

# 広報 さかい

坂井市健康都市宣言記念

## 健康ウォーキング大会 in 芝政

と き：10月25日(土) ※小雨決行  
9:30 ~ (受付時間 8:30 ~ 9:00)  
ところ：芝政ワールド

自分のペースで  
ウォーキング。  
心も体も  
リフレッシュだ！



坂井市健康サポーター  
末永 慶一 会長

健康運動指導士と一緒に歩きながら、健康づくりのための正しいウォーキングについてアドバイスします。  
コースの途中には簡単な「なぞなぞ」や「クイズ」を用意しています。脳を活性化させながら、みんなで楽しく歩きましょう。  
参加者全員に粗品をプレゼント。ウォーキング終了後は、手作り健康ドリンクのサービスもあります。

歩きやすい服装、運動靴でお越しください。タオルや飲料水は各自でお持ちください(荷物の預かり場所はありません)。

コース  
Aコース 手軽に3km  
Bコース のんびり6km

申込方法  
希望のコースを選択し、健康増進課までお申し込みください  
申込締切  
10月10日(金)

参加費  
無料(先着200人)  
※中学生以下は保護者同伴  
その他  
・運動制限がある場合は、ご遠慮ください  
・駐車場に限りがありますので、乗り合わせでお越しください

問い合わせ・申込先  
健康増進課  
☎ 50-3067  
☎ 66-2940  
✉ kenkou@city.fukui-sakai.jp

※当日、開催に関するお問い合わせは、7時30分から9時にお電話ください

坂井市産業フェアを同時開催  
坂井市の技・質・観・食を知る「第3回坂井市産業フェア」を同日、同会場で開催しています。ウォーキングに参加される人は、ぜひこちらもお楽しみください。



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

# 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。

## 子どもの定期予防接種が市外でも受けられるようになりました 水ぼうそうと高齢者用肺炎球菌の予防接種も定期接種になります

●問い合わせ 健康増進課 ☎50-3067

対象  
① 1〜2歳の人  
② 3〜4歳の人(26年度のみ)  
定期予防接種の対象外者  
すでに水ぼうそうにかかっ

**水**痘(水ぼうそう)が、  
10月から定期予防接  
種になります。接種  
料金は無料です。

※広域的予防接種を行う医療  
機関などは、10月以降に市  
ホームページに掲載します

条件  
・かかりつけ医が指定区域外  
にいる人  
・基礎疾患がある人  
・里帰り出産などで、一時的  
に指定区域外にいる人  
・指定区域外の施設などに入  
所している人  
・その他、やむを得ない事情  
がある人

**10**月  
月から、「子どもの  
定期予防接種」が県  
内の協力医療機関で  
も接種することができるよう  
になります。県内に居住する  
「子ども定期予防接種」の対象  
者で、次のいずれかを満たす  
ことが条件です。

自己負担額  
4,000円  
※生活保護世帯は無料

※②の対象者には通知が届き  
ません。接種前に事前申請  
してください

助成対象者  
① 26年度中に65歳、70歳、  
75歳、80歳、85歳、90歳、  
95歳、100歳以上になる人  
② 60〜64歳で、心臓、腎臓、  
呼吸器の機能やヒト免疫不  
全ウイルスにより免疫機能  
の障がいを持つ身体障害者  
手帳1級程度の人

**高**齢者の肺炎球菌感染  
症が、10月から定期  
予防接種になります。  
助成期間  
10月1日(水)  
〜27年3月31日(火)

たことがある人  
・任意接種としてすでに、水  
ぼうそうの予防接種を受け  
たことがある人  
・接種当日に5歳以上の  
接種回数  
接種当日の年齢で、接種回  
数が異なります

平成26年度予防接種協力機関一覧(坂井市・あわら市)

医療機関名	電話番号	水痘	肺炎	医療機関名	電話番号	水痘	肺炎
荒井医院	82-7703	○	○	大野内科消化器科医院	51-8170	○	○
大嶋医院	82-6677	○	○	春日レディスクリニック	51-6080	○	○
こしの医院	81-6655	○	○	キンダークリニック	58-0033	○	○
三国病院	82-0480	○	○	きかわ小児科			
西野医院	82-1392	○	○	友田医院	51-0343	○	○
藤井医院	82-1113	○	○	豊田内科医院	51-8181	×	○
まつもと耳鼻咽喉科 クリニック	81-8733	○	○	春江病院	51-0029	×	○
宮崎病院	82-1002	○	○	ライフクリニックはるさか	58-0180	×	○
向坂内科医院	81-2255	○	○	あわら病院	79-1211	○	○
鷺田医院	82-1230	○	○	奥村医院	73-0171	○	○
キムクリニック	67-3000	○	○	金津産婦人科クリニック	73-3800	○	○
ささはら整形外科	68-1211	×	○	加納病院	73-1001	○	○
つちだ小児科	67-8306	○	○	木村病院	73-3323	○	○
つばさ内科クリニック	63-5232	○	○	坂井医院	77-3060	○	○
ヒガシ内科医院	66-1054	○	○	坂井内科クリニック	77-1070	○	○
福岡内科クリニック	67-7111	×	○	汐見医院	73-0040	○	○
藤田神経内科病院	67-1120	×	○	柴田医院	78-6263	×	○
本多耳鼻科クリニック	68-1233	×	○	西岡医院	77-2138	○	○
松井クリニック	66-8380	×	○	にしの整形外科クリニック	97-5524	×	○
岩井病院 坂井診療所	67-0801	○	○	藤田医院	78-7133	○	○
ともだクリニック	66-6161	○	○	横垣クリニック	78-7097	×	○
野村医院	72-1839	×	○				
森瀬クリニック	72-3737	×	○				

※対象者には、9月末に通知を郵送します  
※坂井地区外の協力医療機関でも予防接種を受けることができます。  
健康増進課に問い合わせるか市ホームページをご覧ください



## ～悠久の時を越え！いざ集え！丸岡城へ！！～ 10月11日(土)・12日(日)に第46回丸岡古城まつりを開催

●問い合わせ 丸岡総合支所地域振興課 ☎68-0801

### 10月11日(土) 前日祭

時間	行事内容	ところ
12:00~20:30	おじゃれ市(模擬店)	ふれあい広場(西側)
12:00~16:30	わがままピクニックガーデン (手作り雑貨体験・販売)	ふれあい広場(東側)
12:30~19:30	からくり人形山車展示	一筆啓上茶屋前
13:00~13:20	嶺北消防組合消防音楽隊ドリル演奏	ふれあい広場
13:30~14:00	仮面ライダー鎧武ステージショー①	メインステージ
14:00~14:30	仮面ライダー鎧武握手会① ※先着200人(整理券配布12:30~)	ふれあい広場
14:30~15:30	どこまで知ってる丸岡城(○×クイズ)	メインステージ
15:30~15:50	丸岡南中学校吹奏楽部演奏	メインステージ
16:00~16:30	書道パフォーマンス(チーム名: A9)	メインステージ
16:30~17:00	仮面ライダー鎧武ステージショー②	メインステージ
17:00~17:30	仮面ライダー鎧武握手会② ※先着200人(整理券配布15:30~)	ふれあい広場
17:00~20:30	酒Bar	霞ヶ城公園北側入り口
17:00~20:30	丸岡城幻灯	丸岡城周辺
17:30~19:30	丸岡城夜間特別入城	丸岡城
17:30~19:30	市民参加タイム(ステージパフォーマンス)	メインステージ
19:45~20:05	レーザーショー(さおとめ太鼓とのコラボ)	天守閣前広場

### 10月12日(日) 本祭

時間	行事内容	ところ
8:30~11:00	からくり人形山車巡行	長畝地区・竹田地区
10:00~19:00	おじゃれ市(模擬店)	ふれあい広場(西側)
10:00~16:30	わがままピクニックガーデン (手作り雑貨体験・販売)	ふれあい広場(東側)
10:00~14:00	お天守歴史めぐり (城のまちまちづくり協議会)	丸岡城周辺
12:00~12:10	五万石パレード出発式(丸岡古城武将隊)	ふれあい広場
12:10~12:30	丸岡中学校吹奏楽部演奏	メインステージ
12:15~14:00	五万石パレード	丸岡城周辺
14:00~14:20	セレモニー	メインステージ
15:30~16:45	総踊り(コンテスト方式)	ふれあい広場南側道路
16:45~17:45	よさこい	メインステージ
17:45~18:05	総踊り表彰式	メインステージ
18:15~18:30	おじゃれ餅まき	ふれあい広場
18:30~19:00	フィナーレ	メインステージ

※タイムスケジュールは変更になる場合があります  
※会場近くの駐車場は混雑が予想されます。公共交通機関をご利用ください

## 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。

前日祭では、書道パフォー  
マンスや仮面ラ  
イダー鎧武ステージ  
ショー、丸岡城夜間特別  
入城、レーザーショー  
などを行います。  
本祭では、子供大行列や手作り  
鎧兜隊、丸岡古城武将隊が城下町を練り歩く「五万石

パレード」などイベントがてんこ盛りです。  
今年も総踊りでは、コンテストを行います。  
飛び入り参加も大歓迎。一緒に踊って、秋の  
城下を楽しみませんか。  
10月11日(土)・12日(日)  
「ふれあい広場」など丸岡城周辺

総踊り練習会を開催  
丸岡音頭、丸岡音  
頭新バージョン、ば  
ら踊りの練習会を  
下記の通り開催しま  
す。  
19時30分〜21時

とき	ところ
9月25日(木)	霞の郷
9月29日(月)	鳴鹿公民館
10月3日(金)	磯部公民館
10月6日(月)	高椋東部公民館
10月8日(水)	高椋公民館
10月10日(金)	霞の郷



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。

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」と思わず健康を維持するチャンスと、思っ受診しましょう。

電話調査にご協力  
特定健診未受診者対策のため、電話による健診のご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。

10月～27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4,000人  
委託業者  
株式会社 現代けんこう出版

特別出展のかがしを交差点に設置  
交通安全啓発標語を募集します

●問い合わせ 坂井総合支所地域振興課 ☎50-3060

**さ** かい夏祭りに創青塾(旧坂井町商工会青年部)が特別出展した「龍」のかがしを、嶺北縦貫沿い(坂井町蔵垣内)に設置します。その台座部分に取り付ける交通安全啓発標語を募集します。

入賞者には、坂井交通安全協会坂井支部から記念品が贈呈されるほか、応募者全員に粗品をお渡しします。

応募方法  
標語作品、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。1人2点まで応募できます

応募締切  
10月17日(金)

応募先  
☎66-2940  
✉chiki.saka@ty.fukui-sakai.jp

「龍」にちなんだ標語を考えてね！  
ちなみには赤い龍だよ。

多世帯同居をお考えのご家族へ  
改修工事費用の一部を助成します

●問い合わせ 都市計画課 ☎51-3052



**多** 世帯同居の推進を図るため、改修工事にかかる費用の一部を助成します。

対象者(全てを満たす人)  
・自らが居住する市内の持家住宅を改修し、同居する世帯数が1以上増加する人  
・市税を滞納していない人  
・本年度中に改修工事を完了する見込みがある人

対象工事(全て満たすもの)  
・多世帯同居に必要な工事のうち、次のいずれかに該当する工事

①間取りの変更や増築  
②バリアフリー改修

③トイレ、キッチン、浴室洗面所などの増設  
④人数の増加に伴う浄化槽入れ替えなどの関連工事が施工する工事

補助額  
補助対象経費の3分の1(限度額40万円)  
※他の補助制度を利用する場合、その部分の経費は当制度の対象外です

募集件数 5件  
申込方法  
都市計画課にある申請書に必要書類を添えて提出。申請書は市ホームページからもダウンロードできます

対象者(全てを満たす人)  
・補助対象建築物の所有者  
・市税を滞納していない人

補助額  
分析調査費全額(1棟あたりの限度額25万円)  
募集件数 4件  
申込方法  
都市計画課にある申請書に必要書類を添えて提出。申請書は市ホームページからもダウンロードできます

消費者問題を捉えた  
「消費者啓発の標語」を募集

●問い合わせ 市民生活課 ☎50-3030

**悪** 質商法や詐欺、携帯やインターネットのトラブル、食の安全など消費者問題の被害防止につながる標語を募集します。入賞者には副賞を贈呈します。

応募方法  
応募用紙に作品と必要事項を記入し、郵送、FAX、メールで応募。応募は1人

2点まで。用紙は市民生活課、各総合支所市民課、市内公民館に置いてあるほか、市ホームページからもダウンロードできます

対象  
市内に在住または通勤、通学している人

応募先  
☎68-0324  
✉shimin@city.fukui-sakai.jp

「特定疾患特別助成金」の申請を受け付けます  
対象の人は忘れずに申請をお願いします

●問い合わせ 社会福祉課 ☎50-3041

**治** 療が困難な特定疾患のある人に、特別助成金を給付します。

対象者(全てを満たす人)  
・10月1日現在で市内に住所があり、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、世帯員全員の

平成26年度市民税が非課税または均等割のみの人  
助成額  
20歳以上 年額3万円  
20歳未満 年額2万円

申請方法  
次の①～③を持って、社会福祉課または各総合支所福祉課で申請

①印鑑  
②特定疾患受給者証または小児慢性特定疾患医療受診券の写し  
③通帳(対象者が20歳以上の場合は本人名義、20歳未満の場合は保護者名義)

受付期間  
10月1日(水)  
～27年3月31日(火)

吹き付けアスベスト  
調査費用を助成します

●問い合わせ 都市計画課 ☎51-3052

**建** 造物の吹き付けアスベスト調査を希望する人に助成を行っています。

対象となる建築物  
・市内にある建築物  
・吹き付け建材が使用されている

同調査に関する他の補助金などを受けていない  
平成18年8月31日以前に建てられたもの

対象者(全てを満たす人)  
・補助対象建築物の所有者  
・市税を滞納していない人

補助額  
分析調査費全額(1棟あたりの限度額25万円)  
募集件数 4件  
申込方法  
都市計画課にある申請書に必要書類を添えて提出。申請書は市ホームページからもダウンロードできます

男子厨房に入るべし！  
包丁を握ってみよう講座を開催

●問い合わせ 市包括支援センター ☎50-2264

**自** 分や家族のために、栄養バランスのとれた食事を作ってみませんか。包丁の持ち方から始め、調理の基礎を学びます。管理栄養士による講座で、料理の楽しさを見つけてみましょう。昨年度の「包丁を握ってみよう講座」に参加された人はご遠慮ください。

対象  
おおむね65歳以上で調理の基礎を学びたい男性市民

定員  
16人(先着順)

参加費  
1,200円(全6回分)

申込方法  
電話で申し込みください  
申込期間  
10月1日(水)～17日(金)

とき
11月13日(木)
11月27日(木)
12月16日(火)
27年1月16日(金)
27年2月20日(金)
27年3月13日(金)

時間：10:00～12:00  
ところ：いねす

60代からの女磨き！  
健康食講座の参加者を募集します

●問い合わせ 市包括支援センター ☎50-2264

**い** つまでも魅力的な女性」でいるための基本はまず食事から。「手軽にできる調理のコツ」や「若さを保つ食べ物」の選び方、食べ方のコツが学べます。おいしく食べて、女性らしさを磨きませんか。

対象  
おおむね65歳以上の女性市民

定員  
各会場16人(先着順)

参加費  
600円(全4回分)

申込方法  
電話で希望会場を申し込みください  
申込期間  
10月1日(水)～17日(金)

いねす会場	とき
11月18日(火)	11月7日(金)
12月9日(火)	12月11日(木)
27年1月27日(火)	27年1月9日(金)
27年2月13日(金)	27年2月5日(木)

高椋公民館会場

時間は両会場とも10:00～12:00  
1・2・4回目は調理実習と講義、3回目は簡単健康チェックと体操です



お知らせ information

政策メニューの事業化に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支援がありました。地域自治体の活性化に向けた事業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。  
寄付者 円山 紀子さん(坂井町)  
寄付額 10,000円  
☎企画情報課 ☎50-3013

カラスなどの捕獲を行います

農作物の被害を減らすために、猟銃を使ったカラスなどの捕獲を行います。



当日午前7時まで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 10月1日(水) 5:50～7:00  
地区 春江地区  
☎農林水産課 ☎50-3150

ツキノワグマが出没山周辺では特に注意を

今年はクマの餌となるドングリ類が特に不作となっていることから、8月中旬から9月にかけて、市内の山際周辺において、クマが多数目撃されています。お出かけには注意してください。

■クマと遭わないために

- ・クマの餌になるキノコの生えている所やドングリなどの実がなる所には行かない
- ・鈴、笛、ラジオなどで大きく音を鳴らすか、大きめの声で話しながら大勢で歩く
- ・視界の悪い時は、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、登山やキャンプ時のごみは持ち帰る
- ・人家近くにある、熊を引き寄せやすいクリやカキは早めに収穫する

■クマに遭ってしまったら

- ・騒がず、走らず、ゆっくり後退する

※クマの出没情報については坂井市防災情報メールで配信しています

☎丸岡総合支所地域振興課 ☎68-0801  
農林水産課 ☎50-3150

嶺北消防署が移転しました

嶺北消防署は、9月17日から春江総合支所の1階および2階の一部に移転し、業務を開始しました。今後は、旧嶺北消防署の解体および外構工事などを行い、平成27年2月末日に完成する予定です。

嶺北消防署にお越しの際は、工事期間中の駐車場および玄関入口までの通路などご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

※移転に伴う嶺北消防署の住所および電話番号などの変更はありません

☎嶺北消防本部総務課 ☎51-8433

坂井市の花「ユリ」を育てませんか

来年6～7月の開花に向けた秋植え球根の販売を行います。ロリーポップやカサブランカ、八重咲きのダブルセンセーションなど取りそろえています。

とき 10月1日(水)～  
ところ ゆりの里公園  
☎ゆりの里公園 ☎58-0100

開催 event information

第8回「こどもが描く“ふるさと坂井”絵画展」

市内の小学生が市内の風景を描く絵画展を開きます。今回は過去最多の2,493点の応募がありました。そのうちの特別賞10点、入選作品190点の計200点を展示します。

子どもたちが描いた坂井市自慢の場所や建物、楽しいイベントなどの風景、またそこに暮らす生き生きとした人びとの営みをご覧ください。

とき 9月27日(土)～10月19日(日) 9:00～17:00 (入館は16:30まで)  
休館日 毎週水曜日  
ところ みくに龍翔館  
入館料 高校生以上300円 小・中学生150円 (小学生未満は無料)  
※入賞者へお送りした招待券で、入賞者のご家族2人まで無料で入館できます  
☎みくに龍翔館 ☎82-5666

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15日(水) 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

平成23年度分の古雑誌を販売します

お買い得な雑誌が満載です。ぜひお越しください。  
とき 10月18日(土) 10:00～15:00  
ところ ハートピア春江  
販売額 1冊20円  
☎春江図書館 ☎51-8810

秋感！ゆりの里バラに親しみませんか

とき 10月25日(土) 10:00～16:00  
ところ ゆりの里公園  
■バラの園芸講座  
とき 13:00～  
講師 坂本 千恵子氏  
■バラを使った盆景作り体験  
とき 15:00～  
参加費 1,800円  
申込方法 電話で下記まで  
※その他バラの盆景展などを催します  
☎ゆりの里公園 ☎58-0100

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7日(火) 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)、助成金関係など  
☎福井県社会保険労務士会 ☎21-8157

ピラティス教室で健康な体づくりを

とき 毎週火曜日 14:30～16:00  
ところ 春江体育館  
受講料 月4回2,500円  
申込方法 電話で下記まで  
☎西原 ☎090-5172-1850

楽しく運動 基礎体力を身に付ける

マットやボールなどを使ったストレッチなどで、基礎体力の向上を目指します。

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歳児～小学2年生  
持ち物 内ズック、タオル、飲み物など  
定員 15人  
受講料 4回2,000円(月初めに集金)  
申込方法 電話または直接下記まで  
☎春江体育館 ☎51-4242

生活習慣病の糖尿病 学びませんか

入場は無料。申込みは不要です。ぜひお越しください。

とき 10月5日(日) 13:30～14:30  
ところ 霞の郷2階和室  
演題 「糖尿病のことをもっとよく知ろう」  
講師 越野 雄祐氏 (こしの医院 院長)  
※車は保健センター側に駐車してください  
☎糖尿病を考える市民の会 武智 ☎090-1636-2272

【12月分の古城ドーム抽選会】 とき 10月7日(火) 19:30～ ところ 丸岡体育館

利用時間	参加資格者
9:00～22:00 日、祝祭日を除く	登録団体または賛助会員

※9月に行った、「三国・丸岡(古城ドーム抽選会は除く)・春江・坂井町内体育施設の平成26年度11月～3月分日中・夜間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

【12月分の体育施設利用】 一般予約受付 11月4日(火) 9:00～(※1は13:15～)

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※1	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





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  
2、6、14、20、27  
※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時からスタート。  
ぜひ気軽に遊びに来てくださいね。

「セルフケア」 そろそろ夏の疲れがでてくる頃です。体のバランスが崩れがちな今こそ、簡単セルフケアで体をいたわってみませんか。



『図解「昨日の疲れ」が抜けなくなったら読む本』  
西多 昌規/著 【大和書房】  
休日はいつもグツタリで、休んだ気がしない。そんな人に向けて、生活習慣から心理的アドバイスまで、疲れをやわらげる41の新習慣をイラストでわかりやすく教えます。チェックリスト付き。

『元気回復足もみ力』  
近澤 愛沙/著 【ワニブックス】

副作用がなく、驚く程健康を取り戻せるOhana式足もみ療法を紹介。肩こり・首こりから、高血圧、不妊症、花粉症、がんまで、症状別にもみ方を写真でわかりやすく解説する。症状別ツボ一覧も収録。



『これならできる漢方ごはん』  
薬日本堂/監修 【講談社】

漢方では全身のバランスの崩れを病気とし、バランスを調整することで健康になると考える。身近な食べもので抵抗力・生命力を取り戻すことができる、家で簡単に作れる漢方ごはんのレシピを紹介。



『世界一カンタンな疲れのとり方』  
植森 美緒/著 【幻冬舎】  
疲れの原因は「気血のつまり」。気血をめぐらせて疲れをとるための部位別ストレッチ&マッサージや、疲れをためない習慣術を紹介。

### 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びに来たり、おしゃべりしたりできる集いの広場です。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てみませんか。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。お気軽に参加ください。



坂井市 子育て支援センター 検索

★10月の子育て相談日(10:30～11:30)

とき	ところ	講師
6日(月)	三国子育て支援センター	子育てマイスター(栄養士) 三田 美由紀氏
7日(火)	丸岡子育て支援センター	子育て支援課保健師
21日(火)	坂井子育て支援センター	健康増進課栄養士

◆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

### CONSUMER REPORT

#### 「開運商法のトラブル」

「お宅の表札は汚れているから家相が悪くなる。新しくしましょう」と言って訪問に来た業者へ、安い表札を注文した。出来上がった表札だけでなく、無料サービスとして頼んでもいない『姓名判断結果』を持ってきた。その姓名判断結果から、「息子さんは早死にする」「結婚出来ない」などと不安をあおるような説明を受けた。その業者からは「印鑑を作って運氣を上げると早死にを避けられるし、すぐにお嫁さんが来る」

と言われ、高額な印鑑を作ることになった。その後、印鑑の様子を見に来た業者からさらに、「体の調子が良くなる」と勧められ水晶を購入したが、全く良くなり嫁も来ない。心配なので、電話をするが別の物を勧誘してくる。



困ったらすぐに相談！  
坂井市消費者センター  
☎5013030

訪問販売などによる開運商法の被害相談が、依然として多く寄せられます。事例のように、安価な物と無料のサービスで近づき、高額なグッズを次々に販売します。他にも、無料の人生相談に行くと、高額な祈祷の支払いや商品を買わせることなどがあります。高額な契約をしても、必ず幸せになれるわけではありません。合理的な根拠のない話をうのみにせず、不安をあおるようなことを言われてもきっぱりと断りましょう。また、勧誘時に恐怖を感じるがあれば、警察へ相談してください。

センターからのアドバイス！  
訪問販売などによる開運商法の被害相談が、依然として多く寄せられます。事例のように、安価な物と無料のサービスで近づき、高額なグッズを次々に販売します。他にも、無料の人生相談に行くと、高額な祈祷の支払いや商品を買わせることなどがあります。高額な契約をしても、必ず幸せになれるわけではありません。合理的な根拠のない話をうのみにせず、不安をあおるようなことを言われてもきっぱりと断りましょう。また、勧誘時に恐怖を感じるがあれば、警察へ相談してください。



回避しよう！暮らしのトラブル③

### 消費者センター情報

幸運を招くつもりが不幸を招くかも…  
新たな勧誘を受けたらすぐに回答しない。  
一人で悩まず、早めに周りに相談しましょう。

## 健康カレンダー

10月のご案内

#### 健康相談会(健診結果説明会)

とき	ところ	受付時間
10月1日(水)	三国民衆館	9:30～11:00 13:00～14:00
10月14日(火)	霞の郷	9:30～10:30
10月16日(木)	兵庫公民館	9:30～10:30
10月21日(火)	雄島公民館 安島ふれあいセンター	9:30～11:00 13:00～14:00

健康増進課☎50-3067

#### 個別健診について

- ・特定健診、後期高齢者検診対象者は、県内の指定医療機関でも受診できます(39歳以下の人の基本健診は、集団健診会場でのみ実施しています)
- ・指定医療機関に事前の予約が必要です
- ・検査項目・料金は、集団健診と同一です
- ・実施期間は、平成27年2月28日までです

健康増進課☎50-3067

#### 基本健診・特定健診・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・子宮頸がん検診は、事前に申し込みが必要です。40歳～74歳の人の特定健診は、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・特定健診	10月3日(金)	加戸体育館 <sup>*1,2</sup>	8:30～14:30
	10月5日(日)	ユリウム春江	8:30～10:30
	10月7日(火)	春江B&G海洋センター	8:30～10:30
	10月8日(水)	三国木部体育館 <sup>*1</sup>	8:30～14:30
	10月9日(木)	東十郷公民館	13:00～14:30
	10月17日(金)	三国社会福祉センター	15:00～18:00
胃がん検診	10月28日(火)	春江保健センター	8:30～10:30
	10月2日(木)	高椋公民館	8:30～10:00
	10月5日(日)	ユリウム春江	8:00～10:00
	10月7日(火)	春江B&G海洋センター	8:00～10:00
	10月9日(木)	東十郷公民館	8:00～10:00
	10月15日(水)	加戸公民館	8:00～10:00
子宮頸がん・乳がん検診	10月22日(水)	三国木部公民館	8:00～10:00
	10月28日(火)	春江保健センター	7:30～9:30
	10月3日(金)	加戸体育館 <sup>*2</sup>	13:15～14:20
	10月5日(日)	ユリウム春江 <sup>*3</sup>	8:30～10:20
	10月7日(火)	春江B&G海洋センター	13:15～14:20
	10月9日(木)	東十郷公民館	13:15～14:20
10月28日(火)	春江保健センター	13:15～14:20	

\*1の会場は11:30～12:30の間、受け付けをお休みします

\*2の会場は午後のみ託児を実施します(要予約)

\*3の会場は9:30から医師の診察を開始します

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

時刻	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 ※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・お悔み情報、市からのお知らせなどを文字情報でお送りします。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、11日、21日)

### ふれんずTV(10分)

1日～14日  
・丸岡男子バレーボールス  
ポーツ少年団 編  
15日～31日  
・上村おばやしJr. 編

### スポットライトさかい(110分)

1日～31日  
・坂井市中学校体育祭

### 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ましょう。

坂井市のインターネット放送局「MOVIE SAKAI」で、坂井チャンネルの番組を配信しています。

坂井市 放送局 検索

## 市税の納付期限

■市県民税	3期	10月31日(金)
■国民健康保険税	4期	

## 10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

8日(水)	13:30～15:30	三国社会福祉センター
21日(火)	10:00～12:00	霞の郷
	13:30～15:30	いちい荘
23日(木)	13:30～15:30	東十郷公民館

### 人権相談

3日(金)	13:30～16:00	いちい荘
14日(火)	13:30～16:00	霞の郷
20日(月)	13:30～16:00	三国社会福祉センター
23日(木)	13:30～16:00	東十郷公民館

### 消費生活相談

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

### 女性相談・家庭児童相談・ひとり親家庭相談

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

### 心配ごと相談

1日(水)	13:00～16:00	いちい荘
9日(木)	13:00～16:00	坂井市社会福祉協議会本部
20日(月)	13:00～16:00	三国社会福祉センター
28日(火)	13:00～16:00	霞の郷

### 法律相談(要予約)

6日(月)	13:00～16:00	三国社会福祉センター
14日(火)	13:00～16:00	霞の郷
15日(水)	13:00～16:00	いちい荘
23日(木)	13:00～16:00	坂井市社会福祉協議会本部

### 結婚相談

2.16日(木)	13:00～16:00	いちい荘
	13:00～16:00	坂井老人福祉センター
4.18日(土)	13:00～16:00	春江中公民館
6.20日(月)	13:00～16:00	霞の郷
27日(月)	13:00～16:00	三国社会福祉センター

### こころの健康相談(要予約)

2.16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

8.22日(水) 9:00～11:00 坂井健康福祉センター

### 年金相談(要予約)

16日(木) 10:00～15:30 いねす

## ポートレース三国 10月の開催日

レース結果  
配当金

☎0180-997-788(2連勝)  
☎0180-997-722(3連勝)  
☒http://www.mikuni.gr.jp/

日	本場	場外	外向場外
1日(水)			大村
2日(木)			G III 宮島
3日(金)	かなづき 第1戦		G I 住之江★
4日(土)		G II 江戸川	
5日(日)			
6日(月)			
7日(火)		G II 江戸川	福岡
8日(水)			尼崎
9日(木)			桐生★
10日(金)			蒲郡★
11日(土)		宮島	戸田
12日(日)			
13日(月・祝)	菊花賞		
14日(火)			
15日(水)			
16日(木)			G III 若松★
17日(金)			尼崎
18日(土)			住之江★
19日(日)		江戸川	戸田
20日(月)			
21日(火)			
22日(水)		宮島	びわこ
23日(木)			丸亀★
24日(金)	かなづき 第2戦	G I 下関	
25日(土)			
26日(日)			
27日(月)		G I 下関	常滑
28日(火)			桐生★
29日(水)	テレレポート カップ・JLC杯	G I 戸田	住之江★
30日(木)			丸亀★
31日(金)			

★ナイター開催

## 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5日(日)	藤井医院(三国町)	☎82-1113	加納病院(あわら市) ☎73-1001
	野村医院(坂井町)	☎72-1839	
12日(日)	あわら病院(あわら市)	☎79-1211	木村病院(あわら市) ☎73-3323
	ともだクリニック(坂井町)	☎66-6161	
13日(月・祝)	向坂内科医院(三国町)	☎81-2255	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	
19日(日)	宮崎病院(三国町)	☎82-1002	中瀬整形外科医院(丸岡町) ☎67-3777
	森瀬クリニック(坂井町)	☎72-3737	
26日(日)	三国病院(三国町)	☎82-0480	三国病院(三国町) ☎82-0480
	木村病院(あわら市)	☎73-3323	

## 随時募集

市立三国病院 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