を前に餌を求めて活発に行動する季節です。どこの山でもクマに遭遇する可能性があります。十分にご注意ください。



■クマにあわないために

- ・クマの餌になるブナやクルミなどの実がなるところには行かない
- ・鈴、笛、ラジオなど大きな音を鳴らすか、大きめの声で話しながら歩く
- ・視界の悪いとき、見通しの悪い場所には立ち入らない

■クマを引き寄せないために

- ・墓参りのお供え、登山やキャンプをしたときのゴミは持ち帰る
- ・人家の近くのクリやカキは早めに収穫する
- ・人家の周りに生ゴミなどを捨てたり、置いたりしない

■クマに遭遇してしまったら

- ・騒がず、走らず、ゆっくり後退する
- ・子グマに遭ったら、親グマが近くにいる可能性がある

☎農林水産課 ☎50-3150

丸岡総合支所地域振興課

☎68-0801

林道河内南谷線 通行止め規制をします

橋梁床板補修工事のため、林道河内南谷線は通行止めになります。ご迷惑をおかけしますが、円滑な工事の施工にご協力をお願いします。

**規制場所** 龍ヶ鼻ダム奥の林道

**規制解除** 12月6日(金)(予定)

☎丸岡総合支所地域振興課

☎68-0801

交通事故から未来を守る 自賠責保険に入りましょう

原動機付自転車を含む全ての自動車は、自賠責保険・共済に加入義務があります。期限切れやかけ忘れにご注意ください。

☎国土交通省中部運輸局福井運輸支局 ☎34-1602

中小企業や建設業 退職金を国がサポート

中小企業や建設現場で働く従業員のための外部積み立て型の退職金制度「中退共」「建退共」をご存知ですか。

掛け金の一部を国が助成するなど安心・確実な退職金制度です。詳しくはホームページで。

☎中退共または建退共 ☎検索

☎中小企業退職金共済事業本部

☎03-6907-1234

☎建設業退職金共済事業本部

☎03-6731-2866

【12月分の体育施設利用】一般予約受付 11月1日(金) 9:00～

| 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               |
| 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<br>ナイター |
| 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            |
|                       |       |                 | その他の施設                  |
|                       |       |                 | 丸岡体育館 ☎ 66-8920         |

※お問い合わせは、市体育協会(☎68-0123)まで

最低賃金の引き上げに 業務改善助成金を活用

業務改善助成金は、改善に要した経費の2分の1(下限5万円、上限100万円)を助成する国の制度です。

**支給要件** ・事業場内で最も低い時間給を4年以内に800円以上とする計画を作成し、1年目に40円以上引き上げること

・賃金制度の整備や就業規則の作成・改正、労働能率を増進する設備・器具の導入、研修などの業務改善計画を作成し実施すること

支給対象となる事業主は、業種や資本金、労働者数などで変わります。申請方法など詳しくはホームページで。

☎業務改善助成金 ☎検索

☎福井労働局労働基準部賃金室 ☎22-2691

洗濯機が動いている時は洗濯物を取り出さないで

洗濯・脱水槽が完全に止まる前に洗濯物を取り出そうとして、衣類が指に絡まり大けがをする事故が増えています。ゆっくりした回転でも危険です。十分に注意して使用しましょう。

【こんなときは危険です】

- ・脱水途中にフタを開けても、15秒以内に洗濯・脱水槽が止まらない
- ・脱水終了音が鳴っても、洗濯・脱水槽が止まらない

☎(一社)日本電機工業会

☎03-3556-5887

開催

event information

みくに龍翔館主催 郷土史研究講座

今年初代丸岡藩主となった本多成重が丸岡城に入城して400年目になります。

4代で約70年続いた丸岡藩主本多家の歴史やその藩領の特徴について講演会を行います。地元の歴史を知り、愛着と知識を深めませんか。聴講には事前予約が必要です。

**とき** 10月20日(日)

13:30～15:00

**ところ** みくに龍翔館

**演題** 「本多氏の丸岡領支配」

**講師** 牧野 行治氏

(丸岡中学校長・元福井県史調査執筆委員)

**費用** 無料

**定員** 70人(先着順)

**申込方法** 電話で下記へ

☎みくに龍翔館 ☎82-5666

笑顔で楽しいひと時を 坂井町で敬老会

保育園児による発表やものまね歌謡ショーなどを行います。みんなで集まって、楽しい時間を過ごしましょう。

**とき** 10月19日(土)

10:30～14:30

**ところ** 坂井体育館

**対象** ・坂井町に住んでいる人

・昭和13年12月31日

以前生まれの人

☎高齢福祉課 ☎50-3040

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** 10月3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

歩いて歴史を体感 三国町並みガイド無料体験

古い町並みが残っている三国を、ボランティアガイドと一緒に散策しませんか。普段から三国の町並みを案内している専門のガイドが、歴史や見どころなどを解説します。

| とき                        | 内容        |
|---------------------------|-----------|
| 10月14日(月・祝)<br>9:50～11:30 | 町並み散策コース① |
| 11月3日(日)<br>9:50～11:30    | 町並み散策コース② |

**集合場所** 旧森田銀行本店前

**定員** 各コース20人(先着順)

**申込方法** 名前と電話番号を電話かFAXで下記へ

**申込締切** ①10月9日(水)

②10月30日(水)

※いずれも17:00まで

参加者全員に「越前坂井辛み蕎麦」の食べ歩きチケットを1枚プレゼントします。

☎NPO法人きたまえ三国ボランティアガイド

☎82-0947 ☎82-7392





ご利用ください。坂井市の図書館

三国図書館 ☎81-2900 丸岡図書館 ☎67-1500  
 春江図書館 ☎51-8810 坂井図書館 ☎67-2666

10月の休館日  
 3、7、15、  
 21、28  
 ※休館日は全館共通

●親子で「おはなし会」に来ませんか？  
 どの館のおはなし会も毎週土曜日の11時から  
 しています。  
 ぜひ気軽に遊びに来てくださいね。

## 「長生き人生(長寿)」

朝晩がめっきり涼しくなって体調を悪くする  
 人いませんか？健康維持して長生きでき  
 ようにいろいろやってみましょう！



『健康寿命の延ばし方』  
 大淵 修一／著 【中央公論新社】  
 東京都健康長寿医療センター研究所研究副部長が、多くの高  
 齢者と向き合ってきた、筋力の鍛え方や痛みとの付き合い  
 方といった実践の知恵を紹介。また、老化予防や介護予防の先  
 にあるものについても考える。



『ミラクル免疫力をつ  
 けると、老けない！』  
 白澤 卓二／著  
 【集英社】

実年齢より若い外見を  
 手に入れ、健康で長生きする  
 ためには、免疫力を上げるこ  
 とが必要！免疫力をアップさ  
 せるミラクルメニュー60のレ  
 シピや、免疫力をつける生活  
 習慣を紹介する。女優・杉田  
 かおるとの対談も収録。



『からだを温めて、やせる！  
 若返る！ホットスムージー』  
 植木 もも子／著  
 【ソフトバンククリエイティブ出版】  
 野菜や果物がたっぷり入ったダ  
 イエット、老化予防、冷え性対策に  
 お勧めのレシピが紹介されてい  
 ます。



『生活座禅で長生きの  
 ススメ』  
 日野原 重明、朴禮善／著  
 【講談社】  
 日野原重明と朴禮善、2人あ  
 わせて186歳！この老人たちはど  
 うしてこんなに元気なんだろう？  
 50歳から始めても遅くない、長  
 寿健康の秘訣「生活座禅」を紹介。

## おすすめ図書

4館どこでも借りられます。

- 一般書
- 名言がいっぱい 出久根 達郎
  - 名画で読み解く「世界史」 祝田 秀全
  - 面白くて眠れなくなる理科 左巻 健男
  - 柑橘レシピ 本多 京子
  - 台所力 文化学園文化出版局
  - 風に吹かれて 鈴木 敏夫
  - アウトドア大百科 ラックラン マクレイン
  - 花や咲く咲く あさの あつこ
  - 菩提樹荘の殺人 有栖川 有栖
  - 水を抱く 石田 衣良
  - ファミレス 重松 清
  - ミストレス 篠田 節子
  - Sの継承 堂場 瞬一
  - ライオン of 棲む街 東川 篤哉
  - 政と源 三浦 しをん
  - 働かないの 群 ようこ
  - 悪道 御三家の刺客 森村 誠一
  - 大地のゲーム 綿矢 りさ

- 児童書
- ニヤントさん 高部 晴市
  - だっこ だっこ つちだよしはる
  - くつついた 三浦 太郎
  - ともだちはわに 村上 しいこ

## 子育て支援センターからのお知らせ



### 子どもも大人も！お友達集まれ～！

子育て支援センターは、子育てしている人が気軽に  
 遊んだり、おしゃべりしたりできる憩いの広場です。  
 子育てで悩んでいる人、知り合いが少なくて友達  
 がほしい人はちょっと遊びに来ませんか。そんな不安を  
 少しでも解消し、子育てが楽しいものになるようにお  
 手伝いします。

★市ホームページから、  
 子育て支援センター  
 の毎月の行事をご覧  
 いただけます。



坂井市 子育て支援センター 検索

### ★子育てQ&A

Q. パパの育児参画と言われても、何をしたいのかわらな  
 いのですが、育児ができるか不安です。  
 A. 大丈夫。パパは「お風呂に入れる」「子どもと遊ぶ」などで育  
 児参画をしています。パパの育児に決まりはありません。難  
 しく考えずに、自分にできることから始めてみましょう。

### ★10月の育児相談日(栄養士)

| とき                    | ところ         |
|-----------------------|-------------|
| 10月9日(水) 10:30～11:30  | 坂井子育て支援センター |
| 10月17日(木) 10:30～11:30 | 三国子育て支援センター |
| 10月22日(火) 10:30～11:30 | 丸岡子育て支援センター |

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

## みんなが活き活き⑮

### 男女共同参画社会

今年もイベント開催！  
 男女共同参画2013 in さかい  
 「あなたに逢い、みとめあい、ささえあい、くらしに愛」

男女共同参画社会の実現に向け  
 て、今年もイベントを開催します。  
 参加には事前申し込みが必要で  
 す。入場は無料です。イベントに  
 参加して、男女共同参画を楽しく考  
 えるきっかけにしましょう。

### とき

11月23日(土・祝)  
 13時30分～16時10分(13時開場)

### ところ

ハートピア春江

### 申込方法

参加者氏名、住所を記入して、電  
 話、FAX、メール、ふくえいねつと  
 で申し込み

※就学前の子どもの無料でお預か  
 りします。先着10人。託児希望者  
 は、11月15日(金)までに申し込み  
 ください

### 申込先

まちづくり推進課  
 〒910-0592  
 坂井町下新庄1-1  
 ☎50-3017 FAX 66-4837  
 machizukuri@city.fukui-sakai.lg.jp



▲「行列のできる法律相  
 談所」などテレビでも  
 有名な菊地弁護士

- オープニング(13時30分～)  
 ・市内中学校合唱部の発表  
 開会式(13時50分～)  
 第1部(14時5分～)  
 ・坂井市出身の青年が和太鼓の  
 夢を語るプレゼンテーション  
 & 和太鼓演奏  
 第2部(14時30分～)  
 ・菊地幸夫氏(弁護士)講演会

### 演題

「あなたの人生で大切なものは  
 なんですか？」



「まほうのことは」「人権」  
 ポスターや川  
 柳の展示もあ  
 るよ。みんな  
 見に来てね。

## 健康カレンダー

10月のご案内

### 健康相談会

| とき        | ところ        | 受付時間        |
|-----------|------------|-------------|
| 10月7日(月)  | ユリウム春江     | 9:30～10:30  |
| 10月17日(木) | 霞の郷        | 9:30～10:30  |
| 10月22日(火) | 雄島公民館      | 9:30～10:30  |
| 10月22日(火) | 安島ふれあいセンター | 13:00～14:00 |
| 10月29日(火) | 春江東部公民館    | 9:30～10:30  |

☎健康増進課☎50-3067

### 健康づくりグループ活動

#### ●さわやか教室

ボールやチューブ、踏み台などを使って運動をしています。  
 楽しく体操をして、健康づくりをしませんか。毎回講師が  
 指導します。体験はいつでもどうぞ。

とき 毎週水曜日  
 13:30～14:30  
 ところ 三国体育館  
 会費 1回500円



☎市地域包括支援センター☎50-2264

### 基本健診・がん検診

市内のいずれの会場でも受診することができます。  
 胃がん、乳・子宮がん検診は、事前に申し込みが必要です。  
 40～74歳の方の健診は市国民健康保険加入者が対象です。  
 詳しくは健康カレンダーをご覧ください。

|           | とき        | ところ          | 受付時間        |
|-----------|-----------|--------------|-------------|
| 基本健診      | 10月3日(木)  | 加戸体育館※【託児付き】 | 8:30～14:30  |
|           | 10月6日(日)  | ユリウム春江       | 8:30～10:30  |
|           | 10月10日(木) | 三国木部体育館※     | 8:30～14:30  |
|           | 10月11日(金) | 三国社会福祉センター   | 15:00～18:00 |
|           | 10月18日(金) | 春江保健センター     | 8:30～10:30  |
|           | 10月27日(日) | 坂井健康センター     | 8:30～10:30  |
| 胃がん検診     | 10月4日(金)  | 高椋公民館        | 8:30～10:00  |
|           | 10月6日(日)  | ユリウム春江       | 8:00～10:00  |
|           | 10月8日(火)  | 春江B&G海洋センター  | 8:00～10:00  |
|           | 10月9日(水)  | 加戸公民館        | 8:00～10:00  |
|           | 10月15日(火) | 三国木部公民館      | 8:00～10:00  |
|           | 10月18日(金) | 春江保健センター     | 7:30～9:30   |
| 乳がん検診     | 10月27日(日) | 坂井健康センター     | 8:00～10:00  |
|           | 10月1日(火)  | 安島ふれあいセンター   | 13:15～14:20 |
|           | 10月3日(木)  | 加戸公民館        | 13:15～14:20 |
|           | 10月6日(日)  | ユリウム春江       | 8:30～10:20  |
|           | 10月8日(火)  | 春江B&G海洋センター  | 13:15～14:20 |
|           | 10月18日(金) | 春江保健センター     | 13:15～14:20 |
| 10月27日(日) | 坂井健康センター  | 13:15～14:20  |             |

(※)の会場は11:30～12:30の間、受付をお休みします。  
 託児については、事前に下記までお申し込みください。

☎健康増進課☎50-3067



# 坂井チャンネル 10月の番組案内

ケーブルテレビ 121ch

番組についての問い合わせは、秘書広報課まで。

☎50-3012 ✉kouhou@city.fukui-sakai.lg.jp

※都合により番組の内容を変更することがあります。ご了承ください。

※緊急放送はテロップで随時対応。

|       | タイトル                                |
|-------|-------------------------------------|
| 7:00  | 赤ちゃん・お悔やみ・お知らせ                      |
| 7:40  | 坂井市ニュース                             |
| 7:50  | ふれんずTV                              |
| 8:00  | スポットライトさかい                          |
| 9:50  | マリン体操                               |
| 10:00 | 赤ちゃん・お悔やみ・お知らせ                      |
| 10:40 | 坂井市ニュース                             |
| 10:50 | ふれんずTV                              |
| 11:00 | スポットライトさかい                          |
| 12:50 | マリン体操                               |
| 13:00 | 赤ちゃん・お悔やみ・お知らせ                      |
| 13:40 | 坂井市ニュース                             |
| 13:50 | ふれんずTV                              |
| 14:00 | スポットライトさかい                          |
| 15:50 | マリン体操                               |
| 16:00 | 赤ちゃん・お悔やみ・お知らせ                      |
| 16:40 | 坂井市ニュース                             |
| 16:50 | ふれんずTV                              |
| 17:00 | スポットライトさかい                          |
| 18:50 | マリン体操                               |
| 19:00 | 赤ちゃん・お悔やみ・お知らせ                      |
| 19:40 | 坂井市ニュース                             |
| 19:50 | ふれんずTV                              |
| 20:00 | スポットライトさかい                          |
| 21:50 | マリン体操                               |
| 22:00 | 三国ポートミニ情報<br>※放送終了後から<br>翌朝7時まで放送休止 |

### 赤ちゃん・お悔やみ・お知らせ

赤ちゃん誕生情報・お悔やみ情報・坂井市からのお知らせ・イベントの案内などを、文字放送でお送りします。誕生月の赤ちゃんが登場する「今月のハッピーバースデー」も。

### 坂井市ニュース(10分)

坂井市内で行われた行事やイベント、行政ニュースをお送りします。(更新日 1日、15日)

### ふれんずTV(10分)

1日~14日  
・磯部ミニバスケットボール  
スポーツ少年団 編  
15日~31日  
・三国南小かるた  
クラブ 編

### スポットライトさかい(10分)

坂井市中学校体育祭  
(更新日 1日)

### マリン体操(10分)

マリン体操は、軽快なリズムで体を温め、緩やかなリズムで筋肉を伸ばすストレッチ体操です。皆さんも、スポーツ推進委員と楽しく体を動かして、健康増進に役立てましょう!

※番組内容の詳細は、坂井市のホームページ・電子番組表(EPG)をご覧ください

## 三国ポート 開催のご案内



### レース結果 配当金

☎0180-997788(2連勝)  
☎0180-997722(3連勝)  
http://www.mikuni.gr.jp/

|                      |  |
|----------------------|--|
| 10月3日(木)~4日(金)       | 尼崎(外向発売所のみ)<br>丸亀ナイター(外向発売所のみ)                       |
| 10月3日(木)~6日(日)       | GⅠ江戸川(3.4日は外向発売所のみ)<br>蒲郡ナイター(外向発売所のみ)               |
| 10月5日(土)~8日(火)       | 近畿選抜戦  |
| 10月5日(土)~10日(木)      | GⅠ住之江ナイター(外向発売所のみ)                                   |
| 10月7日(月)~8日(火)       | 若松ナイター(外向発売所のみ)                                      |
| 10月9日(水)~10日(木)      | 女子リーグ芦屋(外向発売所のみ)                                     |
| 10月11日(金)~14日(月・祝)   | 若松ナイター(外向発売所のみ)                                      |
| 10月11日(金)~16日(水)     | オール女子蒲郡ナイター(外向発売所のみ)                                 |
| 10月12日(土)~17日(木)     | 菊花賞  |
| 10月15日(火)~20日(日)     | SG全日本選手権平和島<br>丸亀ナイター(外向発売所のみ)                       |
| 10月17日(木)~20日(日)     | 若松ナイター(外向発売所のみ)                                      |
| 10月22日(火)~23日(水)     | GⅢ児島(外向発売所のみ)<br>桐生ナイター(外向発売所のみ)<br>住之江ナイター(外向発売所のみ) |
| 10月24日(木)~27日(日)     | かなづき第1戦  |
| 10月24日(木)~29日(火)     | GⅠ蒲郡ナイター(外向発売所のみ)                                    |
| 10月28日(月)~29日(火)     | 尼崎(外向発売所のみ)<br>女子リーグ宮島(外向発売所のみ)                      |
| 10月30日(水)~11月4日(月・休) | かなづき第2戦<br>GⅠ福岡<br>住之江ナイター(外向発売所のみ)                  |

## 市税の納付期限

■ 国民健康保険税 4期 10月31日(木)

## 10月 相談日

相談はすべて無料。  
※法律相談とこころの健康相談、年金相談は予約が必要です。事前にお尋ねください。

### 行政相談 秘書広報課 ☎50-3012

9日(水) 13:30~15:30 三国社会福祉センター  
15日(火) 10:00~12:00 霞の郷  
15日(火) 13:30~15:30 いちい荘  
24日(木) 13:30~15:30 東十郷公民館

### 人権相談 社会福祉課 ☎50-3041

4日(金) 13:30~16:00 いちい荘  
8日(火) 13:30~16:00 霞の郷  
21日(月) 13:30~16:00 三国社会福祉センター  
24日(木) 13:30~16:00 東十郷公民館

### 消費生活相談 市民生活課 ☎50-3030

(来庁の場合は事前にご連絡ください) 月~金曜日 9:00~17:00 市役所本庁1階 第3相談室  
※祝日は休み

### 女性相談・家庭児童相談・ひとり親家庭相談 子育て支援課 ☎50-3043

(来庁の場合は事前にご連絡ください) 月~金曜日 9:00~17:00 子育て支援課  
※祝日は休み

### 心配ごと相談 市社会福祉協議会 ☎68-5070

2日(水) 13:00~16:00 いちい荘  
10日(木) 13:00~16:00 坂井老人福祉センター  
21日(月) 13:00~16:00 三国社会福祉センター  
22日(火) 13:00~16:00 霞の郷

### 法律相談(要予約) 市社会福祉協議会 ☎68-5070

7日(月) 13:00~16:00 三国社会福祉センター  
8日(火) 13:00~16:00 霞の郷  
16日(水) 13:00~16:00 いちい荘  
24日(木) 13:00~16:00 坂井老人福祉センター

### 結婚相談 市社会福祉協議会 ☎68-5070

3.17日(木) 13:00~16:00 いちい荘  
3.17日(木) 13:00~16:00 坂井老人福祉センター  
5.19日(土) 10:00~15:00 春江中公民館  
7.21日(月) 13:00~16:00 霞の郷  
28日(月) 13:00~16:00 三国社会福祉センター

### こころの相談(要予約) 坂井健康福祉センター ☎73-0600

3.17日(木) 14:30~16:30 坂井健康福祉センター  
(あわら市春宮2丁目21-17)

### エイズ、B型・C型肝炎の相談と検査 坂井健康福祉センター ☎73-0600

9.23日(水) 9:00~11:00 坂井健康福祉センター  
(あわら市春宮2丁目21-17)

### 年金相談(要予約) 福井年金事務所 ☎23-4518

17日(木) 10:00~15:30 いねす

## 休日診療 受診前に、各医療機関にお問い合わせください。

診療時間 9:00~17:00 嶺北消防本部 ☎51-0119

| 月日       | 科 | 内科                         | 外科                       |
|----------|---|----------------------------|--------------------------|
| 10月6日(日) |   | あわら病院(あわら市) ☎79-1211       | 加納病院(あわら市) ☎73-1001      |
|          |   | 藤田神経内科病院(丸岡町) ☎67-1120     |                          |
| 13日(日)   |   | 西岡医院(あわら市) ☎77-2138        | 宮崎病院(三国町) ☎82-1002       |
|          |   | 川崎皮膚科クリニック(丸岡町) ☎67-3555   |                          |
| 14日(月・祝) |   | 柴田医院(あわら市) ☎78-6263        | 荒川整形外科・胃腸科(丸岡町) ☎66-0012 |
|          |   | 福岡内科クリニック(丸岡町) ☎67-7111    |                          |
| 20日(日)   |   | 藤田医院(あわら市) ☎78-7133        | 伊藤クリニック(丸岡町) ☎66-1251    |
|          |   | 藤田神経内科病院(丸岡町) ☎67-1120     |                          |
| 27日(日)   |   | 金津産婦人科クリニック(あわら市) ☎73-3800 | 三国病院(三国町) ☎82-0480       |
|          |   | 松井クリニック(丸岡町) ☎66-8380      |                          |

### 今月のスローガン

狙われる 子どもの送迎 保育園  
防犯は ご近所士の 声掛け合い

市内で車上荒らしが急増しています。坂井市安全安心まちづくり推進会議では本年度、市民啓発スローガンを定め、啓発活動を行います。安全対策課 ☎50-3525