



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

認知症になっても
住み慣れたまちで
暮らせるように

CONTENTS

認知症を知る 見守る

～大切な人がその人らしくあるために～ …… 2

一筆啓上 日本一短い手紙の館 開館しました …… 6

いよいよスタート マイナンバー制度 …… 8

2015
September

9

平成 27 年

No.114



Sakai City Public Relations



認知症を知る 見守る

～大切な人がその人らしくあるために～

問 高齢福祉課 ☎50-3040

65歳以上の4人に1人が認知症またはその予備軍と言われています。高齢社会が進む中で、その人数は今後も増加していくと予想されています。もし自分や家族が認知症になったとき、頼りにできるのは家族だけです。近所や地域で認知症の人がいたとき、どのように手を差し伸べますか。

一人一人が認知症について正しく理解し、見守り、声を掛け合うことで、認知症の人や家族が抱えている不安や困難を少しでも減らすことを考えてみませんか。

認知症はどんな病気？

よく知られているように、知られていない認知症。認知症はいろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりしたためにさまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態のことを言います。

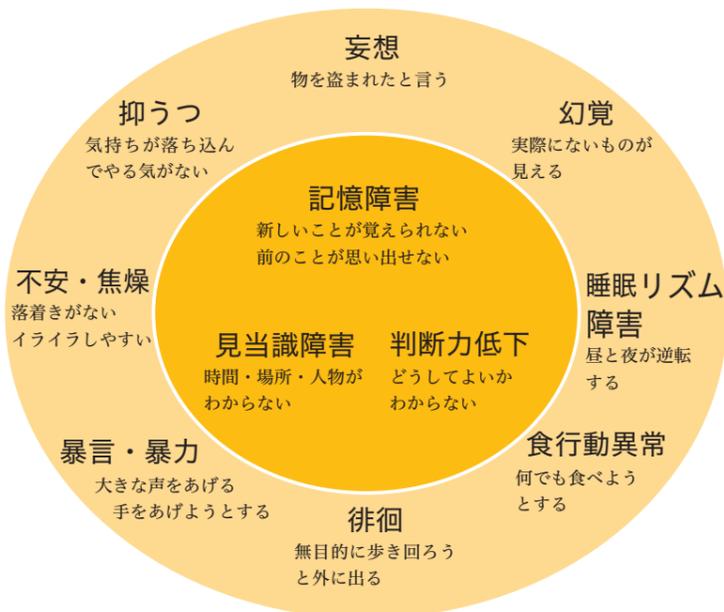
認知症を引き起こす病気のうち、脳細胞が少しずつ死んでしまい、脳全体が縮んでい

くことよって起こる「アルツハイマー病」、脳の神経細胞の中に、異常なタンパク質が発生することによる「レビー小体型認知症」や、脳の血管が詰まったり破れたりすることで脳の働きが悪くなる「脳血管性認知症」などがあります。

いくつもあります 認知症の症状

認知症の症状には初期段階から見られる記憶力の低下や名前などがわからなくなる「中核症状」と、それに伴って現れる妄想や徘徊といった「行動・心理症状」があります(左図参照)。

■中核症状(内側)と行動・心理症状(外側)



認知症の人に合わせて ゆっくりと接する

認知症になると「何もわからなくなってしまう」と思っていないでしょうか。

今まで出来たことができなくなれば、焦りや不安を感じ、自分の失敗を笑われれば、自尊心を傷つけられます。イライラしているように見えても、家族との会話を楽しむことができます。認知症の人、気持ちはずっと働いています。急がさずイライラせず、本人のペースに合わせて、さりげなく手助けしてあげることが大切です。

■認知症の人への接し方

①ゆっくり、わかりやすい言葉で話しましょう

認知症の人に一度にたくさんのお話を話しかけると混乱してしまいます。ゆっくりわかりやすい言葉で話しかけましょう

②声をかけるときは一人で正面から

複数で取り囲んだり、後ろから声をかけたりすることは、

恐怖心をおおります。同じ高さの目線で声をかけましょう。

③よい感情を残すようにしましょう

認知症が進行してくると物事の事実関係は忘れてしまいます。「失敗した事柄」は忘れてしまい「怒鳴られた・怒られた」という感情だけが残り、お互いに信頼関係を築くことが難しくなってしまう。認知症の人の、そのときの気持ちを理解し、寄り添うような対応をしましょう。

認知症について、困ったことや相談ごとがあればご連絡ください。

■地域包括支援センター (市高齢福祉課内)

☎ 50-22664

■福井県立すこやかシエルバール病院

☎ 98-2700

■嶺北認知症疾患医療センター (松原病院内)

☎ 28-2929



認知症の人と家族の会 福井県支部坂井地区 世話人 川崎 郁子 さん 認知症の人とその家族、介護専門職による懇談会や相談会を開催している。あわら市在住。

関わる人の気持ちも大切です 抱え込まずに相談してください

家族が認知症を発症したら、すぐに受け止めるのはなかなか難しいと思います。私が受けた相談の中で、ご主人や子どもさんが、妻であり母である本人の「認知症」を受け入れられず、本人との関わりが減り、本人の認知症の症状が悪化してしまつた人がいました。

家族が認知症を発症したら、すぐに受け止めるのはなかなか難しいと思います。私が受けた相談の中で、ご主人や子どもさんが、妻であり母である本人の「認知症」を受け入れられず、本人との関わりが減り、本人の認知症の症状が悪化してしまつた人がいました。

の原因が「認知症の症状である」と割り切ることがコツです。先ほどの相談者も、夫や子どもが「認知症の症状」と理解し、治療を受け、対応のアドバイスを聞き、本人、家族の生活も落ち着きました。

認知症の人を支える家族は、症状に気付いたとき、驚いたり、イライラするかもしれないかもしれません。家族の中で役割分担したり、介護サービスを受けたたり、相談会に参加し同じ悩みを共有し合うなどして、抱え込まないようにしてください。

家族が落ち着いた態度で接し、本人のできることを支え、本人にとって役割がある生活を整えることは、本人と家族にとって負担を減らしていく結果になると思います。

認知症になっても 地域で暮らせるように

全ての高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができない社会が目指されています。特に認知症の人においては、散歩や買い物、趣味活動など住み慣れた地域での生活が、心理的な安定や行動につながります。

認知症の人を介護保険などのサービスを利用していない時間帯にどのように見守っていくか、閉じこもらずに生活できるためにはどうしたらよいか。それは、地域全体で認知症の人と家族を見守り、支えていくネットワークを作っていくことが重要です。地域において認知症に対する理解を深めていくことが大切です。「認知症はだれにでも訪れる可能性はある。特別ではない」という意識のもと、子どもから高齢者まで「身近な人が身近なところで」認知症の人を支える地域づくりを目指しませんか。

■認知症サポーター養成講座

市では、認知症を正しく理解し、「近所での見守りや声かけ」「お店などでちょっとした手助け」など身近な応援者となる『認知症サポーター』の養成をすすめています。講座（60分〜90分）終了後、サポーターの証である「オレンジレット」「オレンジリング」をお渡しします。地域、職場、学校のほか、お友達同士のグループへ講師を派遣して出前講座を行っています。詳しくは高齢福祉課までご連絡ください。



▲事業所での認知症サポーター講座。認知症を理解することがサポートの第一歩



「認知症だから一緒に見守って」 そう言える地域づくりが大事

認知症は誰でもなりえる病気です。自分がならなかったとしても、家族や近所の人々が認知症になるかもしれません。家族の中で認知症になったとき、家族だけでは対応できないかもしれませぬ。

そんなとき力になるのが地域で見守る力です。例えばおじいちゃんが認知症で徘徊が多い場合、近所の人に「おじいちゃんが認知症で徘徊することがあるから、何かあったら連絡してほしい」と一言だけでも言えば、行方不明を防ぐ一歩になります。

けれども現状は、認知症であることを近所に相談することに抵抗を持つ人が多いです。その原因の一つ

として相談する側の家族も、相談される側の周りの人も、認知症に対する理解が十分でない場合があります。認知症の人の行動が異常行動に見えるときがあるかもしれません。そのとき、異常行動するから関わらないでおこうと考えるのではなく、辛いのは本人であり、認知症の症状がそのような行動をさせているのだと理解し、穏やかな心で接してあげてください。



あわさか
キャラバン・メイト連絡会
代表 西岡 善慧 さん
認知症サポーター養成講座の講師として、講座の企画を行い、認知症の基礎知識を広めている。丸岡町八ツ口在住。

また地域での老人会や婦人会などのコミュニティを、普段から大切にすることも、相談するときの垣根を低くする一つだと思えます。家族以外の周囲の人ができることは限られています。しかし「理解しよう」という気持ちが本人や家族に伝わるだけでも心強いものです。「認知症と向き合っていく」という地域づくりで、認知症の人と家族が安心して暮らしやすくなればいいですね。

10月1日からスタート 徘徊SOSネットワーク

徘徊SOSネットワークは、市や警察署をはじめ、市社会福祉協議会や民生委員、市内の事業所などのネットワーク協力機関とともに、家に帰れなくなった高齢者などを速やかに発見、保護するためのネットワークです（下図参照）。

■事前登録者を募集します

認知症の人が住み慣れた地域で暮らすためにも、事前登録を行って、もしものときに備えませんか。詳細や申し込みについては下記申込方法をご覧ください。

登録対象者

- ①65歳以上の認知症および認知症の疑いにより徘徊のおそれがある人
 - ②若年性認知症の診断を受け、徘徊のおそれがある人
 - ③その他市長が認める人
- 登録情報
氏名、性別、住所、生年月日、電話番号、顔写真のほか、

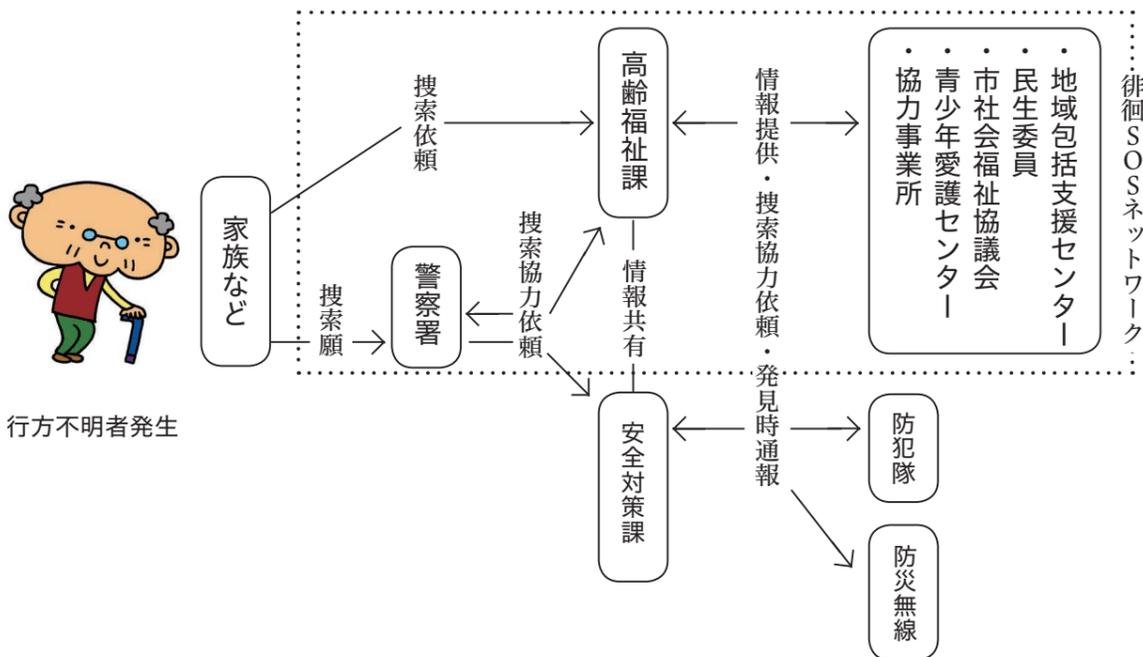


登録者には登録番号つきの反射ステッカーをお渡しします。徘徊SOSネットワーク協力機関が発見・保護ができるよう履物に貼り付けてください。

捜索の参考となる本人の特徴や装用品などを登録します。登録情報については、市と警察で適切に管理し、対象者の行方不明のときにのみ家族の同意をえて、ネットワーク協力機関に提供します。反射ステッカー

登録者には登録番号つきの反射ステッカーをお渡しします。徘徊SOSネットワーク協力機関が発見・保護ができるよう履物に貼り付けてください。

■徘徊で行方不明になったときの徘徊SOSネットワーク関連のイメージ図



■協力事業所も随時募集
より多くの目で、広域での見守りを行うため、徘徊SOSネットワーク事業に協力いただける事業所を随時募集しています。

協力事業所には、普段の業務範囲で気がかりな高齢者の見守りや、徘徊で行方不明になった高齢者などの捜索に協力していただきます。また協力事業所には事業所登録証をお渡しします。



▲事業所登録証。店舗用(左)と自動車用(右)

事前登録者、協力事業者の申込方法
マニュアル、申請書類を郵送しますので、高齢福祉課（☎50-3040）までご連絡ください。市ホームページからもダウンロードできます。必要事項記入し、高齢福祉課まで提出してください。



本多作左衛門重次が家族に宛てた手紙文をモチーフに始まった「一筆啓上賞日本一短い手紙」ですが、回を重ねること二十三回。その一回一回の作品に込められた想いを伝えるために8月23日(日)に、「一筆啓上 日本一短い手紙の館」が丸岡図書館北側に開館しました。

館内は、一筆啓上賞のこれまでの歴史と四千四百点の入賞作品を紹介する常設展示室、愛媛県西予市のかまぼこ板の絵とのコラボ作品を展示する企画展示室、そして、「丸岡城の四季」や「坂井花物語」と題した坂井市の美しい映像を紹介する展望ホールからなります。

特徴的な八角形の建物の周囲は、丸岡城と同じ技法で造られた、戦国時代から続く伝統技法である野面積みの石垣を巡らせました。建物の中央に中庭を配置し、憩いの場としても利用できます。

また、古城展望室のベランダからは、丸岡城と美しい山並みが展望できます。

手紙文化の復権と、丸岡城観光の充実を目的に、建設された「手紙の館」です。

わずか四十文字に込められた人々の想いを、目で、耳で、心で感じてください。寄せられた作品それぞれが、心に響く宝物となっています。



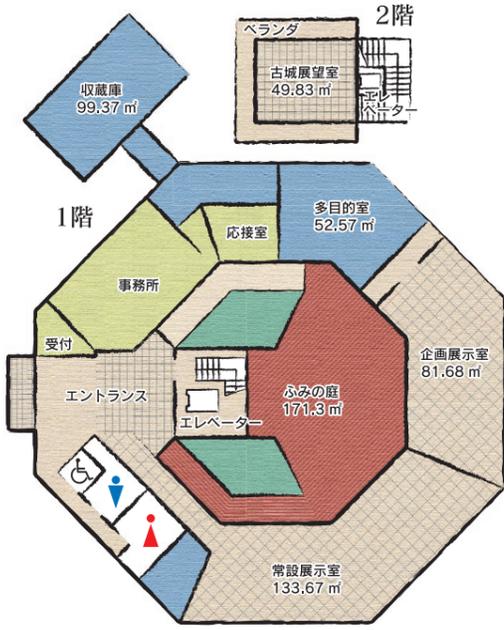
常設展示室
一筆啓上賞の第1回からの歴史を網羅したパネルの展示と、高さ1.2m 幅約10mのモニター画面を設置し、これまでの入賞作品が、美しい坂井市の風景と共に滝のように流れ落ちていきます。そのほか手紙をしたためのコーナーや、受賞作品を検索できるコーナーなども設けています。



企画展示室
愛媛県西予市の「かまぼこ板の絵」と「日本一短い手紙」が出会って作られたコラボ作品が120点展示されています。季節ごとに変更していく予定です。

また、定期的にさまざまな企画展示も行います。

■館内見取り図



丸岡城のふもとにオープン

「一筆啓上 日本一短い手紙の館」

～ 一筆啓上 火の用心 お仙泣かすな 馬肥やせ ～



一筆啓上 日本一短い手紙の館
〒910-0231
丸岡町霞町3-10-1
☎ 67-5100 ☎ 67-4747

入場料
大人(高校生以上) 200円
小人(中学生) 100円
小学生以下 無料

※団体(30人以上)は割引あり
開館時間 9:00～17:00
休館日 12月29日～1月3日

館前に、昔懐かしい郵便ポストを設置しました。この丸型ポストは、今から58年前の昭和32年製造です。以前は京都の大学に設置されていたもので、通常のポストとして利用ができます。

ご来館を機に、家族や親しい友人に宛てて、手紙を書かれてはいかがでしょう。



館を囲む石垣は、丸岡城や安土城などと同じ野面積みの石垣で、「穴太衆積み」の伝統的な技術を用いて積みまれています。自然石で積みあげられた石垣の堅牢で美しい姿は、館の外観を引立てています。



いいよいよスタート マイナンバー制度



マイナちゃん

■問い合わせ
制度・概要に関する
こと
全国共通ナビダイヤル
0570-10178
2010178
■通知カード・個人番号
カードに関すること
市民生活課
5013030

マイナンバーを各
家庭に通知

平成27年10月5日時点で住
民票に記載されているすべて
の人に、一人一つの12桁のマ
イナンバー(個人番号)が指
定されます。

10月中旬以降に、マイナン
バーが記載された「通知カー
ド」を世帯ごとに簡易書留で
郵送します。そのほか、個人
番号カードの郵送申請用の返
信封筒やマイナンバー制度の
説明書類なども合わせて送付
します。
通知カードは以下のような
形式でお送りします。

通知カード(個人番号カード交付申請書付き)

表	裏
<p>① 通知カードです。このカードに記載されている「個人番号」の12桁の数字が、あなたのマイナンバーです</p>	<p>② 個人番号カード交付申請書です。個人番号カードの申請に使用します。交付までの流れについては次のページで紹介します</p>
<p>③ この部分は問い合わせなどに使用するため、大切に保管してください。</p>	<p>③ この部分は問い合わせなどに使用するため、大切に保管してください。</p>

マイナンバーと通
知カードは大切に

平成28年1月以降になる
と、職場や行政手続きなどの
ときにマイナンバーを提示す
る必要があります。
国の行政機関や地方公共団
体、勤務先以外はマイナン
バーの提供を求めてはいけな
いことになってるので、み
だりに他の人に教えないでく
ださい。なお、マイナンバー
が記載されている通知カード
は大切に保管してください。

個人番号カードは
希望者に交付

個人番号カードはICチッ
プカードで、氏名、住所、生
年月日、性別、マイナンバー
や本人写真などが記載されて
おり、身分証明書として利用
できるほか、e-Taxなど
の各種電子申請などに使えま
す。

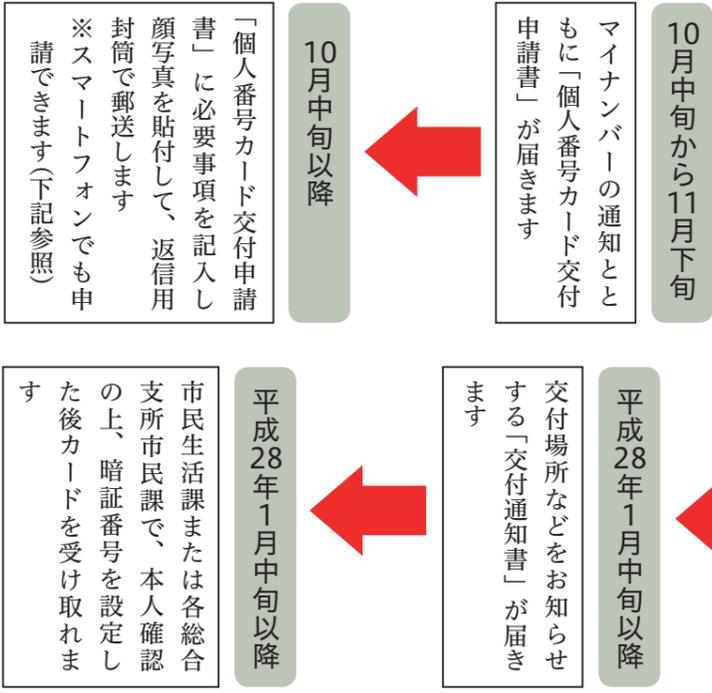
個人番号カードを受け取る
には申請の手続きが必要で、
交付については平成28年1月
中旬以降になります。交付ま
での流れは下記のとおりとな
ります。
※1月からの交付の詳細につ
いては、広報さかい12月号
でお知らせを予定していま
す。

個人番号カードの交付
手数料は無料だよ

ちょっと聞きたい
マイナンバー制度Q&A

- Q. マイナンバーは、市区町村や家族で統一性のある番号になるのですか？
- A. いいえ。マイナンバーは完全にランダムな12桁の番号なので、同じ市に住んでいる人同士や家族同士でも似た番号になるとは限りません。
- Q. 通知カードや個人番号カードの記載内容に変更があった場合はどうすればよいですか？
- A. 引っ越しなどで市区町村に転入届を出すときに、通知カードや個人番号カードを一緒に提出し、記載内容を変更してください。それ以外の場合でも、記載内容に変更があったときは、14日以内に市区町村に届け出が必要になります。
- Q. 通知カードが届かない場合はどうすればよいですか？
- A. 通知カードは、10月中旬から11月下旬までに順次送付の予定です。12月になっても届かない場合は、市民生活課まで問い合わせください。

個人番号カードの交付までの流れ



スマートフォンなどで
手軽にWEB申請がで
きます

- ① スマートフォンなどのカメラで顔写真を撮影
- ② 交付申請書のQRコードから申請用のWEBにアクセス
- ③ 必要事項を入力し、顔写真のデータを添付して送信

住基カードから個
人番号カードへ

での住民基本台帳カード(住基カード)の機能を引き継ぐものとなり、電子証明書が標準で搭載されます。すでに住基カードをお持ちの人が、個人番号カードを受け取る場合は、住基カードと引き換えになります。
個人番号カードの発行に伴い、住基カードの新規発行は12月28日(月)で、住基カードを使用した電子証明書については12月22日(火)で新規発行および更新手続きを終了します。なお現在お持ちの住基カードおよび電子証明書は、それぞれの有効期限まで利用可能です。

戦国時代から伝わる 舟寄踊が今年も開催 8月15日(土)

丸岡町舟寄に約450年前から伝わる伝統行事、県無形民俗文化財にも指定されている「舟寄踊」が、舟寄踊広場(旧北陸道)で行われました。参加した住民らは輪になって、腕を上げ下げする独特の踊りを三味線や太鼓の軽快な音色に合わせて披露。また、「舟寄踊ジュニアの会」16人も参加し、会場中を大いに沸かせていました。



▲子どもからお年寄りまでが世代を超えて踊り明かす



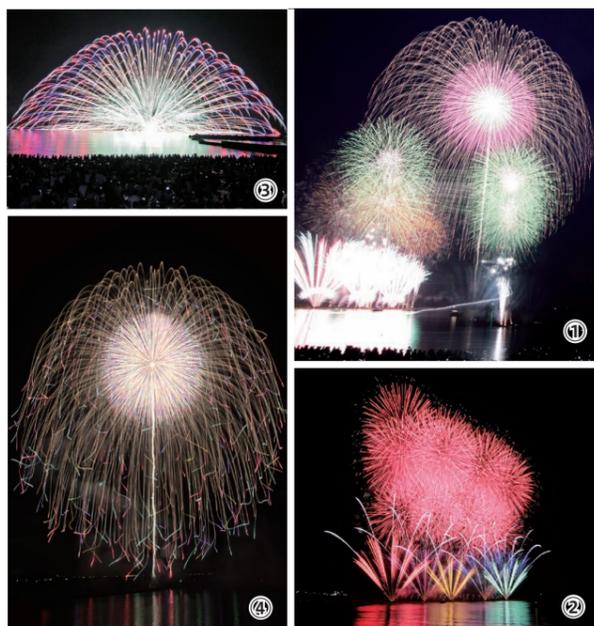
▲くす玉を割り、新しい坂井こども園の完成を喜ぶ、5歳児ら

安心して元気な成長を 市初のこども園が完成 8月10日(月)

坂井こども園の竣工式を行いました。坂本市長、橋本議長と坂井こども園の5歳児41人がくす玉を割り、完成をお祝い。市長は「幼児教育と子育ての機能を備えた施設で子育て支援を進めたい」とあいさつしました。坂井こども園は、保育士の目が子どもへ行き届きやすくなるよう部屋の配置を工夫するなど、安心安全な子育てに配慮しています。

圧倒的な美しさ 21万人の観客を魅了 8月11日(火)

夏の夜空と水面を彩る三国花火大会が、三国サンセットビーチで行われました。天候にも恵まれた今大会は、県内外から約21万人の観客が訪れ、約7,000発の花火を堪能。三国花火の代名詞・水中二尺玉や大迫力の打ち上げ二尺玉、斜めスターメインなどが打ちあがると、観客からは大きな拍手が沸き起こっていました。



①オープニングからボルテージは最高潮に! ②音楽に合わせて光の軌跡を描いた芸術花火 ③圧巻の迫力と美しさを兼ね備えた水中二尺玉 ④大音響とともにまばゆい光を放つ二尺玉 ⑤漆黒の夜空をカラフルな色で染め上げる

有事の際に備えて 消防総合訓練を実施 8月2日(日)

嶺北消防組合による消防総合訓練が丸岡町松川の城東グラウンド一帯で行われました。同訓練には管内の消防署員や消防団員、市民ら約1,100人が参加し、消防車両や警察車両など67台が出動。大規模地震が発生したと想定し、交通救助訓練や多数傷病者対応訓練などが行われました。参加者たちは本番さながらの真剣な面持ちで訓練に臨んでいました。



▲車に閉じ込められた人を、器具を使い車体を切って救助する消防署員



▲力強くそば生地を延ばす白崎龍神さん(丸岡高3年)。初段には高校生4人をはじめ、10人が挑んだ

高校生がそば打ちに初参加 愛好者が段位に挑む 8月1日(土)

丸岡城のまちコミュニティセンターで素人そば打ち段位認定会が行われました。段位の認定には、そば打ち行程である水回し、こね、のし、切りのほか衛生や後始末までを審査。段位に挑んだ18人のそば打ち愛好者は、普段の練習で培ったそば打ちの技術を披露し、40分間の所要時間内で見事にそばを打ち上げていました。

今年も優秀作品がずらり 夏の風物詩かがしが登場 8月2日(日)

「深めよう地域の絆」をテーマに、2015さかい夏祭りが坂井グラウンド駐車場で行われました。今年のかかしコンテストには47体のかがしが出展。特設ステージは元気一杯のKagashiダンサーによる踊りや、バルーンショーなどで大盛り上がり。やぐらを囲んで行われた総踊りでは、さかい音頭など5曲を踊り、地域の絆を感じるひとときになりました。



①毎年大盛り上がりのKagashiダンサーの発表 ②やぐらを3重・4重に囲んで、笑顔あふれる総踊り ③色とりどりのバルーンで、かわいい動物などを作り子どもたちにプレゼント ④自分で作った竹のうたわでの流しそうめん。おいしさは格別!! ⑤木部子ども三味線教室による素晴らしい演奏 ⑥台座部門でかがし大将に選ばれた上兵庫青年会の「稲刈り」 ⑦一本足部門でかがし大将に選ばれた市職員組合の「笑顔で創る坂井市 天高く!!」



試合さながらの緊張感の中、相手コートにスパイクを打ち込む。練習の時から一切の妥協はしない!!

信頼で繋げる全員バレー 絶対に諦めない不屈の心

粘り強く拾い、エースに繋げる。みんなの思いが込められたボールは絶対に外さない。それが「平章バレーボールスポーツ少年団」だ。昭和60年から30年続く古豪のチーム。当時、バレーボールチームが少なかったこともあり、バレーボールをプレーしたい子供たちの熱い思いを受け発足した。姉の影響で小学3年生からプレーしている谷口さくらさん(平章小6年)は「次のプレーに繋がるレシーブがしたい」と話す。家でも練習を欠かさない努力家で、チームメイトからの信頼も厚い。「バレーボールを通じて人間的に成長できた。試合に出ても、昔ほど緊張はしなくなった」と話すのは、チームのエースであり、キャプテンの津田桃子さん(平章小6年)。練習でも率先して声を出し、ひた向きなプレーでチームを牽引している。



平章バレーボールスポーツ少年団
メンバー 9人
代表 西裕司さん(丸岡町グリーン栄)
指導者 1人
コメント

一生懸命に練習を積み重ね、いいチームになりました。今後は、行動力と責任感のある選手に成長してくれることを期待します。また、仲間を募集しています!みんなでバレーボールを楽しみましょう。

「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、9/15(火)～10/4(日)まで放送します。
お楽しみに! 秘書広報課☎50-3012

チーム最年少の山田琉綺さん(平章小2年)は「先輩たちのように上手になりたい」と目を輝かせながら話します。しかし、「同じ年の仲間がいたら、もっと楽しいかも」とも話してくれた。選手一人一人に丁寧につながる西裕司監督は、「夢に向かって努力することを学んで欲しい。しかし、努力



▲どんなに早いスパイクにも、逃げずに立ち向かっていく



▲反復練習を行い、正しいホームを身に付けていく

しても報われないこともあると思う。けれど、その経験が必ず子どもたちの成長に繋がる」と強い信念を持ち、指導にあたる。全力でボールを繋いでいく。それが仲間の思いも一緒に繋いでいることを知っているから。今日も仲間たちは、全力でボールを拾い続ける。

多数の市民が参加 災害に備え避難訓練 8月30日(日)

地震発生時における初動避難体制を確認するため、坂井町全域で地震避難訓練を行いました。訓練は、午前7時30分に坂井町を中心にマグニチュード7.1の地震が発生、家屋の倒壊やライフラインが寸断されたとの想定で実施。各区の一時避難場所への避難や住民の安否確認が行われた後、避難所では、応急担架作成などの講習も行われました。



▲AEDの操作訓練。AEDの使用方法だけでなく、心肺蘇生法の手順も教わる参加者



▲テープカットで、一筆啓上日本一短い手紙の館の開館を祝う

紙文化が息づく場所 日本一短い手紙の館が開館 8月23日(日)

一筆啓上日本一短い手紙の館記念式典を行いました。式典には関係者約100人が出席。坂井市長は「作品から感動や勇気を感じて欲しい」とあいさつ。テープカットで開館を祝いました。会館は、入賞作品の検索や、モニター画面に流れ落ちる文字から、今までの入賞作品4,400点が浮かび上がる「FUMI NO TAKI」など来場者が楽しめるよう工夫されています。

情緒あふれるまち並みを 優雅かつ風流に踊り流す 8月29日(土)

三国の旧市街地で「三國湊 帯のまち流し」が行われました。あいにくの雨模様ながら、踊りや笛などで約650人が参加。ちょうちんなどに照らされた伝統的な町並みに風情を感じながら、6コースに分かれ、優雅に踊り流しました。総踊りの会場となった三国駅前には大勢の見物人が訪れ、会場中から踊り手に惜しめない拍手が送られていました。



①山車もお目見えし、情緒あふれる景観を華やかに踊り流す ②三味線の演奏など多くの小中学生も参加 ③見物人も飛び入り参加した総踊り。会場中が一体となる ④旧森田銀行前で息の合った踊りを披露する ⑤最優秀賞の「帯のまち賞」を受賞した和華～WAKA～

まちの話題をお届けします。
まちづくり計画変更を
地域協議会が了承し答申

8月5日(水)

「まちづくり計画」変更について、4地区の地域協議会が変更内容を了承し、同代表者会議が坂本市長に答申書を提出しました。計画の変更は、法改正により行われました。変更内容は今後12月議会に提出される予定です。



▲近藤 会長(三國町)が代表して、答申書を市長に提出する

全国大会の優勝を報告

8月21日(金)

卓球の全国小学生チーム・ナンバー1を決める「第33回全国ホープス卓球大会」で、フェニックス卓球クラブAが初優勝を果たしました。優勝メンバーである直江連さん(大石小6年)と川畑明日香さん(春江西小6年)が市役所を訪れ、坂本市長に優勝の喜びを報告しました。



▲二人は「昨年は準優勝だったので、今年は優勝できて嬉しい」と話した

シルバー交通推進員委嘱式

8月27日(木)

シルバー交通推進員の委嘱式がいねすで行われ、市内に住む65歳以上の77人に委嘱されました。推進員は、全国的に問題になっている高齢者の交通事故を防止するため、各種集会場や、高齢者のいる家庭での交通安全教育、街頭などでの声掛けなどを行っていく予定です。



▲シルバー交通推進員を代表して、坂本市長より森健一さん(丸岡町舟寄4区)が委嘱状を受け取る

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



国民健康保険加入者が対象の
特定健診に関する調査にご協力を

●問い合わせ 保険年金課☎50-3031

高 血圧や脂質異常、糖尿病など生活習慣病の早期発見だけでなく、早い段階で体の異変を見つけて未然に防ぐことができる特定健診。「面倒」「必要ない」と思わず、健康状態を確認する機会と思って受診しましょう。

電話調査にご協力を
特定健診未受診者対策のため、電話による健診の案内およびアンケート調査をします。電話は市が委託した業者が行います。きちんと名乗り、調査対象者の名前をお伝えします。不審な電話があった時は、保険年金課までご連絡ください。

とき
9月下旬〜28年1月9時〜20時
※土、日、祝日を含む対象者
40歳以上の国保加入者約3,000人
委託業者
株式会社 現代けんこう出版

お金の振込みを強要したり、年金や収入などの個人情報を知りたがることは、絶対にないよ!!



9月20日(日)〜26日(土)は動物愛護週間
動物は責任を持って飼いましょう

●問い合わせ 環境推進課☎50-3032

今 や動物は家族の一員、人生のパートナーとして人の心や暮らしに深く関わっています。動物愛護週間は、動物の愛護と適正な飼育について理解と関心を深めるよう設けられたものです。この機会に、私たちが飼っている動物、身近にいる動物について、もう一度考えてみましょう。

■犬の散歩の際はリードできちんとつなぎましょう。散歩中にオシッコをしてしまったときはすぐに水で流し、糞をしたときは家まで持ち帰ることが飼い主の責任です。

■猫にとって屋外は、交通事故や感染症の危険など安全な場所ではありません。また、どこでも自由に入りができるため、思わぬ所で近隣の人に迷惑をかけている場合があります。猫は屋内で飼育するようにしてください。

■犬の飼い主には、必ず登録と毎年1回の狂犬病予防注射を受けさせる義務があります。今年度の狂犬病予防注射がお済みでない時は、動物病院で必ず受けさせてください。

なお、市の委託を受けた動物病院では、狂犬病予防注射と狂犬病予防注射済票の交付手続きが同時にできます。未登録の犬は登録も同時に行えます。

※飼われている犬が死亡したときは、必ず環境推進課まで連絡をお願いします



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。



任期付職員(事務)を募集
申し込み締め切りは10月2日(金)

●問い合わせ 職員課☎50-3011

任 期付職員の募集を行います。詳しくは市ホームページをご覧ください。

【一次試験】
とき
10月25日(日)
ところ
霞の郷
内容
教養試験(高卒程度)および作文試験(800字程度)
【二次試験】
一次試験合格者に別途通知し、個別面接を行います
※最終合格発表は12月上旬
申込用紙
9月14日(月)以降に職員課で受け取るか、または市ホームページからダウンロードしてください。郵便請求の場合は、封筒の表に『任期付職員採用試験申込用紙請求』と朱書きし、120円分の切手を同封し住所、氏名などを明記して送付してください
申込期間
9月18日(金)〜10月2日(金)

職 種	任期付職員(事務)
募集人員	3人
業務内容	国民体育大会の開催準備業務に従事します
受験資格	・昭和50年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人 ・パソコンの基本操作(文章作成や表計算処理など)ができる人 ・普通自動車免許を有する人
任 期	平成28年4月1日から平成30年3月31日まで (任期は更新することがあります)

申込方法
・持参の場合
平日8時30分〜17時15分に職員課まで
・郵送の場合
書留郵便で提出。10月2日(金)の当日消印有効
申し込み先
〒919-0592
坂井町下新庄1-1
職員課

Check! 東十郷コミュニティセンター
ところ 坂井町長畑第25号11番地1 ☎66-4567
センター長 牧田重雄 社会教育指導員 伊藤正博
センター職員 石黒みゆき・堀祐子

Check! 春江中コミュニティセンター
ところ 春江町随応寺第17号17番地 ☎51-1104
センター長 坪川淳一 社会教育指導員 松浦佐太雄
センター職員 西畑昌代・中川美貴子

■センターの特徴
春江総合支所と同じ敷地内、隣はショッピングセンターという好立地です。また、コミュニティバスの停留所にもなっており、年間を通して多くの人が集まるセンターです。

■センターのマル秘情報
センターに「いっぷく茶屋」という休憩所を開設しています。センターにお立ち寄りの際には、ご利用ください。

■センターからの一言
まちづくり協議会の協力で、一年を通して、玄関先やホールに花が飾られています。花いっぱい日のセンターへお立ち寄りください。

■センターからの一言
「地域の皆さまのためのセンター」を目指し、「何でも来い」の職員とセンター長がお待ちしております。お気軽に、いつでもお立ち寄りください。

▲「いっぷく茶屋」でいっぷくしてください

▲明るくおもてなしの心で



▲明るくおもてなしの心で



▲「いっぷく茶屋」でいっぷくしてください

開催
event information

**正しい歩き方を学ぼう
ウォーキング教室**

手軽に始められ、健康にも良いウォーキング。正しい歩き方を学んで、生活に取り入れてみませんか。運動後の栄養補給についての講座も行います。

とき	ところ
9月18日(金) 28日(月) 10月5日(月) 9:15～11:45	霞の郷
10月9日(金) 19日(月) 26日(月) 9:15～11:45	坂井体育館

※3回シリーズで、両会場とも同じ内容になります
対 象 市内在住の人
定 員 先着25人
持ち物 内ズック、タオル、飲み物など
申込方法 電話で下記まで
●健康増進課 ☎50-3067

**ホワイエコンサート
ふくいの手演奏家たち**

ふくいの手演奏家によるコンサートです。昨年の「さかい九頭竜音楽コンサート」金賞受賞者を中心に構成しています。
と き 9月27日(日) 14:00～
ところ ハートピア春江
大ホール ホワイエ
参加費 無料
※整理券があります。
ハートピア春江、みに文化未来館にて、配布しています
●ハートピア春江 ☎51-8800

**ご相談ください
行政でお困りの事**

暮らしの中で、行政に関する手続きやサービスなどのお困りごとやご意見などがありましたらお気軽にご相談ください。
と き 10月5日(月)
13:30～15:30
ところ みくにショッピング
ワールド・イーザ

●福井行政評価事務所
☎24-0403

**年金や雇用問題
無料で相談に応じます**

社会保険労務士の有資格者が社会保険制度などの不安や疑問を解消します。
と き 10月9日(金)
10:00～16:00
ところ いねす
相談内容 社会保険制度全般(公的年金制度、健康保険など)、労働問題全般(雇用・労災保険、賃金、セクハラなど)など

●福井県社会保険労務士会
☎21-8157

**日本の礼儀作法に学ぶ
所作と思いやりの心**

宮内庁病院で看護師長を務めた講師による講演会です。申し込みは不要です。
と き 9月30日(水)
10:00～11:30
ところ 東十郷コミュニティセンター 多目的ホール
講 師 中川 直美氏
参加費 無料
●東十郷まちづくり協議会
☎66-4567

**仕事などで受診できない人へ
休日レディースがん検診**

と き 10月12日(月・祝)
9:15～10:15
ところ いねす

検診名	対 象
①子宮頸がん検診	県内に住民票がある20歳以上で、平成26年4月以降に当該検診を受けていない女性
②乳がん検診	県内に住民票がある40歳以上で、平成26年4月以降に当該検診を受けていない女性

費 用 ①600円②1,000円
※住所、年齢によって金額が異なる場合があります
※市が発行する受診券を使用します
申込締切 10月5日(月)
申込方法 電話で下記へ(先着30人)
●坂井健康福祉センター
福祉健康増進課 ☎73-0609

**みんなで楽しく
J-POPダンス教室**

J-ポップミュージックにのせてダンス振付を行い、リズムに合わせて楽しく体を動かします。
と き 10月7日(水)
～11月25日(水)
毎週水曜日の全8回
17:00～18:00
ところ 坂井体育館
対 象 小学1年～6年生
持ち物 内ズック、タオル、飲み物など
受講料 4回2,000円
(1回目、5回目に集金)
定 員 30人
申込方法 電話で下記まで
●坂井体育館 ☎68-0123

**暮らしに役立つ講演も
法務局の休日相談所**

平日に相談に来られない人にも利用してもらおうと、休日相談を行います。相談は予約制、秘密は守ります。相談は無料です。詳しくは、ホームページをご覧ください。
■相談会
と き 10月4日(日)
10:00～16:30
※最終受付は16:00
ところ 福井春山合同庁舎
1階ロビー
(福井市春山1-1-54)
相談内容 成年後見制度や筆界特定制度、人権問題など
■講演会
と き 13:00～14:30
テーマ 相続と遺言の実務
講 師 福井公証人役場
公証人 上坂 功氏
福井地方法務局 検索
●福井地方法務局 ☎22-5174

**年末年始に向けて頑張ろう
脱・メタボ教室で健康に**

と き 10月7日(水)
～12月16日(水)
毎週水曜日の全11回
10:00～11:00
ところ 坂井体育館
受講料 1回600円
4回2,000円(回数券)
定 員 20人
申込期間 9月9日(水)から
申込方法 電話または直接下記へ。
開催期間中も随時募集
●坂井体育館 ☎68-0123

**山野草展
即売会もあります**

と き 9月20日(日)
9:00～17:00
9月21日(月・祝)
9:00～16:00
ところ かすみ文化サロン
(丸岡町羽崎)
●丸岡山野草会 辻村
☎090-2121-9745

**家庭用品リサイクル情報
recycle information**

消費者がリサイクル意識を持ち、家庭で使用しなくなったものを再利用することを目的としています。

ゆずります	学習机と椅子、ケース入り人形とこけし、生活雑貨、世界文学全集
ゆずってください	ピアノ、カラーボックス、変速付26インチの大人用自転車、直径30cm以上の大なべ、丸岡中学校の夏スカート(W66cm以上)、整理ダンス(ケース可)

【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
かんたん料理レシピ**

野菜寒天よせ



丸岡地区食生活改善推進員

栄養成分 / 1人分

エネルギー	35kcal
タンパク質	3.2g
脂質	0.2g
炭水化物	5.7g
カルシウム	34.3mg
塩分	1.0g

材料 / 4人分

かにかまぼこ	6本
キュウリ	1本
ミディトマト	3個
水	300cc
粉寒天	2g
ポン酢	大さじ2
レタス	適量

作り方 ①かにかまぼこ、キュウリ、トマトを5ミリ程度に角切りにし、容器に入れておく。
②鍋に水、ポン酢、粉寒天を入れ、中火でかき混ぜながら沸騰するまで加熱する。
③①の容器の中に②を流し入れ、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固める。
④適当な大きさに切り、お皿の上にレタスを敷いてその上に盛り付ける。

日本人の大半が不足している「食物繊維」

寒天に多く含まれている食物繊維は、人間の消化酵素では消化されないため「非栄養素」と言われていたのですが、他の栄養素にはない働きがあることで、注目されるようになりました。食物繊維は低カロリーで、吸水力があるため少量でも満腹感が得られます。また、糖質の吸収を緩やかにするため満腹感が持続し、食べ過ぎを防ぐことができます。

食物繊維は、豆類などさまざまな食材に含まれているので、積極的に食物繊維を摂るように心掛けましょう。

●健康増進課 ☎50-3067

お知らせ information

国勢調査 2015



平成 27 年国勢調査を開始しました！

現在、調査員が皆さんのお宅を訪問して「インターネット回答の利用案内」を配布しています。調査員は調査員証と腕章を携行しています。



インターネット回答における通信はすべて暗号化されています。また、不正なアクセスなどの監視を 24 時間監視行っています。

※注意
国勢調査員を装った「かたり調査」には十分ご注意ください。



企画情報課 ☎50-3013

9月市議会定例会の様相を録画放送します

坂井チャンネル(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	9月25日(金)、27日(日)	17時から
	9月29日(火)、10月1日(木)	10時から
後編	9月26日(土)、28日(月)	17時から
	9月30日(水)、10月2日(金)	10時から

議会事務局 ☎50-3001

みんなで守ろう ルールとマナー

秋の交通安全県民運動を実施します。下記に気をつけ、交通事故ゼロを目指しましょう。

とき 9月21日(月・祝)～30日(水)

■夕暮れ時や夜間は歩行者の発見が遅れがちです。ヘッドライトは日没30分前からつけましょう

■夜の外出には反射材を活用しましょう

■すべての席でシートベルト・チャイルドシート着用を習慣にしましょう

■「しない・させない飲酒運転」を守りましょう

『みんなを守る早めのライトと反射材』～子どもと高齢者の自己防止～

安全対策課 ☎50-3525

募集 invite information

空き家を情報を登録しませんか

市では、空き家の有効活用や移住・定住を促進するために、市ホームページで「坂井市空き家情報バンク」を運営しています。これまでに空き家を探しているとの問い合わせを数多く受けています。空き家の売却・賃貸を考えている人は、「空き家情報バンク」へ掲載してみませんか。まずは、お気軽に都市計画課までご相談下さい。

都市計画課 ☎50-3052

コミュニティセンター 臨時職員募集

募集する臨時職員は、産休・育休の代替職員です。職員の育児休業期間の変更により採用期間を変更する場合があります。

募集人数 1人
採用期間 11月1日(日)～28年3月31日(木)

※勤務実績などにより、平成28年11月30日(水)まで更新予定

勤務地 江留上コミュニティセンター

勤務条件 8:30～17:15の週5日 時差出勤、土・日出勤、時間外勤務あり

給与 月額140,100円
申込締切 10月2日(金)
申込方法 履歴書を下記へ郵送または持参

まちづくり推進課 ☎50-3017
〒919-0592
坂井町下新庄1-1

高齢者に関する 相談対応などの臨時職員

期間 28年3月31日まで
勤務時間 8:30～17:15の週5日
勤務地 高齢福祉課

募集人数 1人

内容 高齢者に関する各種相談の対応(パソコンへの入力など)

条件 社会福祉士または看護師の資格を有する人

給与 月額151,800円

申込方法 10月2日(金)までに資格を証明できるものの写し、履歴書を下記まで郵送または持参

高齢福祉課 ☎50-3040
〒919-0592
坂井町下新庄1-1

男女共同参画推進講座 男の手作りパン焼き教室

手軽にできる「パン焼き」に挑戦してみませんか。これをきっかけに男性の家事参加の大切さ、楽しさを味わいませんか。

とき 10月8日(木) 10:00～13:00

ところ いねす 常広 照子氏 (JHBスクール講師)

対象 市内在住の男性 ※夫婦での参加は可能

参加費 800円/人(材料費)
持ち物 エプロン、三角巾、パン入れ物(かごなど)

定員 16人(先着)
申込方法 9月14日(月)から電話で下記まで

まちづくり推進課 ☎50-3017
男女共同参画センター ☎51-3434

代官山墓地の 使用者を受付中

代官山墓地の使用を希望する人は、次のとおりお申し込みください。

■使用許可の要件

- ①三国町、あわら市に住んでいる人
- ②①に該当せず、三国町、あわら市に本籍または墓地がある人

■申込方法

- ①現場を訪れ、場所を決める
- ②印鑑(認印)、本籍記載の住民票を下記へ持参

■使用料と維持費

区分	4㎡ (2m×2m)	6㎡ (2m×3m)
使用料(永代)	172,000円	228,000円
維持費	31,000円	37,000円
残区画数	58区画	68区画

※使用許可の要件②に該当する人は、使用料・維持費が2割増 ※維持費については、条例の変更などにより再度徴収する場合があります

※使用料は永代使用料です
※墓地の使用は1区画までです
※墓石の建立は1区画1基のみ

坂井地区広域連合総務課 ☎91-3308

ピラティスで 姿勢改善をしよう

とき 毎週火曜日 14:00～15:30

ところ 春江体育館
受講料 月4回2,500円

準備物 飲み物、タオルなど
申込方法 電話で下記まで

西原 ☎090-5172-1850

開催 event information

里親制度について 学びませんか

事情により家庭で暮らすことができない子どもたちを、自分の家庭に迎え入れて育てる制度です。子どもを預かる期間も数日から数年間とさまざまです。関心がある人は、ぜひお越しください。申し込みは不要です。

とき 10月1日(木) 19:00～20:30

ところ 高椋コミュニティセンター

内容 里親制度の説明、里親の体験談など

参加費 無料

福井県総合福祉相談所 ☎24-5138
子育て支援課 ☎50-3042

環境の変化を 一緒に考えよう

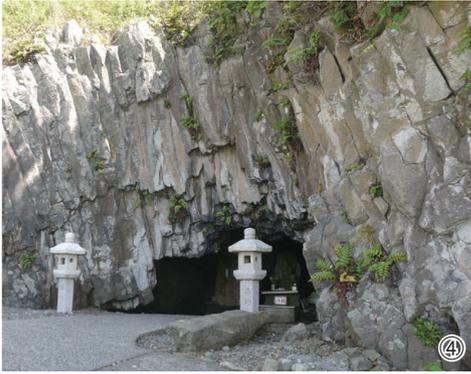
今、日本中で生き物の生態系が激変しています。その中で、身近な自然環境の変化に関心を持ち、人間社会に与える影響を最小限に食い止める対策を、一緒に考えていきましょう。

とき 9月27日(日) 10:00～

ところ 市多目的研修センター 3階 大ホール
テーマ 「坂井市の水辺環境は大丈夫か?～外来生物を考えたとき～」

講師 野鳥生息環境生態研究会 代表 阪本 周一氏

環境推進課 ☎50-3032



①東尋坊。毎年多くの方が観光に訪れる遊覧船乗り場付近 ②丸岡藩砲台跡。幕末に梶浦に築かれた砲台跡です。東尋坊の柱状節理の岩肌の少し奥に石及び土で築かれています ③あまり知られていませんが、サンセットビーチも名勝及び天然記念物、東尋坊の範囲です ④聖り穴。越前松島にあり、古来より人が生活を行い、また信仰の対象ともなってきました



更なる魅力を発見!!
知れば知るほど好きになる東尋坊

天 下の奇勝と言われる東尋坊。福井県を代表する景勝地として、毎年多くの観光客が訪れています。一般的に、東尋坊といえは東尋坊タワーや商店街、遊覧船発着所のある辺りの崖地を想像する人が多いかと思えます。

し かし、国が指定した天然記念物および名勝としての東尋坊の範囲は、三国町宿から浜地までとなっています。地図に示された範囲では、おおよそサンセットビーチから浜地海水浴場の手前までです。そして、東尋坊には東尋坊タワー周辺以外にも、あまり知られていない見どころが数多くあります。

例 えば、越前松島水族館の裏手。観音洞、聖り穴、弁慶の抜け穴といった洞窟が海ぎわにあり、これらの洞窟は縄文時代から人々が生活してきたと考えられています。観音洞と聖り穴については、中に入り見学することもできます。

ま た、梶浦(三国町梶)には幕末の1852年に丸岡藩が外国船の侵入を防ぐために建設した丸岡藩砲台跡があります。ペリー来航前後、外国船が日本の海辺に幾度となく押し寄せ、日本海側でも緊張が高まったため砲台ができたという、当時の面影をしのぶことができます。

ち なみに、東尋坊が国指定文化財になった理由は、岩石の組織や風化などの現象が、地質学的にみて全国的に少なく貴重なためです。東尋坊は火山活動でできた火山岩が、日本海の波による浸食を受け地上に現れたものと考えられ、その隆起の様相(遊覧船乗り場などで見られるゴツゴツした岩の様相)は、安島や雄島、越前松島、米ヶ脇などその地区によって異なります。

朝夕涼しくなってきたこの時期、散歩がてらに海岸沿いを歩いてみるのも、おもしろいかもかもしれません。



※あるばか顔のカメラ女子が市内を歩き回るよ

編集後記



▼お墓参りに行きました。なかなか家族全員で行動することがないため、新鮮な気持ちに。ご先祖様に、今後も家族が健康で暮らせることを祈りつつ、できれば宝くじを当てたいと邪な願いも…本当にできればいいんですが… (介)

▼のんびりしようと、ふと奥越へドライブ。深緑を横目にソフトクリームでさらなるリラックスを追求。しかし奥越と言えどまだ暑く、ソフトクリームが溶けるスピードが速いこと。食べるのに焦るわ、服が汚れるわで忙しい旅でした…。(直)

