

広報 さかい

2014 April
4
平成 26 年

お知らせ版 No.81

忘れずに接種を！
狂犬病の予防注射
環境推進課 ☎50-3032



痛いガマン。イゲケンイゲケンの常識だから。

26 年度狂犬病予防集合注射の日程

	とき	場所	時間
全域	5月25日(日)	市役所(本庁)西側	9:00 ~ 12:00
三国地区	5月7日(水)	三国運動公園健康管理センター前	9:30 ~ 10:30
		安島ふれあいセンター前	11:00 ~ 11:45
		雄島公民館前	13:00 ~ 14:00
	5月9日(金)	加戸公民館前 新保公民館前 浜四郷公民館前 三国木部公民館前	9:30 ~ 10:30 11:00 ~ 11:30 13:00 ~ 13:40 14:00 ~ 14:40
5月11日(日)	三国総合支所前	9:00 ~ 11:00	
丸岡地区	5月16日(金)	旧丸岡子育て支援センター前(わか保育園東側) 丸岡体育館東側駐車場 長畝公民館前 坪江地区児童館前 竹田コミュニティーセンター前	9:30 ~ 10:00 10:10 ~ 10:55 11:05 ~ 11:50 13:00 ~ 13:20 13:50 ~ 14:10
		5月22日(木)	高椋東部公民館前 鳴鹿ふるさと会館前 今市児童館前 新九頭竜児童館前 磯部公民館前 高椋西部公民館前 高椋公民館前
春江地区	5月14日(水)	春江南公民館前 春江中公民館前 大石公民館前	10:00 ~ 11:30 13:00 ~ 14:20 14:40 ~ 16:00
	5月20日(火)	春江西公民館前 春江東公民館前	10:00 ~ 11:30 13:30 ~ 15:00
坂井地区	5月13日(火)	坂井木部公民館前 大関友遊館前 兵庫公民館前 東十郷公民館前	9:30 ~ 10:30 11:00 ~ 11:40 13:00 ~ 13:40 14:10 ~ 15:30

犬 を飼っている人は、登録と年一回の狂犬病予防注射が義務付けられています。左の日程で集合注射を行います。住所に関係なくどの会

場でも受けられます。持参するもの
お知らせはがき(対象者には4月中旬に発送済み)
料金(1頭あたり)
予防注射 2,450円
+ 済票交付 550円
新規の犬の場合
+ 登録料 3,000円
予防注射時のお願
会場に犬が多く集まると、吠えたり興奮して暴れる場合があります。しつかり抑えられ人が連れてきてください。
登録している犬が死亡した忘れずに届け出を

り、登録内容に変更がある場合は、市役所への届け出が必要で、すでに犬が死亡しているのにお知らせはがきが届く人もご連絡ください。
必ず装着を
狂犬病予防法により、飼い主は鑑札と狂犬病予防注射済票を犬に装着しなければいけません。これらの札には固有の番号が刻印され、登録されています。もし犬が迷子で保護された場合、飼い主を特定する手掛かりにもなります。札は必ず装着しましょう。



犬の登録や予防注射は「動物病院」でもできます！

登録手数料・注射済票交付手数料は、上記の集合注射と同じです。予防注射料金は、病院によって異なることがあるので直接ご確認ください。

いなば動物病院(丸岡町猪爪)	☎67-7123	さくら通り動物病院(福井市花月)	☎29-7616
高木動物病院(坂井町下関)	☎72-2811	柴田動物病院(福井市南四ツ居)	☎52-1122
はるえ動物病院(春江町江留上新町)	☎51-8212	大門動物病院(福井市飯塚町)	☎34-1221
藤井獣医科病院(三国町加戸)	☎81-3452	とくだ動物病院(福井市湊)	☎34-1270
松崎動物病院(丸岡町北横地)	☎67-3320	ハート動物病院(福井市花堂南)	☎35-1711
ラーバンの森動物病院(三国町陣ヶ岡)	☎82-1212	文京動物病院(福井市文京)	☎25-1013
新谷獣医科医院(あわら市大溝)	☎73-0181	もりた動物病院(福井市下森田新町)	☎56-3330
ごとう動物病院(福井市高木町)	☎54-0454	山下動物病院(福井市二の宮)	☎26-2937
さかい動物病院(福井市文京)	☎22-0181	山田動物病院(福井市大町)	☎34-1050
		吉田獣医科病院(福井市文京)	☎26-3866

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。



**まるおか子供歌舞伎に出演しませんか
活動を支えるボランティアスタッフも募集**

●問い合わせ (公財)丸岡文化財団 ☎67-5100

ま るおか子供歌舞伎」では、11月の公演に向けて出演者を募集しています。歌舞伎の演出家から演技指導があるので、初めての人でも安心です。和の心や日本の伝統文化を学びながら、自然に礼儀作法なども身につきます。

対象 市内通学の小学1年生～中学2年生

要件

- ・11月の公演まで休まず稽古に参加できること
- ・家族が送迎できること
- ・保護者が稽古や公演の準備に参加すること

練習日

- ・毎月2回(土・日曜日、祝日)
- ・夏休みの集中稽古(約1週間)
- ・本番1週間前の舞台稽古

練習場所 市内の公民館など

募集人数 10人程度

申込方法 5月9日(金)までに左記へ(公財)丸岡文化財団

☎67-5100 ☎67-4747
✉bunka@mx2.ftv.ne.jp

対象 高校生以上

要件 稽古や公演の準備・後始末に可能な範囲で参加できること



**5月中旬スタート『寝こまんぞー教室』
参加申し込みを受け付け中です**

●問い合わせ 市地域包括支援センター ☎50-2264

『寝こまんぞー教室』は、①運動 ②口腔 ③栄養 の3種類！

種類	会場
①運動機能向上教室(フルコース・ミディアムコース・筋トレコース) 内容 全24回。理学療法士や健康運動指導士の指導で、筋肉を使う運動や有酸素運動、ストレッチなどを行うほか、「もの忘れ」予防も行います。 対象者 65歳以上の人で「足腰が弱った」「立ち座りが大変になった」「転ばないように気を張る」などを感じており『健康チェックリスト』で対象となった人	5月から来年度3月まで、月に2～4回程度、4地区の各保健センターなどで実施します。
②口腔機能向上教室(口腔コース) 内容 全18回。歯科衛生士や言語聴覚士の指導で、口内の手入れや口の体操を行います。 対象者 65歳以上の人で「固いものがかみにくい」「お茶を飲むとむせる」「口が乾く」「転ばないように気を張る」などを感じており『健康チェックリスト』で対象となった人	皆さんの自宅または近くの保健センター、総合支所などで実施します。
③栄養改善教室(孤食予防コース) 内容 全6回。管理栄養士が低栄養状態を予防するための食事の工夫や調理方法の相談を行います。 対象者 65歳以上の人で「最近やせてきた」「体重が増えない」と感じており、『健康チェックリスト』で対象となった人	

※介護保険の「要介護認定」を受けている人は参加できません

昨 年度までの『元気いきいき教室』が『寝こまんぞー教室』に名称変更しました。

この教室は、3月中旬にお送りした「バスや電車で一人で外出していただけますか」など30項目の『健康チェックリスト』のアンケートの結果、何らかの機能低下があり、改善に向けた取り組みが必要な人を対象に行うものです。

対象となる人には、個別に教室の案内通知が送られます。心も体もいきいきと過ごすためにも、通知が届いた人は、ぜひ教室に参加してください。

申し込みなど詳しくは、市地域包括支援センターへ。

**市・県民税の所得・課税証明書
発行開始日をお知らせします**

●問い合わせ 課税課 ☎50-3023

26 年度の市・県民税の所得・課税証明書の発行開始日は、左記のとおりです。

対象者	発行開始日
全額給与差し引きで納める人 非課税の人	5月12日(月)
普通徴収または公的年金からの差し引きで納める人	6月10日(火)

※給与差し引き以外に、納付書や口座振替(普通徴収)での納付分がある場合は6月10日(火)から

※自動交付機での証明書は、納付方法にかかわらず6月10日(火)から

**自主防災組織の
活動を支援します**

●問い合わせ 安全対策課 ☎50-3525

地 域防災力を高めるため、自主防災組織の結成や資機材の購入を支援します。

防災講座への講師派遣

自主防災組織の結成や活動の活性化を目的に開催する防災講座に講師を派遣します。

▼災害時、自治会は何をしたらいいの？

▼自主防災組織は、なぜ必要なの？

対象 市内の自治会や自主防災組織、まちづくり協議会など住民で構成する団体

経費 講師派遣のための経費や資料作成に必要な経費を市が負担します。

防災資機材購入補助を増額

防災資機材の購入について、自主防災組織への補助を拡大しました。

補助率 経費の2分の1

限度額 150,000円

詳しくは安全対策課までお尋ねください。



65歳以上の人必見！「元気クラブ」参加者を募集

●問い合わせ 市地域包括支援センター ☎50-2264

会場	日時	初回開催日
三国保健センター	第2・4 金曜日 13:30～	5月30日(金)
三国保健センター	第1・3 水曜日 13:30～	5月28日(水)
三国浜四郷公民館	第2・4 木曜日 13:30～	5月22日(木)
坂井健康センター	第1・3 月曜日 13:00～	5月26日(月)
坂井木部公民館	第1・3 土曜日 9:15～	5月31日(土)
丸岡保健センター	第1・3 火曜日 13:00～	5月27日(火)
春江保健センター	第2・4 火曜日 13:00～	5月21日(水)
春江保健センター	第2・4 水曜日 13:30～	5月21日(水)
はるさか	第1・3 木曜日 13:30～	5月29日(木)

元 気な今のうちから、介護予防や心身の健康づくりをする目的の教室です。月2～3回、2時間程度、体を動かしながらにぎやかに活動しています。

対象者 介護認定を受けていない65歳以上の市民で、医師から運動制限を受けていない人

定員 各会場30人(先着順)

開催時期 5月から翌年3月まで

内容 運動の専門スタッフによる運動健康についての学習会

申込方法 5月1日(木)～14日(水)までに、市地域包括支援センターへ電話で申し込んでください。初回の案内を郵送します。

※祝日や行事などにより日時が変更になることがあります

※初回以降の日程表は、教室参加時にお渡しします

運動を続けることで、体が楽に動くようになった！

ここに来て、みんなに会えるのがとても楽しみ！

お知らせ information

固定資産税・軽自動車税納付書を5/12(月)に発送

平成26年度の固定資産税・軽自動車税の納税通知書を、5月12日(月)に発送します。

内容に不明な点がある場合は、下記までお尋ねください。

◎固定資産税

平成26年1月1日現在で固定資産(土地、家屋、償却資産)を所有している人

※課税明細書も同封します。届いたら必ず内容を確認して、大切に保管してください

◎軽自動車税

平成26年4月1日現在で軽自動車を所有している人

☎課税課 ☎50-3023

有害鳥捕獲を実施します



農作物の被害拡大を防ぐため、猟銃を使った有害鳥の捕獲を行います。

当日午前7時までの農作業や散歩を控えるなど、事故防止にご協力ください。

と き 5月8日(木) 5:00 ~ 7:00

ところ 丸岡町内

☎丸岡総合支所地域振興課

☎68-0801

後期高齢者人間ドック料金などを一部訂正

広報さかい26年4月号(4月10日発行)の16ページに掲載した「後期高齢者人間ドック」の内容を、下記のとおり訂正します。

①宮崎病院

ドック種別	男性	女性
1日ドック	13,200円	
脳ドック	6,500円	
1日+脳	24,000円	
2日+脳	34,800円	

②労働衛生センター

ドック種別	男性	女性
1日ドック	11,400円	15,360円
2日ドック	32,640円	40,200円
脳ドック	17,520円	25,080円
1日+脳	40,740円	48,300円
2日+脳	65,580円	73,140円

③福井赤十字病院

「脳ドック」の助成が受けられません。

☎健康増進課 ☎50-3067

三国祭のため体育施設の開館時間を変更

5月20日(火)は三国祭のため、三国町内の体育施設の開館時間を変更します。

施設名	開館時間
三国運動公園施設、三国体育館、三国グラウンド、三国艇庫	9:00 ~ 17:00
三国町内の小中学校体育施設	一般開放はしません

☎三国体育館 ☎82-4686

開催 event information

新緑の丸岡を歩こう 健康ウォーキング大会

丸岡城周辺を歩く約5kmのウォーキングコース。雨天時は、丸岡体育館でウォーキング教室を行います。参加は無料です。

と き 5月15日(木) 9:00 ~ 17:00

ところ 丸岡体育館横の広場
申込方法 電話で下記へ
申込締切 5月13日(火)

☎健康増進課 ☎50-3067

健康はあなたが主役 看護の日イベント

看護の実演や健康に関する相談、骨密度・血圧などの測定を行います。この機会に自分の体を見つめてみませんか。

と き 5月10日(土) 10:00 ~ 16:00

ところ イーザ

☎三国病院 ☎82-0480

ひとり親家庭の子どもの無料学習支援事業

と き 4月27日、5月25日、6月29日の日曜日 9:30 ~ 11:30

ところ 春江中公民館

対象 小学1年生~中学3年生

申込方法 電話で下記へ

☎福井県母子寡婦福祉連合会 横山 ☎21-0733

みくに龍翔館企画展 「新収蔵品展」

過去5年間に、寄贈や寄託で新しく収蔵されたものを初公開。丸岡出身の南画家・山田介堂の作品や北前船主、船頭の家につながる船筆筒、古文書をはじめ、選りすぐりの資料ばかりです。

と き 4月26日(土) ~ 6月1日(日) 9:00 ~ 17:00

ところ みくに龍翔館特別展示室
休館日 水曜日
入館料 300円 (市内小中学生は無料)

☎みくに龍翔館 ☎82-5666

子どもも大人も 休みの日は図書館へ

ふくい 大すき おはなし会
と き 5月11日(日) 11:00 ~ 13:00
ところ 春江図書館2階会議室
☎春江図書館 ☎51-8810

古文書を読む会
と き 5月25日(日) 10:30 ~ 12:00
以降毎月第2日曜日
ところ 丸岡図書館2階会議室
定員 30人
申込方法 電話で下記へ
受講料 5,000円(資料代含む)
☎丸岡図書館 ☎67-1500

古文書を読む会
吉田 ☎090-4681-7878

家族でゆりの里公園へ こどもまつりで遊ぼう

はしご車・放水体験やミニチュア模型展、ジオラマ製作体験などイベント盛りだくさん。
と き 5月3日(土・祝) 10:00 ~ 15:00

ところ ユリーム春江

☎ゆりの里公園管理事務所

☎58-0100

みんなで作ろう ジャンボこいのぼり!

子どもたちの手形で作ったところで、7mのジャンボこいのぼりを作ります。

と き 4月26日(土) ~ 5月6日(火・休) 9:30 ~ 16:30
※12:00 ~ 13:00は休み

ところ エンゼルランドふくい

☎福井県児童科学館 ☎51-8000

幼児・小学生対象 ジュニアサッカー教室

と き 5月10日(土) 4~6歳 13:30 ~ 14:30
7~10歳 14:30 ~ 15:30

ところ エンゼルランドふくい 屋外広場(雨天時は館内)

定員 各コース30人

申込方法 各コース開始15分前から会場で受け付け
講師 笹岡 富美男氏 (福井県サッカー協会)

☎福井県児童科学館 ☎51-8000

体育館に通って 健康で美しい体になろう

体を動かして心も体もリフレッシュ。申し込みは平日9時~16時に受け付けています。

ヨガ教室
と き 毎週木曜日(~7月17日) 13:30 ~ 14:30

春の健康体操教室
と き 毎週火曜日(~7月8日) 10:00 ~ 11:30
対象 50歳以上

ところ 三国体育館

定員 各教室20人程度

受講料 1回500円

☎三国体育館 ☎82-4686

募集 invite information

ふくい園芸大学校 園芸実践研修生

6月に開校するふくい園芸大学校では、下記2コースの研修生を募集します。申し込みや詳細はお問い合わせください。

新規就農コース(無料)

栽培から販売まで実践する模擬経営と知識研修のコースです。

プラス園芸コース(有料)

県推進品目の種まきから収穫までを学ぶコースです。

☎県地域農業課 ☎20-0433

坂井農林総合事務所 ☎81-3096

プロや子どもの舞台 文化芸術活動を支援

みくに文化未来館またはハートピア春江で6月~27年3月に開催するプロまたは子ども(市民)が出演する舞台芸術を支援します。政治、宗教、営業に関わるものを除きます。

条件 市内在住の5人以上で構成する実行委員会

助成額 ①プロが出演する場合、出演料や宿泊費、舞台制作費など必要経費の2分の1

②子どもが主体の場合、舞台制作に必要な経費の2分の1

上限額 ①②とも40万円

申込方法 下記に備え付けの申請書に必要事項を記入し提出。5月末までに可否を決定、通知します

申込締切 5月18日(日)

☎ハートピア春江 ☎51-8800

みくに文化未来館 ☎82-7200

【7月分の体育施設利用】一般予約受付 6月2日(月) 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	丸岡町内 丸岡運動公園内施設	古城ドーム ☎68-0390
春江町内 全体育施設	春江体育館 ☎51-4242	丸岡町内 今福体育館・武道館・丸岡中学校ナイター	今福体育館 ☎66-4500
坂井町内 全体育施設	坂井体育館 ☎68-0123	丸岡町内 丸岡スポーツランド内施設	丸岡スポーツランド ☎67-4040
その他のお問い合わせは、市体育協会(☎68-0123)へ		丸岡町内 その他の施設	丸岡体育館 ☎66-8920

本

のある生活。

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

5月の休館日
 1、7、12、19、26
 ※休館日は全館共通

お知らせ

●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。

「はじめよう！」 新年度になり環境が変わった人もそろそろ慣れてきたのではないのでしょうか。何か新しいことを始めてみませんか？

おすすめ図書 4館どこでも借りられます。

一般書

- パソコン入門5冊！
- 50歳からの名著入門
- いっしょに読める日本の歴史
- 「超」東大脳
- 空想科学読本15
- 孤独な死体
- おいしい果樹の育て方
- 花子とアンへの道
- 龍の行方
- ワンナイト
- 歌川国芳 猫づくし
- 屍の園
- 神の時空
- 謀略航路
- 校閲ガール
- 豆の上で眠る
- まいない節
- 決意とリボン

- 飯島 弘文
- 齋藤 孝
- 石黒 拓親
- 茂木 健一郎
- 柳田 理科雄
- 上野 正彦
- 三輪 正幸
- 村岡 恵理
- 遠藤 武文
- 大島 真寿雄
- 風野 真由美
- 篠田 崇史
- 高田 章
- 鳴海 あや子
- 宮木 かなえ
- 湊 一力
- 山本 いろり
- 林 真理子

児童書

- あぶないよ！
 - つかまえた！
 - おおかみだあ！
 - クグノビックリバコ
- フランチェスコ ピトー
 鈴木 まもる
 セドリック・ラマディエ
 いたう ひろし

『ましがえない！子どもの習い事』

コモ編集部/編 【主婦の友社】
 子どもに習い事をさせたい人へ。才能を伸ばす習い事・つづす習い事や上手な習い方・賢いやめ方などが紹介されています。

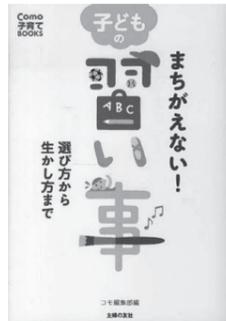
『1週間で美人に魅せる女の磨き方』

ワタナベ 薫/著【かんき出版】
 ダイヤモンドのように愛されて輝く女性になるための1週間の魔法のレッスン。「メンタル」「美意識」「恋愛・結婚」「時間とお金」「人間関係とマナー」などに分けて、自分を磨く方法を紹介しています。



『おしゃれさんの茶道はじめて物語』

永井 郁子/著【淡交社】
 おしゃれ大好きまっちゃんは、ささいなことから友だちとけんか。そのままお茶のおけいこに行ったまっちゃんは、お点前の最中にタイムスリップして…。茶の湯の魅力やわかりやすく伝える物語。風炉薄茶点前の解説付き。



『週末仕込み弁当』

富田 ただすけ/著【SBクリエイティブ】
 白いご飯に合うおかずを中心に、冷凍か冷蔵で1週間保存ができるレシピが満載。朝起きれない人も、詰めるだけならできるかも。

こちらも見！ 新着図書

- ①『かぎ針で編むかわいいミニチュアこもの100』アップルミンツ
- ②『15秒で自分を伝える』会話の授業 齋藤孝
- ③『かわいいフォトデコ切り紙』大原まゆみ
- ④『教師師』堀川恵子
- ⑤『師父の遺言』松井今朝子
- ⑥『逆境を乗り越えるジョブズ魂の言葉』橋本哲見
- ⑦『輝く女性に贈る中谷彰宏の魔法の言葉』中谷彰宏
- ⑧『上野池の端 鱗や繁盛記』西條奈加
- ⑨『病の起源』NHK取材班
- ⑩『いちばんシンプルでわかりやすいお片づけBOOK』中山真由美
- ⑪『究極のお土産』観光庁
- ⑫『未完。』仲代達矢
- ⑬『我慢ならない女』桂望実
- ⑭『冬の昴』あさのあつこ
- ⑮『おいしい果樹の育て方』三輪正幸
- ⑯『不安の9割は消せる』折野俊明
- ⑰『天下人の夢』津本陽
- ⑱『歌川国芳猫づくし』風野真知雄
- ⑲『ラクうまごはんのコツ』瀬尾幸子
- ⑳『北欧ティストのリノベーション』加藤郷子



子育て支援センターからのお知らせ

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

★子育てマイスター講座(10:30～11:30) ★5月の子育て相談日(10:30～11:30)

「プラークコントロールについて」
 講師：龍野 美穂氏(歯科衛生士)

とき	ところ
5月14日(水)	丸岡子育て支援センター
6月3日(火)	坂井子育て支援センター
6月10日(火)	三国子育て支援センター

とき	講師	ところ
5月8日(木)	子育てマイスター 林 喬子氏	三国子育て支援センター
5月21日(水)	子育てマイスター 長谷川 マチエ氏	丸岡子育て支援センター
5月21日(水)	健康増進課保健師	坂井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

健康アドバイス health

朝ごはんはとっても大事！
 気持ちよく1日を始めましょう。



忙しい毎日の朝。朝ご飯を食べるくらいならもう少し寝ていたい、寝坊して時間がない、寝起きは食欲がないから食べられない、という人もいるかもしれません。しかし、朝ご飯には胃袋を満たすためだけでなく、もっと大切な役割があります。

朝ご飯を食べないとイライラなどの原因

朝食を抜いて学校や職場に行くと、強や仕事がかたどらないことはありませんか。これは、脳のエネルギーが不足しているサインです。

朝ご飯で脳のエネルギーを補おう

脳の活動エネルギーは、主にブドウ糖です。ブドウ糖は体内に多く蓄えておくことができず、すぐに不足してしまいます。空腹な状態で起きた朝の脳は、すでにエネルギーが足りない状態。朝ご飯をしっかりと食べないと、集中力や記憶力が低下してしまいます。

エネルギー不足の朝は「朝食」がおススメ

飯は、ゆつくりと消化・吸収されるという特長を持っているため、血糖値をなだらかに上げ、長時間維持するのに最適です。脳にとって安定したブドウ糖供給源。気持ちよくシャキッと1日を始めるため、朝からしっかりとご飯を食べましょう。

小さいころから規則正しい生活習慣・生活リズムを身につけよう！



早寝早起きは「早起き」から生活リズムの悪循環を断ち切る。早寝早起きの習慣を身につけるためには、「早く寝かす」ことよりも「早く起す」ことから始めましょう。夜更かしをしたからといって朝ゆっくり起すと、なかなか良い習慣は身につけません。早く起きて日光を浴び、正しい体内時計を作りましょう。

健康カレンダー

5月のご案内

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歳～74歳の人の基本健診は、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	5月21日(水)	春江南公民館	8:30～10:30
	5月23日(金)	鳴鹿ふるさと会館	13:00～14:30
	5月27日(火)	高椋東部公民館	13:00～14:30
	5月29日(木)	東十郷公民館	8:30～10:30
胃がん検診	5月21日(水)	春江南公民館	8:00～10:00
	5月29日(木)	東十郷公民館	8:00～10:00
	5月30日(金)	鳴鹿ふるさと会館	8:30～10:00
乳・子宮がん検診	5月21日(水)	春江南公民館	13:15～14:20
	5月23日(金)	鳴鹿ふるさと会館	13:15～14:20
	5月27日(火)	高椋東部公民館	13:15～14:20
	5月29日(木)	東十郷公民館	13:15～14:20

健康増進課☎50-3067

こころの健康相談会【前日までに電話で予約】

臨床心理士による個別相談のほか、リラクゼーションも体験できます。個人情報や相談内容は固くお守りします。相談は無料です。お気軽にご相談ください。

とき	ところ	時間
5月22日(木)	三国保健センター	9:00～11:30

健康増進課☎50-3067

パパママレッスン(両親学級)【電話で予約】

妊娠5カ月以降の妊婦とその家族が対象です。今回のテーマは「赤ちゃんとおっぱいについて」。助産師や栄養士の話聞いて、安心して出産を迎えられるように準備しましょう。

とき 5月23日(金)
 9:30～11:30

ところ 坂井健康センター
 定員 15組(先着順)

受付開始 5月12日(月)～
 健康増進課☎50-3067



坂井チャンネル 5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	映像玉手箱
8:30	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	映像玉手箱
11:30	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	映像玉手箱
14:30	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	映像玉手箱
17:30	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	映像玉手箱
20:30	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 ※放送終了後から 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。「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
・三国卓球クラブ 編
15日～30日
・城のまち空手道
スポーツ少年団 編

映像玉手箱(30分)

「急な大雨・雷・竜巻から身を守ろう！」

スポットライトさかい(80分)

大関ミュージカル「尾白キツネ」

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/

5月2日(金)～5日(月・祝)	GⅢ若松ナイター (外向発売所のみ)
5月3日(土・祝)～8日(木)	湯の花賞 GⅠ津
5月4日(日・祝)～8日(木)	住之江ナイター (外向発売所のみ)
5月6日(火・休)～7日(水)	丸亀ナイター (外向発売所のみ)
5月10日(土)～12日(月)	びわこ (外向発売所のみ)
5月10日(土)～14日(水)	GⅢ徳山 (外向発売所のみ) 蒲郡ナイター (外向発売所のみ)
5月11日(日)～16日(金)	GⅢ住之江ナイター (外向発売所のみ)
5月13日(火)～18日(日)	GⅠ平和島(13.14日は外向発売所のみ)
5月15日(木)～18日(日)	桐生ナイター (外向発売所のみ)
5月15日(木)～20日(火)	GⅢオールレディース
5月17日(土)～22日(木)	GⅠ丸亀ナイター (外向発売所のみ)
5月19日(月)～20日(火)	若松ナイター (外向発売所のみ)
5月21日(水)～22日(木)	尼崎 (外向発売所のみ) 福岡 (外向発売所のみ)
5月23日(金)～26日(月)	住之江ナイター (外向発売所のみ)
5月23日(金)～28日(水)	若松ナイター (外向発売所のみ)
5月24日(土)～28日(水)	さつき第1戦
5月27日(火)～6月1日(日)	SGオールスター (笹川賞) 福岡 桐生ナイター (外向発売所のみ)

市税の納付期限

■軽自動車税 全期 6月2日(月)
■固定資産税 1期

5月相談日

相談は全て無料。
※法律相談とこころの相談、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
14日(水) 13:30～15:30	三国社会福祉センター
20日(火) 10:00～12:00	霞の郷
13:30～15:30	いちい荘
22日(木) 13:30～15:30	東十郷公民館
人権相談	☎社会福祉課☎50-3041
2日(金) 13:30～16:00	いちい荘
13日(火) 13:30～16:00	霞の郷
19日(月) 13:30～16:00	三国社会福祉センター
22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
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
7日(水) 13:00～16:00	いちい荘
8日(木) 13:00～16:00	坂井市社会福祉協議会本部
19日(月) 13:00～16:00	三国社会福祉センター
27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
12日(月) 13:00～16:00	三国社会福祉センター
13日(火) 13:00～16:00	霞の郷
21日(水) 13:00～16:00	いちい荘
22日(木) 13:00～16:00	坂井市社会福祉協議会本部
結婚相談	☎市社会福祉協議会☎68-5070
1.15日(木) 13:00～16:00	いちい荘
13:00～16:00	坂井老人福祉センター
12.26日(月) 13:00～16:00	三国社会福祉センター
17日(土) 13:00～16:00	春江中公民館
19日(月) 13:00～16:00	霞の郷
こころの健康相談(要予約)	☎坂井健康福祉センター☎73-0600
1.15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
14.28日(水) 9:00～11:00	坂井健康福祉センター
年金相談(要予約)	☎福井年金事務所☎23-4518
15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
5月3日(土・祝)	三国病院(三国町)	☎82-0480	三国病院(三国町) ☎82-0480
4日(日・祝)	木村病院(あわら市)	☎73-3323	あわら病院(あわら市) ☎79-1211
5日(月・祝)	宮崎病院(三国町)	☎82-1002	加納病院(あわら市) ☎73-1001
6日(火・休)	藤田神経内科病院(丸岡町)	☎67-1120	春江病院(春江町) ☎51-0029
11日(日)	藤井医院(三国町)	☎82-1113	にしの整形外科クリニック(あわら市) ☎97-5524
	藤田神経内科病院(丸岡町)	☎67-1120	
18日(日)	あわら病院(あわら市)	☎79-1211	ささはら整形外科(丸岡町) ☎68-1211
	森瀬クリニック(坂井町)	☎72-3737	
25日(日)	三国病院(三国町)	☎82-0480	三国病院(三国町)
	木村病院(あわら市)	☎73-3323	☎82-0480

随時募集

国立三国病院 看護職員募集 (看護師・助産師・看護助手)

詳細なお問い合わせおよび応募の手続きに関しては、三国病院事務局または看護部まで ☎82-0480