

# 広報 さかい

2023  
September

9

令和5年

お知らせ版 No.176

市内在住の  
65歳以上  
の人が対象

## 運転免許 自主返納 支援事業

## 運転免許の自主返納で うれしい特典 をプレゼント！



コミュニティバス  
無料乗車券

永久的に  
使い放題！



交通系ICカード  
5,000円分

新しく  
追加！



坂井市地域行政  
ポイント引換券  
5,000円分

市内で  
使える！

詳しくは2ページをチェック！



**防災情報ポータルアプリ 防災サポ!**  
避難指示発令時のプッシュ通知はもちろん、避難施設マップや避難マニュアルなども確認できる防災アプリです! みんなダウンロードしてね。  
☎危機管理対策課 ☎50-3525



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。



## 10月はがん検診受診率向上キャンペーン月間

●問い合わせ 健康増進課 ☎50-3067

**がん** による人生への影響は死亡リスクだけではなく、経済的な負担です。がん発症の要因はさまざまですが、「飲酒」「喫煙」「感染」など、予防可能なリスク要因もあります。市の集団検診では「感染」を調べる検査も実施しています。定期的な検診が、がんの早期発見・早期治療に重要なものももちろん、予防可能なリスク要因に対して、早めにアクションを起こすことは、命を救うだけでなく、経済的負担の軽減にもつながります。

### 集団検診で検査して身体を守ろう

肺がん・大腸がん・胃がん・子宮頸がん・乳がん検診に加え、感染を調べる胃がんリスク血液検査や肝炎検査も実施しています。



市ホームページはこちら



専用の予約フォームはこちら

**予約方法**  
集団検診の予約は専用の予約フォームまたは電話でご予約ください。日程は市のホームページをご覧ください。

## 三国地区で福井県総合防災訓練を実施

●問い合わせ 危機管理対策課 ☎50-3525

**津** 波を含む地震災害を想定した訓練を実施します。ぜひ見学にお越しください。  
**とき**  
10月7日(土)  
8時30分～12時  
※8時30分に三国地区で防災行政無線による一斉放送を行います  
**ところ**  
三国体育館、三国北小学

校、三国運動公園(健康管理センター、陸上競技場)、三国サンセットビーチほか  
※三国体育館には見学者用駐車場がありませんので、三国中学校または成田山駐車場をご利用ください。  
**訓練内容**  
水難救助を含む合同救出救助訓練、福祉避難所を含む避難所運営訓練など

## 2023漁業センサスにご協力ください

●問い合わせ 情報統計課 ☎50-3027

**令** 和5年11月1日を基準日として漁業センサスを実施します。漁業者や水産関係者のところへ、調査員が訪問します。調査票の記入にご協力ください。なお、スマートフォンなどを利用したオンラインでの回答も可能です。調査の内容は統計資料作成のみに使用されます。

### 漁業センサスとは…?

農林水産省が都道府県・市町村を通じて5年に1度行う統計調査で、漁業経営状況などを調査します。また、調査結果は国や地方公共団体の水産行政施策の推進のため、広く利用されます。



## 10月2日から支援内容が拡充！運転免許自主返納支援事業の内容が変わります

●問い合わせ 危機管理対策課 ☎50-3525 ☎66-4837

### 支援内容の変更

**旧制度**  
○コミュニティバス無料乗車券(無期限)  
○市行政ポイント引換券 5,000円分

New!

### 新制度

○交通系ICカード(ICOCA)5,000円分 ※500円分のデポジットを含む  
○コミュニティバス無料乗車券(無期限)  
○市行政ポイント引換券 5,000円分



市ホームページはこちら

**対象**  
65歳以上の次のいずれかに該当する市民  
・運転免許自主返納者  
・運転免許を失効させた人で、運転者教育センターから「運転経歴証明書」の交付を受けた人  
**運用開始日**  
10月2日(月)  
**申請方法**  
次のいずれかの方法で申請してください。  
①「申請による運転免許の取消通知書」または「運転経歴証明書」の写しを持参

し、危機管理対策課または各支所で申請  
②坂井警察署または坂井西警察署で運転免許自主返納をした際に、その場で申請  
※警察署での申請は10月2日(月)から  
■**コミュニティバス無料乗車券について**  
10月1日より、無料乗車券は、「木部ルート」、「竹田線」、「三国運動公園線」の3つのルートでのみ利用いただけます。すでに無料乗車券をお持ちの人も、引き続き利用できますが、利用可能なルートは3ルートのみです。

## 運転免許自主返納と行政支援申請がワンストップでできるようになります!

●問い合わせ 危機管理対策課 ☎50-3525 ☎66-4837



## 運

転免許の自主返納を受け付ける市内警察署において、市が実施する運転免許自主返納支援事業の申請ができるようになります。警察署で免許返納をした際に、その場で支援事業の申請書の提出ができ、一度に手続きを済ませることができま

**運用開始日**  
10月2日(月)  
**受付日時**  
月曜日～金曜日  
8時30分～15時  
**ところ**  
坂井警察署、坂井西警察署  
**持ち物**  
運転免許証(有効期限内のもの)

【**注意事項**】  
□免許返納は本人申請に限ります  
□免許返納後は車の運転はできませんので、当日は家族の送迎または公共交通機関などをご利用ください  
□運転経歴証明書の発行を希望する人は、交付手数料1,100円(県証紙)、証明写真1枚縦3cm×横2.4cmが必要ですが、県運転者教育センターでも返納手続きは可能ですが、同センターでは支援事業の申請はできませんのでご注意ください



ホームページ



Instagram

**一本釣り祭り**  
**とき**  
10月8日(日)  
7時30分～11時30分  
※マグロ姿売りは8時から予定しています

## 木こりのMOKUIKUがっこう参加者募集!

●問い合わせ 林業水産振興課 ☎50-3154



**竹** 田地区で、チェンソー体験や製材所の見学など、楽しく学べる木こりの体験ツアーを行います。竹田の特製スイーツもご用意します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
**とき**  
11月4日(土)  
13時～16時  
**ところ**  
木育ガーデンPLAY、STUDYおよび竹田地区  
**対象**  
市内在住の小学生以上の子どもとその家族



申し込みはこちら

**定員**  
30人程度  
※申込多数の場合は、抽選参加費  
1,000円/人  
※保険代込み  
**服装**  
長袖長ズボン、運動靴  
**持ち物**  
軍手、タオル、水筒など  
**申込締切**  
10月26日(木)  
**申込方法**  
専用の申込フォームからお申し込みください。



## 市内の公共施設などで 障害者手帳アプリ「ミライロID」が使えます

●問い合わせ 社会福祉課 ☎50-3041 ☎68-0324

### 市内でミライロIDが使える場所

- ・丸岡城
- ・一筆啓上 日本一短い手紙の館
- ・丸岡総合福祉保健センター(霞の郷温泉)
- ・三国温泉ゆあぽ〜と
- ・龍翔博物館
- ・市健康増進センター
- ・アーバンデザインセンター坂井
- ・社会体育施設
- ・ぐるっと坂井(コミュニティバス)
- ・イータク(オンデマンド型交通)

※対象者や割引内容は、施設・事業によって異なります。詳細は各施設などのホームページか運営事業者にご確認ください



▲詳しくはこちら

## 市

内の公共施設などの使用料・利用料の減免を受けるときに、障がい者手帳アプリ「ミライロID」の利用ができるようになりました。

### ミライロIDとは？

株式会社ミライロが提供するスマートフォン向けアプリです。お手持ちの障害者手帳の情報をアプリに登録すると、自分のスマートフォン上で障害者手帳の情報を表示することができ、ミライロIDが使える場所では、アプリ画面を見せることで障害者割引・減免を受けることができます。

### ミライロIDの特徴

- 障害者手帳をスマホに表示できる
- 一人ひとりに合わせた情報を配信
- 必要なサポートの伝達をアシスト

▲この表示が目印です

▲アプリの詳細はこちら

## 地域ぐるみでの助け合い 「避難行動要支援者支援制度」の登録をお願いします

●問い合わせ 社会福祉課 ☎50-3041 ☎68-0324

## 避難

避難行動要支援者支援制度は、「災害時に自力で非難することが困難な人」の情報を共有し、地域の力をお借りして支援する制度です。地域の住民は地域で守るという意識を持って、自然災害などがあつたときに、助け合える体制を作っていく必要があります。

### 要件(すべてに該当)

- 災害時に自ら避難できず、地域の支援がなければ避難が困難な人
- 地域に個人情報を提供することに同意できる人

### 対象(いずれかに該当)

- ①身体障害者手帳1・2級がある人(肢体不自由、視覚または聴覚障害)
- ②療育手帳A1・A2がある人
- ③精神障害者保健福祉手帳1・2級がある人
- ④要介護認定者のうち、要支援1以上の人
- ⑤福祉サービスを受けている難病患者
- ⑥自力で避難することが困難な人

### 避難行動要支援者制度の仕組み

避難行動要支援者の情報を地域で共有するために、ご本人に各機関への情報提供の同意をいただきます。情報は地域ごとの台帳にして、自治会、民生委員会、消防本部、警察署に提供します。市民の皆さんの安全が確保できるよう取り組んでいます。

※在宅者が対象となるため、施設などに入所されている人は該当しません

### 登録方法

社会福祉課または各支所へ登録調査票を提出いただくか、地区の民生委員にお尋ねください。

※登録しても災害の状況などにより、支援を受けられない場合があります。支援はご厚意による協力であり、地域の支援者・関係者に法的な責任や義務が伴うものではありません

※3年に1度、登録内容の確認通知を送付します。修正がある場合はご協力をお願いします

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。



## 歩いて元気に！歩こっさチャレンジ ～ウォーキングで心も体も元気になろう！～

●問い合わせ 健康増進課 ☎50-3067 ☎66-2940

### 市健康アプリ「歩こっさ+」でも チャレンジを実施！

アプリでは、10月に「歩こっさカードチャレンジ」を実施します。詳しくは、10月1日(日)以降にアプリ内でお知らせします。スマートフォンをお持ちの人で市健康アプリ「歩こっさ+」をまだ利用していない人は、この機会にダウンロードしてください！



## 皆

さん、市健康アプリ「歩こっさ+」は、ダウンロードしましたか。「歩こっさ+」は歩いてポイントを貯め、手軽に楽しくお得に健康づくりができるウォーキングアプリです。

市では「スマートフォンを持っていない」「アプリが使えない」「そんな皆さんを対象に、台紙での「歩こっさチャレンジ」を実施しています。チャレンジ項目を実践し、台紙に付いているはがきで応募して、お得な特典を獲得しましょう。なお、応募は一人1回限りです。

### 対象

市健康アプリ「歩こっさ+」を利用していない18歳以上

### 応募期限

12月31日(日)

### ※当日消印有効 台紙の設置場所

健康増進課、各支所、市内コミュニティセンター、市立図書館など

### ※抽選で100人 500円分

### 市内農産物直売所商品券

### チャレンジ特典

- ①健康(検診を受ける)
- ②週2日以上、1日合計30分以上歩く(応募期限までの3週間)
- ③脳トレ4問に回答する
- ④健康川柳を考える
- ⑤アンケートに回答する

## おいしく、楽しく、食べきろう！ 10月は「食品ロス削減月間」

●問い合わせ 環境推進課 ☎50-3032 ☎66-2940

### 『食品ロス』クイズ

令和3年度の日本の食品ロス発生量はどれくらいでしょう？

- ①年間約523万トン
- ②年間約600万トン
- ③年間約646万トン

答え:令和3年度推計値は①です。毎日大型トラック(10トン車)約1,430台以上の食品を廃棄していることになります。②は平成30年度、③は平成27年度の推計値です。  
出典:農林水産省、環境省



## 食

品ロス」は、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。坂井市の令和4年度のごみ組成調査では、家庭から出された燃えるごみのうち約3割が食品廃棄物(手つかず食品や食べ残しなど)や生ごみでした。食品ロスを減らしていくことは、家計の節約、処分経費の節減、そして地球温暖化の抑制につながります。一人一人ができることから取り組んでいきましょう。

### 【消費期限と賞味期限】

消費期限は「安全に食べられる期限」です。賞味期限は「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」です。一度開けてしまった食品は期限に関係なく早めに食べるようにしましょう。

### 【賞味期限と消費期限を確認し、すぐ食べる食品は陳列順に購入しましょう】

料理するときは、消費期限を確認し食材は工夫して使い切りましょう

### 【料理は適量を作り、おいしく食べきりましょう】

作り置きした場合は、忘れないよう冷蔵庫内の配置を工夫しましょう

### 【外食のときは、食べきれる量の注文を、心掛けましょう】

### 【買い物に出かけるときや、料理をするとき、次のことに気を付けましょう】

- 買物に出かける前には、食品の在庫を確認して必要な分を購入しましょう
- 賞味期限や消費期限を確認し、すぐ食べる食品は陳列順に購入しましょう
- 料理するときは、消費期限を確認し食材は工夫して使い切りましょう
- 料理は適量を作り、おいしく食べきりましょう
- 作り置きした場合は、忘れないよう冷蔵庫内の配置を工夫しましょう
- 外食のときは、食べきれる量の注文を、心掛けましょう

今日からできる！  
食品ロス削減の取り組み



新しい出会いや生きがいづくりのきっかけに  
令和5年度(後期)コミュニティセンター講座のご案内

| 講座名                                                          | 定 員 | と き                           | 時 間         | 回数 | 内 容                                       | その他                      |
|--------------------------------------------------------------|-----|-------------------------------|-------------|----|-------------------------------------------|--------------------------|
| 鳴鹿第二コミュニティセンター ☎66-1094✉naruka2-cc@city.fukui-sakai.lg.jp    |     |                               |             |    |                                           |                          |
| 一生歩ける体をつくる『10秒ポーズ健康法』(フレイル予防)                                | 12人 | 10月24日・31日(火)                 | 10:00～11:00 | 2回 | たった10秒の静止。無理なく自分の身体を感じながら、健康になりましょう。      | ヨガマットまたはバスタオル・タオル・飲み物を持参 |
| 機部コミュニティセンター ☎66-7430✉isobe-cc@city.fukui-sakai.lg.jp        |     |                               |             |    |                                           |                          |
| スマホ体験教室 入門編                                                  | 10人 | 10月27日(金)                     | 13:30～15:30 | 1回 | スマホ操作の基本を楽しく練習できます。                       | －                        |
| スマホ体験教室 基本編                                                  | 10人 | 11月17日(金)                     | 13:30～15:30 | 1回 | 毎日楽しく使える基本機能を一緒に体験しましょう。                  | －                        |
| 丸岡城のまちコミュニティセンター ☎66-1276✉maruoka-cc@city.fukui-sakai.lg.jp  |     |                               |             |    |                                           |                          |
| 顔の運動不足を解消！<br>簡単♡顔の筋トレ講座                                     | 6人  | 10月27日、11月10日<br>(金)          | 13:30～14:30 | 2回 | 顔の中心を意識しながら表情筋をバランスよく鍛える、簡単な顔の筋力トレーニングです。 | －                        |
|                                                              | 6人  |                               | 15:00～16:00 | 2回 |                                           |                          |
| のうねの郷第二コミュニティセンター ☎66-0493✉noune2-cc@city.fukui-sakai.lg.jp  |     |                               |             |    |                                           |                          |
| 多肉植物寄せ植え作り<br>(マグカップ編)                                       | 15人 | 11月5日(日)                      | 10:00～12:00 | 1回 | 晩秋から紅葉する多肉植物寄せ植え作りです。                     | 材料費(2,200円)が別途必要         |
| 竹田コミュニティセンター ☎67-2543✉takeda-cc@city.fukui-sakai.lg.jp       |     |                               |             |    |                                           |                          |
| 丸そば作り体験                                                      | 10人 | 11月28日(火)                     | 9:30～12:00  | 1回 | 丸い麺が特徴的な竹田名物を味わってみませんか。                   | 材料費(1,200円)が別途必要         |
| 江留上コミュニティセンター ☎51-0829✉edomekami-cc@city.fukui-sakai.lg.jp   |     |                               |             |    |                                           |                          |
| 刺し子で作る数珠入れ                                                   | 10人 | 11月2日・16日・30日<br>(木)          | 9:30～11:30  | 3回 | ワンランク上の数珠入れを刺し子で作ってみませんか。                 | 材料費(2,000円)が別途必要         |
| 手ごねで作るハードパン                                                  | 8人  | 11月18日、12月2日<br>(土)           | 9:30～13:00  | 2回 | アンコール企画！一から手ごねで作ります。                      | 材料費(1,000円程度/回)が別途必要     |
| 四季の彩り秋の練り切り                                                  | 10人 | 10月21日(土)                     | 9:30～13:00  | 1回 | 彩り豊かな秋の和菓子を一緒に作りましょう。                     | 材料費(1,000円程度)が別途必要       |
| 春江中コミュニティセンター ☎51-1104✉harunaka-cc@city.fukui-sakai.lg.jp    |     |                               |             |    |                                           |                          |
| とんぼ玉でつくるエトセトラ                                                | 8人  | 10月31日(火)、11月1日(水)            | 9:00～12:00  | 2回 | とんぼ玉を作り、ピアスや帯留めなどを作ります。                   | 材料費(2,200円)が別途必要         |
| 大石コミュニティセンター ☎72-0002✉ohishi-cc@city.fukui-sakai.lg.jp       |     |                               |             |    |                                           |                          |
| のどを鍛えて肺炎予防                                                   | 10人 | 10月25日、11月8日<br>(水)           | 10:00～11:00 | 2回 | 簡単な「のどトレ」で肺炎予防をしませんか。                     | －                        |
| にこにこ☆キッチン<br>～JA福井県春江ふれあいセンター共催～                             | 10人 | 10月26日(木)、11月28日(火)、12月13日(水) | 10:00～12:00 | 3回 | ①お魚料理②米粉料理③お正月料理を3回シリーズで学びましょう。           | 材料費(800円/回)が別途必要         |
| も～っと使えるスマホ講座                                                 | 10人 | 11月15日(水)                     | 9:30～11:30  | 1回 | そろそろ機種変？よくある悩みについて学びます。                   | 申し込み時に、質問を受け付けます         |
| 春江東コミュニティセンター ☎51-0187✉haruhigashi-cc@city.fukui-sakai.lg.jp |     |                               |             |    |                                           |                          |
| 刺しゅう糸を使った刺し子で作る可愛い小物                                         | 10人 | 10月11日・25日、11月8日・22日、12月6日(水) | 13:30～15:30 | 5回 | オリジナルの針刺し、アームカバー、カードケースの3作品を作ります。         | 材料費(2,000円/3点分)が別途必要     |
| 葉っぱ寿司                                                        | 10人 | 10月27日(金)                     | 10:00～12:00 | 1回 | 油桐の葉で酢飯とサクラマスを包みます。                       | 材料費(600円)が別途必要           |
| 坂井木部コミュニティセンター ☎72-0007✉sakakibe-cc@city.fukui-sakai.lg.jp   |     |                               |             |    |                                           |                          |
| 季節を彩る「練り切り」                                                  | 8人  | 10月27日(金)                     | 9:30～12:00  | 1回 | 滑らかな口当たり、上品な甘さの練り切りを作ります。                 | 材料費(800円)が別途必要           |

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。



◀講座の詳細は、こちらからご覧になれます

●問い合わせ 市民協働課 ☎50-3017 ☎66-2932

コミュニティセンターでは、市民の皆さんのニーズに沿ったさまざまな講座を用意しています。自分の魅力再発、見にもつながりますので、好きなことや学びたいことが見つかったら、気軽に申し込みください。講座の内容など詳しくは、各コミュニティセンターまでお問い合わせください。受講料(各講座共通) 200円/1回 ※受講者の都合による返金はいたしません 申込期間 10月5日(木)～10月12日(木) ※定員に達しない場合は、期間後も受け付けます 申込方法 電話またはメールで、受講を希望するコミュニティセンターへ ※電話受付は、平日9時～17時 ※申込多数の場合は、抽選となる講座もあります

| 講座名                                                              | 定員   | とき                      | 時間          | 回数  | 内容                                          | その他                         |
|------------------------------------------------------------------|------|-------------------------|-------------|-----|---------------------------------------------|-----------------------------|
| 三国コミュニティセンター ☎82-6400✉mikuni-cc@city.fukui-sakai.lg.jp           |      |                         |             |     |                                             |                             |
| 親子DEパン教室                                                         | 親子6組 | 10月14日～12月9日 第2土曜日      | 9:30～12:30  | 3回  | 親子で力を合わせておいしいパンを作りましょう。                     | 材料費(1,200円/回)が別途必要          |
| 満足できる眠りのコツ～よい睡眠をとるために～                                           | 30人  | 10月8日(日)                | 13:30～15:00 | 1回  | 睡眠の質を高め、満足する眠りを得るコツを学び、心身の健康に役立てましょう。       | －                           |
| 雄島コミュニティセンター ☎82-3553✉oshima-cc@city.fukui-sakai.lg.jp           |      |                         |             |     |                                             |                             |
| 楽しく学ぶ！認知症予防講座                                                    | 10人  | 11月15日・29日(水)           | 10:00～11:00 | 2回  | 認知症について体操などを交えながら紹介します。                     | －                           |
| 加戸・公園台コミュニティセンター ☎82-0356✉kadokouendai-cc@city.fukui-sakai.lg.jp |      |                         |             |     |                                             |                             |
| 初めてさんでも簡単にできちゃう焼きたてパン講座                                          | 10人  | 10月20日、11月17日、12月15日(金) | 9:30～12:00  | 3回  | みんなで楽しく焼きたてパンを作ってみましょう。                     | 材料費(1,000円/回)が別途必要          |
| スマホ体験教室(入門編)                                                     | 10人  | 12月11日(月)               | 13:30～15:30 | 1回  | 使い方が不安な人は一緒に体験し、学びましょう。                     | －                           |
| スマホ体験教室(基本編)                                                     | 10人  | 1月10日(水)                | 13:30～15:30 | 1回  | 誰かに教えたくなる便利な機能を体験しましょう。                     | －                           |
| お気軽薬膳生活                                                          | 10人  | 11月16日(木)               | 13:30～15:30 | 1回  | 薬膳の知恵を学び、自分の体調に合わせたオリジナル薬膳茶を作りましょう。         | 材料費(800円)が別途必要              |
| 新保コミュニティセンター ☎82-0355✉shinbo-cc@city.fukui-sakai.lg.jp           |      |                         |             |     |                                             |                             |
| 楽しいオカリナ教室                                                        | 10人  | 10月13日～3月22日 第2・4金曜日    | 13:30～15:00 | 12回 | オカリナを楽しく学びましょう。オカリナをお持ちでない人は、申し込み時にご相談ください。 | 教材費(1,100円)が別途必要            |
| 浜四郷コミュニティセンター ☎81-3001✉hamashigou-cc@city.fukui-sakai.lg.jp      |      |                         |             |     |                                             |                             |
| あっぱれ体操                                                           | 15人  | 11月6日・20日、12月4日(月)      | 10:00～11:00 | 3回  | 渡邊晶代先生と簡単に楽しいストレッチ体操をします。                   | －                           |
| 愛あむ編み物教室                                                         | 10人  | 11月16日・30日、12月14日(木)    | 10:00～12:00 | 3回  | 暖かくておしゃれなネックウォーマーを編みます。2つの難易度から選べます。        | 材料費(A:1,800円、B:1,100円)が別途必要 |
| 三国木部コミュニティセンター ☎81-2778✉mikukibe-cc@city.fukui-sakai.lg.jp       |      |                         |             |     |                                             |                             |
| 美味しい、楽しいスイーツ作り                                                   | 8人   | 10月27日(金)、11月30日(木)     | 9:30～12:00  | 2回  | みんなでワイワイ楽しくスイーツを作りませんか。                     | 材料費(1,500円/回)が別途必要          |
| 体操アラカルト教室                                                        | 15人  | 12月6日・20日、1月17日(水)      | 14:00～15:00 | 3回  | ストレッチを中心にしたいろいろな体操をして運動不足を解消しましょう。          | －                           |

## お知らせ information

### 国の業務改善助成金

事業場内最低賃金を30円以上引き上げた事業者に対して、機械設備やコンサルティング導入などの費用を一部助成する制度です。ぜひご活用ください。  
申込締切 令和6年1月31日(水)



詳しくはこちら

●業務改善助成金コールセンター  
☎0120-366-440

### クマ対策を しっかり行いましょう

9～11月は、冬眠を控えたクマが餌を求めて活発に活動します。目撃した時は、農業振興課または警察署へご連絡ください。

#### 【クマと遭遇しないために】

- ・早朝、夕方以降は外出を控える
- ・鈴、ラジオなどで大きな音を出す
- ・糞や足跡、木の表面の爪痕など、クマの痕跡を見つけた場合は、その場から立ち去る
- ・車庫や小屋は戸を閉め鍵をかける

#### 【クマを誘引しないために】

- ・管理できない夷のなる木は伐採する
- ・クマが隠れやすい藪や草を刈り払う
- ・農作物や生ごみを野外に放置しない

●農業振興課 ☎50-3150

### 土曜午後のヨガ教室

土曜の午後にゆったりとヨガをしませんか？呼吸法で体のゆがみや自律神経を整え、代謝のいい身体づくりができます。週末にヨガで身体をリセット！

と き 毎週土曜日  
14:00～14:50  
※祝日休講  
ところ 春江B&G海洋センター  
対 象 一般  
定 員 15人  
参加費 4回2,000円チケット制  
持ち物 タオル、飲み物など  
※ヨガマット貸出有  
申込方法 電話で下記へ  
●春江体育館 ☎51-4242

### ZUMBA 坂井教室

ラテン系の音楽に合わせ、楽しく踊るだけで、しっかり運動もできていた…夢のようなエクササイズです。初心者や高齢者の人でも気軽に始められます。

と き 毎週金曜日  
10:00～11:00  
※祝日休講  
ところ 坂井体育館  
対 象 一般  
参加費 4回2,000円チケット制  
持ち物 タオル、飲み物など  
申込方法 電話で下記へ  
●坂井体育館 ☎68-0123

### 通話録音装置を 無料で貸し出します

悪質商法や詐欺の被害防止のため、通話録音装置を無料で貸し出します。

【対 象】  
①坂井市民で満70歳以上の高齢者または障がいのある人  
②その他、特に貸与が必要と認められる人  
●消費者センター ☎50-3029

### 求職者支援訓練 受講生を募集します

求職者を対象に、就職に必要なスキルを習得するための受講料無料の公的職業訓練です。お近くのハローワークにご相談ください。

対象(全て該当)  
①ハローワークに求職の申し込みをしている人  
②雇用保険被保険者でない人  
③労働の意思と能力がある人  
④職業訓練などの支援を行う必要があるとハローワークが認めている人



詳しくはこちら

●(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構福井支部求職者支援課  
☎0778-23-1030

## 開催 event information

### 居場所、提供します 出前こむふく

ひきこもりの人やその家族に居場所を提供する「フリースペースこむふく」が、春江から各町へ出向きます。相談やボードゲームなど、自由な居場所を提供します。お気軽にお越しください。

| 日にち       | ところ             |
|-----------|-----------------|
| 10月 1日(日) | 丸岡バスターミナル交流センター |
| 10月14日(土) | 三国コミュニティセンター    |
| 11月 5日(日) | ゆりの里公園          |
| 11月18日(土) | いねす             |

時 間 10:00～15:00  
対 象 市内在住で、ひきこもりの人、ひきこもり気味の人とその家族  
参加費 無料  
申し込み 不要  
●(一社)福井コミュニティ協会 後藤 ☎50-2968

### 県士業等団体友好協議会 による合同無料相談会

法律や税務、会計監査、不動産鑑定、権利登記、役所への手続きなどの諸問題に対して、専門知識を有する資格者に無料で相談ができます。

と き 10月9日(月・祝)  
10:00～16:00  
ところ アオッサ  
(福井市手寄1-4-1)  
●日本弁理士会北陸会福井地区会事務局 ☎63-5594

### 50年前、平章校に通っていた人！ あなたの大切な思い出の品 をお返しします。

50年前に平章小学校児童および平章幼稚園児が、タイムカプセルに埋めた思い出の品をお返しいたします。1973年に平章小学校および平章幼稚園に通われていた人は、ぜひお越しください。

と き 10月14日(土)  
14:00～  
ところ 平章小学校  
●平章小学校創立150周年記念事業実行委員会事務局 開高  
☎heisho150th@gmail.com

### 挑戦する福井人 ～地域を盛り上げる イベントの裏側～

福井でイベントを始めた背景や実施に至るまでの苦労やポイント、課題、反響などを語っていただく講座です。

と き 10月20日(金)  
19:00～21:00  
ところ POSSE COFFEE  
タイトル 思いをカタチにするには。コーヒー愛好家1万2千人を集めた福井コーヒーフェスティバル  
講 師 福井コーヒーフェスティバル実行委員会 西 友規氏

参加費 1,000円  
定 員 20人  
申込方法 専用の申込フォームもしくはメールで下記へ  
●まちづくりカレッジSakai  
☎machizukuri.collage.sakai@gmail.com



▲専用申込フォームはこちら

### ☆シニアが輝く☆ 高齢者いきいき発表会

市内のシニアクラブ会員をはじめとする高齢者は、これまで培ってきた経験や知識を生かしながら、また、新しいことを学ぶという意欲をもって、それぞれの地域で生きがいづくりや健康づくりなどの活動を行っています。

この発表会では、市内のシニアクラブ会員や高齢者が、日ごろの活動や練習の成果を発表しますので、ぜひお越しください。

と き 10月18日(水)  
13:00～16:30  
ところ ハートピア春江  
内 容 カラオケ、合唱、民謡、舞踏、楽器など  
●市シニアクラブ連合会  
☎67-0640

### お茶席を 体験してみませんか

茶道裏千家淡交会青年部北陸信越ブロックが、第55回大会において一般茶席を設けます。お気軽にお越しください。

と き 10月28日(土)  
① 9:30～11:30  
② 11:00～13:00  
ところ 三國神社  
内 容 薄茶一服(菓子付)  
※大会記念品のお土産ももらえます  
定 員 各回30人(前売り券のみ)  
参加費 1,000円  
申込方法 下記をご確認ください



詳しくはこちら

●(一社)三國會所 ☎82-8392

### 【12月分の体育施設利用】一般予約受付 11月1日(水) 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                  | 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、テニスコート(鳴鹿・情報団地) | 古城ドーム ☎68-0390         |
| 春江町内                  | 春江B&G海洋センター、春江東グラウンド、春江東小学校 | 春江B&G海洋センター ☎51-6166 |      | 日東シンコースタジアム丸岡             | 日東シンコースタジアム丸岡 ☎67-4040 |
|                       | その他の施設                      | 春江体育館 ☎51-4242       |      | 磯部小学校、丸岡南中学校              | 春江B&G海洋センター ☎51-6166   |
| 坂井町内                  | 坂井町内全体育施設                   | 坂井体育館 ☎68-0123       |      | その他の施設(今福、武道館含む)          | 丸岡体育館 ☎66-8920         |

※施設空き状況は市スポーツ協会ホームページ内「さかスポナビ」よりご確認ください。また、オンライン予約ができます。詳しくは、ホームページをご覧ください

その他のお問い合わせは、市スポーツ協会(☎68-0123)へ



ご利用ください。坂井市の図書館

三国図書館 ☎81-2900 ☎81-2198 丸岡図書館 ☎67-1500 ☎67-1501  
春江図書館 ☎51-8810 ☎51-8815 坂井図書館 ☎67-2666 ☎67-2699

10月の休館日 2日、5日、10日、16日、23日、30日

## おじいちゃんおばあちゃん

おじいちゃんおばあちゃんを  
テーマに本を集めました。

### 『ざぼんじいさんのかきのき』



すとう あさえ／文、織茂 恭子／絵 【岩崎書店】

ざぼんじいさんは、あまい柿をいつもひとりじめしています。まあばあさんにわけてくれるのは、葉っぱや枝ばかり。でも、まあばあさんは、大よろこびです。そのわけは…。

### 『おばあちゃん、おじいちゃんを知る本1』



江頭 恵子／文、小島 喜孝／編、矢部 広明／編  
水野 あきら／絵 【大月書店】

しわができる、白髪になる、耳が遠くなる、腰がまがるなどの老化現象を図を用いて科学的に解き明かし、ケアや予防法をわかりやすく紹介。人は老いてなお成長することを示し、高齢者と社会のあり方を伝える。

### 『秋山善吉工務店』



中山 七里／著 【光文社】

火災で家と主を失った秋山家。残された妻子は亡き夫の実家「秋山善吉工務店」に身を寄せる。一方、警視庁捜査一課の宮藤は、火災は放火だったのではと調べ始め…。味わい深い人情ミステリー。

### 『孫ができたらず読む本』



宮本 まき子／監修 【NHK出版】

かつての子育て経験が必ずしも役には立たないのが、現代の孫育て。妊婦とのつき合い方から、里帰り出産のやり方、初節句の方法、孫を預かるときのルール、相手側の祖父母とのつき合い方、子育て支援の制度など…。知っておきたいこと、知るべきことをすべて網羅して紹介する、新米祖父母必携のバイブル。

## おすすめ図書

4館どこでも借りられます。

### 一般書

■ChatGPT副業の教科書

ChatGPTビジネス  
研究会

酒井 順子

鈴木 祐

■本棚には裏がある

■天才性が見つかる才能の  
地図

山村 竜也

清水 晶子

鮎川 潤

■幕末維新解剖図鑑

■英国ヘンな旅先案内

■幸福な離婚

■40代からもっと楽しくな

日経BP

る新しい働き方&暮らし  
方

■やせる日常動作大図鑑

植森 美緒

三笥 薫

■VISION 夢を叶える逆算  
思考

■キッチン・セラピー

宇野 碧

五木 寛之

石田 夏穂

■幸せになる聞き方・話し方

■我が手の太陽

蓮見 恭子

村雲 菜月

■人魚と過ごした夏

■もぬけの考察

山本 音也

■信長の遺書

■ウェルテルタウンでやす

西尾 維新

らかに

■可燃物

米澤 穂信

### 児童書

■宿場町的一天

いわた 慎二郎

■おうちをみせて

ももろ

■ホットドッグ

ダグ・サラティ

## 子育て支援 センターからの お知らせ

詳しくは、各子育て支援センターへ  
三国 ☎81-6550  
丸岡 ☎67-4157  
坂井 ☎68-4188  
※オンラインで予約できます

### ★子育て相談日(10:30～11:30)

| と き       | ところ         |
|-----------|-------------|
| 10月 4日(水) | 坂井健康センター    |
| 10月13日(金) | 三国子育て支援センター |
| 10月17日(火) | 丸岡子育て支援センター |

### ★土曜開放デー(9:00～12:00)

対 象 0～3歳の子どもとその保護者

| と き        | ところ         |
|------------|-------------|
| 10月14日(土)  | 丸岡子育て支援センター |
| 10月28日(土)◎ | 坂井子育て支援センター |

◎「パパといっしょに遊ぼう」開催日(要予約)

### ★子育てマイスター講座(10:30～11:30)

「ふれあい遊び」(要予約)

講師：向川 佳子氏(子育てマイスター)

| と き       | ところ         |
|-----------|-------------|
| 10月11日(水) | 三国子育て支援センター |
| 10月16日(月) | 丸岡子育て支援センター |
| 10月18日(水) | 坂井健康センター    |

### ★子育て支援センターの開所日

(月～金曜日9:00～12:00、13:00～16:00)

いつでも気軽に遊びに来てください。

対 象 0～3歳の子どもとその保護者

※祝日・年末年始は除く

## consumer report

### 【事例】いつの間にか200万円の借金が…

「誰でも簡単に稼げる!」「収入が今の3倍に!」という動画を見てコメントを残したところ返事があったので、安い情報商材を買ってSNSで友達登録した。トークや通話で、高額なコンサルティング契約を勧誘された。説明のため遠隔操作アプリをインストールさせられ、指示に従いサラ金で借金したお金を相手に送る操作をした。借金については「問題ない、借りてはいるがすぐ返せる。返せない時は会社が補てんする」と説明されていたが実際は全く稼げず補てんもなく返済ができない。契約書はあったが電子画面のみだったので消えてしまった。サラ金の借金は4社もあるが、私は指示された通りに画面を操作していただけなので気付いていなかった。

この事例は電話で勧誘があったので、契約書面の交付が必要です。電子契約書の場合は、先に契約者の承諾があったという紙の通知が届いてから交付する決まりがあり、電子契約書が見られる状態になってから8日間はクーリング・オフが可能です。事例のように通知がなく電子契約書のみ場合は、いつでも契約を解除できるのですが、このような業者がお金を返すことはほとんどありません。加えて、借金は別物なので返済することになります。

解決には弁護士対応が有効ですが、絶対に返金が約束されるものではないので費用がかさむだけの可能性もあります。そもそも事例のような話には近付かないのが、賢明です。十分に注意しましょう。

困ったらすぐに相談!  
坂井市消費者センター  
☎50-3029

## 健康カレンダー

### 10月のご案内

問い合わせ 健康増進課 ☎50-3067 ☎66-2940

### こころの健康相談会を開催します

#### 【前日までに電話で予約】

心理相談員による個別相談を、無料で行います。個人情報や相談内容は固くお守りします。お気軽にご相談ください。前日17時までに電話で予約してください。

※原則、既に医療機関に相談されている人は予約できません

| と き                           | ところ      | 相談時間 |
|-------------------------------|----------|------|
| 10月11日(水)<br>① 9:30～② 10:30～  | 坂井健康センター | 50分  |
| 10月25日(水)<br>① 13:30～② 14:30～ |          |      |

## 回避しよう! 暮らしのトラブル

### 消費者センター情報

## 「簡単に稼げる!」は要注意! 副業トラブル急増中!

ネットで「副業」と検索すると、誰でも簡単に稼げる夢のような話が出てきますが、このような話に惑わされ、たくさんの方の借金を抱えてしまったという相談が増えています。

センターからの  
アドバイス!  
坂井市消費者センター  
マスコットキャラクター  
「しっかりさん」

### パパママレッスン(両親学級)

NPO法人おととふあーぎーの館直宏さんによる「パパとママからの贈り物」と題したお話や沐浴、着替えのデモンストレーション、ミルク作りの体験ができます。安定期に入り、体調が良い時の参加をおすすめします。

と き 11月22日(水) 9:30～11:30  
ところ 坂井健康センター  
対 象 妊娠5カ月以上の妊婦とその家族  
定 員 15組  
申込期間 10月10日(火)～15日(日)  
申込方法 電子申請または電話で健康増進課へ  
※電話で申し込みは平日のみ



◀電子申請  
はこちら





## 10月 相談日

相談は全て無料。  
※法律相談、こころの相談等は予約が必要。事前にお尋ねください。

### 人権悩みごと相談

☎総務課 ☎50-3010

11日(水) 13:30～16:00 高棕コミュニティセンター  
26日(木) 13:30～16:00 東十郷コミュニティセンター

### 契約トラブルなどの消費者相談窓口

(来庁の場合は事前にご連絡ください) ☎市消費者センター ☎50-3029

月～金曜日 9:00～17:00 市消費者センター  
※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) ☎子どもと家庭の相談窓口 ☎50-3043

月～金曜日 9:00～17:00 子ども福祉課  
※祝日は休み

### 子育て相談 ☎子育て世代包括支援センター ☎50-3045

月～金曜日 8:30～17:15 子ども福祉課・健康増進課  
※祝日は休み

### 行政相談 ☎総務省 福井行政相談センター ☎24-0403

10日(火) 13:30～15:00 三国コミュニティセンター  
18日(水) 13:30～15:30 高棕コミュニティセンター  
26日(木) 13:30～15:30 東十郷コミュニティセンター

### 法律相談(要予約) ☎市社会福祉協議会 ☎68-5070

2日(月) 13:00～16:00 いきいきサロンセンターあい愛  
10日(火) 13:00～16:00 坂井市役所丸岡支所  
18日(水) 13:00～16:00 いちい荘  
26日(木) 13:00～16:00 坂井市社会福祉協議会本部

※相談日1週間前から予約受付。相談時間は1組30分間

### 結婚相談 ☎市婦人福祉協議会会長山崎 ☎090-2123-0622

2,16日(月) 13:00～16:00 霞の郷  
4,18日(水) 13:00～16:00 春江中コミュニティセンター  
5,19日(木) 13:00～16:00 坂井老人福祉センター  
7,21日(土) 10:00～15:00 さかい男女参画センター  
23日(月) 13:00～16:00 三国コミュニティセンター

### こころの健康相談(要予約) ☎坂井健康福祉センター ☎73-0600

5,19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

11,25日(水) 9:00～11:00 坂井健康福祉センター

## ボートレース三国 10月の開催日



|         | 本場                           | 場外      | 有料席  |
|---------|------------------------------|---------|------|
| 1日(日)   |                              |         |      |
| 2日(月)   |                              |         |      |
| 3日(火)   |                              |         |      |
| 4日(水)   |                              |         |      |
| 5日(木)   |                              |         |      |
| 6日(金)   |                              |         |      |
| 7日(土)   |                              |         |      |
| 8日(日)   |                              | 江戸川     | 尼崎   |
| 9日(月・祝) | ★日本モーターボート選手会会長杯第31回たけふ菊花人形賞 |         |      |
| 10日(火)  |                              | G1福岡    | びわこ  |
| 11日(水)  |                              |         |      |
| 12日(木)  |                              |         |      |
| 13日(金)  |                              |         |      |
| 14日(土)  |                              |         |      |
| 15日(日)  |                              |         |      |
| 16日(月)  |                              |         |      |
| 17日(火)  |                              | G11常滑   | ★鳴門  |
| 18日(水)  | ★にっぽん未来プロジェクト競走in三国          | G1多摩川   |      |
| 19日(木)  |                              |         | ★唐津  |
| 20日(金)  |                              | ♥G11平和島 |      |
| 21日(土)  |                              | 戸田      | ★鳴門  |
| 22日(日)  |                              |         |      |
| 23日(月)  |                              |         |      |
| 24日(火)  |                              |         |      |
| 25日(水)  |                              |         |      |
| 26日(木)  |                              | G11びわこ  | 多摩川  |
| 27日(金)  | ★第27回三国競艇大賞                  |         | ★♥徳山 |
| 28日(土)  |                              |         |      |
| 29日(日)  |                              | ♥G11戸田  | ★鳴門  |
| 30日(月)  |                              | 多摩川     |      |
| 31日(火)  |                              |         |      |

★♥★ ナイターレース  
★♥★ モーニングレース

左記以外の開催情報については、ボートレース三国ホームページをご覧ください。  
【ティニアポルト三国 外周発売所】休館日 3日(火)

## 坂井チャンネル(121ch) 10月の番組案内

|       | タイトル              |
|-------|-------------------|
| 6:00  | 【文字】赤ちゃん誕生・お悔やみ情報 |
| 6:20  | 【文字】お知らせ          |
| 6:30  | さかいの壺             |
| 7:00  | 寄り道さんぽ または 凄ロック!  |
| 7:20  | 【文字】お知らせ          |
| 7:30  | HOPE～その道は明日へ～     |
| 7:45  | 映像玉手箱             |
| 8:00  | さかいの壺(再)          |
| 8:30  | さかいの壺             |
| 9:00  | スポットライトさかい        |
| 10:00 | 【文字】赤ちゃん誕生・お悔やみ情報 |
| 10:20 | 【文字】お知らせ          |
| 10:30 | さかいの壺             |
| 11:00 | 寄り道さんぽ または 凄ロック!  |
| 11:20 | 【文字】お知らせ          |
| 11:30 | HOPE～その道は明日へ～     |
| 11:45 | 映像玉手箱             |
| 12:00 | 【文字】赤ちゃん誕生・お悔やみ情報 |
| 12:20 | 【文字】お知らせ          |
| 12:30 | さかいの壺             |
| 13:00 | スポットライトさかい        |
| 14:00 | さかいの壺(再)          |
| 14:30 | さかいの壺             |
| 15:00 | 寄り道さんぽ または 凄ロック!  |
| 15:20 | 【文字】お知らせ          |
| 15:30 | HOPE～その道は明日へ～     |
| 15:45 | 映像玉手箱             |
| 16:00 | 【文字】赤ちゃん誕生・お悔やみ情報 |
| 16:20 | 【文字】お知らせ          |
| 16:30 | さかいの壺             |
| 17:00 | スポットライトさかい        |
| 18:00 | 【文字】赤ちゃん誕生・お悔やみ情報 |
| 18:20 | 【文字】お知らせ          |
| 18:30 | さかいの壺             |
| 19:00 | 寄り道さんぽ または 凄ロック!  |
| 19:20 | 【文字】お知らせ          |
| 19:30 | HOPE～その道は明日へ～     |
| 19:45 | 映像玉手箱             |
| 20:00 | さかいの壺(再)          |
| 20:30 | さかいの壺             |
| 21:00 | スポットライトさかい        |
| 22:00 | 【文字】赤ちゃん誕生・お悔やみ情報 |
| 22:20 | 【文字】お知らせ          |
| 22:30 | さかいの壺             |
| 23:00 | 寄り道さんぽ または 凄ロック!  |
| 23:20 | 【文字】お知らせ          |
| 23:30 | HOPE～その道は明日へ～     |
| 23:45 | 映像玉手箱             |
| 0:00  | 放送終了              |

令和5年9月議会定例会の録画放送は、10月1～3日は17時と21時より、10月4～6日は10時と14時より通常編成を変更して放送予定です。

### さかいの壺

- ～4日  
(再放送は5日～14日)  
・虹色キッズ「安田幼稚園②」  
・日本一短い中学生の手紙「丸岡中学校ソフトボール部」ソラカラフル「かがしめぐり②」他
- 5日～14日  
(再放送は15日～24日)  
・虹色キッズ「みくに未来幼稚園」  
・缶チャレ!「中高生演劇ワークショップ」他
- 15日～24日  
(再放送は25日～翌月4日)  
・虹色キッズ「春江ゆり保育園」  
・コミセン講座「食改さんと作るふるさとさかいの伝承料理①」他
- 25日～翌月4日  
(再放送は翌月5日～14日)  
・虹色キッズ「わっかこども園」  
・日本一短い中学生の手紙「丸岡南中学校陸上部」  
・ソラカラフル「九頭竜川くだり(予定)」

### 寄り道さんぽ

- ～4日  
・春江町 江留上地区～中部地区周辺
- 5日～24日  
・三国運動公園～三国サンセットビーチ(予定)

### 凄ロック!

- 25日～翌月14日  
・内容未定

### スポットライトさかい

- 1日～14日  
・三国地区まち協防災講演会
- 15日～  
・張籠先生の文学教室「森田愛子を知ろう」

### HOPE～その道は明日へ～

- ・フレイルトレーナー田嶋さん

### 映像玉手箱

- ・市長定例記者会見 他

## 休日診療 受診前に、各医療機関にお問い合わせください。

| 月日       | 科               | 内科       | 外科           |
|----------|-----------------|----------|--------------|
| 10月1日(日) | 坂井医院(あわら市)      | ☎77-3060 | あわら病院(あわら市)  |
|          | 春江病院(春江町)       | ☎51-0029 | ☎79-1211     |
| 8日(日)    | 坂井内科クリニック(あわら市) | ☎77-1070 | 宮崎病院(三国町)    |
|          | 野村医院(坂井町)       | ☎72-1839 | ☎82-1002     |
| 9日(月・祝)  | 三国病院(三国町)       | ☎82-0480 | 三国病院(三国町)    |
|          | ともだクリニック(坂井町)   | ☎66-6161 | ☎82-0480     |
| 15日(日)   | 西岡医院(あわら市)      | ☎77-2138 | 木村病院(あわら市)   |
|          | 藤田神経内科病院(丸岡町)   | ☎67-1120 | ☎73-3323     |
| 22日(日)   | 柴田医院(あわら市)      | ☎78-6263 | 伊藤クリニック(丸岡町) |
|          | 森瀬クリニック(坂井町)    | ☎72-3737 | ☎66-1251     |
| 29日(日)   | あわら病院(あわら市)     | ☎79-1211 | 加納病院(あわら市)   |
|          | 木村病院(あわら市)      | ☎73-3323 | ☎73-1001     |

診療時間 9:00～17:00 ☎嶺北消防本部 ☎51-0119

## 市税の納付期限

- 市県民税 3期
- 国民健康保険税 4期

10月31日(火)

納税相談 10月15日(日)10:00～18:00  
税務課 ☎50-3024