



特集  
地域で広がる  
国際交流と  
多文化共生





# 地域で広がる国際交流と多文化共生

Let's go!



▲令和6年度 ニンビン省との交流事業11/15~17に市内高校3校と交流

市では、異文化に触れてグローバルな視野を育て、未来へ向けてより活気のあるまちづくりのために、文化・教育・経済・観光など多文化共生に向け、幅広い分野でのグローバル化を推進しています。姉妹都市のオーストラリアのグラッドストーン市や、令和5年3月に友好交流協定を締結したベトナムニンビン省との交流も行われ、市内では国際交流員や外国人技能実習生なども活躍しています。地域レベルでの交流は、諸外国とのつながりを深める上で重要です。来年には日本語学校も開校予定。市民の皆さんが様々な国の文化に触れる機会の構築や、外国人材を活用した地域活性化への取組が行われています。

## 佐伯に日本語学校が誕生!

佐伯市蟹田の旧佐伯税務署跡に「佐伯<sup>みんさい</sup>民際日本語学校」が来年開校予定です。この日本語学校は、海外からの留学生を受け入れて2年間の日本語教育を行うことにより、日本語と日本文化を理解した学生を育成する学校です。また、学校の運営だけでなく、市と締結した包括連携協定に基づき、多文化共生社会の実現や地域の人材育成、観光・地域振興などに取り組んでいきます。



# 佐伯から世界へつながっています

昨年ニンビン省を訪れた高校生と、今年11月にニンビン省から佐伯を訪れた高校生。若い感性とやる気に満ちた学校交流、異文化体験の様子を紹介します。



▲ベトナムの高校生と有意義な授業を経験



佐伯鶴城高等学校  
さほ あおい  
3年 佐保 葵さん

多くの同年代の人との国際交流は貴重な経験!



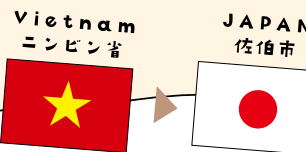
## ニンビン省は人もまちも元気! 佐伯や日本文化の魅力も発信

ニンビン省で学校の授業に参加した時は、学生たちがジェンダーや社会問題について自分の意見を持っていることに刺激を受けました。交流会ではベトナムの高校生と一緒に踊ったりアオザイを着たり、佐伯の海産物や城山、また、アニメや浴衣などの日本文化も紹介しました。

ニンビン省の学生は学校の授業はもちろん行事にも積極的で、まちも活気がありました。海外は大人になっても行けますが、大勢の同世代の人と交流できる機会は今しかありません。数日間滞在するだけで英語の苦手意識もなくなるので、少しでも興味がある人は参加をおすすめします。将来は外国人向けに佐伯の魅力をPRできる職に就きたいという夢ができました。



▲浴衣で日本文化を紹介



## 昨年の交流事業をきっかけに日本の学校生活にも興味

昨年の交流事業で来てくれた佐伯の高校生と友だちになったのがきっかけで、日本がますます好きになりました。今回は実際に自分が日本に行き、日本の文化に触れ、高校生の通学や勉強方法など普段の生活も知りたいと思い、交流事業に参加しました。

ベトナムは世界遺産がある素敵なおとこで、なかでもチャンアンはおすすめ。観光や文化など、お互いの国の情報を皆さんとSNSなどでシェアできると嬉しいです。



◀日本文理大学附属高等学校生、佐伯豊南高等学校生と、e-スポーツで交流



▲佐伯豊南高等学校生、日本文理大学附属高等学校生と、さいき城山桜ホール周辺をロゲイニング※1



ルオン ヴァン トウイ高校  
ファム・タイン・タオ  
3年生 Pham Thanh Thaoさん

お互いの文化を情報交換したいです!

※1 ナビゲーションスポーツの一つで、地図をもとにチェックポイントを回り、チェックポイントを回った証拠として写真を撮り、得点を集めるスポーツ。

市内の高校生たちは11月に来日したニンビン省の高校生と交流を図り、世界とつながるグローバルな視点を育むことができました。市ではこれからも様々な国際交流を進め、グローバルな分野で活躍する人材育成に取り組んでいきます。



# 産業を支える力が、 未来のまちを活気づける

佐伯の産業振興に貢献している外国人技能実習生。その素顔や地域との交流の様子、企業のリアルな声、また橋渡しに尽力する商工会の思いをクローズアップしました。

「マルサン商店」でイワシやアジの選別や洗浄、検品やパック詰めをしています。社員の皆さんから教えてもらって仕事内容を覚えていきました。社長のお母さんから日本語や日本の文化を学んでいます。もっと日本語が上手になりたいと、仕事が終わった後も4時間ほど漢字や文法の勉強をしています。

休日は日本語の勉強をすることが多いですが、海沿いを散歩したり地域の祭りに行ったりすることもあります。また、インドネシアと米水津

は食べる魚の種類が違うのも面白く、米水津の魚はとてもおいしいです。自分でも焼いて食べることがあります。先日は米水津ふるさと文化祭でスピーチをさせていただきましたが、その時に子どもたちが着物で日本舞踊を踊る様子を見て、私も着物を着てみたいと思いました。ここでの経験をいかして、将来はインドネシアに戻り、外国人技能実習生として日本で実習したい人へ日本語を教える日本語教師になるのが目標です。

日本語が上手になりたいです！



イダさん

外国人技能実習生を受け入れ始めたのは、実習生の必要性を感じるようになった14年ほど前からで、現在は9人の実習生がいます。受け入れにあたって整備したのは専用の寮で、寮のトイレもきれいに整備しました。実際に受け入れてからは、日本のインターンシップのような感じで教えることが多く、自分の成長にもつ

ながります。また、宗教の違いで口にできない食べ物があったり、お祈りの時間があったりと、実習生と接することで、互いの国の文化や考え方の違いがあることを学び、視野が広がりました。イダさんはまじめで日本語の上達も早く、他の実習生と社員との間に立ってくれることもあり、共生社会の大切さを感じます。

文化の違いを学ぶ毎日です



有限会社マルサン商店  
みやわきまかず  
代表 宮脇 清和さん

米水津や蒲江など海岸部の企業から、希望する実習生の人数や国籍、作業内容などを聞いて、送り出し機関からの外国人技能実習生を橋渡ししています。現在は海岸部の企業で働く実習生が66人いますが、仕事や暮らしの困りごとから防災のこと、また企業に対してもトラブルがないかなど、広くサポートを担っています。根底にあるのは、地元で減

少してきた産業の力の確保。地域の企業は2代目、3代目が受け継いで頑張っているところも多く、貴重な産業を次世代へつないでいくためにも実習生の力が必要です。実習生にとっても、日本人ならではの繊細な手仕事を学べる良い機会。海外の人の住みやすさは日本人の住みやすさを意味するので、様々な面で地域に活気が生まれるはずですよ。

活気あるまちづくりのために



佐伯市あまべ商工会 米水津支所  
外国人技能実習支援課  
たにぐち さとみ  
谷口 里美さん

外国人技能  
実習生とは

開発途上国の経済発展や人づくりを担うため、外国人の技能実習生を受け入れ、日本の企業で技術や知識を身に付け、母国の発展に活躍してもらう仕組み。期間は最長5年で、実習生は入国後に1か月間、日本語などの講習を受けてから企業での実習が始まります。企業の人材確保を目的として、より専門的な知識や技能をもつ外国人を受け入れる「特定技能制度」もあります。

今年8月

## 国際交流員が着任しました

平成17年の市制施行後初めての国際交流員が、2人着任しました。海外からの訪問客の接遇や外国人住民の生活支援活動など、幅広い交流業務を行っていきます。ともに20代の若いパワーをいかしながら、佐伯と世界を結んでくれます。

Kate Alessia  
Maccaroneさん  
ケイトアレッシア マカロン

年齢 ……24歳

出身地 ……オーストラリア  
クイーンズランド州  
ブリスベン

日本が好きな母親の影響から日本に興味を持ちました。高校の時には、熊本に留学し、また、大学を休学して福岡の日本語学校に入学するなど、日本語や日本の文化を学びました。まず印象的だったのが、日本語の美しさ。佐伯に来て好きになったのは「因尾茶」で、香りの良さとおいしさに驚きました。趣味はサッカーや筋トレなど体を動かすことで、動物やこどもも大好き。母国のオーストラリアの文化ももっと知ってもらいたいので、気軽に声を掛けてください。



出前講座

交流員は、地域の交流活動や学校での出前講座にも参加して国際交流を図ります。今回は、佐伯東小学校3年生のクラスへ。まずは自己紹介や自国の紹介をして、子どもたちに海外に興味を持ってもらい、すごろくゲームなどをしながらコミュニケーションをとりました。子どもたちは大好きな英語がますます好きになったようで、グローバルな視野をもつ未来の力に期待が高まります。

国際交流員を派遣します

市内の学校などにおける国際交流の輪を広げる活動に、国際交流員を派遣します。派遣する場所は学校、サークル、イベントなど様々。詳しくは市ホームページを参照ください。

問い合わせ 観光・国際交流課 国際交流係(本庁舎2階38番窓口) ☎22-4623

佐伯東小学校3年生



Nguyen  
Thanh Datさん  
グエンタンダット

年齢 ……23歳

出身地 ……ベトナム ハナム省  
キムバン県

ベトナムには日本の企業がたくさんあって小さい頃から親近感があり、2022年に大阪の大学に留学して日本語を学びました。佐伯市にはベトナム出身の人が150人ほど住んでいるので、ベトナム人と日本人が互いにコミュニケーションをとって、働きやすくなるような架け橋になればいいと思っています。今後はベトナム語講座や文化体験などの活動に取り組んでいきたいです。自然豊かで素敵な佐伯から広がる交流が楽しみです。





令和6年度

# 佐伯市表彰

令和6年度

# 佐伯市教育委員会表彰



11月3日(文化の日)、佐伯市表彰式・佐伯市教育委員会表彰式が行われ、様々な分野で市政の発展に功績を残した24人、6団体が表彰されました。

## 佐伯市表彰 一般表彰



### 農林水産功労

とだか ごいちろう  
**戸高 吾一郎 さん** 蒲江

大分県漁業協同組合名護屋地区漁業運営委員長、大分県水産養殖協議会会長を歴任し、長年にわたり、本市の水産養殖業の振興・発展に貢献した。

わたなべ ひでゆき  
**渡邊 英征 さん** 東町

永年にわたり、有機農産物の生産に尽力した。ファーマーズスクールのコーチ、地域おこし協力隊のサポートなど、後継者の育成に力を入れており有機農業の振興・発展に貢献した。

### 農林水産功労 [団体]

さ いきこういきしんりんくみあい  
**佐伯広域森林組合** 宇目

永年にわたり、森林整備事業の実施を通じて、素材生産の増進を図り、公益的機能の保持に寄与した。また、佐伯型循環林業を確立し、伐採跡地の再造林に注力し、本市の林業振興に貢献した。

さいきわんさいばいぎょぎょうすいしんきょうぎかい  
**佐伯湾栽培漁業推進協議会** 葛港

永年にわたり、囲い網や被せ網などを用い、新たなクルマエビ馴致放流技術の研究開発を先進的に実施・継続し、栽培漁業の推進に尽力した。

### 学術文化功労

とみまつ としお  
**富松 俊夫 さん** 米水津

永年にわたり、文化財の保護、郷土史の研究など、学術・文化活動を通じて、地方文化の発展に貢献した。

### 特別功労

かわの としみち  
**河野 利道 さん** 中の島

16年の長きにわたり、保護司として更生保護活動、地域の犯罪防止活動に尽力し、地域社会の浄化をはかることに貢献した。また、佐伯保護区保護司会副会長を務め、会の発展に寄与した。

### 土木建築功労

かわの ただお  
**河野 唯雄 さん** [故人] 直川

34年の長きにわたり、新洞第2樋管操作人として水門操作業務に精励し、災害時対応により市民の安全確保に貢献した。

ごとう てるゆき  
**後藤 照幸 さん** 直川

21年の長きにわたり、千又第2樋管操作人として水門操作業務に精励し、災害時対応により市民の安全確保に貢献した。

のうえ としお  
**野々上 俊雄 さん** 長良

33年の永きにわたり、長良樋管操作人として水門操作業務に精励し、災害時対応により市民の安全確保に貢献した。

### 福祉保健功労

ささき やすお  
**佐々木 靖生 さん** 新女島

障がい者通所支援施設、障がい児通所支援施設、障がい者グループホームなどの施設長を歴任し、39年の長きにわたり、本市の障がい者福祉の向上に貢献した

### 消防団功労

いちかわ じゅいち  
**市川 寿一 さん** 宇目

44年の長きにわたり、消防団員として災害による被害軽減に努め、平成21年には佐伯市宇目消防団団長に就任し、団員の育成や、住民に対する防災意識の普及啓発を行い、宇目地域の防災力向上に貢献した。

## 佐伯市表彰 自治表彰

### 自治功労

しもかわ よしお  
**下川 芳夫 さん** 野岡町

21年の長きにわたり、野岡区自治委員として地域住民福祉の向上と豊かで明るいまちづくりの推進に大きく貢献した。また、佐伯市区長会連合会理事、佐伯市区長会連合会会長を歴任し、会の発展に寄与した。

ふるかわ すすむ  
**古川 進 さん** 野岡町

20年の長きにわたり、鶴谷区自治委員として地域住民福祉の向上と豊かで明るいまちづくりの推進に大きく貢献した。

いとうえ ひろし  
**井上 宏 さん** 西谷町

12年の長きにわたり、西谷区自治委員として地域住民福祉の向上と豊かで明るいまちづくりの推進に大きく貢献した。

### 寄附功労

うん ゆ かぶしがいしゃ  
**さくら運輸株式会社** 西浜

佐伯藩大名行列・明神太鼓衣装新調費用の一部として100万円を寄附し、本市の事業推進に貢献した。

え とう さんそかぶしがいしゃ  
**江藤酸素株式会社** 大分市

市内の小学校11校、中学校10校にパトライトを設置・寄附し、学校の安全に貢献した。

## 佐伯市教育委員会表彰



### 学校歯科医

ふるた よしろう  
**古田 賀郎 さん** 城下東町

永年にわたり佐伯市の学校歯科医として学校の保健に指導・助言を行い貢献した。

ひかわ けいこ  
**肥川 啓子 さん** 池田

永年にわたり佐伯市の学校歯科医として学校の保健に指導・助言を行い貢献した。

はやし みつひろ  
**林 満弘 さん** 青山

永年にわたり佐伯市の学校歯科医として学校の保健に指導・助言を行い貢献した。

くま じゅんいちろう  
**隈 順一郎 さん** 長島町

永年にわたり佐伯市の学校歯科医として学校の保健に指導・助言を行い貢献した。

### 学校薬剤師

こじま ゆういちろう  
**小嶋 祐一郎 さん** 新女島

永年にわたり佐伯市の学校薬剤師として学校の保健に指導・助言を行い貢献した。

あかみね たかこ  
**赤嶺 貴子 さん** 来島町

永年にわたり佐伯市の学校薬剤師として学校の保健に指導・助言を行い貢献した。

### 水泳競技

いりえ しゅん  
**入江 駿 さん** 昭和中学校

第52回九州中学校水泳競技大会において100mバタフライ第2位、200mバタフライ第5位となった。第64回全国中学校水泳競技大会100mバタフライ予選10位となった。

### 陸上競技

なかむら たく  
**中村 拓 さん** 東雲中学校

第46回九州中学校陸上競技大会男子砲丸投げにおいて、第3位となった。

たかつき かの  
**高槻 嘉乃 さん** 東雲中学校

第46回九州中学校陸上競技大会女子砲丸投げにおいて、第4位となった。

たわら ゆうき  
**俵 侑輝 さん** 城南中学校

第46回九州中学校陸上競技大会男子共通三段跳において、第2位となった。

とみたか さとる  
**富高 悟 さん** 鶴谷中学校

第46回九州中学校陸上競技大会男子共通400mにおいて、第6位となった。

### 救助活動

ながい りんと  
**永井 凜里 さん** 米水津小学校

自宅付近の川で転落し倒れていた70代男性を発見し、救助活動に貢献した。

### 体操競技

さいき たいそう  
**佐伯ジュニア体操クラブ**

第57回九州中学校体操競技大会男子団体において第3位となった。

### 寄附功労

おおいたごとうしんぶん さいき ふじんぶ  
**大分合同新聞 佐伯 婦人部**

佐伯市内の小中学校へ平成21年より毎年防災用乾パンを寄附し、本市の教育施設の防災体制整備に貢献した。

## 令和6年度 大分県功労者表彰

次の方々が受章  
されました。  
皆さんおめでとう  
ございます。

### 商工観光労働功労

きもと なおき  
**木許 直樹 さん**

### 地方自治功労

しもかわ よしお  
**下川 芳夫 さん**

### 農林水産功労

はごこ ちく かつせいか  
**間越地区活性化  
推進協議会**

### 善行功労

いそがわ まさのり  
**五十川 正憲 さん**

やの せいいち  
**矢野 誠一 さん**

### 生活環境衛生功労

いわた ひさこ  
**岩田 壽子 さん**

### 教育スポーツ功労

にしやま たかし  
**西山 隆 さん**





### 情報

#### 産前産後の国民年金保険料が免除になります

出産前後期間の国民年金保険料が免除される制度があります。

国民年金の方で出産をした人が対象となり、出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月の国民年金保険料が免除になります。

届出は、出産予定日の6か月前からできますので、お早めをお願いします。手続きを希望する人は、保険年金課国民年金係または佐伯年金事務所へ申出ください。マイナポータルを利用した電子申請もできます。



#### ◆問い合わせ…

佐伯年金事務所 / ☎22-1970 ※音声案内に従い最初は②、次に②を選択  
保険年金課 国民年金係(本庁舎1階8番窓口) / ☎22-3187



### 給付

#### 就学援助制度入学準備金のご案内

小・中学校の入学に必要な費用の一部を、準備金として入学前に支給します。世帯収入など審査の上、支給対象者を決定します。



#### [対象]

令和7年度に市内の小・中学校に入学予定の児童・生徒の保護者で、経済的に困りの人

#### [申込方法]

12月～令和7年1月上旬に入学予定者に送付する案内を確認の上、申込みください。

#### ◆申込・問い合わせ…

学校教育課 学事係(まな美2階) / ☎22-4064

詳しくはこちらから▶



### 控除

#### 要介護認定者などの障害者控除について

障害者手帳を持っていなくても、65歳以上で介護保険の要介護認定を受けている人、または要介護認定を受けていない人で同程度の障がいがあると認められた場合に、税法上の「障害者控除」「特別障害者控除」が受けられる場合があります。

※控除認定書の有効期間は、認定書を交付した日(さかのぼることはできません)から、交付を受けた人の障がい事由の存続する日までとなります。

#### [対象] 次のいずれかに認定された人

- ・身体障害者手帳6級以上に相当する人
- ・知的障がい者、認知症に相当する人
- ・寝たきり(申請時点で6か月以上)で複雑な介護を要する人

#### [申込方法]

本人または親族が、印鑑と介護保険証を持参の上、申請してください。



◆申込・問い合わせ…障がい福祉課 障がい福祉係(本庁舎2階47番窓口) / ☎22-4514または各振興局



### 情報

#### 資源物(飲食用ビン・カン・ペットボトル)の袋の中に、ほかのごみや危険物を混ぜないで!

飲食用ビン・カン・ペットボトルは「資源物」の収集日に出していただくようお願いしていますが、資源物を入れた袋の中に刃物(カッターナイフ、包丁など)やバッテリーがついたままのスマートフォン、加熱式たばこなどが入っていることがあります。これらのものが中に入っていると、収集や分別をする作業員がケガをしたり、収集車が火災を起こす恐れがあります。ごみは正しく分別して捨てていただくをお願いします。



刃物類(左)やバッテリーがついたままの携帯電話やスマートフォン、使い捨てライターなど



そのほかにも工具や家電製品、洗剤容器や食器など資源物以外のものが多数混入しています

※飲食用ビン・カン・ペットボトルはラベルとキャップをはずし、中を水で洗い、透明または半透明の袋に入れて出してください。中身が見えない袋に入れられたものは収集しません。

#### ◆問い合わせ…

清掃課 庶務係(エコセンター番匠) / ☎22-3984



### 情報

#### 年末年始の家庭ごみ収集・受入の日程

年末のごみ出しや片付けは、計画的に行ってください。

#### エコセンター番匠受入時間

8時45分  
～  
16時30分

月日	家庭ごみの収集	エコセンター番匠受入
12月27日(金)	通常どおり	通常どおり
12月28日(土)	休み	休み
12月29日(日)	休み	休み
12月30日(月)	通常どおり	通常どおり
12月31日(火)	休み	休み
1月1日(水)	※31日(火)から2日(木)の間は集積所にごみを出さないでください。	休み
1月2日(木)		
1月3日(金)	※火曜日・金曜日の燃えるごみ収集地区は収集します。(大島地区を除く)	通常どおり
1月4日(土)	休み	休み
1月5日(日)	通常どおり	通常どおり
1月6日(月)	通常どおり	通常どおり

◆問い合わせ…東浜収集センター / ☎23-2386 清掃課 庶務係(エコセンター番匠) / ☎22-3984



### 情報

#### 固定資産税に関する届出をお忘れなく

固定資産税は、賦課期日(1月1日)現在の土地・家屋・償却資産の所有者に課税される税金です。適正な課税のため、次の場合には忘れずに届出をしてください。※印鑑(認印可)が必要です。

#### ①建物を新築(増築)・取り壊した場合

新築(増築)された場合は家屋調査が必要となりますので固定資産税係までご連絡ください。取り壊しの場合は「家屋滅失申告書」を提出してください。

#### ②未登記家屋の所有者を変更した場合

売買や相続などにより未登記家屋の所有者が変わったときは、「未登記家屋所有者変更届」を提出してください。

#### ③所有者が死亡している場合

賦課期日までに相続登記が終わらない場合は「相続人代表者届出書」を提出してください。届出がない場合は、現に所有しているすべての人(相続人など)の中から市が代表者を指定します。

#### 償却資産の申告も忘れずに

工場や商店を経営、または不動産を貸し付けている人などが、その事業のために所有する構築物、機械、船舶などを「償却資産」といい、税務署への申告とは別に市にも申告義務(地方税法383条)があります。

申告書には個人番号(マイナンバー)または法人番号の記載と、本人確認書類などの提示が必要です。詳しくは、対象者にお送りする申告書同封の案内でご確認ください。

#### ■申告書発送

12月下旬(届かない場合はご連絡をお願いします)

■申告期間 令和7年1月6日(月)～31日(金)

◆問い合わせ…税務課 固定資産税係(本庁舎1階13・14番窓口)または各振興局  
家屋・償却資産について / ☎22-3174 土地について / ☎22-4503



### 募集

#### 旧因尾診療所・因尾診療所医師住宅を一般競争入札により売却します

入札した価格(土地と建物)が最低売却価格以上、かつ最高価格である入札者を落札者として決定します。

入札に参加するには申込が必要です。申込書類などは保険年金課窓口で配布するほか、市ホームページからも印刷できます。

[とき] 令和7年1月10日(金)10時~入札

[ところ] 佐伯市役所3階301会議室

[申込期間] 12月2日(月)~27日(金)9時~17時(土・日を除く)



物件名		旧因尾診療所・因尾診療所医師住宅	
住所		佐伯市本匠大字堂ノ間1055番地13	
土地 (1筆)	地目	宅地	
	地積	867.29㎡	
建物 (5棟)	構造	旧因尾診療所(鉄筋コンクリート造平屋建)	
	床面積	186.29㎡	
	構造	因尾診療所医師住宅(木造平屋建)	
	床面積	82.76㎡	
	竣工	昭和59年	
車庫(鉄骨造31.24㎡)、外便所(木造5.76㎡)、待合所(木造4.9㎡)			

#### 最低売却価格(税抜)

土地	1,541,000円
建物(旧因尾診療所)	1,508,000円
(因尾診療所医師住宅)	520,000円
合計	3,569,000円
(土地、建物は一括)	

※売買価格は建物に係る消費税額(10/100)を加算した合計額となります。

詳しくはこちらから▶



[物件説明会] 12月16日(月)10時~

[ところ] 佐伯市本匠大字堂ノ間1055番地13(旧因尾診療所)

※参加希望者は12月11日(水)までに要連絡

◆申込・問い合わせ…保険年金課 国民健康保険係(本庁舎1階9番窓口) / ☎22-3199

### 情報

#### 豊後二見ヶ浦 年末年始行事

##### ■ 大しめ縄張り替え作業

どなたでも参加できます。(軽作業あり)

[とき] 12月8日(日)8時~

[ところ] 東雲中学校 裏庭付近

##### ■ 豊後二見ヶ浦 ライトアップ

夜の海に浮かんで見える夫婦岩はとても幻想的です。

[とき] 12月24日(火)~令和7年1月4日(土)

17時30分~22時

※大晦日は朝まで点灯します。

##### ■ 明けまして豊後二見2025

~打ち上げ花火~

[とき] 令和7年1月1日(水・祝)6時30分~



◆問い合わせ…上浦振興局 / ☎32-3111

### 情報

#### 第18回 佐伯市地区対抗駅伝競走大会開催!!

#### 12月15日(日) 9時スタート予定 /

今年も、恒例となった各地区体育(スポーツ)協会・支部による地区対抗駅伝大会を開催します。地区を代表して走る選手たちに熱い応援をよろしくお願いいたします。

区間	選手通過場所 ★各中継所	各中継所通過時刻など		
		先頭	最後尾	タイム差
第1区(3.55km) 一般男子	佐伯中央病院陸上競技場 ~ ★マルキウ醤油前	9:10頃	9:15頃	約5分
第2区(2.25km) 中学生男子	マルキウ醤油前 ~ ★市役所前	9:17頃	9:24頃	約7分
第3区(1.0km) 小学生女子	市役所前 ~ ★佐伯東地区公民館前	9:21頃	9:28頃	約7分
第4区(1.2km) 小学生男子	佐伯東地区公民館前 ~ ★佐伯重工業株式会社前	9:25頃	9:34頃	約9分
第5区(1.7km) 中学生女子・一般女子	佐伯重工業株式会社前 ~ ★社会福祉協議会前	9:31頃	9:40頃	約9分
第6区(3.0km) シニア男子	社会福祉協議会前 ~ ★川原入口先堤防前	9:46頃	10:01頃	約15分
第7区(3.2km) 一般男子	川原入口先堤防前 ~ ★佐伯中央病院陸上競技場	9:57頃	10:14頃	約17分

※最後尾の通過時刻は繰上などがあるため、早まる可能性があります。

#### ■ 交通規制のお知らせ

○当日はコース上の交差点で、選手の通過前後(10分間ほど)に交通規制がありますのでコースを通行する人や周辺地区の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、協力をお願いします。

○選手の応援をする人は、コースを車などで併走しながら応援することはできません。

○駐車場は、池船スポーツ公園、番匠体育館、野岡体育館、市役所本庁舎、大分県南部振興局をご利用ください。

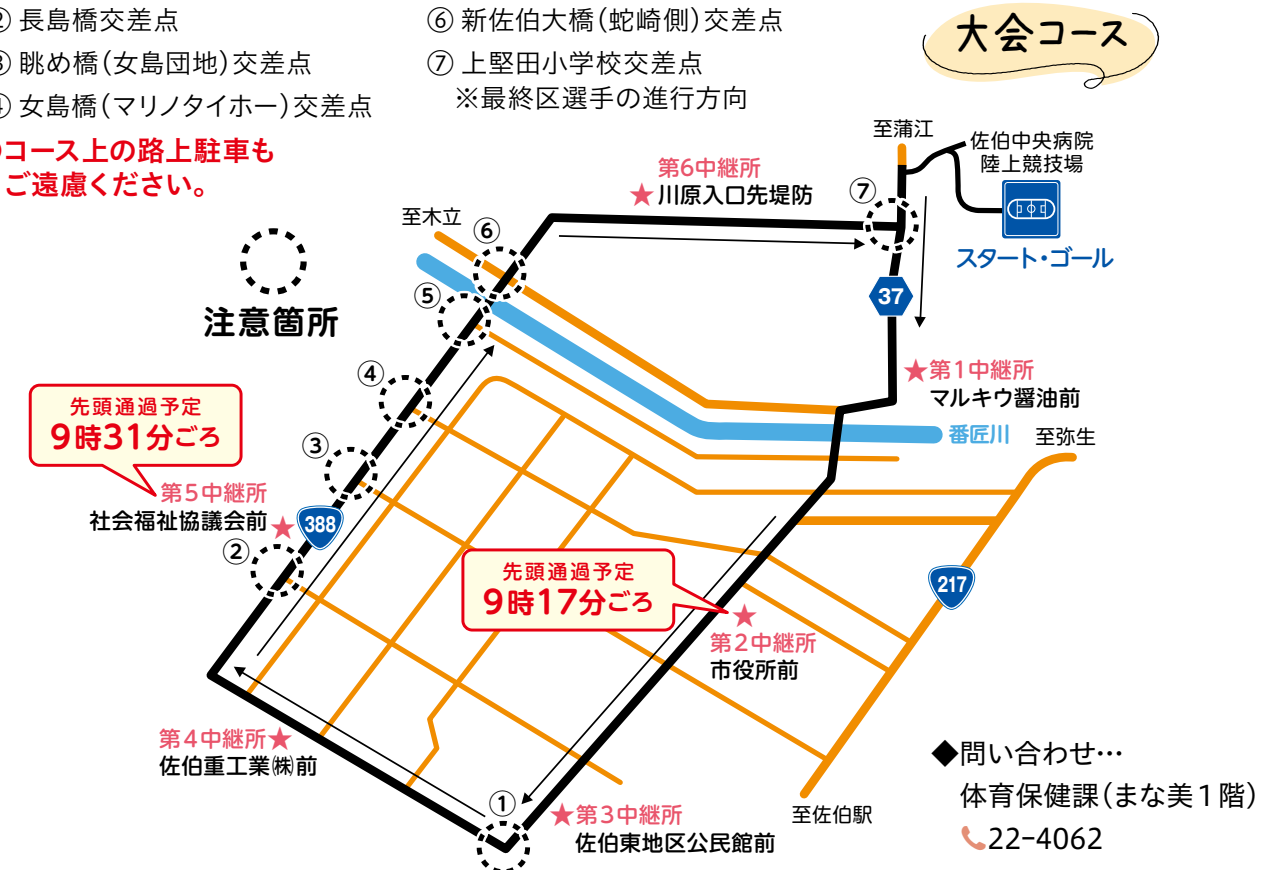


#### ⚠️ 特にご注意ください!

●大会中の混雑を避けるため下図の注意箇所では、コース進行方向への進入を避けて迂回してください。

- ① 駅前(コロッケ倶楽部)交差点
  - ② 長島橋交差点
  - ③ 眺め橋(女島団地)交差点
  - ④ 女島橋(マリノタイホー)交差点
  - ⑤ 新佐伯大橋(新女島側)交差点
  - ⑥ 新佐伯大橋(蛇崎側)交差点
  - ⑦ 上堅田小学校交差点
- ※最終区選手の進行方向

●コース上の路上駐車もご遠慮ください。





## 情報

### さいきクリスマスフェスタ2024開催

**[と き]** 12月21日(土)16時~21時

**[と ころ]** 池船スポーツ公園

**[内 容]**

音楽アーティストによるパフォーマンスやダンスなどのステージイベント、キッチンカーなどによる飲食ブース、ドローンと花火による光のファンタジーショーなど

**[シャトルバス]**

大手町駐車場(旧文化会館下)から池船スポーツ公園(会場付近)の間をシャトルバスが運行します。

**[運行時間]**

15時30分~21時30分

**[駐車場]**

大手町駐車場(旧文化会館下)と長瀬橋下  
※近隣付近の迷惑駐車はおやめください。

◆主催…佐伯青年会議所、佐伯商工会議所 青年部

◆問い合わせ…観光・国際交流課 観光係  
(本庁舎2階38番窓口) / ☎22-3942



## 募集

### “にっぽん丸”が寄港 見学してみませんか

令和7年1月8日(水)にクルーズ客船「にっぽん丸」が佐伯港女島岸壁に寄港します。  
歓迎イベントや船内見学会(人数限定)を行いますので皆さんもお越しになりませんか?  
※岸壁で特産品の販売は行いますが、飲食物の販売は行いません。

**[入港時間]** 7時30分 **[出港時間]** 17時

**女島岸壁までのシャトルバス運行について**

佐伯港女島岸壁は個人車両で入れません。  
個人車両は佐伯市役所に駐車後、シャトルバスで送迎します。シャトルバス出発時間や歓迎イベントスケジュールは下記二次元コードをご参照の上、往路のみ事前予約を行います。予約なしの場合、当日座席に空きがあれば先着順でご案内します。

シャトルバス乗車申請はこちらから▶



**にっぽん丸船内見学**

**[時 間]** ①9時30分~②10時40分~

**[定 員]** 各回10人程度

※希望者多数の場合は抽選となります。  
※雨天や状況によっては中止になる場合があります。

**[申込方法]** 下記二次元コードから申込(重複申込不可)

**[申込期限]** 12月24日(火)

※当選者にはメールで12月27日(金)までに返信します。

**[シャトルバス]**

当選者への送付メールに詳細をお送りします。

船内見学申込はこちらから▶



◆問い合わせ…観光・国際交流課 観光係(本庁舎2階38番窓口) / ☎22-3942

## 情報

### 平和祈念館やわらぎ 特別展 新聞記事にみる佐伯の近代~「活字」が伝える町の様子~

大正時代から昭和時代にかけて佐伯で発行された「佐伯新聞」。「佐伯新聞」は県南部全域の出来事を扱い、当時の町の様子や人々のくらしの様子を伝えています。思わずクスッと笑ってしまうほのぼのとした記事から、昭和に入ると戦争の色が強くなる記事まで様々です。新聞記事を通して、近代の佐伯の様子を探っていきます。

**[と き]**

12月7日(土)~令和7年2月16日(日)

9時~17時(入館は16時30分まで)

※月曜日休館(月曜日が祝日の場合は翌平日)

年末年始休館(12月29日~1月3日)

**[と ころ]** 平和祈念館やわらぎ 研修室

**[観覧料]** 無料(ただし、常設展示は有料)

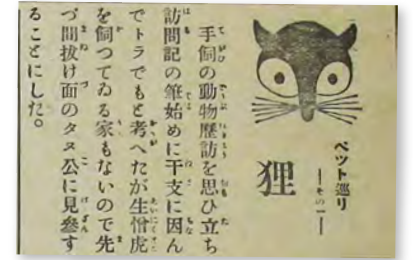
**[展示解説]**

12月8日(日)、22日(日)、令和7年1月12日(日)、26日(日)

13時30分~(30分程度)

※開始時間までに1階ホールにお集まりください。

◆問い合わせ…平和祈念館やわらぎ / ☎22-5700



= 昭和13年1月16日の記事 =  
当時はたぬきがペット!?  
内容の続きは特別展で!

## 情報

### 歴史資料館 展示替えと展示解説のお知らせ

歴史資料館の常設展で展示している約100点の資料のうち、約60点を入れ替えます。  
11月に発刊した『佐伯市誌』で紹介している佐伯城下町の絵図や佐伯藩士の名簿、鉄砲の秘伝書など、新たな資料を公開します。また、展示替えの見どころをお話する展示解説も行います。ぜひご来館ください。

**[と き]** 12月18日(水)~

9時~17時(入館は16時30分まで)

※月曜日休館(月曜日が祝日の場合は翌平日)

年末年始休館(12月29日~1月3日)

**[と ころ]** 歴史資料館 展示室

**[観覧料]** 一般300円/小・中・高校生100円

※15人以上の団体は一般200円、小・中・高校生50円

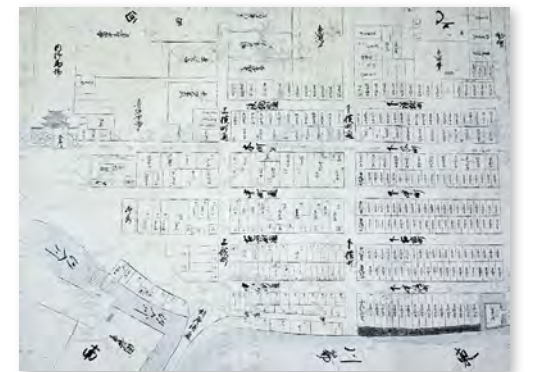
市内に在住・通学する小・中・高校生は無料

**[展示解説]**

令和7年1月19日(日)、2月2日(日)

各回とも13時30分~(1時間程度)

◆問い合わせ…歴史資料館 / ☎22-0700



~休館のお知らせ~

展示替えに伴い、12月16日(月)・17日(火)は休館します。ご了承ください。

## 情報

### 災害フォーラム2024市民企画講座

日本建築学会九州支部災害委員会と共催で能登半島地震など、これまでの災害をふまえた住民や自治体の対応の講演会を開催します。

**[と き]** 12月23日(月)13時30分~16時30分

**[と ころ]** さいき城山桜ホール 大ホール

**[講 師]** 大分大学 工学部理工学科建築学

プログラム 島津 勝氏 ほか2人

◆問い合わせ…防災危機管理課 防災推進係(本庁舎5階81番窓口) / ☎22-4567

**[内 容]**

○第1部 講演・情報提供

能登半島地震の被害調査報告と建物補強について ほか

○第2部 総合討論

災害脆弱性の克服と対応強化 ほか





人のチカラと企業のチカラで未来へとつなげる。  
佐伯市発の働く人々をご紹介します

# 未来をつなぐ、人と企業

Vol.  
20



## 有限会社 佐伯電業社

佐伯市女島7444番地 ☎22-0796 FAX:22-7059

<https://www.s-dengyou.com>

設立年月:昭和41年1月(創業は昭和22年) 従業員数:15人

資本金:2,000万円 売上高:3億5千万円



動画はこちら



### 暮らしを支える縁の下の力持ち

昭和22年の創業以来、地域密着型の企業として主に電気水道工事を行っている『佐伯電業社』。個人宅のコンセント交換から公共施設・公共インフラ・工場などの低圧高圧弱電工事、給排水衛生設備工事、空調工事まで業務内容は多岐にわたります。「電気・水道は暮らしに欠かせない重要なライフラインです。故障や困りごとが発生すればいち早く駆けつけ、新築に関してはより良い製品の提案、施工、アフターフォローを心掛けています」。そう話すのは3代目社長の宮本昌和さんみやもとまさかず。“社員、顧客の幸せを第一に考えるオンリーワン企業”をモットーに、地域の人たちの快適・安全な暮らしのために日々奔走しています。

### 企業の未来は“人”がつくる

宮本さんは休日の増加、ノー残業デーの設定、福利厚生(健康診断、社員旅行など)の充実といった働き方改革も意欲的に進めています。「私たちの業界は人が資本。従業員の幸せや健康のために努力するのは当然のことだと思っています。女性の活躍も応援しており、女性専用のトイレや休憩室の整備、産休・育休取得の促進なども行っています」。健康経営事業所、健康経営優良法人(4年連続)に認定されるなど、その取組は高い評価を得ています。

市外への業務拡大を見据え、新戦力を随時募集している同社。快適な環境でやりがいのある仕事をしてみませんか？

### 会社のここが好き

お客さまの「任せて良かった」「ありがとう」の言葉が力になります。資格取得のバックアップもあるので成長したい人にもおすすめの職場です(中原)。幅広い年代の社員がいますが、みんな仲が良い！明るい雰囲気の中、楽しく仕事できます(衛藤)。

営業部  
なかほらわたる  
中原 渉さん  
(写真左)

総務部  
えとうまい  
衛藤 舞さん  
(写真右)







つくっているもの

## ほし 乾シイタケ

大分県が日本一の生産量を誇る乾シイタケは、栄養価が高く、うま味成分「グアニル酸」と香り成分「レンチオニン」を豊富に含んでいるのが特徴。戻し汁は万能ダシとして様々な料理に活用できます。



▲市川さんは露地栽培で5~6品種のシイタケを育てています。



▲堅一郎さん(右)は「良いものを作るのは当たり前。長く続けるためにしっかりと利益が出る仕組みを作りたい」と意気込んでいます。



いちかわ けさお  
市川 今朝男さん / 宇目地区

### 親子2代でシイタケ栽培

「定年後に家業のシイタケ農家を継ぎました。玉切り<sup>たまぎ</sup>※1、駒打ち<sup>こまうち</sup>※2、伏込み<sup>ふせ</sup>※3、天候とにらめっこしながらの収穫、乾燥作業…と手間はかかりますが、良い乾シイタケができたときはうれしいですね」。そうにこやかに話すのは原木シイタケ発祥の地といわれる宇目で乾シイタケ作りに励む市川さん。昨冬より息子の堅一郎<sup>けんいちろう</sup>さんが本格的に手伝うようになり、新たな視点でより良い栽培方法、利益の出し方などを模索しています。

### 乾シイタケの普及に尽力

食の欧米化などで消費量が減少傾向にある乾シイタケ。市川さんは普及活動にも力を入れています。「佐伯市椎茸生産組合連絡協議会では学校給食用乾シイタケの寄贈、学校の栄養士を対象にした料理教室(食べやすいレシピの考案)、小学生の駒打ち体験など様々な活動を行っています。幼いうちから地元産乾シイタケのおいしさを知ってもらい、普及につなげたいと考えています」。

最後に『乾シイタケをフードプロセッサーで粉末にすると万能調味料シイタケパウダーになる』、『水で戻した後、冷凍すると長持ち』、『凍ったまま焼くと豊かな香りが楽しめる』など手軽な活用法を教えてくださいました市川さん。皆さんもぜひお試しください。



動画はこちら



※1 原木の切り出し ※2 原木にシイタケ菌を植える作業  
※3 菌を原木全体に行き届かせるために1年半ほど休ませる



# さいき城山桜ホールインフォメーション

共催公演チケット好評発売中!

日本を代表する管楽器奏者たちを迎えて!

## The Sixth Sense × RENTARO室内オーケストラ九州 ~管楽器の饗宴~



The Sixth Sense

管楽器の日本トッププレイヤーたちを迎えて、RENTARO室内オーケストラ九州の木管セクションとのコラボレーション。

吹奏楽ファンのみならず、初めて管楽器に触れる人にも分かりやすいコンサートを目指し、一流の音色をお楽しみいただきます。

**と き** 令和7年1月29日(水) 19時~[開場18時30分]

**と ころ** 大ホール

**出 演** 【The Sixth Sense】

上野 星矢[フルート]、金子 亜未[オーボエ]

西川 智也[クラリネット]、長 哲也[ファゴット]

濱地 宗[ホルン]、岡田 奏[ピアノ]

【RENTARO室内オーケストラ九州 木管セクション】

重見 佳奈[フルート]、岩崎 香奈[オーボエ]

前田 優紀[クラリネット]、岡田 志保[ファゴット]

**チケット**【全席自由】

一般:3,000円/U-25:1,000円 ※当日券は500円増

**チケット取扱**

さいき城山桜ホール窓口、トキハ会館プレイガイド、イープラス



RENTARO室内オーケストラ九州 木管セクション

「The Sixth Sense」は、100年に1人の逸材と称される世界的フルート奏者の上野 星矢をはじめ、若くしてオーケストラの首席奏者やソリストとして活躍しキャリアを重ねる金子 亜未(オーボエ)、西川 智也(クラリネット)、長 哲也(ファゴット)、濱地 宗(ホルン)、岡田 奏(ピアノ)ら日本トップアーティストたちによって結成された気鋭の六重奏団。2021年にサントリーホール 大ホールで行われた結成特別公演では鮮烈なパフォーマンスを披露し、センセーショナルなデビューを果たしました。超一流の演奏テクニックと華やかなオーラを放ち、特に若い聴衆や未来の音楽家たちを惹きつけています。

## ツキイチ映画

1月上映作品

上映時間 107分

新春特別企画!! 入場無料 **整理券必要**



©2024「カラオケ行こ!」製作委員会

『カラオケ行こ!』

**と き**

令和7年1月13日(月・祝)

①10時~[開場9時30分]

②14時~[開場13時30分]

**と ころ** 大ホール(全席自由)

※入場口は1階

**定 員** 各回100人

※入場整理券の配布は12月9日(月)からホール受付窓口にて行います。(お1人様各回2枚まで)

※不要となった整理券は返却をお願いします。

申込期限 12月16日(月)

## 第10回 みんなで奏でるロビーコンサートシリーズ

隔月で開催するロビーコンサート演奏者を募集します。

**と き** 令和7年1月18日(土)

13時30分~

(30分程度)

**と ころ** 1Fアートプラザ

**対 象** ヤマハCFでのピアノ演奏

(ピアノに合わせた歌やほかの生楽器演奏も可)

**申 込** ①申込フォーム…こちらから →

②申込用紙を窓口持参または

メール



**問い合わせ** さいき城山桜ホール ☎24-2228 休館日: 第2・第4火曜日(祝日の場合は、その翌日の平日)  
※詳しくは、さいき城山桜ホールのホームページをご覧ください。





### 10/5(土) 地域支え合いで買い物支援 「よのうづささえあい交通」実証実験を実施



10月5日から米水津地域で、地域の人々の支え合いによる買い物支援サービスの実証実験を行いました。このサービスは、運転手を地域の方が務め、運転手不足の解消や、日曜日にコミュニティバスが運行していないことで困っている人々を支援するものです。実証実験の結果を基に、将来の地域公共交通網の在り方を検討していきます。

### 10/10(木) 地域防災課題の解決に挑戦 防災ハッカソンを開催



日本文理大附属高校で、「地域の防災力向上」をテーマにハッカソン※を開催しました。本事業では、防災に関する様々な調査を行い、地域の皆さんに役立つアプリの開発を目指します。

AIを含む最新のインターネットサービスを活用し、チームビルディングや成果発表の経験も積むことを目的としています。

※プログラミングなどを、短時間で集中的に協力して作業を行うイベントの総称

### 10/21(月) 若者投票率向上の試み 初の高校期日前投票所設置



10月に行われた衆議院選挙において、若者の投票率向上を目的に、県内初となる高校で期日前投票を実施しました。今回は、日本文理大附属高校で行いました。学生をはじめとする若い世代の積極的な参加を期待しています。

### 10/24(木) 株式会社Qucoが 佐伯市に新拠点を設立



株式会社Quco(クコ)は10月24日、大分県庁において佐伯市への企業立地を表明しました。

同社はシステムエンジニアリングサービスやWEBシステム開発を手掛けており、旧佐伯豊南高校跡地を活用した佐伯サテライトオフィスに初めて入居します。

操業開始後は、地域と連携した事業展開を目指します。

### 10/25(金) 大分県防犯功労者及び 標語コンクール表彰伝達式



令和6年度「大分県防犯功労者」1人・1団体と「全国地域安全運動」の標語の部コンクール大分県審査において、見事入賞を果たした佐伯鶴城高校の生徒3人の表彰伝達式が市役所にて行われました。

地域の安全・安心を守るため、活動していただき感謝申し上げます。

### 10/31(木) 身体障害者グラウンド・ゴルフ 九州大会で大健闘



佐伯市身体障害者福祉協議会チームが、第17回九州身体障害者グラウンド・ゴルフ大会で素晴らしい成績を収めました。団体戦では見事2位を獲得し、個人成績では加納眞市さんが1位となりました。

これを受けて、10月31日に市役所を訪問し、その喜びを報告しました。



# くらしの 情報

## 各種お知らせ

### 市税(保険料)の納付について

12月は下記市税(保険料)の納付月です。期限内(12月25日)の納付をお願いします。

- 固定資産税 第3期
  - 国民健康保険税 第7期
  - 介護保険料 第7期
  - 後期高齢者医療保険料 第6期
- ※市税(保険料)の納付は便利な口座振替、スマートフォンのアプリ(ペイペイ・ラインペイ・ペイビー・ゆうちょペイ)をご利用ください。

納税が困難な場合は、徴収猶予の制度がありますので、詳細は市ホームページまたは下記に問い合わせください。

☎税務課 収納係  
(本庁舎1階16番窓口)  
☎22-3182



### 不用品引き取り買取り販売

大体なんでも引き受けます



家の片付けもお安く対応できます!  
☎090-5744-3603

合同会社マチラボ 〒879-3102 大分県佐伯市直川大字上直見711-1アトレ跡地  
直川でリーズナブルな価格でリサイクルショップもしております。ぜひ遊びに来てください。

### 災害などで被害を受けられた人へ(雑損控除に関するご案内)

災害により被災された皆さんに、心からお見舞い申し上げます。災害などにより住宅や家財などの資産に損害を受けられた場合は、雑損控除の申告をすることで所得税または市県民税の減税が受けられる場合があります。雑損控除を受けるためには雑損控除計算書の作成が必要となりますので、詳しくは問い合わせください。

☎税務課 市民税係  
(本庁舎1階12番窓口)  
☎22-3115  
佐伯税務署  
☎22-0910

### 消費税の簡易課税制度を選択される人へ

これまで消費税の免税事業者であった個人事業者が、インボイス発行事業者として登録を受けた場合は、令和6年分の消費税の申告が必要となります。

なお、インボイス発行事業者に登録したことにより課税事業者となった場合で、令和6年分の消費税申告において簡易課税制度を選択される人は、「消費税簡易課税制度選択届出書」を12月31日までに、納税地の所轄税務署長に提出することが必要となります。

ただし、簡易課税制度の適用を受けている事業者は、事業を廃止した場合を除き、2年間継続して適用した後でなければ、この適用をやめることはできません。

なお、簡易課税制度を選択して

いても、消費税の申告について簡易に計算できる経過措置(2割特例)を受けることができます。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。最寄りの税務署に問い合わせ



☎佐伯税務署  
☎22-0910

### 令和6年度 オーガニックシティさいき 「二十歳のつどい」

今年度、二十歳を迎えられる方々を対象に、下記のとおり「二十歳のつどい」を開催します。二十歳を迎えられる皆さん、どうぞご参加ください。

なお、対象となる人には12月上旬に案内状を送付する予定です。※市外に転出された人には案内状をお送りしませんが、出席できません。

と き 令和7年1月12日(日)  
14時~(受付13時~)

ところ さいき城山桜ホール  
対 象 平成16年4月2日~  
平成17年4月1日生まれの人

☎社会教育課 生涯学習推進係  
(まな美1階)  
☎22-3245



### 不用品、及び廃品回収 高齢者支援事業

- 部屋の片付け
  - 草刈作業
  - 庭木の剪定
- その他、ご相談ください。

まずは、**無料見積**させていただきますのでお電話ください。

合同会社リバーブ ☎080-3995-8910

営業時間 9時~17時  
基本的に無休です。但し、土曜、日曜は廃品回収は出来ません。



### 人権に関する 市民アンケート調査に ご協力ください

このアンケートは、皆さんの人権に対する意識や考え方などを把握するとともに、広くご意見をお聴きし、今後の本市における人権教育推進を図るために実施するものです。

調査票が届いた人は、ご協力をお願いします。

調査方法  
調査票を郵送します。同封の封筒で返送、またはウェブサイトからご回答ください。

対 象  
市内在住で16歳以上の人  
1,500人(無作為抽出)

回答期限  
12月20日(金) ※当日消印有効

☎福祉保健企画課  
人権推進・男女共同参画係  
(本庁舎2階45番窓口)  
☎22-3085

### 犯罪被害にあわれた人に見舞金を支給します

犯罪行為により重病を負った本人や、亡くなられた被害者遺族

に対し、被害直後に直面する経済的な負担などを軽減するための見舞金を支給します。

●重傷病見舞金  
10万円(1か月以上の治療(精神的な病を含む)を要する被害者本人)

●遺族見舞金  
30万円(亡くなられた被害者の遺族)

☎福祉保健企画課  
人権推進・男女共同参画係  
(本庁舎2階45番窓口)  
☎22-3085



### 家畜・家きん(ニワトリなど)を飼育している人へ

対象の家畜・家きんを飼育している人は、その種類と頭羽数の報告が義務付けられています。(1頭、1羽でも対象となります)

詳しくは市ホームページを確認するか、問い合わせください。

昨年報告を行った人で、引き続き飼育しており、飼育頭羽数に変更がない場合は、報告の必要はありません。

対 象  
ニワトリ、ウズラ、アヒル、キジ、ダチョウ、イノシシ、シカ、ヒ

ツジ、ヤギ、牛、豚、馬、水牛、ホロホロ鳥、七面鳥  
☎農政課 水田・畜産振興係  
(本庁舎3階59番窓口)  
☎22-4659



### 2025年農林業センサスの実施について

令和7年2月1日現在で、全国一斉に「農林業の国勢調査」といわれる「2025年農林業センサス」が実施されます。

農林業センサスは、農林業の実態を明らかにし、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。

令和7年1月中旬から農林業を営んでいる皆さんのところに調査員が訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いします。

☎総務課 総務係  
(本庁舎5階82番窓口)  
☎22-3663



### 佐伯市職員採用試験

~一緒に働きませんか?~

募集職種  
保健師(大学卒業程度、高校卒業程度(社会人枠))

第一次試験

と き 12月22日(日)

と ころ 本庁舎

内 容 SPI3、専門試験  
※詳細は試験案内をご確認ください。

申込期限 12月15日(日)  
※試験案内、申込書は本庁舎1階総合案内、5階総務課または各振興局で配布するほか、市ホームページからダウンロードや郵送による請求も可能です。



問い合わせ

総務課 職員係(本庁舎5階82番窓口) ☎22-4154

### 令和7年度採用の教育委員会 会計年度任用職員(非常勤職員)募集

募集職種  
学校主事、社会教育振興推進業務員など

採用試験(予定)

令和7年1月中旬~下旬の平日夕方に実施

※詳細は申込者宛に直接お知らせします。

申込期限 12月16日(月) 17時

※郵送、持込ともに必着

詳しくは、募集要項をご覧ください。募集要項と申込書は、まな美2階で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。



問い合わせ

教育総務課 総務企画係(まな美2階) ☎22-4070





**ごみの投棄は犯罪です**

不法投棄は悪質な犯罪行為です。  
 ※罰則は5年以下の懲役、1,000万円（法人は3億円）以下の罰金、またはその両方が課せられます。  
 〇清掃課 庶務係  
 （エコセンター番匠）  
 ☎22-3984  
 佐伯警察署  
 ☎22-2131

**HIV/エイズ夜間検査**

世界エイズデー（12月1日）にあわせて、HIV/エイズの血液検査を夜間に実施します。梅毒、B型肝炎・C型肝炎、クラミジアの検査も可能です。  
 と き 12月10日(火)  
 17時～19時  
 ※受付は18時30分まで  
 〇南部保健所  
**料 金** 無料  
 ※完全予約制、匿名可、プライバシーは厳守します。  
**ご案内** 南部保健所では、毎月2回（第1・3火曜の9時～11時30分）完全予約制・無料で検査を実施しています。  
 〇南部保健所 地域保健課  
 ☎22-0562

**蒲江里がえり美術展**

佐伯市所蔵美術作品の中から、蒲江地域にゆかりのある芸術家の作品約60点を展示します。  
 と き 12月4日(水)～12日(木)  
 9時～17時（8日(日)休館）

**ところ** 蒲江地区公民館  
**作者** ・梶谷 宗彦氏（書）  
 ・宮本 理三郎氏（彫刻）  
 ・増野 大泉氏（書）  
 ・脇谷 護氏（絵画）  
 ・山本 六郎氏（絵画）  
**〇文化芸術交流課**  
 文化芸術振興係  
 （さいき城山桜ホール内）  
 ☎22-4529



**佐伯市創業セミナー開催**

新規創業を目指す人などを対象に、創業に向けた知識を身に付けていただくため、専門家による短期集中講座を行います。  
 と き 令和7年1月9日(木)、16日(木)、23日(木)、2月6日(木)  
 18時30分～20時30分（全4日間）  
**ところ** 本庁舎6階 大会議室  
**対象** 新規創業を目指す人、創業後1年未満の人  
**内容**  
 ①財務会計の基礎知識  
 ②ビジネスプランと資金計画づくり  
 ③マーケティングの基本

④雇用について など  
**定員** 30人  
**申込方法** 二次元コードから申込フォームに入力  
**〇商工振興課 商工係**  
 （本庁舎2階36番窓口）  
 ☎22-3943

**第1回かまえ“まるっと”フォトコンテスト**

蒲江の魅力をよりアピールするため、写真を募集し今後のPRに活用します。  
**テーマ** 蒲江のイベント・祭り・観光名所・風景  
 ※蒲江地域で撮影されたものに限る。撮影時期不問。  
**応募方法**  
 ①二次元コードから申込フォームに投稿  
 ②蒲江地域創生支援協議会 Instagram をフォローしてDM  
 ③電子記録媒体（CDなど）で提出  
**募集期間** 12月2日(月)～令和7年1月31日(金)  
 ※当日消印有効  
**賞品** 蒲江特産品  
 ・最優秀賞…1点 10,000円相当  
 ・優秀賞…3点 5,000円相当  
 ・佳作…5点 3,000円相当  
**その他** 受賞者には個別で連絡。入賞作品は蒲江写真展「〇」（かまえインターパーク地域総合案内所）で展示予定  
**〇蒲江地域創生支援協議会**

（蒲江振興局内）  
 ☎42-1111

**間越来だんせへ市**

その日のうちに水揚げされた旬な魚が勢ぞろい！活魚のセリ、軽食販売、加工品販売など。  
**と き** 12月15日(日) 8時30分～魚が無くなるまで  
**ところ** 佐伯市米水津海辺の村交流館  
**〇間越来だんせへ市実行委員会・戸高**  
 ☎090-8220-1892

**募 集**

**依存症家族の交流会「家族のつどい」**

アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症を抱える人のご家族へ、情報提供や気持ちの分かち合いを行う「家族のつどい」を開催します。悩みや苦しさを一人で抱えず、参加してみませんか？  
**と き** 毎月第2火曜日 14時～15時  
 ※月により異なる場合がありますので、問い合わせください。  
**ところ** 大分県こころとからだの相談支援センター  
**対象** アルコール・薬物・ギャンブルなど依存症を抱える人のご家族  
**内容** 依存症についてのミニ講座、参加者同士の気持ちの分かち合いなど  
**定員** 各回先着7人まで  
**参加費** 無料（事前申込が必要）

**申込期限** 参加月の第1金曜日 17時  
**〇大分県こころとからだの相談支援センター**  
 ☎097-541-6290

**大分海上保安部 巡視船見学参加者募集**

巡視船見学やロープワーク体験、全国的に珍しい潜水士さんにも会えるかも！  
**と き** 令和7年1月25日(土) 8時～13時  
**ところ** 大分海上保安部（大分市大字海原）  
 ※佐伯市内からバスで送迎  
**対象** 小・中学生（保護者同伴可）  
**定員** 30人※先着順  
**参加費** 無料  
**申込方法** 二次元コードから申込  
**申込期限** 令和7年1月10日(金)  
 詳しくは市ホームページをご覧ください。  
**〇佐伯海事地域人材確保連携協議会（商工振興課内 本庁舎2階36番窓口）**  
 ☎22-3943

**佐伯高等技術専門学校訓練生募集（一般入校前期・中期・後期試験）**

**募集科名** 機械加工科、オフィスビジネス科、建築科  
**応募資格**  
 ・機械加工科 45歳以下の入学生  
 ・オフィスビジネス科 39歳以下の入学生  
 ・建築科 年齢制限無し

（令和7年4月1日現在）  
**定員** 各科20人程度  
**訓練期間** 1年間  
**受講料** 無料（入校時に教科書代など実費必要）  
**募集期間**  
 前期 令和7年1月16日(木)まで  
 中期 令和7年1月22日(水)～2月13日(木)  
 後期 令和7年2月19日(水)～3月17日(月)  
**選考日**  
 前期 令和7年1月19日(日)  
 中期 令和7年2月16日(日)  
 後期 令和7年3月19日(水)  
**入校日** 令和7年4月8日(火)  
**〇大分県立佐伯高等技術専門学校**  
 ☎22-0767

**相 談**

**～ちょっと相談してみよう～ 認知症個別相談会のお知らせ**

「認知症かもしれない」または「認知症・軽度認知障害」と診断されて、不安に思っている本人や家族のための相談窓口です。認知症地域支援推進員が相談に応じます。お気軽にお越しください。  
**と き** 12月17日(火)  
 ①13時15分～ ②14時15分～ ③15時15分～  
**ところ** 本庁舎2階 203会議室  
**対象** 認知症について不安がある人（要予約・無料）  
**申込方法** 12月16日(月)17時までに電話で申込みください。  
**〇高齢者福祉課 地域包括支援センター（和楽3階）**  
 ☎23-1622

九州ろうきん 佐伯支店  
 TEL:0972-22-2561

**プレミアム 定期預金 年0.40%** 税引後 年0.31874%

取替期間 2024年12月30日まで  
 お預入期間 3年  
 対象商品  
 ●スーパー定期3年(複利型)  
 ●自由金利型定期預金3年(大口預金)

●表示金利は、2024年9月9日現在の内容であり、今後の金融情勢やその他事情により、変更する場合がございます。●2023年1月1日以降の満期時および中途解約時にお支払いする利息については、復興特別所得税が追加課税され、20.315%（国税15.315%、地方税5%）の税金がかかります。●個人のお客さまに限り、お預入金額に上限はございません。●他金融機関からの預入等、新たな資金でのお預入に限り、既当座定期預金からの預金は対象外です。●店頭でのお預入に限り、ATMおよびインターネットバンキングでのお預入は対象外です。●本預入れのご資金に対して、当金庫で実施する他の定期預金金利を上乗せしての適用はできません。●上記金利の適用は、当初お預入期間(3年)のみとなります。中途解約された場合は、初回上記金利は適用されず、解約日まで所定の中途解約利率が適用されます。●元金継続方式または元金継続方式にて自動継続となります。自動継続後の適用金利はスーパー定期3年(複利型)または自由金利型定期預金3年(大口定期)の店頭表示金利となります。●本定期預金は預金保険制度の対象であり、向保険の範囲内で保護されます。●くわしくは、店頭の商品概要説明書でご確認ください。

**介護職員初任者研修**  
 条件により受講料の2/3の助成金を受け取ることが出来ます

当法人職員の講師と共に介護の基礎を学びながら、資格取得を目指しましょう！

開講期間	令和7年1月中旬開始～3月中旬終了
実施時間	平日(18～20時)2日/週 土曜(10～15時)1日/週 計3日/週
会場	佐伯中央病院 他
受講料	テキスト・実習代込み 税込 45,000円

◆お問い合わせ・お申し込み先◆  
**社会医療法人 小寺会 佐伯中央病院**  
 〒876-0851 佐伯市常盤東町 6-30  
 TEL 22-8846 担当：西方（受付時間：平日 8:30～16:00）

**市報さいき 広告募集中**

会社・商品の紹介や案内などを「市報さいき」に掲載しませんか？

発行日 毎月1日(年間12回) ※1月号は12月下旬発行  
 A4冊子タイプ・フルカラー  
 発行部数 毎月31,400部 ※配布先は市内の全世帯、各公共施設など  
 掲載場所 毎月号「暮らしの情報」コーナー下段  
 掲載料 1枠 15,000円/月(税込)  
 規 格 1枠 縦50mm×横85mm  
 ※同じページの2枠を使用し1枠の広告とすることができます(30,000円/月[税込])。 ※版下原稿の画像形式はGIFまたはJPEG  
 募集締切 掲載希望月の1か月前

お問い合わせ 佐伯市役所秘書広報課広報係(本庁舎5階90番窓口)  
 ☎0972-22-3281 [メール]kouhou@city.saiki.lg.jp





講座

認知症家族介護教室

認知症のことを正しく理解し、適切に対応するための介護教室を開催します。お気軽にご参加ください。

とき 12月24日(火)

10時～12時

ところ 本庁舎2階203会議室

対象 認知症の家族を介護されている人、介護されていた人、認知症介護について学びたい人

参加費 無料

申込方法 12月20日(金)までに二次元コードまたは電話で申込みください。



☎高齢者福祉課 地域包括支援センター (和楽3階)

☎23-1622

ホームページ制作  
スキルアップ講座

実践的なホームページの作り方や運営方法を学びませんか？

とき 令和7年1月9日(木)～

2月27日(木)の毎週木曜日

13時30分～15時30分

(全8回)

ところ さいき城山桜ホール

1階創作工房

定員 15人

※申込多数の場合は抽選

※昨年度受講者の申込不可

準備物 無線通信が可能なパソコン※タブレット端末不可

参加費 4,000円(テキスト代込み)

申込方法 申込フォームから申込

申込期限 12月20日(金)

その他 託児あり

詳しくは市ホームページをご覧ください。



☎商工振興課 商工係

(本庁舎2階36番窓口)

☎22-3943

受講生募集  
(ハロートレーニング)

●2月受講生

募集コース 3 DCAD活用科、建築CAD・リフォーム技術科、ビル管理技術科

募集期間 12月26日(木)まで

訓練期間 令和7年2月4日(火)～7月30日(水)

●3月受講生

募集コース 電気システム科、ものづくり溶接科

募集期間

12月23日(月)～

令和7年1月29日(水)

訓練期間 令和7年3月4日(火)～8月28日(木)

受講料 無料

説明会 12月10日(火)・24日(火)

見学会 12月17日(火)

詳しくは、問い合わせください。

☎ポリテクセンター大分

(受講者係)

☎097-529-8615

伝言板

第60回記念大分県美術展  
書道展 佐伯巡回展

とき 12月6日(金)～8日(日)

9時～17時

※6日は13時～、8日は16時まで

ところ さいき城山桜ホール

1階小ホール・アートプラザ

入場料 無料

☎大分県美術協会 書道部会

佐伯支部事務局・坪矢

☎090-4775-6763

文化庁伝統文化  
親子弓道体験教室開催

日本の伝統文化を親子で楽しみませんか。

とき 12月22日(日)14時～

ところ 総合運動公園 弓道場

講師 竹尾圭祐氏、土谷春作氏

鶴羽祐平氏、鶴羽唯氏

参加費 無料

申込期限 12月15日(日)

☎NPO法人さいき劇場・野々下

☎090-5944-0816

西浜清掃のお知らせ

とき 12月15日(日)8時～9時

ところ 西浜海岸

☎つな☆ぱんプロジェクト・水沼

☎080-1731-7960

佐伯市への寄附

(敬称略)

≪市への寄附≫

▷田中

≪香典返し≫※( )内は物故者

▷高橋 里恵(武夫)…吹原区

▷伊達 廣子(安雄)…中野河内区

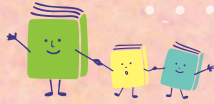
秋の褒章・叙勲

≪令和6年 秋の褒章≫ 黄綬褒章 渡邊 美代子さん 藍綬褒章 森崎 満さん

≪令和6年 秋の叙勲≫ 旭日双光章 岩本 光生さん 瑞宝双光章 大良 正美さん

≪第43回 危険業務従事者叙勲≫ 瑞宝双光章 今山 博文さん(消防功勞)





「移動図書館車こぐま号」をご存じですか？

図書館の本を積んだ「移動図書館車こぐま号」が、市内を巡回しています。本の貸出・返却はもちろん、貸出券の発行や、予約本の申込・受取りもできます。巡回場所や日時は、図書館ホームページで確認できます。ぜひ、ご利用ください。



クリスマスおはなし会を行います☆

絵本の読み聞かせなどが楽しめる、クリスマスおはなし会を行います。参加者には、プレゼントもあります！ぜひお集まりください♪

と き／12月21日(土)11時～  
 ところ／児童コーナー  
 対 象／幼児～小学生  
 内 容／さいき読み聞かせ連絡協議会メンバーによる、絵本の読み聞かせ

各上映会（12月）

■子ども上映会

劇場アニメ らくだい魔女  
 フウカと闇の魔女(59分)  
 12月14日(土)…11時

■上映会 ※同一作品を月2回上映します

ラーゲリより愛を込めて(134分)  
 12月8日(日)・18日(水)…13時30分

— おすすめの新刊 —



魔法使いたちの料理帳Ⅲ  
 著／オーレリア・ポーボミエ  
 訳／田中 裕子  
 出版社／原書房

「ハリー・ポッター」、「ホビット」や「ナルニア国物語」、「魔女の宅急便」など、みんなが大好きなファンタジーの世界に出てくるごちそうが、美しいレシピに。大人気シリーズ第3弾です！1・2もおすすめです♪

問い合わせ／三浦造船佐伯図書館  
 ☎24-1010  
 開館時間：9時30分～18時  
 ※毎週火曜日休館

図書館ホームページは  
 こちら▶



市役所窓口紹介

本庁舎2階47番窓口

障がい福祉課  
 障がい福祉係

☎22-4514・22-4524

今回は

障がい福祉係の取扱内容

- 障害者手帳の申請
- 障がい者施設の支援
- 障がい者の就労面での支援
- 障がい者福祉支援の相談

障がいのある人が安心して生活できるように障害者手帳の申請支援や障がい福祉に関するサービスなどのご相談をお受けしています。



12月3日～9日は「障がい者週間」です

「障がい者週間」は、広く障がい者福祉についての関心と理解を深め、障がい者があらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的とした週間です。誰もが尊重し合い支え合う「共生社会」の実現に向けて、一人ひとりができることを考えてみませんか。

●ご存じですか ヘルプマーク

ヘルプマークは、内部障がいや難病、知的障がい、精神障がい、認知症、持病、義足や人工関節を使用しているなど、外見からは分からなくても、援助を必要としている人が携帯し、周囲の人からの配慮を受けやすくなることを目的としたものです。



このマークの利用者を見かけたら、電車やバスの中で席を譲ったり、困っているようであれば声掛けをするなど、思いやりのある行動をお願いします。

●ヘルプマークが必要な人は

カード型とかばんなどに付けられるストラップ型があります。ともに本庁舎2階障がい福祉課または各振興局窓口で配布しています。※ご家族などの代理人でも受取可能です。



今日から

健康づくり!

HEALTH

vol.44

運動でも〜っと!さ〜いきいき!

対象

成人全般



## 男性の肥満の人は増えている??

厚生労働省が実施した「国民健康・栄養調査」の結果によると、20歳以上の男性の肥満者(BMI $\geq$ 25kg/m<sup>2</sup>)の割合は31.7%であり、直近10年間で有意に増加しています(図1)。

### ●佐伯市の男性も肥満が多い?!

下のグラフは、特定健診の肥満者(BMI $\geq$ 25kg/m<sup>2</sup>)を表したものです。国と同様、佐伯市男性の肥満者は増加傾向にあり、大分県よりも多いです(図2)。

肥満は、高血圧や糖尿病などの生活習慣病をはじめ、たくさん病気の危険因子となるため、肥満の予防・対策は重要です。

図1

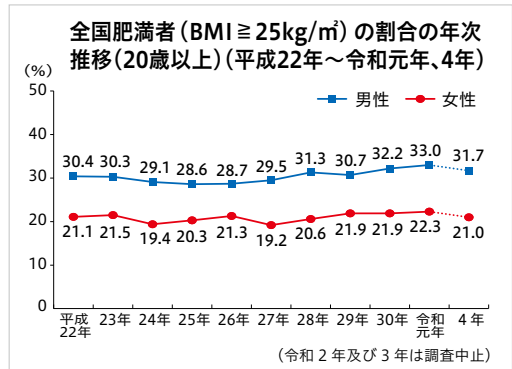
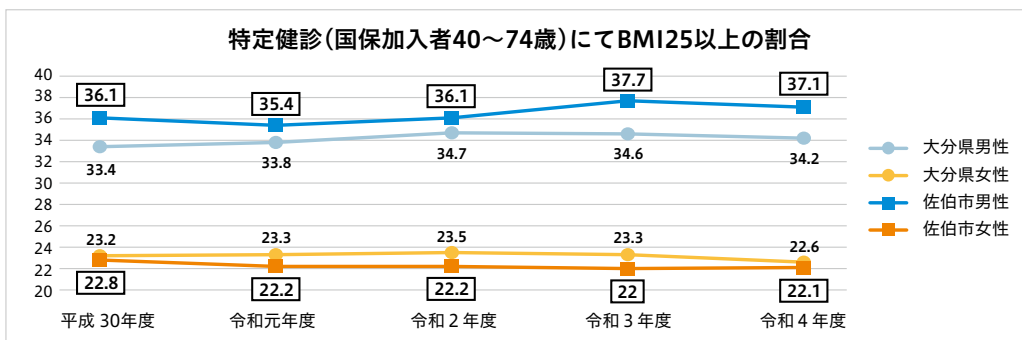


図2



## 肥満を予防するには?

摂取エネルギーが消費エネルギーを上回るために起こる肥満を単純性肥満といい、肥満全体の95%がこのタイプにあたります。食生活や運動習慣など、肥満になりやすい生活習慣を見直すことで、単純性肥満は予防できると考えられます。

## +10(プラステン)から始めよう!

日頃から運動をしていますか?運動が苦手・長続きしない、という人には+10(プラステン)がおすすめです。今より10分多く体を動かそうという意味で、いつもより歩幅を広く歩く、テレビを見ながらストレッチをする、近場には車を使わず徒歩・・・など日常生活の中でできることを取り入れると良いでしょう。10分でできる「さ〜いきいき体操」もおすすめです。座ったままででき、道具の準備もありません。オフィスでも自宅でも、10分だけ一緒に体を動かしてみましよう。

ケーブルテレビ11chで放送中!



二次元コードを読み取ると、YouTubeで視聴できます!

お腹スッキリ編

10時20分~  
22時20分~



肩こり・腰痛スッキリ編

12時20分~



問い合わせ/健康増進課 保健係(和楽1階) ☎23-3902





発熱などで受診の際には必ず事前に医療機関へ  
電話で相談をし、案内に従って受診をしてください。

### 休日当番医 当番医情報 ☎24-0112 (土・日・祝日の当日とその前日のみ)

医科	9~17時
12月 8日	やつか眼科医院 船頭町 22-0055
12月15日	やつか整形外科 大手町 25-0117
12月22日	すどぐりニック 長島町 28-7711
12月29日	池田医院 上岡 25-1177
12月30日	長門記念病院 鶴岡町 24-3000
12月31日	佐伯中央病院 常盤東町 22-8846
1月 1日	曾根病院 長島町 23-8877
1月 2日	渡町台外科病院 長島町 22-7500
1月 3日	御手洗病院 蒲江浦 42-0003
1月 5日	からしま医院 弥生上小倉 46-0312

歯科	9~12時
12月 8日	牧歯科医院 中村南町 23-3325
12月15日	はやし歯科医院 池船町 20-5518
12月22日	古田歯科医院 城下東町 22-1409
12月29日	つちや歯科医院 長島町 22-0020
12月30日	麻生歯科医院 駅前 20-0808
12月31日	コスモタウン歯科 鶴岡西町 28-7885
1月 1日	きよなが歯科クリニック 鶴岡町 20-0702
1月 2日	利光歯科医院 中の島 22-8811
1月 3日	上田歯科医院 弥生井崎 46-2725
1月 5日	つるおか歯科医院 鶴岡町 23-7330

**常時受付** 西田病院(鶴岡西町☎22-0180)、御手洗病院(蒲江浦☎42-0003)、長門記念病院(鶴岡町☎24-3000)、佐伯中央病院(常盤東町☎22-8846)、曾根病院(長島町☎23-8877)  
 ※当番医は変更される場合もあります。事前に佐伯市医師会救急情報センターで確認をお願いします。

### 小児救急当番医 当番医情報 ☎24-0112 (土・日・祝日の当日とその前日のみ)

小児科	10~12時(日曜日)
12月 8日	西田病院小児科 鶴岡西町 22-0180
12月15日	桑畑小児科医院 中村東町 22-1965
12月22日	塩月内科小児科医院 女島 20-0070
1月 5日	西田病院小児科 鶴岡西町 22-0180

平日時間外小児救急当番医	19時(祝日除く)
月曜	塩月内科小児科医院 女島 20-0070
火曜	西田病院小児科 鶴岡西町 22-0180
水曜	西田病院小児科 鶴岡西町 22-0180
木曜	桑畑小児科医院 中村東町 22-1965
金曜	西田病院小児科 鶴岡西町 22-0180

◎受入患者:救急医療を要することも  
 ◎受診する際は、医療機関に必ず電話でご連絡ください。

### 大分県こども救急電話相談

こどもが病気やケガで心配なときや、病院へ行った方が良いかどうか判断に迷ったとき、看護師が相談に応じます。

TEL **097-503-8822**  
 または #8000

相談時間  
 月~土 19時~翌8時  
 日・祝日 9時~17時  
 19時~翌8時

### 乳幼児健康診査・のびのび教室

持ち物…母子健康手帳・事前にお送りしたアンケートなど

会場 **和楽 ☎23-4500**

●1歳6か月児健診(R5年5月生)……12月19日(木)

身体測定、内科・歯科診察、栄養・歯科・保健指導

●3歳児健診(R3年6月生)……………12月12日(木)

身体測定、尿検査、内科・歯科診察、栄養・歯科・保健指導

※受付時間は個別にご案内します。  
 変更の場合には、対象者に案内をお送りします。

**無料** ・乳幼児健康診査  
 ・のびのび教室は無料です。



### 高齢者肺炎球菌 予防接種の助成

高齢者肺炎球菌の予防接種費用を一部助成します。かかりつけ医師に相談の上、協力医療機関に予約し期限内に接種してください。

**対象** 過去に一度も肺炎球菌ワクチン(23価)接種を受けていない人で、佐伯市に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

①65歳の人

※対象者には誕生月の翌月に通知します。

※昭和33年4月2日~昭和34年4月1日生まれの方は、令和5年度に送付した通知書が66歳の誕生日の前日まで使用できます。紛失された人や転入された人は、健康増進課まで問い合わせください。

②60歳~64歳で心臓・腎臓・呼吸器機能の障がいがある人、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいがある人(身体障害者手帳1級程度・要医師相談)

**自己負担額** 3,000円  
**必要な物** 健康保険証やマイナンバーカードなど住所・氏名・生年月日が確認できるもの、案内通知  
 ※対象者①のみ

**接種期限** 66歳の誕生日の前日まで  
**問い合わせ** 健康増進課 健康医療推進係(和楽1階) ☎23-4500





日々のくらしで  
困っていることは  
ありませんか？

# 無料相談のご案内

予 = 予約制

行政相談	開催日時	会場	問い合わせ
<b>行政相談</b> 行政相談委員が、国、県、市などの仕事に対し、相談に応じます。	12月11日(水) 10時～12時 12月13日(金) 10時～12時 12月13日(金) 10時～12時 12月18日(水) 10時～12時 12月18日(水) 13時30分～15時30分 12月19日(木) 9時～11時	上浦地域コミュニティセンター 市役所本庁舎2階203会議室 直川振興局 蒲江地区公民館 宇目保健センター 弥生振興局	市民課市民の窓係 (本庁舎2階44番窓口) ☎22-3399 または各振興局
<b>公証人による 相談会</b>	12月18日(水) 13時30分～16時30分	市役所本庁舎2階 203会議室	大分公証人合同役場 ☎097-535-0888
<b>精神保健 福祉相談</b>	12月10日(火) 14時～16時	南部保健所	南部保健所 ☎22-0562
<b>ひきこもり 家族の会</b>	12月11日(水) 13時30分～15時		
<b>行政書士 無料相談会</b>	12月18日(水) 13時30分～16時30分	ジェイコム J:COMホルトホール大分 (大分市)	大分県行政書士会事務局 ☎097-537-7089
	12月19日(木) 13時～15時	市役所本庁舎2階 203会議室(予約優先)	
<b>不動産市民相談</b>	12月10日(火) 13時30分～15時30分	長島町2丁目1-1 千栄ビル	大分県宅地建物取引業協会 佐伯支部 ☎24-2844
<b>人権なんでも相談 【常設無料相談】</b>	毎週 月曜日 9時～16時(祝日)を除く	大分地方法務局 佐伯支局	大分地方法務局佐伯支局 ☎24-0772
<b>弁護士相談</b> <small>※対象は佐伯市内在住の人です。相談時間はお1人15分間になります。</small>	12月19日(木) 13時30分～16時	社会福祉センター	社会福祉協議会 ☎23-7450
<b>司法書士会 無料相談</b>	12月12日(木) 13時～16時	和楽2階第1会議室	大分県司法書士会佐伯支部 ☎20-5505
<b>民生委員 心配ごと相談</b>	12月18日(水) 10時～12時	蒲江地区公民館	社会福祉協議会蒲江支部 ☎42-0154

田中市長の  
主な公務日誌 10月

市長インスタ  
始めました



- 1(火) ● おおいた消防指令センター運用開始記念式典  
● 赤い羽根共同募金街頭募金活動
- 2(水) ● 新採用職員の方々とランチミーティング
- 3(木) ● 新採用職員の方々とランチミーティング
- 6(日) ● かみうら食まつり
- 8(火) ● 株式会社三浦造船所進水式
- 9(水) ● 新採用職員の方々とランチミーティング
- 10(木) ● 弥生地域新たな地域コミュニティ組織を考える会(弥生地区公民館)
- 12(土) ● 第30回 全国消防操法大会(宮城県宮城郡利府町)  
● 第6回 全国シクロサミットin名取
- 15(火) ● 第77回 大分県民スポーツ大会佐伯市選手団表彰式  
● 明治安田生命保険相互会社大分支部「私の地元応援募金」目録贈呈式

- 16(水) ● 上堅田地域新たな地域コミュニティ組織を考える会(上堅田地区公民館)
- 17(木) ● 八幡地域新たな地域コミュニティ組織を考える会(八幡地区公民館)
- 19(土) ● 佐伯市戦没者追悼式
- 20(日) ● ツール・ド・佐伯2024
- 21(月)～22(火) ● 第135回 九州市長会(鹿児島県鹿児島市)
- 22(火) ● 自転車を活用したまちづくりを推進する全国市区町村長の会  
令和6年度 第2回 九州ブロック会議
- 24(木) ● 株式会社Quco立地表明式
- 25(金) ● 主要地方道日之影宇目線整備促進期成同盟会令和6年度通常総会  
● ぶんご銘醸株式会社甘酒新商品お披露目会  
● 防犯功労者及び標語入賞者表彰伝達式  
● 体験型佐伯市ふるさと納税返礼品報告会
- 26(土) ● NPO法人生命の貯蓄体操普及会佐伯支部創立40周年記念大会  
● 『佐伯市誌』完成記念祝賀会
- 27(日) ● 第1回 蒲江地域神楽共演大会  
● 上津川かかしまつり  
● 米水津おさかなまつり
- 29(火) ● 株式会社三浦造船所竣工命名式



# さいきゅーと

佐伯で暮らすキュートな  
キッズをご紹介します!

これからも兄妹仲良くね!



お名前 さく (左) 四十田 朔くん (右) 四十田 柚子ちゃん  
2021年10月生まれ 2023年12月生まれ

パパママ大好き!



お名前 はやと 村上 颯音くん  
2024年8月生まれ

にこにこ笑顔に  
いつも癒されてます



お名前 あさひ 後藤 旭陽くん  
2023年8月生まれ

スマートフォンから投稿できます♪

小さなお子さんの可愛い姿を記念に掲載しませんか?  
右の二次元コードから投稿してくださいね★



## 佐伯市概況

佐伯市のことをもっと知ってみよう!

### 人の動き

10月末日現在/前月比

人口 6万4,631人 (-72)

男 3万0,259人 (-31)

女 3万4,372人 (-41)

世帯 3万2,790世帯 (-26)

### 救急・火災発生

10月中 (速報値)

救急件数 287件  
(年間累計3,121件)

火災件数 2件  
(年間累計18件)

もしもの時に備えて、住宅にも消火器の設置をおすすめします。設置している人は使用方法の確認をお願いします。

### 交通事故

10月中

死者 0人

負傷者 8人

人身事故 6人

物損事故 108人

### 市役所・振興局

市役所本庁舎 ☎22-3111  
上浦振興局 ☎32-3111  
弥生振興局 ☎46-1111  
本匠振興局 ☎56-5111  
宇目振興局 ☎52-1111  
直川振興局 ☎58-2111  
鶴見振興局 ☎33-1111  
米水津振興局 ☎35-6111  
蒲江振興局 ☎42-1111

スマホで  
CHECK!



カタログ  
ポケット



佐伯市  
フェイス  
ブック



市報  
さいき  
特設サイト



佐伯市 X  
(旧Twitter)



佐伯市  
公式  
LINE



佐伯市  
インス  
タグラム

プレゼント

市報さいきを一緒に作ろう! 皆様のご意見大募集!

簡単なアンケートとご意見をWEBで答えて

抽選で **500円分のQUOカード**を  
**2名にプレゼント**



アンケートと応募はこちらから▶

※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。



お待ち  
しています!

## 次号発行日

次号市報さいき  
1月号は

**12月25日(水)**  
発行です

◎2月号の原稿締切は12月17日(火)です。市報発行日を含む5日以内に開かれる催しや募集期限があるお知らせは掲載できません。



食推  
さんの!

うま塩レシピ

ちくわとホウレン草の卵巻き

うま塩  
とは?

うま うま うま  
「旨み」を持つ食材を「上手く」活用し、「美味しい」  
塩分控えめの食事＝「うま塩レシピ」として  
普及する取組を行っています。

POINT

卵液の味付けはみりんだけです、  
ちくわと一緒に食べることでおいしく  
食べられます。



弁当のおかずにもおすすめです。明るい色合いで、お正月料理にも良  
さそうです。

問い合わせ/健康増進課 保健係(和楽1階) ☎23-4500

ほかにも! 食生活改善推進協議会の「40周年記念レシピ集」を  
ホームページで紹介しています。



材料(2本分)

- ちくわ …………… 3本
- ホウレン草 …………… 60g
- 卵 …………… 3個
- みりん …………… 12g(小さじ2)
- サラダ油 …… 3g(小さじ1弱)

作り方

- ①ホウレン草を茹で、水気をしぼる。ヘタは  
落としておく。
- ②ちくわが開くように縦に切り目を入れ、ホ  
ウレン草を中に入れる。3本作ったうちの  
1本は長さを半分に切る。(ちくわは卵巻  
き1本につき1本半使う)
- ③卵を溶き、みりんを加える。卵焼き器に油  
を熱し、卵液の半分を流し入れる。半熟の  
うちに、ホウレン草入りのちくわを奥の方  
に置き、奥から手前に巻いていく。
- ④残りの卵液を流し入れ、巻きあげて焼き色  
がついたら火からおろし、6等分に切る。  
(1人分2切)

★1人分 エネルギー68kcal  
たんぱく質 5.0g、食塩相当量0.4g

プレゼント付き!

vol.  
32

さいぎクロスワード

抽選で  
2名に当たる

正解者の中から抽選でプレゼント!

木立地区「陶芸工房 としの窯」で行う  
陶芸教室 体験券(1回分)

ヒントを参考に□に文字をいれよう!

※当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

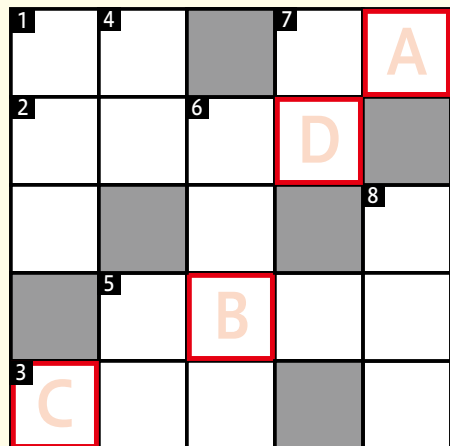
ヒント:いろいろな国や人と関係すること。世界中の。

たてのカギ

- ①内閣を組織して政権を担う政党のこと。
- ④ラテン語で月のこと。
- ⑤平和の象徴といわれている鳥。
- ⑥漢字では絡繰、唐繰と書く。茶運び人形などの構造。
- ⑦細部にまで注意が払われている。○○が細かい。
- ⑧英語でサイコロのこと。

よこのカギ

- ①夕方に前からやってきて、朝になると後ろに去っていくもの、  
なーんだ?
- ②サンタのソリをひっぱる動物は?
- ③物欲が少なく安定した生活を好む若者を○○○世代と呼ぶ。
- ⑤鍋には欠かせないアブラナ科の冬野菜。
- ⑦忘年会の季節。お酒の飲めない人のこと。



キーワード **A B C D** 交流

11月号の  
答え  
「マチツクリ」

ク	シ	マ	ツ
リ	オ	マ	
	リ	ツ	ト
イ	ガ		モ
カ	ミ	ザ	デ

ハガキにキーワードと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、  
今月のお気に入りの記事を書いて下記にご応募ください。

〒876-8585 佐伯市中村南町1-1  
佐伯市役所 秘書広報課 広報係

12/15まで  
消印有効

こちらから  
もご応募で  
きます。▶

