

市報さが SAGA

令和 元年

11 | 1

No.339

NOVEMBER
2019

健康に向かって歩く



ウォーキングの前に

下記の運動を行うことで、歩くための筋肉が刺激されて正しいウォーキングフォームに近づきます。
ウォーキングの前に準備運動として行いましょう。

- ☑呼吸は止めずに行いましょう。
- ☑どこを動かしているか意識すると効果的です。
- ☑正しいフォームで行いましょう。間違った方法で行うとけがの原因になります。
- ☑それぞれ逆も同様に動かします。



無理をせず、
体調に合わせて
行いましょう

佐賀大学教育学部
学校教育課程 4年
梶塚 卯花さん

1 もも上げ

- ・太ももを 10 回程度引き上げる
- ※つま先が下がらないように



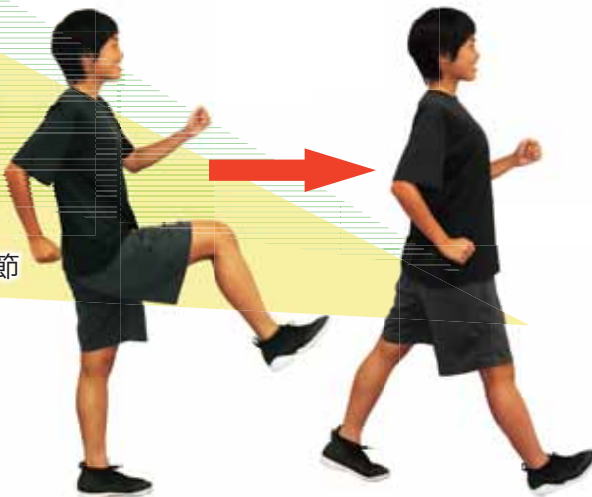
2 ひざ曲げ

- ・太ももが前に出ないようにひざを曲げ、かかとをお尻に近づける
- ・10 回程度曲げる



3 回し込み

- ・太ももを引き上げ、前方に一步踏み出し、かかとから着地する
- ※自転車をこぐ要領で
- ※目線はまっすぐ前方に向け、関節を大げさに使う



※ここでは下半身の運動を紹介していますが、肩や腰を回したり全身を動かしましょう。

正しいウォーキングフォーム

- ☑背筋を伸ばし、目線は前方に向けます。
- ☑腕は曲げて伸ばしても OK。
- ☑腕を大きく振ることで、自然と体全体が大きく動きます。
- ☑歩幅は普段より広くとり、負荷をかけます。
- ☑準備運動の動きを意識して、すり足にならないように注意しましょう。

佐賀大学学校教育課程では、授業の一環で高齢者向けの健康教室を開催し、ストレッチや筋力トレーニング、学生考案のレクリエーションなどを教えています（4～7月、10～12月）。

参加者募集中なので、興味がある人はお問い合わせください。

◎問い合わせ 佐賀大学 教育学部 井上研究室
☎/ FAX 28・8304 ✉sagaunix2011@yahoo.co.jp



手軽に
始められる

ウォーキング



夏の暑さが和らぎ、済んだ空気と秋晴れの空が清々しいこの時期、運動を始めてみようと思っている人も多いのではないのでしょうか。そこで今回は、手軽に始められるウォーキングについて、佐賀大学教育学部教授の井上伸一さんと教育学部学校教育課程の学生の皆さんに教えてもらいました。



高齢者にも実践できるストレッチと準備運動、正しいウォーキングフォームをご紹介します。

ウォーキングは糖尿病や高血圧などの生活習慣予防に有効ですし、認知症の予防にも効果があることが明らかになっています。短い距離から初めて、少しずつ長い時間歩く習慣をつけましょう。

佐賀大学 教育学部教授 井上 伸一 さん

スポーツ科学、応用健康科学等を専門とし、現在は高齢者のトレーニング効果、スポーツ動作の効率性の研究を進めている。

まずは

ストレッチ

- ☑無理はせず「痛気持ちいい」で止めましょう。
- ☑呼吸は止めず、ゆっくり伸ばしましょう。
- ☑それぞれ逆も同様に伸ばします。



どこが伸びているか意識すると効果的です

佐賀大学教育学部
学校教育課程 4年
ひろた ほなみ
廣田 穂波さん

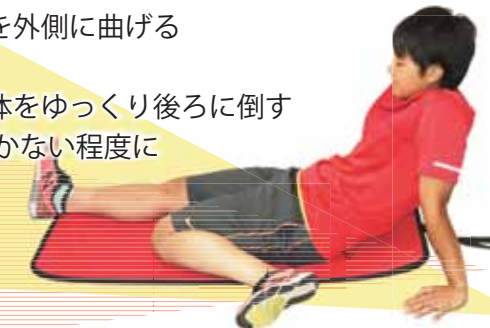
1 太もも（裏）

- ・両足を開き、左足を内側に曲げ、右手で右足のつま先を持つ
- ・上体を右足の方に傾け 20 秒キープ
- ※伸ばした足はひざが曲がっていても OK



2 太もも（前）

- ・両足を伸ばし、左足を外側に曲げる（つま先は外向き）
- ・手で支えながら、上体をゆっくり後ろに倒す
- ※曲げた方のひざが浮かない程度に



3 股関節

- ・足の裏を合わせ、かかとを体に引き寄せる
- ・背筋を伸ばして上体を前に倒し 20 秒キープ
- ※上体は少し倒すだけで効果あり



4 ふくらはぎ

- ・右足を 1 歩前に踏み出し、両足のつま先が前を向くように足を前後に開く
- ・かかとを浮かさず前方に体重をかけ20秒キープ
- ※背筋が曲がらないように



※ここでは下半身のストレッチを紹介していますが、腕や肩、腰など全身を伸ばしましょう。



「シギの恩返し米」の新米販売

9月19日(休)、国際的に重要な湿地としてラムサール条約に登録された「東よか干潟」近くの田んぼで、「シギの恩返し米」の稲刈りが行われました。

この米は、農薬や化学肥料を減らした県特別栽培と県GAP（農業生産工程管理）認証を取得しました。

その新米を11月2日(出)のシチメンソウまつりで販売します。

皆さんも環境や体にやさしい「シギの恩返し米」を食べてみませんか？

◎問い合わせ 東与賀支所
総務・地域振興グループ
☎45・1021 FAX45・8023



「少年の主張」大会

第39回川副町「少年の主張」大会を開催します。町内の小中学生が思い描いていることや将来の夢、日ごろの活動などを作文にして発表します。

一般の人も参観できますので、ぜひお越しください。

■日時 11月2日(出) 9時30分～
■場所 南川副公民館集会室

◎問い合わせ
川副町青少年健全育成協議会（南川副公民館）
☎45・8919



松梅かかし祭り 2019

大和町松梅（ひろさかありのき広坂有木地区）の国道263号線沿いで、「かかし祭り」が開催されています。

今年も秋の収穫を終えた田畑の中で、さまざまな「かかし」が皆さんを出迎え、癒やしてくれます。

期間中の土日・祝日には、いづみ蔵島社（大和町梅野）で農産物を販売する「かかし市」も行われています。

■期 間 11月23日(土・祝)まで
■場 所 大和町梅野（いづみ蔵島地区）

■アクセス
・佐賀大和ICから三瀬方面へ約3km
・昭和バス 古湯・北山線「山留」バス停下車徒歩5分

◎問い合わせ
松梅校区まちづくり協議会かかし祭り実行委員会
☎090・1513・2759



第43回諸富町文化祭

～真心・創造・参加
みんなでつくろう文化の町～

文化連盟諸富支部と一般公募による皆さんが日ごろの成果を発表します。

■日時 ・展示部門 11月16日(出) 9時～17時
17日(日) 9時～16時
・謡曲部門 11月16日(出) 10時～15時
・発表部門 11月17日(日) 9時30分開場

※少年の主張大会も行われます。

■場所 諸富文化体育館（ハートフル）

◎問い合わせ
佐賀市文化連盟諸富支部 ☎47・2154（はじ土師）

写真で見る

地域情報



久保田にぎわい祭

楽しい催し物や出店、打ち上げ花火もあります。

■日 時
11月16日(出)9時～15時 ふれあい文化祭
17日(日)7時30分～18時 思斉の郷まつり
17日(日)9時30分～12時 まなざしフェスティバル

■場 所 久保田農村環境改善センター周辺
■駐車場 思斉館小学部グラウンド（17日のみ）、支所駐車場、久保田グラウンド、補助グラウンド他
※路上駐車禁止。

◎問い合わせ
佐賀市文化連盟 久保田支部 ☎090・9727・0043
久保田まなざしフェスティバル実行委員会 ☎68・3611
思斉の郷まつり実行委員会 ☎68・2111



▲旧道三瀬峠頂部の国境碑（1818年建立）

三瀬八景 三瀬峠

三瀬峠は、佐賀県と福岡県を境とする標高581メートルの「日本百名峠」のひとつです（昭和57年発表の随筆より）。

三瀬村誌によれば、約250年前から佐賀県と福岡県では人の往来が盛んでした。現在では三瀬トンネル有料道路が開通、整備されましたが、当時からある国境碑は、今は木々に囲まれながらも、変わらず静かに三瀬峠を見守ってくれています。

◎問い合わせ
三瀬支所 総務・地域振興グループ
☎56・2111 FAX56・2912



英龍温泉であつたまりませんか？

英龍温泉には英龍泉と徐福泉という2つの源泉を楽しめる大浴場があります。貸切風呂と客室も備え、日帰り休憩や観光・ビジネス宿泊に利用できます。温泉で心身ともにリフレッシュして寒い冬を乗り切りましょう。

■営業時間 9時～21時30分

■休 館 日 第3火曜

◎問い合わせ
英龍温泉 ☎58・2135
富士町観光案内所 ☎51・8126



第7回佐賀市民芸術祭

佐賀市民芸術祭は、佐賀にゆかりのある芸術家等を広く市民の皆さんに紹介し、上質な舞台を楽しんでいただくという趣旨で開催しています。

■期間 11月8日(金)～10日(日)

■場所 佐賀市文化会館

※詳しくは、市報さが11月1日号と同時配布のパンフレット、モテモテさが11月号または市ホームページをご覧ください。

◎問い合わせ
佐賀市教育委員会 文化振興課
☎40・7369 FAX26・7378
✉bunkashinko@city.saga.lg.jp

令和元年8月26、29日の豪雨により、住家に被害を受けられた皆さまへ

○床上浸水以上の被害を受けられた皆さまへ『見舞金』を支給します

■対象世帯 住家(お住まいの建物)の罹災証明の交付申請をした後、床上浸水以上の被害認定を受けた世帯
■見舞金の額 住家の被害の程度に応じて、左表のとおり支給します

被害の程度		1世帯あたりの見舞金
全壊	大規模半壊	10万円
半壊	床上浸水	5万円

■支給までの流れ

①罹災証明書の交付申請

見舞金の請求には、罹災証明書の交付申請が必要です。

- 申請期限 令和2年3月2日(月)
- 申請場所 本庁 1階 8番窓口
- 申請に必要なもの
 - ・罹災証明申請書
 - ・被害の状況がわかる写真(写真がない場合は、修繕の見積書等)・印かん

②被害認定調査

住家の被害の程度を判定するため、現地調査等を実施します。

③被害の程度を証明する罹災証明書を交付

④対象世帯に災害見舞金請求書を送付

⑤災害見舞金請求書の提出
■提出期限 令和2年3月31日(火)

⑥見舞金の支給

※被害の程度の認定には、罹災証明書の交付申請後、現地調査等のため、2週間程の期間が必要となります。罹災証明書の交付申請はお早めにお願います。

○災害援護資金貸付のご案内

■対象 被災日当時、佐賀市に住所を有していた世帯で、次のいずれかの被害を受けた世帯の世帯主(所得制限あり)

- ・世帯主の負傷(療養に要する期間がおおむね1カ月以上)
- ・家財の3分の1以上の損害(自動車は除く)
- ・住居の半壊以上の被害
- 貸付限度額(被害の程度に応じる) 150万円～350万円
- 貸付利率 保証人あり 無利子
保証人なし 1%
- 償還期間 10年(据置期間は3年)
- ※特別の事情がある場合は5年
- 申請期限 12月2日(月)
- ※詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ

本庁 福祉総務課 政策係
☎40・7249 FAX40・7393
✉fukushisomu@city.saga.lg.jp

はじめまして！ シャン・ゼディです



▲私がオリジナルのシャンシャンです。動物園まで行かなくても大丈夫！普通に街なかで見られます。

新しく佐賀市の国際交流員になりましたシャン・ゼディです。あだ名は「シャンシャン」です。上野動物園のパンダより先に生まれたので、私がオリジナルです！

私はカリフォルニア出身のアメリカ人ですが、家族はみなインド人です。日本に行くための面接では、「日本のどこに住みたいですか？」と聞かれ「東京以外ならどこでも大丈夫です。」と答えました。なぜなら、方言がある所に住みたかったからです。方言はとてもフレンドリーで、温かく感じます。佐賀市に来る前の1年間は、武雄市でALTとして小・中学校で英語を教えていました。

日本に興味を持ったきっかけは、10歳の時に偶然、YouTubeでアイドルグループ「嵐」の「Love so sweet」を見たことです。人生で初めて日本語を聞いた瞬間でした。その後、ジャニーズの世界にはまり、フォーリーブスからジュニアたちまで、全員が好きです！ジャニーズのつながりで、ドラマとバラエティー番組も見られるようになり、毎日の水のように日本のテレビ番組を飲

み込んでいきました。好きなドラマは、刑事や探偵ものなど、決めゼリフがあるものです。高校を卒業するまでに日本語を話せるようになり、大学に入ってからは本格的に勉強し始めました。日本語は耳で覚えたので、聞くことと話すことは自然にできるのですが、読み書きは今の弱点です。漢字をどんどん吸収したいので、テレビ番組は日本語字幕付きで見えています。最後に、私は平成生まれですが、魂は昭和です。親父ギャグとダジャレが大好きで、自分の名前を使うものが得意です。日本と日本語のおかげで感じる、いろいろなものへの感謝の気持ちを含めて、これからこのコーナーを書きたいと思っています。縁あって佐賀市に住むことになりました。多くの友人を作った前向きに、佐賀市をもっと明るくするお手伝いをしたいと思っています。市民の皆さん、佐賀市国際交流員として、これからよろしくお願います。読んでいただいて「シャンキュー」です！

令和元年8月豪雨被害 水道料金・下水道使用料減免措置

■対象 令和元年8月豪雨で床上・床下浸水した家屋・事業所の清掃等に水道を使用した水道および下水道(市営浄化槽除く)使用者
■減免水量 前年同期または前期の使用水量と比較して増加した水量
※減免期間は大雨被害および清掃等の期間を含む1期(2カ月)分です。

■申請書類

①水道料金および下水道使用料減免申請書(令和元年8月豪雨特別減免)
※上下水道局2階業務課、本庁1階47番窓口、大和支所上下水道窓口で配布のほか、上下水道局ホームページからダウンロード、電話での郵送請求も可。

②写真等または罹災証明書等の写し
■申請期限 12月末

■提出先(郵送可)

○川副町、東与賀町、久保田町の人
は申請方法等が異なります
※詳しくはお問い合わせください。

申し込み・問い合わせ

〒849-1855
若宮3丁目6番60号
佐賀市上下水道局 業務課
☎33・1313
佐賀東部水道企業団 営業課
☎30・6212
西佐賀水道企業団 料金課
☎68・2225

令和元年8月豪雨災害の被災 小規模事業者等を支援します 佐賀県小規模事業者再建対策 事業費補助金

■対象

佐賀県内に主たる事業所を有し、8月豪雨災害により被災した小規模事業者等

※補助金申請には市が発行する罹災(被害)証明書が必要です(本庁1階8番窓口で申請)。

■対象経費

設備費、什器備品費、その他営業を再開する上で知事が必要と認める経費

※建物の修理・加工、商品の廃棄に係る経費を除く。

※すでに復旧を行った事業もさかのぼって対象とすることができます。

■補助率・補助限度額
・補助率 3分の2以内
・補助限度額 25万円
■受付期限 12月27日(金)

申し込み・問い合わせ

最寄りの商工会議所、商工会
・佐賀商工会議所
☎24・5158
・佐賀市北商工会
☎62・0174
・佐賀市南商工会
☎47・2590

INTERVIEW 佐賀の人 SAGA NO "HITO" 第6回

今年度佐賀市が取り組んでいるさまざまな事業に
関係の深い皆さんにインタビューを行っていきます。



芸術の秋。今月は、11月8日(金)から開催される佐賀市民芸術祭で、実行委員長を務められている角田章裕さんにお話を伺いました。

角田さんは、近年多くの外国人観光客でにぎわう柳町の旧古賀銀行跡で、平成10年のオープン以来ずっと、現在の「浪漫座」を運営されています。

コンサートでにぎわいづくり
「浪漫座」(以前は「モダンカフェ」)を平成10年10月1日にオープンしたので、今年でまる21年になります。オープン当初はお客さんが少なくとても苦労しました。そこで、ミュージシャンとのネットワークを使って、コンサートをやるうと思ったのですが、コンサートをやるにはピアノが必要ということになり、まずはピアノを買ったための「ピアノ基金コンサート」を始めました。ミュージシャンの皆さんのご協力で基金が集まり、ポストンピアノを買いました。

世界のナベサダもお気に入りの場所
「浪漫座」はとても音響がよく、多くの有名なミュージシャンの皆さんから気に入っていただいています。

例えば加藤登紀子さんは、ここで何度もコンサートをされていますし、世界的なサックス奏者の渡辺貞夫さんは、ここでCD制作のためのライブ録音もされました。

「ツインマーマンの夢」を復活させたい
以前、「ツインマーマンの夢」と題して、地元演奏家の皆さんによるコンサートを行っていました。バツハがドイツのライプツィヒで行っていたに倣ったものですが、もう一度復活させて、地元出身の若手の音楽家が、この「浪漫座」から世界に羽ばたく姿を見るのが今の夢です。

さが桜マラソン2020 ～3千人のボランティアを大募集～



皆さんの「笑顔」と「おもてなし」でランナーと大会を盛り上げましょう!!

- 日時 令和2年3月22日(日)
7時～17時のいずれかの時間帯
 - 場所 SAGAサンライズパーク
およびその周辺、コース沿道
 - 主な活動
 - ・給水所での準備、配布および片付け
 - ・走路確保、選手および観客の誘導
 - ・会場での業務
 - 募集期限 12月18日(水)
 - 事前説明会
令和2年2月23日(日・祝)
ほほえみ館
- ※詳しくは、ボランティア募集要項をご覧ください(市役所本庁、各支所、各公民館、市内体育施設、佐賀新聞社等で配布)。

問い合わせ
さが桜マラソン大会事務局
☎27・0728
FAX 26・0731

【誘致企業情報】 JA全農きゅうり生産農場 運用開始

昨年10月に佐賀市と進出協定を締結した全国農業協同組合連合会(JA全農)の最先端きゅうり生産農場が12月に完成し、運用を開始します。

■名称 ゆめファーム全農SAGA
■場所 高木瀬町長瀬
(佐賀市清掃工場西)

■目的 稼げる農業の確立を目指し、佐賀市とJA全農、JAさがが連携して園芸農業の実証を行い、生産性の高い施設園芸の普及拡大を図る。

- 栽培管理スタッフ募集
研修などもありますので、未経験の人も安心してご応募ください。
- 業務内容・募集人員
①きゅうりの管理業務・30人程度
(整枝、芽摘み、収穫、葉かき等)
- ②事務処理業務・1人
- 時給(詳細は面談時) 900円、
■期間 12月1日～周年

問い合わせ
本庁 農業振興課 施設整備支援係
☎40・7119 FAX 40・7391
✉nogyoshinko@city.saga.lg.jp
〈スタッフ募集に関する問い合わせ〉
ゆめファーム全農SAGA
(JAさが 園芸部 担当 澁谷)
☎090・8115・0795
✉shibuya-takuya@zennoh.or.jp

「パブリックコメント制度」 ～第2期佐賀市子ども子育て 支援事業計画～

佐賀市の子ども・子育て支援の取り組みについて、令和2年度から6年度までの計画を定めますので、皆さんのご意見をお聞かせください。

■募集期間
11月1日(金)～12月2日(月)

- 公表資料の閲覧場所等
 - ・保育幼稚園課(本庁1階)
 - ・総務法制課(本庁2階)
 - ・各支所総務 地域振興グループ
 - ・各市立公民館等
 - ・市ホームページ
- 「パブリックコメント」

■応募方法
住所、氏名、電話番号を明記の上、保育幼稚園課 幼保事業係に郵送、ファクス、電子メール、またはお持ちください。様式は任意です。

※持参の場合は、公表資料の閲覧場所でも提出可(閉庁日を除く)。

問い合わせ
〒840-8501
佐賀市栄町1番1号
佐賀市役所 保育幼稚園課
幼保事業係
☎40・7294 FAX 40・7395
✉hoiku@city.saga.lg.jp

11月は児童虐待防止推進月間です

あなたの不安な気持ちを、信頼できる人(配偶者、家族、仲間)に話してみませんか。話せない時は専門機関に相談しましょう。

相談機関	内容	開館・受付時間	問い合わせ
佐賀市家庭児童相談室	子どものしつけに関する悩み・虐待に関する相談	平日8時30分～17時 ✉kateijido@city.saga.lg.jp (電子メールでの相談可)	☎40・7254
佐賀県中央児童相談所	子どもに関する悩み相談・虐待の通報	緊急時・虐待通報は24時間365日対応。連絡者の秘密厳守(匿名可)。情報が誤っていても罰則はありません。	☎26・1212 ☎189も可
佐賀市子育て支援センター ゆめ・ぽけっと (エスプラッツ2階)	子育て交流の場 (子育て相談)	10時～17時 休館：日曜・祝日(土日除く)・年末年始	☎40・7287
佐賀市育児相談ダイヤル	乳幼児に関する相談	平日9時～17時	☎40・7296

問い合わせ
本庁 こども家庭課
子育てコーディネート係
☎40・7289 FAX 40・7395
✉kodomo@city.saga.lg.jp

東名遺跡シンポジウム・企画展 縄文貝塚を知る―整備・活用 の可能性を探る―

東名遺跡の特徴である「貝塚」をテーマに開催します。縄文貝塚とはどんなものか、縄文貝塚の整備活用の事例も紹介します。

参加無料、事前申し込み不要です。

○シンポジウム

- 日時 11月30日(土)
13時～16時40分(受付12時30分～)
- 場所 市立図書館 多目的ホール
- 定員 先着100人
- 内容 縄文貝塚の調査・整備・活用についての報告とディスカッション
- ・基調報告(パネリスト)
佐賀市教育委員会 西田 巖
奥松島縄文村歴史資料館 菅原 弘樹さん
田原市教育委員会 増山 禎之さん
パネルディスカッション
(コーディネーター)
同志社大学文学部 水ノ江 和同さん
- 企画展
■場所 市立図書館 中央ギャラリー
- 日時 11月21日(木)～12月8日(日)
10時～19時(日曜・祝日は17時まで)

問い合わせ
佐賀市教育委員会 文化振興課
☎40・7368 FAX 26・7378
✉bunkashinko@city.saga.lg.jp

お忘れではありませんか? プレミアム付商品券 購入引換券交付申請

プレミアム付商品券の購入には、市が発行する購入引換券が必要です。



▲購入対象者には、交付申請書を黄緑色の封筒に入れて発送しています。

引換券の交付申請書を提出しないと、引換券が交付されません。申請がお済みでない人は申請をお願いします。

※子育て世帯の世帯主は申請不要。

■申請期限
11月30日(土)(当日消印有効)

問い合わせ
プレミアム付商品券
コールセンター
☎050・8880・1898
(平日6時～17時)

第61回佐賀市小学校 連合音楽会

市内の小学生が日ごろの音楽活動の成果を発表します(入場無料)。

- 日時 11月19日(火)
 - ・第1部 9時40分～
 - ・第2部 12時5分～
 - ・第3部 14時10分～
 - 場所 佐賀市文化会館 大ホール
- ※駐車場に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください。

問い合わせ
市立赤松小学校
☎24・4225 FAX 24・4226

キッズマート

子どもたちが商品や値段を自分たちで決めて出店します。

- 神野小学校5年生
 - 日時 11月15日(金) 12時～13時30分
 - 場所 佐賀駅構内
 - 内容 和菓子、佐賀の特産品等
 - 循誘小学校4年生
 - 日時 11月20日(水) 11時～12時30分
 - 場所 街なか交流広場(656広場)
 - 内容 パン屋、ジュース屋、米屋等
 - 勸興小学校4年生
 - 日時 11月22日(金) 10時～11時30分
 - 場所 白山アーケード
 - 内容 花屋、和菓子屋、パン屋等
- ※時間は販売状況により変更あり。

問い合わせ
本庁 商業振興課
☎40・7104 FAX 26・6244
✉shogyo@city.saga.lg.jp

高齢者肺炎球菌 予防接種

定期接種の対象者は毎年度異なるため、接種の機会を逃さないようにご注意ください。

■対象

- ①か②いずれかに該当し、接種日当日、佐賀市に住民票がある人
- ①通知文が届いた人
- ※過去に高齢者肺炎球菌ワクチン(23価)を接種した人は対象外。
- ②接種日当日に60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器の機能やヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害がある人(身体障害者手帳1級程度)
- ※今年度接種した場合、来年度以降は対象外。

■期間 令和2年3月31日(火)まで
※曜日・時間帯は医療機関にお問い合わせください。

■実施場所 県内の医療機関等
※実施していない場合や予約が必要な場合あり。

■自己負担額 2500円
(生活保護世帯の対象者は無料)

■接種回数 1回

■医療機関に持参するもの 健康保険証など本人の確認ができるもの

※②に該当する人は身体障害者手帳など必要。

問い合わせ
本庁 健康づくり課 母子保健係
☎40・7282 FAX 40・7380
✉kenko@city.saga.lg.jp

子どもへの まなざし運動



①あいつ運動を中心とした自転車
交通ルール遵守の街頭活動
学校・家庭・地域・企業のほか、
警察・自治体・防犯協会とも連携し
て年に2回、街頭活動の日を定めて
います。

自転車の交通ルールを守りましょう。

■日程 11月5日(火)

■場所 市全域

※各地区により活動の時間・場所等
が異なります。詳しくは、前日ま
でに近くの公民館へお問い合わせ
ください。

②第33回佐賀市少年の主張大会

市内の26校区・地区代表の小・中
学生が、日頃考えていることや願い、
訴えたいこと、希望などを発表しま
す。

■日時

12月1日(日) 13時～

■場所 メートプラザ佐賀

(兵庫北3丁目8-40)

問い合わせ

佐賀市青少年健全育成連合会事務局
(佐賀市青少年センター内)
☎24・2331 FAX24・2332
✉shakaikyoku@city.saga.lg.jp

こんにちは！ まなざしリポーターです

「読み聞かせ」ありがとう！



▲始業前のフレッシュなそよ風が流
れる中で、子どもたちは期待に胸
をふくらませます。

6月24日(月)、高木瀬小学校で行わ
れた高木瀬おはなし会「ガラッパ」
の皆さんによる読み聞かせにおじゃ
しました。

読み聞かせが始まると、子どもた
ちは相づちを打ったり、拍手したり、
笑ったりしながら絵本にくぎ付けで
した。

「ガラッパ」の皆さんは、子どもた
ちが大喜ぶする姿を見て、読み聞か
せできる幸せを感じている様子でし
た。

読み聞かせはほんの15分間の短い
時間ですが、子どもたちにとっては、
いつもの授業と違った「楽しい勉強」
です。つかの間のすてきなふれあい
タイムでした。

まなざしリポーター
まの野 勝

次世代へ継ぐ秘訣 富士町ふれあいあるーむ

昨年10周年を迎えた富士町子育て
広場「ふれあいあるーむ」。子育て支
援活動の存続が厳しい地域もある中、
「次世代へ継がれている秘訣はなん
だろう？」と、8月23日(金)にお話を
伺った。

年間スケジュールはびっしりで、
運営管理がさぞかし大変かと思いき
や、そこには工夫がありました。で
きる人に任せているのです。毎月の
ミーティングでそれぞれできること
を提案し、実現していく。すると「自
分もやってみよう」と新しい人も参
加していきます。チラシや掲示物、
部屋づくり等に若いアイデアが生か
されています。

「無理をせず、やりたい事をやっ
てみる。」次世代へ継ぐ秘訣を見つ
けました。

まなざしリポーター 熊本 由美子



▲子どもたちと地域を明るく元
気にする宝物のような存在で
す。

問い合わせ

佐賀市教育委員会 社会教育課 子どもへのまなざし運動推進室
☎40・7354 FAX24・2332 ✉shakaikyoku@city.saga.lg.jp

諸富中学校夢づくり講演



▲「みんなは、一人ひとり祝福と感
動の中でこの世に生まれてきた
大切な存在だということを忘れ
ないでほしい」と話す深尾さん。

9月7日(土)、諸富中学校の土曜授
業で約10年続いている「夢づくり講
演」が開催されました。講師は、夢
の実現をテーマに講演活動をされて
いる元中学校教師の深尾浄量さんで
す。

生徒が前に出て自分の夢を発表す
ると、体育館は拍手と「おめでとう」
の声で満たされました。その余韻が
徐々に子どもたちの笑顔を醸し出し、
周りにいた先生や保護者の皆さんの
笑顔を引き出していました。

この講演を聞いた子どもたちはき
っと自ら命を絶つようなことをしな
いだろうと思えました。同時に、子
どもたちが笑顔で安心して過ごせる
佐賀市になればと改めて思いました。

まなざしリポーター 宮崎 悟

平成30年度決算に基づく佐賀市の財政は健全でした

「財政健全化法」に基づき、一般会計等
の各会計について定められた指標を算定
した結果、全ての会計で基準値を下回り、
財政は健全な状況です。

問い合わせ

本庁 財政課
☎40・7041 FAX26・5663
✉zaisei@city.saga.lg.jp

■健全化判断比率と資金不足比率

(単位：%)

指標	佐賀市の財政状況		参考	
	算定結果 ()は前年度	説明	早期健全 化基準※	財政再生 化基準
実質赤字比率 一般会計等における標準的な 収入規模に対する赤字額の割 合	— (—)	黒字のため該当なし。	11.25	20.0
連結実質赤字比率 全ての会計（一般・特別・公営 企業）の収支を合計した場合 の標準的な収入規模に対する 赤字額の割合	— (—)	全ての会計で実質収支（資 金収支）が黒字のため該当 なし。	16.25	30.0
実質公債費比率 一般会計等における標準的な 収入規模に対する借金返済額 の割合	2.6 (2.9)	早期健全化基準を大幅に 下回った。	25.0	35.0
将来負担比率 一般会計等における標準的な 収入規模に対する将来負担す べき実質的な負債残高の割合	— (—)	基金や今後交付される地方 交付税等の額が、将来負担 すべき負債残高の額を上 回ったため、該当なし。	350.0	
資金不足比率 各公営企業会計における事業 規模に対する資金不足額の割 合	— (—)	各会計（自動車運送、水道、 工業用水道、下水道、富士大 和温泉病院）で、資金不足な し。	20.0	

※資金不足比率については、経営健全化基準

佐賀市競争入札参加資格の 追加登録申請受付

市が行う入札(見積り合わせ含む)
への参加希望者は、あらかじめ市の
登録が必要です。

	建設工事	測量・建設等 コンサルタント	物品購入・役務の提供
対象	新規登録希望者および登録している業種の変更希望者 (現在登録している人で、業種の変更がない場合は申請不要)		
登録 有効期間	令和2年4月1日(火)から1年間		
受付期間	12月12日(木)～23日(月) ※12月23日消印有効	12月2日(月)～11日(水) ※12月11日消印有効	11月1日(金)～29日(金) ※11月29日消印有効
受付場所	本庁5階 契約監理課 契約係		本庁5階 契約監理課 調達係
提出方法	持参または郵送で提出(持参は9時～17時受け付け) 書類の様式は、各受付開始日の約1カ月前に市ホームページに掲載		
問い合わせ	本庁 5階 契約監理課 契約係☎40・7152 調達係☎40・7047 FAX26・6422 (共通)		

市税等納税通知書送付用 封筒に掲載する広告募集

■広告欄の大きさと募集枠

封筒裏面に縦6cm×横7cmの1枠分

■広告料と掲載決定方法

最低価格(別表)は区分ごとに定
め、審査後、区分ごとの最高価格申
込者に決定

■広告掲載封筒の使用期間

令和2年4月1日(水)から1年間

■申込方法 担当課に設置の申込書
で申し込みください(市ホームペー
ジからダウンロード可)。

※詳しくは市ホームページをご覧い
ただくか、お問い合わせください。

■申込期限 12月6日(金)

■別表

	区分	令和2年度 印刷予定(枚)	最低価格 (税込)(円)
①	固定資産税・都市計画税用	87,500	87,500
②	軽自動車税用	62,000	62,000
③	個人の市・県民税用	60,000	60,000
④	国民健康保険税用	40,000	40,000
申し込み・ 問い合わせ	①～③ 本庁 市民税課 ☎40・7060 FAX25・5408 ✉shiminzei@city.saga.lg.jp		
	④ 本庁 保険年金課 ☎40・7272 FAX40・7390 ✉hoken@city.saga.lg.jp		

生活の中で困ったことを

相談してみませんか？

生活困窮の原因はひとつではありません。
さまざまな理由が重なり合っている場合がほとんどです。



生活自立支援センターで相談してみましょう。

センターで、ご家庭で、体験現場でさまざまな支援をします。



相談者の自宅での相談支援



企業での就労体験

そして“家計”の困りごとは

家計見直し相談室へ

家計見直し相談室ではこんなお手伝いができます。

- 家計の現状の再確認
- 毎月の支出の見直しや必要な収入の目安についての提案
- 家計管理の仕方についての助言
- 滞納している公共料金や税金の支払い方の相談
- 高額な借金の整理のお手伝い
- 生活資金の貸し付けが必要な場合のあっせん、返済方法の相談
- 将来を見据えて、経済的に自立をするためのお手伝い



■家計見直し相談室を利用したAさんの例

もともと数カ所から多額の借入れをしていて、毎月の給料から返済をしていましたが、入院を機に医療費の支払いも加わり、生活費が回らなくなったため家計相談を受けることになりました。

家計見直し相談室では、Aさんの家計の状況を詳しく聞き取って把握した上で、まず民間団体から1万円を借りて当面の生活ができるようにお手伝いをしました。

また、法テラスを通して弁護士事務所に同行し、債務整理についての相談をして自己破産をすることになったため、債務返済の必要がなくなりました。

さらに家計の支出を見直して、食費・たばこの購入を減らしたため、毎月の給料だけで生活費を賄うことができるようになり、生活が落ち着きました。

佐賀市家計見直し相談室

- 場 所
白山1丁目2-13 諸永ビル2階
☎37・0750
✉saga-kakeisoudan@greencoop.or.jp
- 開館時間 9時～18時（祝日も開館）
- 休 館 日 土日、年末年始
- 駐 車 場
唐人南パーキングをご利用ください。
無料駐車券をお渡しします。



佐賀市生活自立支援センター

- 場 所
白山2丁目2-7
KITAJIMAビル1階
☎60・6209
- 開館時間 10時～18時
- 休 館 日
土日、祝日、年末年始
- 駐 車 場
白山名店街駐車場、または「えびすマーク」の駐車場をご利用ください。
原則1時間無料駐車券をお渡しします。

生活自立支援センター、家計見直し相談室のどちらを訪ねても結構です。
まずはお電話を！

※生活自立支援センターも家計見直し相談室も相談無料です。

問い合わせ

本庁 生活福祉課 福祉・就労支援室
☎40・7264 FAX24・2866
✉seikatsufukushi@city.saga.lg.jp

11月は計量強調月間 11月1日は計量記念日です

計量制度の普及を図るために、11月を「計量強調月間」、現行の計量法が施行された11月1日を「計量記念日」として計量意識の向上を目指しています。

■計量制度とは

私たちの身の回りには、たくさんの「計量」II「はかる」があり、私たちの日常生活の中でなくてはならない「基準」です。計量の基準を定め、適正な計量の実施を確保する計量制度は、経済活動の根幹となります。適正かつ合理的な計量は、経済の発展や生活の安定、消費者利益の保護を含めた文化の向上に重要なものです。

■市が行う主な業務

市では、取引または証明に使う特定計量器の定期検査のほか、内容量が重さで表記されている商品の内容量検査、計量器の有効期限や管理状況等の立入検査、イベント等での啓発活動を行っています。

※令和元年度の定期検査については、市報さが11月15日号および市ホームページでお知らせします。



問い合わせ

生活安全課 消費生活センター
☎40・7086 FAX 40・2050
✉seikatsuanzen@city.saga.lg.jp

佐賀大学公開講座 くらしに役立つ消費生活講座

日常の消費生活を安心して送るために役立つ知識、情報を提供する講座です。

■日時・内容 10時～11時30分
①12月13日(金)

「家計管理とライフプラン」

佐賀大学教育学部名誉教授

赤星 礼子さん

②12月20日(金)

「医療サービスと生活」

佐賀大学医学部准教授

原 めぐみさん

③令和2年1月10日(金)

「住まいと生活」

佐賀大学教育学部教授

澤島 智明さん

■場所 アバンセ4階 第1研修室

■参加料 無料

■定員 各回50人程度

■申込方法

氏名(ふりがな)、住所、電話番号、参加希望の講座を電話、ファクス、電子メールで申し込みください。

■申込期限 11月29日(金) 17時

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



パブリックコメント意見 募集結果・市民意向調査 結果を公表します

①第2次佐賀市総合計画 (中間見直し)に対する意見

■案件名 第2次佐賀市総合計画
(中間見直し案)について

■実施期間

7月3日(水)～8月2日(金)

■提出者数 2人

■意見数 10件

■公表場所

企画政策課(本庁2階)

総務法制課(本庁2階)

各支所総務・地域振興グループ

・各市立公民館等

・市ホームページ

②まちづくりに関する市民意向調査

■調査対象 市内在住で18歳以上の5千人(無作為抽出)

■調査方法 5月9日(木)から郵送で調査票を配布・回収

■有効回答

1576人(回収率31・5%)

※詳しい調査結果は市ホームページに掲載。

問い合わせ

本庁 企画政策課

①企画係 ☎40・7025

②行政マネジメント係 ☎40・7029

《共通》

FAX 40・7381

✉kikakuseisaku@city.saga.lg.jp

活樹祭 参加者募集

平成22年度に市民の皆さんと植樹した樹木が大きく育っています。手入れについて学びながら、枝打ち体験や木の枝を使った工作を行います。

■日時 12月14日(土) 9時30分～12時

■場所 下水浄化センター
(西与賀町高太郎2667番地)

■無料シャトルバス 市役所西玄関

8時50分出発、12時30分帰着

■参加料 無料

■申込方法

①住所②氏名③電話番号④バス利用の有無を明記の上、電話、ファクスまたは電子メールで申し込みください(応募者多数の場合抽選)。

■申込期限 11月22日(金)

※参加決定者には、後日詳しい内容をご連絡します。



問い合わせ

佐賀市緑の募金推進協議会
(本庁 緑化推進課内)

☎40・7164 FAX 26・7376

✉green@city.saga.lg.jp

11月5日(火)から住民票と マイナンバーカードに旧氏 (旧姓)が併記できます

旧氏(旧姓)が併記されることで、各種の契約や銀行口座の名義など、旧氏が使われる場面でその証明に使えます。

○お住まいの市町村での請求 が必要です

■請求できる人

本人、同一世帯の親族

※代理人申請は委任状必要。

■必要なもの

・運転免許証などの本人確認書類等

・印かん

・希望する旧氏が記載されている戸籍(除籍・改製原戸籍) 謄本等から現在までの全ての戸籍謄本等

※戸籍謄本等は本籍地市町村に請求。

・マイナンバーカードまたは通知カード

■申請場所

本庁1階 市民生活課

33番～40番窓口

※詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ

本庁 市民生活課

住基整備係

☎40・7082

FAX 28・9188

✉shimin@city.saga.lg.jp

人権ふれあい講演会2019

■日時 11月23日(土・祝)
13時30分～15時40分

(13時開場)入場無料

■場所 メートプラザ佐賀

■定員 先着400人

■内容 ポスターコンクール

表彰式、講演等

■演題

「言葉の責任 ネットの被害者・加害者にならないために」

突然、僕は殺人犯にされた」

講師
スマイリーキクチさん



申込方法

氏名、電話番号を電話・ファクス・電子メールのいずれかで申し込みください

※手話通訳・要約筆記あり。

※未就学児の託児あり(11月15日(金)までに要申込)。

15日(金)までに要申込)。

15日(金)までに要申込)。

申し込み・問い合わせ

人権・同和政策・

男女参画課(ほほえみ館)

☎40・7367

FAX 34・4549

✉jinken@city.saga.lg.jp

【市委託事業】 さがのよかとこアグリリズム こんにやく作り参加者募集



▲昔ながらの柔らかくてプリプリしたこんにやくを作ります！

■日時 11月24日(日)
9時45分～14時

■場所 さが21世紀県民の森
木工芸センター
(富士町古場724)

※現地集合・解散。

■定員 先着30人程度

※小学生以下は保護者同伴。

■参加料

・3歳児以上 千円

・中学生以上 2千円

■持ちこくるもの

暖かい服装、帽子、エプロン、

タオル、筆記用具、飲み物

■申込方法

電話またはファクス

■申込期限 11月19日(火)

■申し込み・問い合わせ

さが21世紀県民の森

総合案内センターほおのき

(小副川)

☎57・2341

FAX 57・2217

佐賀市体育協会

①1日スキー体験教室

■対象

小学4年生以上の初心者

※初めての参加者優先。

■日時 12月21日(土)
10時～15時30分

(9時出発、17時帰着予定)

※8時50分までに佐賀市体育協会(神園3丁目17-4)

にご集合ください。

※雪不足等による予備日

令和2年1月11日(土)

■場所

天山リゾートスキー場

■定員 先着30人

■参加料 8千円

※ゲレンデ利用券、レンタル

セット(スキー板・ブーツ・

ストック、ウェア、グローブ、ヘルメット)、昼食代、

保険料、バス代含む。

※集合時に支払い。

■申込期間 11月1日(金)～12

月10日(火) 平日9時～17時

■申込方法 氏名、性別、年

齢、連絡先、靴サイズ(通常より0・5cm大きいサイ

ズ)、身長を電話で連絡

■申し込み・問い合わせ

①②(公財)佐賀市体育協会

☎33・2255

FAX 33・2171

✉scitaiky@po.bunbun.ne.jp

②佐賀市国際交流協会

☎29・0322

FAX 40・2050



ご案内

防災ラジオの試験放送

■11月の試験放送日時
○9日(土) (エフエム佐賀)
 12時40分～12時55分
○15日(金) (えびすFM)
 13時頃
 ※防災ラジオは、消防防災課のほか、各支所、エフエム佐賀、えびすFMでも販売。

お問い合わせ

本庁 消防防災課
 ☎40・7013
 FAX 24・3187
 ✉shoubouusa@city.saga.lg.jp

佐賀市農業委員会 総会

■日時 11月18日(月)
 9時30分～
 ■場所 佐賀市役所 本庁4階 大会議室
 ■傍聴者の定員 先着5人
 ※傍聴希望者は、前日までに申し込みください。

申し込み・問い合わせ

農業委員会事務局 庶務係
 ☎40・7340
 FAX 40・7391
 ✉nogyo@city.saga.lg.jp

秋季全国火災予防運動『ひとつづついいね!で確認 火の用心』

■期間 11月9日(土)～15日(金)
 ※住宅用火災警報器の設置は義務です。いざという時のために点検と手入れをしましょう。

お問い合わせ

佐賀広域消防局 予防課
 ☎33・6765

【恵比須講座】

佐賀の石工文化とその変遷
 ～伊勢町を石工職人と街歩き～

■日時 11月9日(土)
 10時～11時30分
 ■定員 20人(参加無料)
 ■集合場所 護国神社駐車場(川原町8-15)
 ■案内人 (有)下田石材 3代目 大曲 英敏さん
 ■申込期限 11月8日(金) 12時
 ■用意するもの 飲みもの、歩きやすい服装

お問い合わせ

恵比須DEまちづくり ネットワーク
 ☎/FAX 40・7137
 ✉ebisu@sagabai.com

保育と介護のJOBフェア

■日時 11月16日(土)
 10時30分～12時30分
 ■場所 佐賀市文化会館 イベントホール
 ■お問い合わせ 佐賀県社会福祉協議会
 ☎28・3406



「ごみの分別むずかし」 「ビン・缶」の分け方出し方

○食べ物や飲み物のビン・缶はリサイクルできます
 ①ふたや栓をはずし、②中身を空にして、軽くすすいでから③「ビン・缶」の指定袋に入れて出してください。



※油のついたもの(ドレッシングやツナ缶等)、食べ物・飲み物以外のもの(塗料類、農薬類、化粧品類等)は「燃えないごみ」です。

お問い合わせ

循環型社会推進課 3R推進係
 ☎30・2430
 FAX 30・2494
 ✉junkan@city.saga.lg.jp

家族介護教室 第1回 移動・移乗の介助

■日時 11月29日(金)
 13時30分～15時30分
 (受付は13時～13時20分)
 ■場所 さがサポセンター
 いきいき館 神野東2-6-1
 ■定員 先着20人(受講無料)
 ◎申し込み・問い合わせ 本庁 高齢福祉課
 長寿推進係
 ☎40・7253
 FAX 40・7393
 ✉korei@city.saga.lg.jp

佐賀県防災気象講演会

■日時 11月9日(土)
 14時～16時(13時30分開場)
 ■場所 アバンセ ホール
 ※公共交通機関をご利用ください。
 ■定員 300人(入場無料)
 ■主催 佐賀県、佐賀地方気象台
 ■講師 佐賀地方気象台 台長 溝上 良雄さん
 ・佐賀県 消防防災課 国民保護・防災対策監 大塚 元幸さん
 ◎問い合わせ 佐賀地方気象台
 ☎32・7026

かわそえ佐賀田園の郷ギャラリー 江川和則絵画作品展

佐賀工業高等学校教諭、江川和則さんが描いた作品15点を展示します(入場無料)。
 ■期間 令和2年1月31日(金)まで
 平日 9時～17時
 日曜 9時30分～16時30分
 ※土曜、祝日は休館。
 ■場所 川副支所 3階
 ◎問い合わせ 佐賀市文化連盟川副支部
 ☎45・8918

難聴・中途失聴者のための講演会

参加無料。要約筆記あり。
 ■日時 11月9日(土)
 10時～11時30分
 (受付は9時30分～)
 ■場所 ほほえみ館4階 視聴覚室
 ※公共交通機関をご利用ください。
 ■講師 長崎大学病院 耳鼻咽喉科 医師 吉田 翔さん(難聴者)
 ◎問い合わせ 佐賀県難聴者・中途失聴者協会
 ☎/FAX 22・2564 (庄籠)

【事業者向けセミナー】最先端テクノロジー「ビジネスシーンにMR」

MR(複合現実)の技術情報を提供するとともに、MRデバイスを実際に体験していただきます。
 ■対象 事業所・企業の経営者、従業員(各回10人程度)
 ■日時 11月21日(木)
 ①13時30分～15時30分
 ②17時30分～19時30分
 ■参加料 無料
 ■会場 アイ・スクエアビル5階 マイクロソフトA&Iノベーションセンター 佐賀
 ■申込方法 QRコードからご確認ください。
 ◎申し込み・問い合わせ 佐賀市地域雇用創造協議会
 ☎37・0546
 FAX 37・0547
 ✉sagakoyo@titan.ocn.ne.jp

店舗改装費を補助します

■対象店舗 中心市街地の活性化に寄与する店舗等(事務所等も含む)
 ■場所 中心市街地内の対象エリアに位置する空き店舗
 ■補助対象経費 店舗改装費 ※備品や什器、機材費除く。

補助額 対象経費の2分の1以内(限度額150万円) ※予算がなくなり次第終了。

■申込方法 申請書類(ユマニテさがで配布のほかホームページからダウンロード可)を持参
 ■申込期限 第3回 11月29日(金) 第4回 令和2年1月31日(金)
 ■選定 出店審査会で決定
 ◎申し込み・問い合わせ まちづくり機構ユマニテさがで
 ☎22・7340

三重津海軍所跡・佐野常民記念館駐車場の場所が変わります



三重津海軍所跡の地下遺構保護のため、佐野常民記念館北側へ移転します。
 ■日程 11月1日(金)～
 ◎問い合わせ 本庁 三重津世界遺産課
 ☎40・7105
 FAX 40・7382
 ✉sekaisan@city.saga.lg.jp

広告 厳選!特大タラバ蟹 (10,000円相当)
 資料請求キャンペーン!!
 資料をご請求いただいた方の中から
 抽選で100名様にプレゼント
 キャンペーン期間 2019年10月1日～2019年12月31日
 申込締切 2019年12月31日(当日消印有効)
 当選発表 2020年1月中旬 詳しくはHPをご覧ください

終活のための葬儀保険
 無配当1年定期保険(保険金連)
 満60歳女性保険金100万円の場合
 月々約662円 ※1
 満89歳迄 死亡保険金は ※2
 最短翌営業日にお支払い
 ※1. 年払保険料を月額換算した金額です。(小数点以下切り上げ)
 ※2. 保険金クイック支払サービスの適用条件を満たす場合に限り。

TVCM放送中!!
 無料で詳しい資料をお送りします。
 ご相談もお気軽に!!
 ☎0120-244-888
 受付時間/平日9:00～17:00
 引受保険会社 株式会社メモリード・ライフ
 取扱代理店 株式会社メモリード 〒840-0815 佐賀市天神1丁目1-24 関東財務局長(少額短期保険)第18号 (MLAD1910-04)
 メモリード・ライフ 検索

広告 TRY! 活かせるシルバーパワー
 60歳以上の健康で働く意欲のある皆さん!
 会員募集中
 入会説明会 期日 毎月第2・第4水曜日 13:30～
 場所 佐賀市保健福祉会館(ほほえみ館)
 お気軽にお越しください!
 【公社】佐賀市シルバー人材センター
 〒849-0919 佐賀市兵庫北3-8-36 佐賀市保健福祉会館(ほほえみ館)内
 ☎0952-37-3007 佐賀市シルバー 検索



相談

くらし・行政困りごと相談所

相談無料、秘密厳守。

■日時 11月13日(水)
10時～15時(先着順)
※受付は14時45分まで。

■場所 玉屋ビル1階

■相談内容
多重債務、年金、不動産の名義変更、相続、遺言書の作成、税務相談、行政への要望等

■参加予定機関・団体
福岡財務支局、佐賀年金事務所、司法書士、税理士、行政相談委員、総務省行政相談センター

◎問い合わせ
総務省行政相談センター
「きくみみ佐賀」
☎22・2651

介護の日 無料相談会

11月11日(月)「介護の日」にちなみ、介護に関する無料相談会を開催します。

■日時 11月11日(月) 10時～14時
11月12日(火) 10時～16時

■場所 ①道の駅大和 そよかぜ館
②コープ新栄店(新栄西)

子どもの養育を考える講演会
「地域で支える妊娠・出産・子育て」子ども虐待を防ぐためにできること」

入場無料、申込不要です。

■日時 11月27日(水)
14時～16時(開場13時30分)

■場所 佐賀市文化会館 中ホール

■講師 大阪府立病院機構 大阪母子医療センター 母子保健情報センター顧問 佐藤 拓代さん

◎問い合わせ
佐賀VOICES
☎33・2130
本庁 こども家庭課 子育てコーディネート係
☎40・7289
FAX 40・7395
✉kodomo@city.saga.lg.jp

「税に関する作品」表彰式・展示会

小・中学生の書写、高校生の書道・作文についての表彰式および展示会を開催します。

○表彰式
■日時 11月9日(土) 11時～
■場所 市立図書館2階 大集会室

○展示会
■期間 11月9日(土)～15日(金)
■場所 市立図書館 2階
ロビーギャラリー

◎問い合わせ
佐賀市租税教育推進協議会 事務局(本庁 市民税課内)
☎40・7060

募集

ともに歩こうさがん町 参加者募集

結成10周年を迎える佐賀市観光ボランティアガイドの活動を間近で体験しませんか？(参加無料)

■対象 市内在住または市内勤務の人(18歳未満は保護者同伴)

■日時 11月9日(土) 10時～12時(9時30分受付)

■募集人員 各コース10人

①柳町界隈散策コース(煎茶体験付き)
②神社めぐりコース(おしるい付き)
③賢人コース(大隈重信記念館入館付き)

■募集期間 11月1日(金)～5日(火)平日のみ
応募多数の場合、抽選。

◎申し込み・問い合わせ (一社)佐賀市観光協会
☎37・7489
(10時～18時30分)
FAX 28・5656
✉ryokou@sagabai.com

■応対者 介護事業所の相談員および介護支援専門員

◎問い合わせ
(公社)佐賀県介護保険事業連合会事務局
☎37・1131

イベント

佐野常民企画展「菊と簪」関連講演会
「明治の皇后と日本赤十字社が育んだ国際支援基金」
「昭憲皇太后基金100年の軌跡をたずねて」

日本を越えて世界の人のために尽力した、昭憲皇太后および佐野常民の志にせまります(聴講無料)。

■日時 11月10日(日) 13時30分～
■場所 佐野常民記念館 1階多目的室

■講師 明治神宮国際神道文化研究所主任研究員 今泉 宣子さん

◎問い合わせ
佐野常民記念館
☎34・9455
FAX 34・9465
✉tunetam@star.saganet.ne.jp

政治参画セミナー 参加者募集

国会や地方議会の女性議員を増やすため、講演会を開催します(参加無料)。

■日時 11月21日(木)
18時30分～20時30分

■場所 佐賀女子短期大学

■講師 お茶の水女子大学 ジェンダー研究所准教授 申 きよ子さん

■定員 先着40人

■申込方法 参加者氏名、連絡先、託児の有無を電話、ファクス、電子メールで連絡
※無料託児あり(11月10日(日)までに要申込)。

◎申し込み・問い合わせ
佐賀県立男女共同参画センター(アバンセ)
☎26・0011
FAX 25・5591
✉danjo@avance.or.jp

仕事と育児・介護の両立支援セミナー 参加者募集

育児・介護プランナーが、「育児復帰・介護支援プラン」の策定方法や両立支援助成金を紹介します(参加無料)。

■対象 企業経営者、人事労務担当者

■日時 11月20日(水)
13時30分～17時(13時～受付)

嘉瀬川交流塾 佐賀平野の水路を科学する

■日時 11月16日(土)
13時30分～15時30分

■場所 さが水ものがたり館(天和町尼寺)

■講師 佐賀大学大学院教授 大串 浩一郎さん

■定員 40人(申込不要)

■資料代 200円

◎問い合わせ
さが水ものがたり館
☎62・1277

佐賀錦と Saganishiki 作品展

『佐賀錦の形2』出版にあたり、参考資料の一部や佐賀錦の作品を展示します。

■日時 11月6日(水)～9日(土)
10時～18時
※9日(土)は16時まで。

■場所 佐賀県立博物館東隣「岡田三郎助アトリエ」(城内1-15-23)

◎申し込み・問い合わせ
NPO法人佐賀錦紗綾の会
☎080・2770・2066
(井手)

場所 アイ・スクエアビル 5階 セミナールーム

申込方法 電話、電子メール

◎申し込み・問い合わせ 本庁 商業振興課 金融・労政係
☎40・7102
FAX 26・6244
✉stogyo@city.saga.lg.jp

介護保険認定調査員募集

■応募資格 保健師、看護師、准看護師、介護支援専門員、社会福祉士、介護福祉士のいずれかの資格を有する人
※要普通自動車運転免許。

■募集人員 2人程度

■雇用期間 12月1日(日)～令和2年3月31日(火)

■報酬 調査1件 5千円

■応募方法 履歴書、職務経歴書、資格証明書(写し)を郵送またはお持ちください。

■応募期限 11月15日(金)
※勤務形態等、詳しくはお問い合わせください。

◎申し込み・問い合わせ
〒840-0826
白山2丁目1番12号
佐賀中部広域連合 認定審査課
☎40・1132

ゆめさが大学 やってみよう祭

シニアが学ば「ゆめさが大学」学生によるイベントです。

■日時 11月16日(土) 10時～16時

■場所 佐賀市街なか交流広場(656広場)

■内容 小学生大綱引き大会、なつレンジャーショー、シンガーソングライターによるライブ、ハンドメイド教室等

◎問い合わせ (公財)佐賀県長寿社会振興財団(ゆめさが大学事務局)
☎31・4165
✉info@sagachou.jp

さが土木フェア2019

■日時 11月9日(土)、10日(日)
10～16時

■会場 佐賀県立森林公園

■参加料 無料

■内容 レンガで造るアーチ橋の体験、ダム模型による洪水調整の実演、はたらく車の展示・乗車体験など

◎問い合わせ 土木のイメージアップ 連絡協議会事務局 佐賀県県土整備部 建設・技術課
☎25・7168

ゆめさが大学 やってみよう祭

シニアが学ば「ゆめさが大学」学生によるイベントです。

■日時 11月16日(土) 10時～16時

■場所 佐賀市街なか交流広場(656広場)

■内容 小学生大綱引き大会、なつレンジャーショー、シンガーソングライターによるライブ、ハンドメイド教室等

◎問い合わせ (公財)佐賀県長寿社会振興財団(ゆめさが大学事務局)
☎31・4165
✉info@sagachou.jp

さが土木フェア2019

■日時 11月9日(土)、10日(日)
10～16時

■会場 佐賀県立森林公園

■参加料 無料

■内容 レンガで造るアーチ橋の体験、ダム模型による洪水調整の実演、はたらく車の展示・乗車体験など

◎問い合わせ 土木のイメージアップ 連絡協議会事務局 佐賀県県土整備部 建設・技術課
☎25・7168

広告



SAGA BLUE PROJECT



交通事故ゼロを目指すために！
佐賀県民の安心と、交通安全への意識向上のために、SAGA BLUE PROJECTでは高齢者の交通事故防止対策として、「寸劇」による安全運転講習会を行っています。地元の老人クラブ等各種集まりで交通事故防止を考えてみませんか。派遣を希望される場合は、下記電話までお気軽にお問い合わせください。
【業務委託先】特定非営利活動法人 価値創造プラットフォーム 担当:久富080-8116-0006
<https://saga-blueproject.jp>
佐賀県 県民環境部 くらしの安全安心課
〒840-8570 佐賀市内1丁目1-59 TEL0952-25-7060



佐賀県

広告

11月のお買いものは**スーパーモリナガコジカカード「キャッシュレス」**で**お得に!!**

チャージしよう!!
(チャージ機は朝9時より)

当店はキャッシュレス還元対象店舗です
10月から**5%還元**【キャッシュレス】【消費者還元事業】

チャージの日は、
モリナガコジカカードへチャージすると
11月のチャージ額に**5%上乗せ!**
チャージの日は、11/12の26

11月の週末は元気モリモリ CoGiCa DAY
ポイント**5倍**
※現金でのお支払いは通常ポイントになります。
※一部対象外商品がございます。※詳しくは店頭でご確認ください。

株式会社**スーパーモリナガ** 〒840-2205 佐賀市川副町南里757番地 **TEL0952-34-7121** [モリナガ コジカカード] 検索

天体と科学を学ぼう 西与賀町高太郎 328 番地
星空学習館 ☎25・6320 (月曜休館)
 ✉hac@saga-hoshizora.com

★天体観望会 (自由参加・無料)
夜の部 毎週金・土 19 時 30 分～ 21 時 30 分
昼の部 毎週土・日 14 時～ 16 時 (太陽と星の観察)
 ★夜の天体観望会のテーマ

1 日(金)・ 2 日(土) カシオペア座を探そう
 8 日(金)・ 9 日(土) 天王星を見よう
 15 日(金)・ 16 日(土) くじら座の変光星ミラを見よう
 22 日(金)・ 23 日(土・祝) 日没時 金星と木星が大接近
 ※観望会は 17 時 30 分から
 29 日(金)・ 30 日(土) ペルセウス座の二重星団を見よう

★大人のための天文教室 (要申込)
内容 ゆっくりと天文を学び、晴れた日は望遠鏡で観察します。
日時 11 月 13 日・ 27 日、12 月 11 日・ 25 日
 第 2・4 水曜 各日 19 時～ 21 時
対象 高校生以上 20 人
料金 各回 1,000 円、別途テキスト代 1,598 円

徐福長寿館 金立町金立 1197-166
 ☎/FAX 98・0696
 休館日 月曜 (月曜が祝日の場合、翌日)

講座名・内容	日時	参加料
初級中国語講座	2 日(土)、23 日(土・祝)②	各 1,000 円
初級ハングル講座	3 日(日・祝)、17 日(日)②	各 1,000 円
今さら聞けない大人の学び直し英語	毎週水曜①	各 1,000 円
ハーブとフレンチ料理 (かんたんキノコとハーブのマリアージュ)	9 日(土)①	800 円
折り紙講座(クリスマス飾り)	9 日(土)②	500 円
不老長寿の薬草教室(食と健康)	10 日(日)①	400 円
ハーバルライフを楽しむ会 (香るオーナメントアロマワックスバー)	10 日(日)②	1,300 円
高島 忠平古代史講座② (考古学史から卑弥呼を推理する)	16 日(土)④	500 円
気軽に水彩スケッチ (講師：下村 康二)	17 日(日)①	500 円
バラ講座 (花後の処理について、実習あり)	24 日(日)①	400 円

《時間共通》 ※講座は予約をお願いします。
 ①10 時 15 分～12 時
 ②13 時 15 分～15 時 15 分
 ③13 時 15 分～14 時 45 分
 ④13 時 30 分～ 15 時

エスプラッツホール

10 日(日) DELIGHT SUPPORT Vol.4
時 間 コスプレ&アニソン DJ 12 時
 ライヴステージ 16 時
入場料 1,500 円 (税込) ※コスプレ・カメラ登録含む
問い合わせ ✉delight_sup@aol.com

20 日(水) NBC ラジオ佐賀 ふれあい演歌の集い
時 間 開場 13 時 開演 14 時 終演 15 時 30 分
申し込み 往復はがきで要申込、抽選制
問い合わせ NBC ラジオ佐賀 ふれあい演歌の集いの係
 ☎22・1461

23 日(土・祝) 第二十七回 佐賀県青春寮歌祭
時 間 開演 13 時 終演 17 時 30 分
入場料 無料
問い合わせ 北大同窓会佐賀県支部事務局
 ☎090・7461・4462 (大宅)

※主催者の都合により変更の場合あり。

佐野常民記念館 ☎34・9455 FAX 34・9465
 ✉tunetami@star.saganet.ne.jp
 11 月は休みなし

企画展 「菊と簪」 関連
サタデーワークショップ ～扇子をつくろう！～ 【無料】
内容 小学校中学年程度 各回 20 人
日時 毎週土曜 13 時 30 分～
受付 当日 1 階カウンターで 13 時～
読み聞かせとものづくり
 ～王子様の冠と王女様のティアラ～ 【要申込②・無料】
内容 3 歳以上 15 人
日時 24 日(日) 10 時～12 時
大人のものづくり
 ～プラ板フラワーのヘアクリップ～ 【要申込①・無料】
対象 18 歳以上 15 人
日時 28 日(木) 10 時～ 12 時
博愛ふれあい映画会 【無料】
 ①弓曳き童子 **日時** 7 日(木)、8 日(金)、9 日(土) ※随時
 ②あかね雲 **日時** 28 日(木) 13 時 30 分～
パソコン教室
 ～ワードにおまかせ年賀状～ 【要申込②・参加料 500 円】
対象 18 歳以上 各回 10 人
日時 24 日(日)、26 日(火)、27 日(水) 13 時 30 分～ 15 時
■受付開始・要申込行事 ① 2 日(土) 9 時～
 ② 3 日(日・祝) 9 時～
 ※電話受付のみ。未就学児は保護者同伴。

佐賀市健康運動センター 平日 9 時～21 時 30 分 土日祝 9 時～21 時
 ☎36・9309 FAX 36・9383
 休館日 月曜

プール改修工事に伴う利用休止のお知らせ
11 月 1 日(金)～12 月 28 日(土) (予定)
 25m プール塗装改修工事のためプールが利用できなくなります。トレーニングルーム、スタジオ、浴室は営業します。
 ※浴室は、11 月 3 日(日・祝)～ 20 日(水) は浴槽使用不可。シャワーは利用可。

プールがなくてもトレーニングルーム・スタジオで運動継続！ 特別レッスン実施します

期間限定 特別レッスン (自由参加)

からだ整え体操 …コンディショニング
 火・木曜 11 時 水・金曜 15 時 30 分間

貯筋ふみふみ …踏み台運動と体操
 水・金曜 11 時 火・木曜 15 時 30 分間

インナーアクティブ
 普段使っていない深層筋 (インナーマッスル) を目覚めさせる！
 土曜 11 時 45 分間

料金サービスのお知らせ
 期間中 2 回利用につき、次回 1 回無料券を進呈します。
 平日閉館 90 分前 200 円のサービスは中止します。

佐賀市文化振興財団主催事業 日の出 1 丁目 21-10
 ☎32・3000 FAX 32・3736

公演名 第 7 回 佐賀市民芸術祭
 千綿 偉功 主演 舞台「menage」& ライブ
 佐賀市出身のシンガーソングライター 千綿偉功が、故郷佐賀で、舞台初挑戦！
出演 千綿 偉功 / ナカノ アツシ / 三木 だいすけ
 篠原 あさみ / 原口 誠 / 吉野 めぐみ
 黒田 愛香 / 荻野 紗那 ほか
日時会場 11 月 9 日(土)
 佐賀市文化会館 中ホール
 1 回目 開場 14 時 開演 14 時 30 分
 2 回目 開場 17 時 30 分 開演 18 時
チケット 自由席 2,000 円
 ※未就学児童の入場不可
 (無料託児所あり / 1 週間前までに要申込 / 先着順)

サガン鳥栖を応援しよう！

11 月のホームゲーム
場所 駅前不動産スタジアム
 ■明治安田生命 J 1 リーグ
 ・ 2 日(土) 14 時～ VS 横浜 F・マリノス
 ・ 10 日(日) 15 時～ VS 松本山雅 FC
 ・ 30 日(土) 14 時～ VS 北海道コンサドーレ札幌
 ◎問い合わせ (株)サガン・ドリームス
 ☎0942・81・5290
 ◀ 公式ホームページはコチラから

佐賀バルナーズを応援しよう！

11 月のホームゲーム
 ■B3 リーグ
 OSAGA サンライズパーク 総合体育館
 2 日(土) 17 時～
 3 日(日・祝) 14 時～ VS 豊田合成スコピオンズ
 ○唐津市文化体育館
 14 日(木)、15 日(金) 19 時～ VS 岩手ビッグブルズ
 ◎問い合わせ (株)サガスポーツクラブ
 ☎37・3300
 ◀ 公式ホームページはコチラから

オーライ！市営バス

2019 佐賀インターナショナルバルーンフェスタに伴い、市内各臨時駐車場からバルーン会場までシャトルバスを運行します。
■臨時駐車場 西神野運動広場、八戸溝低床公園、どん 3 の森、新栄小学校、開成小学校、神野小学校
■運行日 2 日(土)～ 4 日(月・振)
■時間 5 時 45 分～ 随時運行
 ※バルーン会場発最終便 2 日 18 時、3 日・4 日 20 時
■運賃 (片道) 大人 250 円 / 小学生 130 円
 ※中心市街地とバルーン会場を運行する「街なかシャトルバス (小学生以上 1 乗車 200 円)」も運行します (運行時間 9 時～ 17 時)。
 ◎問い合わせ 佐賀市交通局
 ☎23・3155 FAX 23・7309
 http://bus.saga.saga.jp/

広告 司法書士による「成年後見制度入門講座」を開催します。 相談料 無料
 ・ 入門講座のスケジュール ・
 ① 成年後見制度について
 ② 成年後見事例紹介
 ③ 社会福祉士の現場から見た成年後見
 ※都合により、講座内容が変更になる可能性があります。また質疑応答、個別相談の時間を設けております。
日時 令和元年 11 月 30 日(日) 13 時～16 時まで
場所 唐津市高齢者ふれあい会館「りふれ」(佐賀県唐津市ニタナ 3 丁目 155 番地 4)
予約 お電話の上ご来場下さい。
 ☎0952-29-0626
 FAX 0952-29-5887 ※当日予約なしでの参加も可能です。
定員 30 名(先着順、定員に達した時点で受付終了)
電話からのご相談は・・・
 リーガルサポート佐賀支部
 ☎0952-29-0635
 毎週火曜日 18 時～19 時 30 分 ※祝日・年末年始・お盆を除く
 なお、ご相談内容は、担当者以外に伝わらぬよう、秘密を厳守いたします。
 ■所在地 / 〒840-0843 佐賀市川原町 2 番 36 号
 ■電話 / 0952-29-0626 ■FAX / 0952-29-5887

広告 お住まいの塗り替えをする前に、聞きたい！知りたい！予備知識！
「住まいの塗り替え相談会」開催 会場 / 佐賀アバンセ 4F 第 5 研修室
 主催 / 一般社団法人市民講座運営委員会
 協賛 / プロタイムス佐賀西店
11 月 9 日(土)
11 月 16 日(土)
塗り替え相談会
■日時 11 月 9 日(土)、16 日(土)
 受付 / 9:20～ 開始 / 9:30～
■会場 9 日: 佐賀アバンセ 4F 第 5 研修室
 16 日: 佐賀アバンセ 4F 第 5 研修室
■参加費 無料 ※要予約
■問合せ 0120-443-588
 ※本相談会は佐賀市主催ではございません
 ※施工を依頼される場合は費用が必要です
 今回の相談会では、同委員会の代表理事を務める皆川一氏によるスクリーン映像で、優良業者の選び方など塗装の知識をわかりやすく教えてくれます。営利目的の売り込みは一切ないので安心して学べます。参加希望者は電話にてお申し込みください。
 〇12014431588
 プロタイムス佐賀西店様キヌ代表 木須誠 二軒島郡白石町大字 遠江 408155
 まいの塗り替え相談会にて正しい知識を身につけていきましょう。
 塗料のランク、職人の技術によって大きく左右される塗装の完成度。専門的な知識を持たない素人にとっては不安も大きいですが、ね。大切な家の塗装・リフォームで失敗しないために、この機会に学んでみませんか。
 「家の見た目も気にする」と考える人は、市民講座の「住まいの塗り替え相談会」に参加してください。

おたんじょうびおめでとう

松尾 香穂 (2歳・高木瀬西)
2歳の誕生日おめでとう!! いつも元気をくれる君に感謝♡

和田 紬生 (2歳・大和町)
おしゃべりが上手になって、家族の中心の紬生。いつもありがとう♡

小峰 壮真 (1歳・兵庫北)
いつもニコニコ、壮真の笑顔に癒やされてるよ! すすく育ってね!

井上 実優 (5歳・兵庫町)
お姉さんになってママや妹のお手伝いを頑張ろうね。

12月生まれの子どもの写真募集!
対象 市内在住、就学前まで
11月1日(金)～5日(火)の期間内に住所・保護者名・お子さんの名前(ふりがな)と誕生日・年齢・性別・電話番号・コメント(30文字以下)を書いて、電子メール(携帯絵文字不可)でご提出ください(郵送不可)。◎送付先 shihou_quiz@city.saga.lg.jp
※先着4人を掲載。写真は1人で写り加工していない物に限る。掲載の有無についての連絡はいたしませんので、ご了承の上お申し込みください。

中央児童センター 兵庫北 ■各行事の受付 1日(金)10時～(申込制行事は市内在住の人を優先)
☎33・5453 FAX 31・9552 ■開館時間 9時～18時 ■休館日 5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月) 詳しくはコチラ

おはなし会【自由参加】
日時 2日(土)、9日(土)、23日(土・祝) 11時～11時30分

びーとるキッズ【自由参加】
アンパンマン体操・手遊び など楽しいこといっぱい!
対象 乳幼児と保護者
日時 14日(木)避難訓練「消防自動車がくるよ!」11時～12時
7日(木)、12日(火)、19日(火)、21日(木) 11時～11時30分

親子リズム体操【申込制】
対象 2歳前後の幼児と保護者 17組
日時 15日(金)10時30分～11時30分

運動あそび「ドッジボール」【申込制】
対象 小学生以上 24人程度
日時 17日(日)13時～15時
場所 勤労者体育センター 講師 佐賀県ドッジボール協会
持参 体育館シューズ、水筒、タオル

北部児童センター 大和町 ■各行事の受付 1日(金)9時～来館時に随時 ■開館時間 9時～17時
☎62・7900 FAX 62・7911 ■休館日 3日(日・祝)・10日(日)・17日(日)・24日(日) 詳しくはコチラ

えほんやさん「たのしいお話 いっぱい!」【自由参加】
対象 小学生、保護者同伴の幼児
日時 毎週金曜 15時50分～16時5分

こどもまつり実行委員活動日【登録制】
対象 こどもまつり実行委員に登録した小学3～6年生
日時 2日(土)14時30分～15時30分、16日(土)10時30分～12時
17日(日)9時～13時30分

一輪車教室(後期)【申込制・申込期限 8日(金)】
※後期(11～3月の第2土曜 全5回) 定員20人
1回体験 各月定員5人
対象 小学生 日時 9日(土)14時～15時30分

お茶教室【申込制・申込期限 7日(木)】
対象 小学生以上 先着7人 参加料 100円
日時 9日(土)10時～12時

ふれあい囲碁・将棋教室【自由参加】
対象 小・中学生、保護者同伴の幼児
日時 20日(水)15時30分～16時30分

こどもに作りたいママ☆パパかんたんおりがみひろば【自由参加】
対象 幼児と保護者 日時 19日(火)11時20分～12時
冒険あそび場～ケガと弁当は自分持ち～【自由参加】
対象 どなたでも 日時 23日(土・祝)10時～17時 ※雨天中止

★チャレンジ企画★
英語で国際交流!～アフリカ(マラウィ)ってどこ?～【申込制】
対象 小学生以上 15人程度(保護者も参加可)
日時 24日(日)14時～15時
講師 ローレンス・カチガンバさん、平田 好美さん
音楽好きな子集まれ②③④【申込制】〈先行予約〉
日時 12月1・8・15日(日)10時30分～12時
※12月15日のクリスマス会で歌やハンドベルの発表をします。
絵手紙教室【申込制】〈先行予約〉
対象 小学生以上 20人 講師 宗 俊朗 さん
日時 12月1日(日)14時～15時30分

北部児童センターこどもまつり
「第7回春日の郷ふれあい祭り」に参加 会場：春日公民館
日時 17日(日)10時～12時
内容 きらめきバザー、お茶席(50席)※なくなり次第終了
ゲームコーナー10時～12時

食育講座「みそ作り教室」【申込制・申込期限 18日(月)】
対象 小学生 定員 8人 参加料 150円
日時 23日(土・祝)10時30分～11時30分

☆きらきらキッズ☆「いっしょに あ・そ・ほ!」【自由参加】
対象 幼児と保護者 日時 10時30分～11時30分
1日(金)親子リズムダンス 8日(金)救急法を学ぼう
15日(金)リトミック 22日(金)郵便やさんごっこ
27日(水)お絵ろぼ 10・11月の誕生会 29日(金)きらきらミニまつり

☆あかちゃんサロン☆おさんぽアニマル【自由参加】
対象 乳幼児と保護者
日時 13日(水)10時30分～11時30分

時間に余裕を持ち、水筒・タオル・着替えをお持ちの上、お越しください。※参加料は、原則返金しません。



問い合わせ
本庁 健康づくり課 健康推進係
☎40・7283 FAX 40・7380
✉kenko@city.saga.lg.jp

月ヘルシークッキング 参加者募集
栄養士による講話と、ヘルシーメニューの楽しい調理実習があります。この機会に食生活を振り返って、ご自身やご家族の健康について考えてみませんか?
■対象 市内在住の人
■日時 令和2年1月17日(金)、31日(金) 9時30分～13時
(9時20分までに集合)
■場所 ほほえみ館3階 健康料理講習室
■内容 講話「糖質の摂り方を考えよう」佐賀市の現状から」
家庭で作ったみそ汁の塩分濃度測定、ヘルシーメニューの調理実習
※31日(金)は男性向けの料理です。
■料金 300円(食材料費)
■持参するもの エプロン、三角巾、ご家庭のみそ汁少量(塩分測定用)、米2分の1カップ(約70グラム)、筆記用具
■定員 各回先着30人程度
■申込方法 名前、住所、電話番号、希望する日程を電話またはファクスで申し込みください
■申込期間 11月1日(金)～12月20日(金)

- ・麦ごはん
- ・豚肉のフレッシュトマトソースかけ
- ・具だくさんみそ汁
- ・切干し大根の煮物
- ・バナナヨーグルト



1/31 金

男性料理の献立

- ・麦ごはん
- ・鶏肉ときのこのガリバタ炒め
- ・大豆と野菜のスープ
- ・にいもじ風
- ・バナナヨーグルト



1/17 金

の献立

食材のレシピ

牛肉とさつまいもの甘辛炒め煮



さつまいもと牛肉の相性は抜群です!

【材料(2人分)】

- ・牛肉 150g(長さ5cmに切る)
- ・さつまいも 中2個(5mm幅の半月切り、水にさらしてアク抜き)
- ・エリンギ 60g(長さを半分に、5mm幅に切る)
- ・パプリカ(赤) 1個(種をとり長さを半分に、3mm幅に切る)
- ・青じそ 1～2枚(細切り)
- ★濃口しょうゆ 大さじ1
- ★酒 大さじ1
- ★みりん 大さじ1
- ★砂糖 大さじ1/2
- ★コチュジャン 小さじ1/3
- ★サラダ油 大さじ1

【作り方】

- ①. フライパンに油を熱し、さつまいもを炒める。
- ②. さつまいもに焼き色がついたら、牛肉とエリンギを加えて更に炒める。
- ③. ②に火が通ったらパプリカと★調味料を加えてさっと煮からめる。
- ④. 器に盛り付けて青じそをのせる。

ワンポイント!

栄養豊富な一品です。寒さに負けない体を作りましょう!



【レシピ考案】西九州大学短期大学部
地域生活支援学科 食生活支援コース 西岡ゼミ
後列/西岡・白川 歩未・清水 郁子・竹本 奨吾
前列/青木 未憂・大塚 愛・柳木 沙耶香

こどものページ

永原学園子育て支援センター『さんこう・ぽぽら』
(若宮) ☎31・6877 FAX31・6879
■開所・園庭開放 平日9時～12時30分、13時30分～16時
■育児相談 随時 ■食育相談 第3火曜(14時～16時)
※13時30分～16時の利用は電話申込。
※サークル支援時は職員不在です。
☆サロン ■時間 10時～
■申込 電話(1日(金)以降の平日9時30分～17時)
8日(金) シニアサロン
「おまつり広場にお買い物」要申込
11日(月) 育児講座「トイレトレーニング」
※先着10組
14日(木) 高木瀬あいあいサークル支援
12日(火)・15日(金) なかよしミックス
「運動場で遊ぼう」要申込
25日(月)・26日(火) フリーデイ



あおぞら保育園子育て支援センター『あおぞら』
(兵庫町藤木) ☎30・7372 FAX30・6033
■開所 平日9時～16時 ■食育相談 要予約
■育児相談・保育園見学 随時
☆サロン ■時間 10時～
■申込 電話 (1日(金)以降の平日9時30分～16時)
6日(水) 発見の秋!!～どんな秋見つけた? in 保育園 ver.～
13日(水) ナチュラル・クラフトの秋!!～秋の自然を感じてみれば～
20日(水) もっと発見の秋!!～秋を探して散歩 ver.～
29日(金) もっともっと発見の秋!!～魔法の砂あそび～

巨勢保育園子育て支援センター『たんぽぽ』
(巨勢町牛島) ☎26・4247 FAX26・4216
■開所 平日9時～16時 ■育児相談 随時
☆サロン ■時間 10時～12時
■申込 電話(1日(金)以降の平日9時～17時)
6日(水) 【赤ちゃんの部屋】べたべたえのぐたのしいね♪
13日(水) 「うんとこしょ どっこいしょ」ごっこ遊びを楽しもう!
20日(水) 【赤ちゃんの部屋】音の鳴るおもちゃ作り
27日(水) 巨勢公園さんぽ(雨天時は室内遊び)
※現地集合・解散です
※巨勢公園さんぽの詳細は園にお尋ねください。
※【赤ちゃんの部屋】は1歳3カ月未満です。

小部保育園子育て支援センター『こべっこ子育てワーク』
(朝日町) ☎29・9595 FAX25・0766
■開所 平日9時～16時 ■育児相談 随時
☆サロン ■時間 10時～11時30分
■申込 電話(前週の金曜まで)
6日(水) 園長講演「こどもの笑顔が増える関わり方」①
13日(水) 園長講演「こどもの笑顔が増える関わり方」②
20日(水) こべっこ子育てワーク「みんなで楽しく茶話会!」
27日(水) こべっこ子育てワーク「ミニミニコンサート!」



開成保育園子育て支援センター『えだまめ』
(鍋島町八戸溝) ☎36・6114 FAX36・6116
■開所 平日9時～16時 ■育児相談 ☎32・5343
☆サロン ■時間 10時～11時30分
■申込 電話(3日前まで)
5日(火) お芋ほり「大きいおもちとれるかな?」
12日(火) 赤ちゃんサロン
19日(火) 戸外で好きなあそびをする
26日(火) とれたおもちでクッキング

城西こども園子育て支援センター Kosodate Room『ももたろう』
(西与賀町厘外) ☎24・2881 FAX26・3953
■開所 平日10時～13時、14～16時
☆サロン ■Salon de おにがしま・育児相談 随時
○【ももたろうキッズ】秋のプレゼント
■日時 6日(水) 10時30分
■場所 中央児童センター(当日受付)
○【きびだんご(3～8カ月)】ママの手で・・・タッチ&ハグ
■日時 8日(金) 10時
■場所 城西こども園 ■電話受付 5日(火) 14時
○おはなしポケット
■日時 14日(木) 15時
■場所 市立図書館
○【おにがしま&三世代交流“どんぶらこ”】
おじいちゃん・おばあちゃんと一緒に!
■日時 22日(金) 10時
■場所 城西こども園 ■電話受付 18日(月) 14時
○【西与賀子育てサロン支援】森のおながukai
■日時 28日(木) 10時
■場所 西与賀公民館(当日受付)



鍋島保育園子育て支援センター『どんぐり』
(開成) ☎34・5577 FAX33・2622 ■育児相談 随時
■開所 平日9時～12時30分、13時30分～16時
☆サロン
■時間 10時～11時30分 ■申込 電話(前日まで)
■場所 開成3丁目4丁目ふれあい公民館
7日(木) 小児針を応用したスキンタッチ講演会
14日(木) 秋を探しに!!「神野公園散歩」
※雨天時は親子でHOTタイム
21日(木) 10・11・12月の誕生会
22日(金) 親子でHOTタイム



春日保育園子育て支援センター『ふたば』
(大和町尼寺) ☎62・0062 FAX62・6992
■開所・園庭開放 平日9時～16時 ■育児相談 随時
☆サロン ■時間 10時～ ■申込 電話(前日まで)
7日(木) 誕生会(園行事に参加)
13日(水) 園庭で遊ぼう(雨天時は室内遊び)
20日(水) 足形でゆらゆらミノムシ作り
27日(水) 透明ホースでカラコロリング

佐賀市社会福祉協議会子育て支援センター
(諸富町為重) ☎34・8211 FAX34・8222
■育児相談 随時
■各サロンの開始時間 10時30分～(みつせスマイルキッズは10時～)

大和まほろば広場
開館 月・水・金 10時～16時
☎62・0461
6日(水) 音遊び
8日(金) みかん狩り 要申込 ※先着15組、参加料600円
【受付】1日(金)10時～
20日(水) 育児相談(13時～14時) ※終日1歳半まで
29日(金) 親子ふれあい遊び



東与賀・久保田合同 なかよし・よかつこ広場
開館 第4水曜 10時30分～12時
東与賀 ☎45・8022 久保田 ☎68・4512
場所 久保田保健センター
27日(水) 親子でリズムダンス 要申込

むつごろう広場 第3月曜 赤ちゃん広場 第2・4月曜
開館 10時～15時30分
(ほほえみ館 ☎32・6670)
11日(月) 育児相談 (10時半～11時半)
みつせスマイルキッズ広場
開館 月2回 10時～16時
☎51・6001
12日(火) 芋ほり
26日(火) 開館日

川原保育所子育て支援センター
(川原) ☎41・8320 FAX41・8326
■開所 平日9時～16時 ■園庭開放 平日10時～15時
■対象 未就園児と保護者 ■育児相談 随時

☆川原子育てサロン ■時間 10時～12時(予約不要)
○絵本に親しもう ◎お話で、ごっこ遊び
親子でふれあい遊び・寝相アート など
■日程 13日(水) ■場所 中央児童センター
○秋の自然に親しもう ◎園庭遊び
親子でふれあい遊び・ミニお話し会 など
■日時 19日(火) 10時30分～12時
■場所 川原保育所



○育児相談
子育てについて、気軽に話ませんか?
■日程 20日(水)
■場所 中央児童センター(2階 多目的室)
○絵本に親しもう ◎お話して、ごっこ遊び ※1歳3カ月以上対象
親子でふれあい遊び、寝相アート など
■日程 22日(金) ■場所 巨勢公民館
○赤ちゃんひろば ※1歳3カ月未満対象
親子でふれあい遊び・カンちゃんのお話タイム・寝相アート など
■日程 26日(火) ■場所 巨勢公民館

城東保育所子育て支援センター
(東佐賀) ☎40・0415 FAX23・3483
■開所 平日9時～16時 ■園庭開放 平日10時～15時
■対象 未就園児と保護者 ■育児相談 随時

☆城東子育てサロン ■時間 10時～12時 ■申込 電話

日程	対象	内容
5日(火)	全年齢	園庭で遊ぼう
8日(金)	1歳3カ月未満	わらべうたで遊ぼう「おいしいおもち」
14日(木)	1歳3カ月以上	わらべうたで遊ぼう「おーい!おもちさん」

富士ふれあい一む
開館 月～金 10時～16時 ☎58・2311
1日(金) コーヒーの楽しみ方
6日(水) タッチケア&デコカレンダー作り ※オイル代300円
7日(木) 休館日
8日(金) みそ作り(10時～) ※参加料500円 要申込
12日(火) 親子でリズムダンス
15日(金) 七五三詣りへ行こう
22日(金) 普段使いのテーブルコーディネート ※参加料300円 要申込
29日(金) Book Café～酒井 駒子の世界～



諸富ふれあい広場
開館 火～土 10時～16時 ☎34・8211
5日(火) わらべうた ※1歳まで
6日(水) 工場見学 要申込
13日(水) 布おもちゃで遊ぼう
15日(金) 絵本の広場
22日(金) がらがらどん 読み聞かせ
26日(火) 親子で遊ぶ折り紙



佐賀市子育て支援センター『ゆめ・ぽけっと』
■開館時間 10時～17時 ■休館日 日曜、祝日
■育児相談 随時 ■対象 未就学児と保護者
子育てサークル支援 ☎40・7389 FAX28・2911

日程	場所	サークル名
6日(水)	神野公民館	赤ちゃんサークル神野ほっとサロン
14日(木)	新栄公民館	新栄るんるん子育てサークル
20日(水)	高木瀬公民館	高木瀬赤ちゃんサロン
28日(木)	蓮池公民館	蓮子んくらぶ

①サガンバパサロン in ゆめぽけっと
■対象 未就学児とお父さん 20組程度(参加無料)
■日時 16日(土)11時～12時
■テーマ パパと一緒に秋を楽しもう!
※自由参加のため、当日直接おいでください。



②育児講座 ママの手は魔法の手
■対象 生後3～8カ月未満の乳児とお母さん(未受講の親子)
■日時 22日(金) 10時30分～
■定員 先着親子25組(要予約)
■参加費 オイル代200円
■持参 バスタオル2枚
■申込方法 1日(金) 電話または窓口で受付



〈以下共通〉
■場所 ゆめ・ぽけっと多目的室(エスプラッツ2階)

◎申し込み・問い合わせ
子育て支援センター「ゆめ・ぽけっと」
①の問い合わせ ☎40・7389
②の申し込み ☎40・7287

わくわく 市報さが QUIZ

「市報さが」11月1日号に関する問題です。
3つの問題に答えてプレゼントをGETしよう！

- ①「さが〇〇〇〇〇2020」では3,000人のボランティアを募集しています。笑顔とおもてなしで大会を盛り上げましょう！（〇〇〇〇〇〇に入る文字は何でしょう。）
- ②「〇〇で支える妊娠・出産・子育て～子ども虐待を防ぐためにできること～」をテーマに「子どもの養育を考える講演会」を開催します。（〇〇に入る文字は何でしょう。）
- ③「2019佐賀インターナショナルバルーンフェスタ〇〇〇〇〇〇〇〇〇」を開催します。秋空を彩るバルーンの素敵な1枚をお待ちしています。（〇〇〇〇〇〇〇〇〇に入る文字は何でしょう。）

応募のしかた

11月8日(金)(当日消印有効)までに、はがきまたは電子メールに、**クイズの解答、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、今月掲載した記事に対するご意見・ご感想、希望するプレゼント名**を書いてご応募ください。
郵 送：〒840-8501 佐賀市役所 秘書課 広報係「市報さがクイズ」係
メール：shihou_quiz@city.saga.lg.jp
※**応募は、1人1件に限る。**同一の電話番号やメールアドレスでの重複応募不可。架空の応募者情報、または応募者本人以外の住所・名前・電話番号・メールアドレスでの応募不可。**記入もれは抽選の対象外です。**

10月1日号のクイズの答え

- ① 40 ② 交通安全 ③ サガン鳥栖

40通の応募があり、正解者40人の中から当選者に商品を送付します。当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。

●自分の夢を大切に、熱気球に取り組み上田諭選手。スポーツマンとしての意気込みの素晴らしい感銘を受けました。

(Mさん 女性)

●想定外の災害がやってくると思って、備えだけはしておきたいと思います。

(Mさん 女性)

●食品ロスについて知り、家庭で実践できることから始めようと思いました。作りすぎない、食べ過ぎることを目標にしたいです。

(Mさん 女性)

今月のプレゼント

旨唐佐賀牛プレミアム (5人)

佐賀牛と調味料のみで作られたしぐれ煮です。ご飯、お酒のお供にどうぞ。

◎商品に関する問い合わせ
肥前旨唐本舗コガヤ ☎28・7022



さがびより (新米) 5kg (4人)

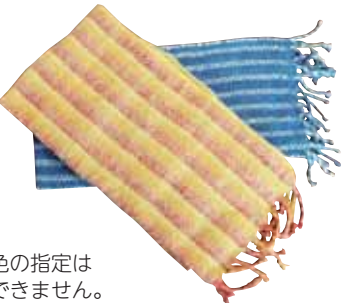
ワークス山王の新米が今年もできました。丹精込めて作っています。

◎商品に関する問い合わせ
NPO法人佐賀中部障がい者ふくしネット ☎20・2987



羊毛マフラー (2人)

染毛、糸作り、機織り全てハンドメイドの軽くて暖かい羊毛マフラーです。



※色の指定はできません。

TV サガテレビ (3ch)

ぶんぶんテレビ (11ch)

F M佐賀 (77.9MHz)
NBCラジオ佐賀 (1458kHz・NBC佐賀FM93.5MHz)
えびすFM (89.6MHz)

●さがCityテレビ
●佐賀市情報BAN
●知ろう！佐賀なう
●おさんぽ♥さがし

●クリアボイス・佐賀シティ
●佐賀市政ガイド
●出前放送
●いいね！佐賀市

●まちなか中継

水曜 かちかちプレス内 17時49分～
木曜 めざましテレビ内
火曜 ぶんぶんワイド内 17時45分ころ
第1・第3月曜から1週間 (1日5回放送)

土曜 12時40分～
月・水曜 8時15分～
現場からの生放送 (年1回・1時間)
月～金曜 ①12時55分～13時
②16時55分～17時
現場からの生放送 (年2回・1時間)



さまざまな市の情報を発信します。ぜひご覧ください。

この冊子には「佐賀の間伐材」が使用されています。1部当たり18.9円で作成しています。(ただし人件費など間接経費は含まれていません)

11月の相談コーナー

＜市民相談＞ ◎予約・問い合わせ 本庁 市民生活課 市民相談コーナー ☎40・7085 (直)			
本庁1階 市民相談コーナー (48・49番窓口)		各支所での相談	
○人権・心配ごと相談 5・12・19・26日(火) 13時30分～16時30分		○人権・行政相談	
○税務相談 6・20日(火) 13時30分～16時30分		■諸富支所 22日(金) 13時30分～15時30分	
○土地建物相談 11・25日(月) 13時30分～16時30分		■大和支所 21日(木) 10時～12時	
○行政相談 1・8・15日(金) 13時30分～16時		■三瀬公民館 13日(水) 9時30分～12時	
○司法書士による相談 27日(火) 13時30分～16時30分		■川副支所 13日(水) 9時30分～12時	
○行政書士による相談 22日(金) 14時～16時		■東与賀保健福祉センター 20日(水) 13時30分～16時	
○土地家屋調査士による相談 18日(月) 13時30分～16時30分		■富士支所 行政相談 27日(火) 10時～12時	
○公証人による遺言等の公証相談 11月の相談日はありません		■久保田老人福祉センター 行政相談 13日(水) 10時～12時	
○暴力に関する相談 月～水・金 8時30分～17時			
○法律相談【1枠20分の予約制】			
■対象 市民 (同一人は年度3回まで。相談は本人が来庁)		■本庁 7・21日(木) 10時～12時	
■予約受付 相談日前週の金曜8時30分～(電話予約可)。		7・14・21・28日(木)	
※交渉・手続代行等は不可。		13時30分～15時30分	
※弁護士職務規程により相談に応じられない場合あり。		■川副支所 14日(木) 13時30分～15時30分	

＜市県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税の日曜・夜間納税相談＞			
○日曜 (第1日曜) 3日(日・祝) 9時～12時/13時～16時		○夜間 (第4火曜) 26日(火) 17時15分～20時	
相談窓口	納税課 (3階)	保険年金課 (1階16～19番窓口)	
問い合わせ	整理一～三係 ☎40・7076～7077 FAX25・5408 ☒nozei@city.saga.lg.jp	国保税二係 ☎40・7273 FAX40・7390 ☒hoken@city.saga.lg.jp	

＜商品の購入・契約等のトラブル・不当架空請求等の消費生活相談＞	
①佐賀市消費生活センター (駅前中央1丁目8-32) ☎40・7087 FAX40・2050 ☒seikatsuanzen@city.saga.lg.jp ※原則、来所 (要予約)・電話による相談です。 ■相談 月～金 9時～16時 (祝日は除く) ■弁護士相談会 第1～4水曜 14時～16時 (4人まで) ■夜間弁護士相談会 21日(木) 18時～20時 (3人まで)	②各支所での相談 (時間：9時～15時) ※前日12時までに要予約 (☎40・7087) ■諸富 14・28日(木) ■川副 11・18・25日(月) ■大和 6・13・20・27日(水) ■東与賀 7・21日(木) ■富士 12・26日(火) ■久保田 1・15日(金) ■三瀬 8日(金)

＜労働相談・経営相談＞

■日時 13・27日(水) 18時～21時
■場所 産業支援相談室 (アイ・スクエアビル5階)

①労働相談 (相談員：社会保険労務士)
■電話相談 ☎40・7079 (窓口開設時間のみ)
■メール相談 (24時間受付)
☒shoko-mag@city.saga.lg.jp
◎問い合わせ 商業振興課 ☎40・7102

②経営相談 (相談員：中小企業診断士)
※要予約 (☎40・7079)
◎問い合わせ 工業振興課 ☎40・7101



メール相談

＜建物についてのトラブル相談＞

●相談内容：隣接建物に対するトラブルや建物の疑問について

■日時 20日(水) 14時～16時
◎場所・問い合わせ 建築指導課 指導係 (本庁5階)
☎40・7170 FAX40・7392
☒kenchikushido@city.saga.lg.jp

＜マンション管理・運営に関する相談＞

■日時 17日(日) 13時30分～16時30分 (毎月第3日曜)
※予約制：先着3人 (相談員：マンション管理士)
■場所 佐賀市民活動プラザ (佐賀商工ビル7階)
◎問い合わせ 本庁 建築住宅課 住宅政策係
☎40・7291 FAX40・7392 ☒kenchikujutaku@city.saga.lg.jp

2019 佐賀インターナショナル バルーンフェスタ フォトコンテスト

バルーンフェスタ期間中
(10月31日(木)～11月4日(月・振))、
バルーンフェスタをテーマに撮影された写真を募集します。

応募点数
1人3点まで

応募期限
11月22日(金)
必着

表彰
グランプリ
賞金3万円 他

詳しくはお問い合わせください。

■規 格 4つ切(4P)または4つ切ワイド(4PW) 印画紙カラープリント(ホームプリンタでの印刷は不可)。
自作未発表作品に限る。

■応募方法 郵便番号、住所、氏名、性別、年齢、電話番号、画題、カメラの種類(フィルム・デジタル)、
撮影日、印刷取扱店を応募用紙(佐賀市観光協会、バルーンフェスタ会場等に設置)に記入の上、
写真に貼付、または写真に直接記入の上、ご応募ください。

【応募・問い合わせ】

〒840-0826 佐賀市白山2丁目7番1号エスプラッツ2階
佐賀バルーンフェスタフォトコンテスト事務局(佐賀市観光協会内)

☎20・2200

11月の納期

- 固定資産税 第4期
- 国民健康保険税(普徴) 第6期
- 後期高齢者医療保険料(普徴) 第8期

納期限: 12月2日(月)

※安心・便利な口座振替を
おすすめします。



人口データ

人口 232,624人(+37) 男 109,767人(+12)
世帯 100,830(+81) 女 122,857人(+25)

※令和元年9月末日現在の人口、世帯数。
() 内は前月との差。

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

UD FONT
by MORISAWA