



市報
おおいた
2016
10.1
No.1686

大分市



このままでいい？ 大分人のカラダ
生活習慣改善のための3つのススめ

生活習慣改善のための3つのススメ

その1

健康診断で、 まずは自分の体を知ろう！

保健所健康課
朝見 智子 保健師

健康をスタート地点として、
健康づくりに取り組もう

とはいえ、このような病気や

※平成21年国保特定疾病療養受療証交付
状況調査より

がん検診がワンコインで

生活習慣と関わりが深い病気の
一つに、がんがあります。今年
の4月からは、市のがん検診
が500円で受けられるように
なりました。また、検診施設で、
すべてのがん検診が同時に受診
できるようになり、とても便利
になりました。子宮頸がんや乳
がんなど女性特有のがんに対し
ては、対象者に無料クーポン券
を配布しています。対象は、年
度内に子宮頸がん検診は21歳、
乳がん検診は41歳になる人で

※市と包括連携協定を締結して
いる大分県信用組合では、国民健
康保険・後期高齢者医療の健康
診査・市が行うがん検診の受診者
に、定期預金の金利上乘せ制度を
設けています。詳しくは、同組合
(☎0120・393・528)へ。

も影響を与えかねません。自分の
生活習慣の見直しは、家族の健
康にもつながります。わたしたち
は、栄養士や健康運動指導士ら
と連携しながら市民の健康づく
りに取り組んでいます。まずは健
診を受け、その結果不明な点や、
健康に関して気になることがあ
れば、気軽に相談ください。

自分や家族の未来のために

生活習慣病は文字通り毎日の
習慣化された生活が生み出す病
気。同じ生活を送る子どもたちに
も影響を与えかねません。自分の
生活習慣の見直しは、家族の健
康にもつながります。わたしたち
は、栄養士や健康運動指導士ら
と連携しながら市民の健康づく
りに取り組んでいます。まずは健
診を受け、その結果不明な点や、
健康に関して気になることがあ
れば、気軽に相談ください。

大分市民の健康事情

27年度の国保特定健診の結果、

大分市民の3人に1人が高血圧
と診断されています。高血圧、糖
尿病などの生活習慣病は腎機能
の低下につながり、新たに注視
されている慢性腎臓病（CKD）
を引き起こす恐れがあるといわ
れています。実は大分市は、CK
Dが重症化すると必要になる人
工透析を受けている人の割合が、
※中核市で1位。このことから本
市では、CKD対策に取り組んで
おり、25年には病診連携システ
ムを開始。CKDと診断された場
合、かかりつけ医に相談すれば、
腎専門医が併診して治療できる
よう連携を図っています。

※平成21年国保特定疾病療養受療証交付
状況調査より

このままでいい？大分人のカラダ

慢性腎臓病
(CKD)の疑い
市民の
4人に1人

高血圧^{※1}
市民の
3人に1人

脂質異常症^{※1}
市民の
3人に1人

食塩摂取量^{※2}
1日の摂取目標に対し
2～3g
取り過ぎ

野菜摂取量^{※2}
1日の摂取目標に対し
50～80g
不足

生鮮野菜消費量^{※3}
大分市
36位/52市
対して、鶏肉消費量4位、
合いびき肉消費量9位と、
肉類は高め

都道府県別
肥満傾向児の出現率
(幼稚園～高校)^{※4}
全学年で
全国平均以上

運動習慣者
の割合^{※5}
(30分・週2回以上の運動を
1年以上継続している人)
35.4%
〈20～64歳〉

1日の歩数^{※5}
全国平均より
約1,000歩
少ない
〈20～64歳〉

※1 平成27年度国保特定健診より ※2 大分県民の数値。平成24年国民健康・栄養調査より ※3 家計調査 都道府県庁所在地市および政令指定都市ランキング
(平成25～27年平均)より ※4 平成27年度学校保健統計調査より ※5 大分市民の数値。第2期いきいき健康大分市民21より(平成24年(全国は平成22年)調査)

この数値を見たとき、皆さんは
どのように感じられますか？

高血圧や脂質異常症、糖尿病
などの「生活習慣病」。その多くは、
自覚症状のないまま進行します。
時には死に至る病気を引き起こす
こともあり、これらは若い頃から
の食生活や運動など、生活習慣
の積み重ねが原因と考えられてい
ます。

特に、近年、新たな国民病とい
われているのが「慢性腎臓病（C
KD）」その原因の多くは生活習
慣病といわれており、初期症状が
なく、重症化すると人工透析が必
要となります。また、脳卒中や心
筋梗塞などの重大な危険因子にも
なっています。

生活習慣は、子どもの頃からの
積み重ね。それを改善するため
は、どうしたらいいのか？大切な
3つのポイントについて、専門家
に教えてもらいましょう。

保健所健康課
☎536-2562

10月から胃がんリスク検診が始まります

【胃がんリスク検診とは？】直接、胃がんを見つける検査ではありません。
血液検査で、胃の粘膜に生息する「ピロリ菌」の感染の有無と胃粘
膜の萎縮度を調べ、将来、胃がんになりやすい状態かを調べます。

【28年度の対象者】大分市に住民票があり、職場などで同内容の検診
の機会がない、年度中に40・45・50・55・60歳になる人
※上部消化管症状がある・治療中など、除外対象あり。詳しくは、保健所健康課へ。

【自己負担金】500円 ※生活保護診療依頼証所持者（当日持参）、市民税非課税
世帯の人（5日前までに保健所健康課へ要連絡）は、無料。

【実施場所】次の①または②の施設
①公民館などを巡回する集団健診会場（予約不要）

②検診施設（要予約）

検診機関名	場所	電話番号
県地域成人病検診センター	宮崎	569-2211
県地域保健支援センター	駄原	532-2167
おおいた健康管理センター	古国府	547-1111
大分労働衛生管理センター	高城南町	552-7788
天心堂健診・健康増進センター	中戸次	597-5254
三愛総合健診センター	市	542-6733
大分東部病院 健診センター	志村	503-5918
県厚生連健康管理センター	別府市	0977-23-7112

★集団健診など、市が行っている健(検)診の対象や日程などは、市報毎月15日号・市ホームページで確認できます。

生活習慣改善のための3つのススメ

その3

まずは、毎日10分、歩数で1,000歩プラスしよう！



NPO法人日本健康運動指導士会
大分県支部 支部長
松元 義人さん

わたしは運動指導士として約35年間、大分県民の健康づくりに関わり、長年、健康状況も見てきました。生活習慣病が増加しているのは、大分だけのことでなく、全国的な問題で、身体活動量の減少や飽食など、生活環境の大きな変化が影響しています。世の中が便利になり車社会になれば、おのずと歩数も少なくなりそうです。朝起きてから寝るまでの生活活動量と運動を身体活動といいますが、昔の人に比べると消費エネルギーが200〜300キロカロリー少ないといわれています。歩数にして約1万歩。「1日1万歩は歩こう」といわれる理由はここにもあります。電車で移動する機会の多い都会の人はよく歩き、毎日の生活に運動が自然と取り入

便利な生活で減少した活動

れられています。糖尿病などの割合が地方のほうが高いのは、生活環境の違いも大きいでしょう。生まれてすぐに車生活が始まる現代の子どもたちの肥満傾向も、親の優しさが裏目に出た結果かもしれません。人間も動物です。動物とは「動く物」と書きます。動いて初めて、動物の機能が発揮されるのです。逆に、動かなくなれば機能も低下していきます。人間本来の機能をきちんと働かせるためにも、運動することは大切なのです。

まずは自分の活動量を知ろう

毎日1万歩といわれていますが、まずは7,000〜8,000歩歩くのが理想的。ハードルが高い……という人は、歩数計を着け、自分の1日の活動量を知りましょう。歩数やカロリー消費量を見て、活動量の少なさに愕然とすることでしょう。しかし、その「気づき」が大事です。1日を振り返り、どこかで運動の時間が持てないか？考えてみましょう。買い物に歩いていく、家事の時間こまめに動く。そうやって、歩数を稼ごう！動くこう！と思う意識が大事です。本来は30分以上の運動時間が理想ですが、10分、歩数にして1,000歩を増やすことから始めてみてください。



▲肘を上げ、目線を真っすぐ。腰をこのような角度にしてお尻を軽くイスにつける。これをゆっくり繰り返しましょう。

大分はつらつフェスタ ～わたしたち元気！健康寿命をのばそう～

（ホルトホール大分 大会議室） ※小雨決行
10月22日（土） 午前11時～午後4時30分・23日（日） 午前10時30分～午後4時
（大分いこいの道） 10月22日（土） 午前10時～午後5時・23日（日） 午前10時～午後4時
医師による講演や医療の対応劇、三世代交流の歌やダンスなどの参加型ステージのほか、さまざまなイベントが行われます。詳しくは、実行委員会（☎534-3668）へ。

10月は「みんなで延ばそう健康寿命」推進月間です

健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のこと。運動、食事、喫煙など、普段の生活習慣を振り返り、健康の保持・増進に取り組みましょう。

10月10日（月）は「目の愛護デー」です

『年に1度は目の健診を！症状が出にくい病気をチェックしてもらおう！～目の健診はお近くの眼科専門医で～』

生活習慣改善のための3つのススメ

その2

塩分マイナス1g、野菜プラス1皿を意識して。



保健所健康課
奥 亜梨紗 栄養士

野菜不足、塩分取り過ぎ。大分に見える食生活

生活習慣病は、食生活の習慣も大きく影響しており、食塩や脂質、エネルギーの過剰摂取などが、高血圧や肥満などに大きく関連しています。平成24年の国の調査から、大分県民の食生活の実態が分かります。1日の目標野菜摂取量350g以上に對し、大分県の男性は292g、女性272gと、50〜80gの野菜が不足しています。對して、1日の食塩摂取目標は男性8g未満、女性7g未満に對して、大分県では男性11g、女性9gと、食塩を2〜3g取り過ぎています。この結果から、大分市民も野菜不足なうえ、塩分を多く取り過ぎている恐れがあると考えられます。

では、減塩をしながら野菜を上手に取るための料理のポイントをご紹介します。

① バランス良い食事
主食、主菜、副菜、乳製品、果物をバランス良く取ることが何よりも大事です。副菜で野菜の煮物やお浸しを2品くらいプラスするよう心掛けるといいでしょう。また、野菜は熱を通したほうが多く食べることができます。

② 栄養成分表示を確認しよう
調味料や食材を購入する際、ラベルの栄養成分表示を確認して、より塩分の低いものを選びましょう。

③ 天然だしを活かす
インスタントのだしは便利ですが、2倍以上の塩分が含まれていることがあるので、いりこや昆布、かつおぶしなどでだしを取りましょう。だしを取る前に、いりこをカラ煎りすると、風味とコクが増します。

④ 汁物は1日1食に
健康にいいといわれるみそ汁、実は1杯で1〜2gの塩分が含まれています。汁物は意外と塩分が高いので1日1杯に。うどんやラーメンなどの麺類のスープにも気を付けましょう。みそ汁は汁を少なくして具材を多く、食べる時はお皿を浅いものに変えるなどの工夫をしてみてください。

⑤ 味付けは香辛料、香味野菜、果汁などを使って
塩分を少なくするため、カレーパウダーやニンニク、大分ならカボスなどで香りをプラスすることで、味にインパクトを与え、物足りなさを感じさせない味付けができます。

⑥ 醤油は「かける」より「つける」
お醤油はつけるよう心掛けましょう。もし、かける場合でも、最近ではスプレー式の醤油ボトルが市販されていますが、通常よりもかなりの使用量を抑えられるのでおすすめです。

⑦ 旬の食材を使う
季節の食材を使い、素材本来の味を楽しみましょう。

まずは1g減塩を目指して

しかし、実際に2gの塩分を減らすというのはかなり大変です。梅干しやみそ汁、漬け物など健康食といわれる日本食は意外と塩分が高めです。みそは大さじ1杯に2.2g、梅干しも1個で約2gの塩分量です。また、肉や魚の加工品にも塩分が多く含まれていることがあります。例えば、ちくわを使う前にお湯で塩抜きをするなど、少しずつ工夫しながら、食べるものの塩分を意識して、まずは1gの減塩を目指しましょう。

歩くポイント、簡単な運動

ただ歩くだけでなく、効果的に歩くことを意識しましょう。速度を上げ、時間をプラスすれば運動強度も運動量も上がり効率的に運動できます。家で簡単にできる運動もご紹介しましょう。

① 目線を上に、歩幅を広く
歩くポイントは「目線を遠く、歩幅を広く」。歩幅を広くすることで、運動強度も上がり、目線を上げると歩く姿勢も良くなります。

② 畳の上でゴロゴロ体操
畳にあおむけに寝っころがり、両手を右、左にバタンと倒し、足をバタバタさせ、最後に寝たまま背伸び。これだけで全身運動、ストレッチができます。

③ イスを使って脚を強化するスクワット運動
手を胸の前でクロスさせ、イスから立ち上がり、お尻をゆっくり落としましょう。座ったまま両足を上げる運動もプラスすると、腹部の筋肉を鍛えることができます。

少しずつでも続けることが自信に

運動を続けるためには、高い目標を持つよりも、少しずつでも続けることが大切です。続けることで結果が出て、自信になり、さらなる運動の継続につながります。「健康のため」と聞くと重く受け取るかもしれませんが、「自分がやりたいことを元気で続けるために」という気持ちで取り組んでみませんか。

野菜×減塩おすすめのレシピ

“レバーサラダ”



〈作り方〉

- 鶏レバーは一口大のそぎ切りにし、10分程水につけ血抜きをする。水気を切って、塩・こしょうをし5分程おく。水気をよく拭き取り、薄く小麦粉をまぶす。
- フライパンにサラダ油を熱し、①をふたをして焼く。
- ホールコーンは水気を切っておく。小松菜はサッとゆで、3〜4cmに切る。りんごは皮付きで薄いちょう切りにして塩水にさらす。
- ボウルに③を入れて混ぜ合わせ、②と共に皿に盛る。
- Aの調味料を混ぜてドレッシングを作り、食べる直前にかける。

※小松菜はゆでずに炒めても良い。

【材料（1人分）】

鶏レバー	50g
塩・こしょう	少々
小麦粉	5g
サラダ油	適量
ホールコーン	10g
小松菜	60g
りんご	10g
レモン汁	12cc
オリーブ油	7g
A 塩	少々
カレーパウダー	適量

10月
15日(土) 16日(日)

第4回 宗麟公まつり



大友杏葉武将隊



アコースティックユニット「Marionette」

時間:午前10時～午後6時 ※16日は午後4時まで
場所:大分駅府内中央口広場

郷土の英雄「大友宗麟」の功績と、当時のまちのにぎわいを、市内外に発信！
国際色豊かな音楽や料理、伝統芸能などを楽しみませんか。

両日

豊後大友宗麟鉄砲隊 & 大友杏葉武将隊
のステージ(午前11時10分～)
宗麟公の功績を伝える演武を披露。

府内唐人町 ピリ辛グルメフェスタ

16世紀に豊後府内に実在した外国人街「府内唐人町」と唐辛子がテーマの飲食ブース。

大茶会 & ワインブース ※大茶会は雨天中止
宗麟公の愛した「茶の湯」。今回は、「野点」で大茶会を再現。ポルトガルワインなども販売。

15日(土) 午後1時～

「Marionette」のステージ
ポルトガルギターとマンドリン
のアコースティックユニットによるステージ。

16日(日) 午後0時50分～

南蛮・武者行列
まつり会場から中央通り歩行者
天国会場までの間を、南蛮衣装
や甲冑姿でパレード。愛媛県大洲
藩鉄砲隊も援軍として参戦！

宗麟公まつり実行委員会事務局(観光課内)
☎537-7043

※そのほかにも、伝統芸能の披露などさまざまなイベントを開催。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

10月
22日(土) 23日(日)

まちに音楽があふれる2日間

おおいた夢色音楽祭 2016



西洋音楽発祥の地“おおいた”で、さまざまなジャンルの音楽をお楽しみください。

両日

みゅーじふる (Music + ~ful)・たうん
時間:正午～午後5時(会場によって異なる)
場所:中央町・府内町の商店街、若草公園、ふ
ないアクアパーク、大分駅周辺など
県内外から集まった250組を超えるミュー
ジシャンが、延べ33カ所で演奏。

リズムの夢色レストラン

時間:午前11時～午後8時
場所:若草公園
2日間限定「夢色カクテル」のほか、さまざ
まなグルメが味わえる屋台がオープン。

※詳しくは、各会場で配布する「音楽祭瓦版」をご覧ください。

おおいた夢色音楽祭実行委員会事務局 ☎513-4280

22日(土) 場所:若草公園

夢色ミュージックコンテスト2016
時間:午後5時30分～8時
予選を勝ち抜いた10組のミュージシヤ
ンが、グランプリを目指して演奏。

23日(日) 場所:若草公園

ファイナルナイト・ジャム
～グランドフィナーレ
時間:午後6時～8時
歌手の「上田正樹」やジャズバンド「ザ・
ショッキング」、さらに今年は友好都市・中
国武漢市からもミュージシャンが登場！



シンガーソングライター「上田正樹」

10月
16日(日)

大分の新しい非日常空間

中央通り歩行者天国

〈小雨決行〉

時間:午後1時～5時 中央通り6車線で、さまざまな年代の人が楽しめるイベントを開催します。
●主催:中央通り歩行者天国推進委員会 ●共催:おいたんまちからネットワーク We Love大分協議会

①メインステージゾーン

大分出身で全国で活躍する若手ロック
バンド「SIX LOUNGE」や、ミス・ユニバ
ース・ジャパン大分のファイナリストたち
による100mランウェイなどを開催。また、
OBSラジオの公開生放送も行います。
さらに、スペシャルゲストとして、市出身
の歌手「錦野旦」や、短く切りそろえた前
髪がトレードマークのモデル「三戸なつめ」
のライブも決定！



錦野 旦



三戸 なつめ

SIX LOUNGE

④職業体験ゾーン

壁塗り体験、鉄筋組立
体験、電気配線体験な
ど14種類の職業を体
験できるコーナー。一
部参加者の事前募集あ
り。詳しくは、大分県中小企業団体中央
会ホームページをご覧になるか、同会
(☎536-6331)へ。

第1回 おおいた 食と暮らしの祭典

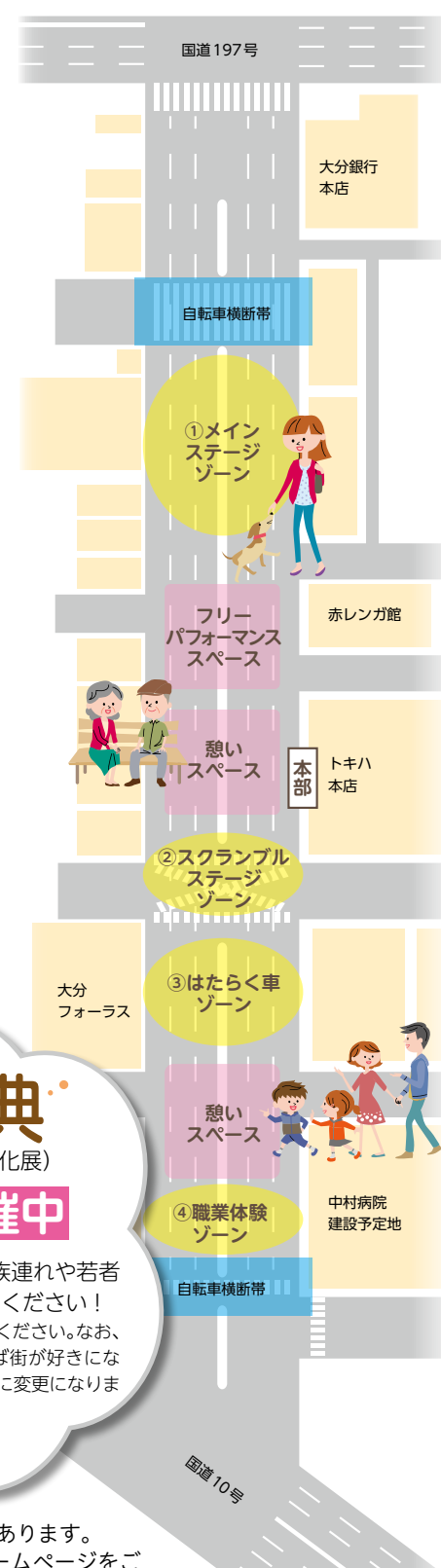
(旧 大分生活文化展)

期間:10月7日(金)～16日(日) 開催中
場所:市内中心部

大分の「食」や「暮らし」をテーマとした、家族連れや若者
も楽しめるイベントです。あわせてお楽しみください！
※詳しくは、市報9月15日号・市ホームページをご覧ください。なお、
10月9日(日)午前10時30分から開催する「ひろえば街が好きにな
る運動(野口健トークショー)」は、会場が若草公園に変更になりました。

※イベント内容などが変更になる場合があります。
詳しくは、10月1日(土)公開予定の市ホームページをご
覧になるか、お問い合わせください。

商工労政課 ☎537-5959



②スクランブルステージゾーン

YOSAKOIをはじめ、
おおいた夢色音楽祭
プレステージや、大分
で活動するアマチュア
ミュージシャンによる
演奏などを開催。

③はたらく車ゾーン

はしご車や自衛隊の軽
装甲機動車など、さま
ざまなはたらく車両を
集めて展示。

フリーパフォーマンススペース

一定の条件のもとで、パフォーマンスなどを
披露することができるスペース。皆さんの参
加をお待ちしています！ ※詳しくは、商工
労政課へ。

商店街を舞台にした
宝探しゲーム
「まちなかトレジャーハント in ホコ天」開催

受付:午後1時～
受付場所:本部テント
定員:事前申込先着70人、
当日先着30人程度受付
参加料:1,000円～
詳しくはこちらから
QRコード
または電話で事務局
村井(☎090-1088-9121)へ。

交通
規制
にご協力を
時間:正午～午後6時

※現場の警察官、係員の指示に従ってください。



※規制時間中、中央通り沿線の路線バス・高速バスのりばや、「昭和通り」「大分
市役所合同新聞社前」「県庁正門前」「コンパルホール入口」「金池(県庁方面)」
バスのりばも使用できません(大分きんばす除く)。「大分駅前バスのりば」
や大分駅東側の「要町高速バスのりば」などをご利用ください。

催し

海部のまつり2016



古代悠久ロマンに 思いをはせて

☎ 文化財課 ☎537-5639

県下最大級の前方後円墳「亀塚古墳」を舞台に、古代衣装をまとうて儀式を行う「式典」（午前11時20分～正午）や、食べ物の販売・フリーマーケットが行われる「里の市」を開催。また、火おこしなどの体験や地元サークルの歌や踊りも楽しむことができます。

◎日時：10月16日(日) 午前10時～午後4時

◎体験広場：●火おこし体験(随時受付・無料)

- はにわ作り(先着60人・材料費300円)
- 勾玉作り(各先着30人・材料費300円)
- 午前の部受付 午前9時30分～10時
- 午後の部受付 午前11時～正午

※まつり会場内の駐車場は利用できません。会場と臨時駐車場、坂ノ市駅前間の無料シャトルバスをご利用ください。(午前9時30分～午後4時、25分間隔で運行)



催し

今市石畳まつり



石畳に浮かぶ 8千本の竹灯籠

☎ 今市石畳まつり実行委員会事務局(野津原支所) ☎588-1111

江戸時代に参勤交代道路として整備され、今も当時の面影を残す「今市石畳」。歴史あるこの場所で、竹灯籠やオブジェに灯りがとまります。



◎日時：10月23日(日) 午後3時～〈小雨決行〉

- ◎内容：午後3時～ 肥後街道参勤交代かご乗り体験(当日先着10人(無料)、女性または中学生以下)
- 午後5時～ 開会式・竹灯籠点火式
- 午後5時30分～ 伝統芸能「岡倉こども神楽」
- 午後8時～ 真木はるか歌謡ショー

催し

よいやかがり火



戸次本町をともす あたたかい光

☎ 戸次本町街づくり推進協議会事務局(大南支所) ☎597-1000

コンサートなどのイベントとともに、竹ひご灯籠などに火をともして「戸次川の合戦」戦没者の慰霊を行います。また、同日午前10時～午後6時には帆足本家酒造蔵の西広場で「戸次市」「大南市場」「戸次本町通り骨董市」も同時開催。地元の野菜やあんずジャム、ごぼまんなどの販売が行われます。

◎月日：10月15日(土) 〈小雨決行〉

- ◎内容：午前11時～ おやじバンド「ノー・リプライ」コンサート
- 午後1時30分～ 戸次本町街なみスケッチ大会表彰式
- 2時40分～ おやじバンド「ノー・リプライ」コンサート
- 3時20分～ お抹茶振る舞い **300円**
- 4時～ ザ・漫オショー(吉本興業芸人ほか)
- 5時15分～ 戸次中学校コーラス部 合唱
- 5時30分～ 竹ひご灯籠点火式

※天候などにより、時間や内容などが変更になる場合があります。

◎場所：帆足本家酒造蔵周辺(戸次本町)

催し

ASIAN DAY 2016 in コンパルホール



シンガポールの文化に 触れよう

☎ コンパルホール ☎538-3700

ワークショップなどの体験を通してアジアの国々の文化に触れるイベントです。今年は日本との外交関係樹立50周年を迎えたシンガポールの文化を中心に開催します。

また、当日は親子のための料理教室(事前申込)や、楽しいステージイベントなども開催されます。詳しくは、コンパルホールホームページをご覧ください。

◎月日：10月22日(土)

- 巨大マーライオンが出現！
～一緒に写真を撮って親しもう～ **無料**
時間：午前9時～午後4時
- フードコーナー **500円**
アジアンフードの中から2種類選んで味わおう。
時間：午前11時～午後2時
- ノンアルコール・シンガポールスリング・バー **500円**
シンガポールを代表するカクテルをノンアルコールで！自分で作って楽しもう。
時間：午前11時～午後2時



▼写真左列上から

- 第41回全日本バトントワリング選手権大会ペア小学校部門 優勝 植木 彩音さん(左)、大川内 月菜さん(右)
- ASTCアジアトライアスロン選手権2016/廿日市エイジ・選手権の部40-44歳 優勝 野村 勝彦さん
- 第17回全国選抜女子相撲大会超軽量級 優勝 佐藤 里津さん



鳥が旅した、わたしのまち。

美術館、高崎山、田ノ浦ビーチ、今市石畳、関崎海星館などの見慣れた風景が、まるで映画のワンシーンのように。

ドローン(無線操縦航空機)で撮影した上空からの映像と、地上からの映像を組み合わせ、約4分の映像に編集した「OITA CITY the bird view」。空を飛び鳥が市内を見ているような映像を、市公式動画チャンネルで、ぜひご覧ください。



OITA TOPICS

気になる大分市の
話題を紹介

市長表彰

おめでとうございます。

全日本選手権大会などのスポーツ大会で優勝した7人の市長表彰が、8月8日に行われました。

また、「第40回全国高等学校総合文化祭」で「最優秀賞・広島大学学長賞」を受賞した県立大分上野丘高等学校化学部の市長表彰が、9月5日に行われました。

▶写真右列上から

- JOCジュニアオリンピックカップ全日本ジュニアレスリング選手権大会女子ジュニアの部72kg級 優勝 齋藤 未来さん(左)
- ジュニアクイーンズカップ・レスリング選手権大会ジュニアの部51kg級 優勝 與那嶺 優里さん(右)
- 第27回ゴールデンゲームズinのべおか中学女子3,000m 優勝 木本 胡実さん
- 第40回全国高等学校総合文化祭 最優秀賞・広島大学学長賞受賞 県立大分上野丘高等学校化学部

鶴崎踊、優雅に夜を彩る。

大分の夏の風物詩の一つ「本場鶴崎踊大会」が、8月20日と21日に鶴崎公園グラウンドで開催されました。初日は出場団体が手作りの豪華衣装で華やかに、2日目はそろいの浴衣をまとった参加者がみやびやかに舞い、2日間で約1,000人の踊り子が参加して観客を魅了しました。

市公式動画チャンネルでは、当日の様子を約2分間の映像で紹介しています。



大分市職員募集

28 年度（秋）大分市職員採用試験概要



試験職種	試験区分	年齢要件（生年月日）	条件・資格など	採用予定者数
事務職	Ⅱ種	平成3年4月2日～平成9年4月1日		20人 (身体障がい者を含む)
事務職 (身体障がい者)	Ⅱ種	昭和61年4月2日～平成9年4月1日	「(1)身体障がい者の条件」をすべて満たす人	
事務職	Ⅲ種	平成7年4月2日～平成11年4月1日		2人 (身体障がい者を含む)
事務職 (身体障がい者) ※点字による受験ができます	Ⅲ種	昭和61年4月2日～平成11年4月1日	「(1)身体障がい者の条件」のうち①②を満たす人	
土木	Ⅱ種	平成3年4月2日～平成9年4月1日	土木の専門的知識・技能を有する人	5人
建築	Ⅱ種	平成3年4月2日～平成9年4月1日	建築の専門的知識・技能を有する人	5人
農業	Ⅰ種	平成元年4月2日～平成7年4月1日	農業の専門的知識・技能を有する人	1人
獣医師	Ⅰ種	昭和61年4月2日～平成5年4月1日	獣医師の免許を有する人 (28年度実施の国家試験で取得見込みの人を含む)	1人
幼稚園教員	Ⅱ種	昭和59年4月2日～平成9年4月1日	「(2)幼稚園教員の条件」をすべて満たす人	4人
土木(水道局)	Ⅰ種	平成元年4月2日～平成7年4月1日	土木の専門的知識・技能を有する人	2人
消防士(男性)	Ⅱ種	平成3年4月2日～平成9年4月1日	「(3)消防士の身体条件」を満たす男性	6人
消防士(男性)	Ⅲ種	平成7年4月2日～平成11年4月1日	「(3)消防士の身体条件」を満たす男性	5人

※採用予定者数は、変更になることがあります。

(1)身体障がい者の条件

- ①身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている人
- ②勤務地への通勤ができ、かつ介助者なしに当該職員として年間を通じて職務に従事できる人
- ③活字印刷物による出題に対応できる人

(2)幼稚園教員の条件(29年3月31日までに取得見込みの人を含む)

- ①幼稚園教諭一種、二種もしくは専修免許状を有する人
- ②保育士資格を有する人

(3)消防士の身体条件

視力(矯正視力含む)が両眼で1.0以上かつ一眼でそれぞれ0.5以上で、赤色・青色・黄色の識別ができ、聴力が正常で、四肢いずれも正常人

試験案内・申込書

人事課(本庁舎4階)、教育総務課・学校教育課(第2庁舎4階)、水道局総務課、消防局総務課、本庁舎1階案内所、各支所、明野出張所、大分市東京事務所、大分県福岡事務所で9月30日(金)から配布します。

【郵送での請求方法】 送付封筒の表に「試験案内請求」と朱書きのうえ、返信用封筒(角形2号〈A4サイズの書類が入る封筒〉に140円切手を貼付し、送り先を明記したもの)を同封し、10月7日(金)〈必着〉までに人事課(〒870-8504 荷揚町2番31号)あてに請求してください。

【インターネット】 9月30日(金)から、市ホームページ(<http://www.city.oita.oita.jp/>)でも試験案内を確認できます。プリントアウトした申込書も利用でき、インターネット受付(電子申請)も利用できます。

- 受付期間／9月30日(金)～10月12日(水) ※郵送の場合10月12日(水)〈消印有効〉、インターネット受付は10月7日(金)〈締切〉。
- 第1次試験日・会場／10月30日(日) 大分大学(大字旦野原700番地) ※大分大学へのお問い合わせはできません。

受付場所・お問い合わせ

●事務職、土木、建築、農業、獣医師 ……	人事課	(〒870-8504 荷揚町2番31号 ☎537-5604)
●幼稚園教員 ……	学校教育課	(〒870-8504 荷揚町2番31号 ☎537-5648)
●土木(水道局) ……	水道局総務課	(〒870-0045 城崎町一丁目5番20号 ☎538-2403)
●消防士 ……	消防局総務課	(〒870-0044 舞鶴町一丁目1番1号 ☎532-2188)

大分市の魅力的なスポットにもっと \フォーカス/して

プロカメラマンのタケウチトモユキさんに
初心者でも、少しの工夫ですぐに実践できる
アドバイスをもらいながら、
一瞬を美しく残すコツを学んでいきます。

今回のお題

歴史的な建物を
撮って組み写真を
作ってみよう！



大分市観光キャンペーンレディ
河野 真歩さん

(公社)日本広告写真家協会(APA)正会員
タケウチ トモユキさん

カメラ
お散歩
camera
osanpo

戸次本町編

vol.05

タケウチ Point

01 建物の全体が分かる写真を撮ろう

どんなところに行ったかが分かるように、まずはメインとなる建物全体を撮ってみましょう。このとき、カメラが傾かないように注意！



GOOD!

今回の一枚

軒丸瓦のバックに
秋の果物 柿 を入れて
季節感を出してみました♪
組み写真にすると
歴史を感じる
雰囲気伝わってきて
良かった！

こんな風に組んで
SNSにも応用

02 気になるところに寄ってみて

瓦や外壁など、気になったところを寄って撮ってみましょう。
素材の質感や雰囲気を出すことができます。



プロの一枚



花や葉にピントを
合わせて、背景をぼかすと
雰囲気ある写真に

今回の撮影スポット／戸次本町



古くから交通の要衝として重視されてきた戸次本町。江戸時代になると、日向街道筋の在町として栄え、中でも大庄屋であった帆足家は、南画家の田能村竹田など多くの文人たちに愛されました。現在も帆足家の建物を中心に、歴史的なまちなみ残り、当時の趣を感じながら散策したり、カフェなどを楽しんだりしながら、ゆったりとした時間を過ごすことができます。

次回のお題

表情豊かなサ儿たちを撮ろう
～高崎山自然動物園編～

To be continued...

※現在、市指定有形文化財の帆足本家酒造蔵は外観の見学のみ

文化財課 ☎537-5639・帆足本家 酒造蔵管理事務所 ☎597-4649

アマチュアステージ 補助事業(後期)助成希望者募集

- 市内の公立文化施設での公演日当日の施設使用料などを助成します(上限15万円)。
- 定員:4団体(個人)程度(多数時は抽せん)
 - 対象:11月1日(火)～29年3月31日(金)の期間中、入場者を限定しない演劇や音楽、舞台芸能などを実施する、営利を目的としない団体・個人
 - 申込み・〆 文化国際課(本庁舎5階)に備え付けの申請書(市ホームページでダウンロードも可)に必要な事項を記入し、10月3日(月)～17日(月)(必着)に直接、同課(☎537-5663)へ。

🏆 催し

ホルトホール大分「体育の日」イベント 無料

トレーニングルームを10月10日(月)午前9時～午後10時に開放します。インボディ無料測定会もあります。

■事前申込みのイベント

	時 間	定員(先着順)
① 体力測定会	午前11時～	40人
② 運動教室	午後1時～	40人
	午後2時～	28人
	午後3時～	40人
	午後4時～	28人

- 対象:①小学生以上 ※小学生は保護者同伴 ②高校生以上
- 申込み・〆 直接または電話で、10月1日(土)午前9時からホルトホール大分トレーニングルーム(☎576-8883)へ。

南大分スポーツパーク 体育の日 「いきいきフィットネスデー」 無料

- 月日:10月10日(月)
- 無料開放:●トレーニング室…午前9時～午後10時 ●プール…午前10時～午後9時40分 ●アリーナ…午後6時～午後10時 ※卓球・バドミントンは、用具を持参してください。
- 〆 南大分体育館(☎546-7010)

市戦没者追悼式

- 日時:10月21日(金) 午前11時～正午
- 場所:ホルトホール大分 大ホール
- その他:追悼式には参列券が必要です。参列券は、福祉保健課(第2庁舎2階)、東部・西部保健福祉センター、各支所、明野出張所で配布します。
- 〆 福祉保健課(☎537-5996)

フリーマーケット出店者募集 無料

- 日時:11月6日(日) 午前10時～午後1時(雨天中止)
- 対象:市内・由布市居住の個人またはグループ ※販売業者、高校生以下のみの参加不可
- 出店商品:日用雑貨、衣類、おもちゃ、スポーツ用品などで、使用可能なもの(食品、動・植物、危険物などは不可)
- 募集店数とスペース:50店(多数時は抽せん)、3m×3m程度
- 申込み・場所・〆 往復はがきに、代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数、出店内容(商品の種類と数)を記入し、10月21日(金)(必着)までに大分エコライフプラザ(〒870-1205 大字福宗618 ☎588-1410)へ。

「第1月曜日は美術館で楽しもう!」 秋のスペシャル参加者募集

- 日時:11月7日(月) 午前10時～午後0時30分
- 場所:市美術館 研修室
- 内容:エコバッグづくり、コレクション展案内
- 定員:30人(多数時は抽せん)
- 参加料:一般250円、高校生・大学生150円(コレクション展観覧料 ※市美術館年間パスポート持参の人、中学生以下は無料)
- 申込み・〆 往復はがきに、住所、氏名(5人まで可)、電話番号、イベント名を記入し、10月1日(土)～10日(月)(消印有効)に市美術館(〒870-0835 大字上野865 ☎554-5800)へ。



特定優良賃貸住宅入居者募集

- 対象世帯:居住するための住宅を必要としている2人以上の家族(一部単身可)で、収入が基準内であること
- 募集住宅・申込み:●「パレフロール城崎」「ラフィーネ大道」「セゾン大分駅前」「ポラリス中津留」…(株)ベツダイ(☎533-2451) ●「メゾンSo ubi」「MDワーフタワー」…(株)豊後企画集団(☎537-4975)
- 〆 住宅課(☎537-5634)

捕獲用わなの購入費などを 一部助成します

- 申請期間:10月14日(金)～11月14日(月)
- 対象動物:①タヌキ・アナグマなど(中型動物) ②カラス
- 助成金額:①わな購入費の3分の2以内(上限1万円) ②わな購入費・資材購入費の3分の2以内(上限10万円)
- 助成対象者:市内に居住する農業者で、狩猟免許保持者または狩猟免許保持者に依頼する人 ※狩猟免許保持者は、県の狩猟者登録が必要
- その他:●イノシシ用などの大型わなは対象外 ●応募多数時は抽せん
- 申込み・〆 購入の前に、必ず林業水産課(☎585-6021)へ。

👤 募集

「市農林水産業振興基本計画 (案)」に関する意見募集

- 市内の農地、森林、川、海などの資源を将来にわたって有効に活用し、農林水産業の振興を図るために策定する計画への意見を募集します。
- 閲覧場所:農政課(本庁舎8階)、情報公開室(本庁舎7階)、各支所、明野出張所、市ホームページでご覧になれます。
 - その他:個々の意見に対する直接の回答はしません。
 - 応募方法・〆 直接または郵送、ファクス、Eメールで、住所、氏名または会社名(団体名)を記入(様式自由)し、10月25日(火)(必着)までに農政課(〒870-8504 荷揚町2番31号 ☎537-5628 ☎534-6176 ✉nosei1@city.oita.oita.jp)へ。

市営住宅等の指定管理者募集

- 施設:市営住宅、特定公共賃貸住宅、従前居住者用賃貸住宅および共同施設(50団地、2,194戸)
- 指定管理期間:29年4月1日～34年3月31日(5年間)
- 応募資格:法人、その他団体(個人での応募はできません)
- 提出場所・申込み・〆 住宅課(本庁舎6階)に備え付けの募集要項(市ホームページでダウンロードも可)を確認し、必要書類を、10月3日(月)～12日(水)(必着)に同課(☎537-5977)へ。

保健所保健予防課からのお知らせ (☎535-7710)

- ◎10月1日(土)からB型肝炎ワクチンの定期予防接種が始まります 無料
- 対象:市内居住の28年4月1日以降に生まれた1歳未満の乳児
- その他:早めにかかりつけ医に相談し、1歳までに3回接種を受けてください。
- ◎高齢者の季節性インフルエンザ予防接種の費用を助成します
- 期間:10月1日(土)～29年1月31日(火)
- 対象:●接種日に満65歳以上の市民 ●接種日に満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能障がいまたはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい有し、身体障害者手帳1級相当に該当する市民
- 自己負担金:1,500円(ただし、生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は無料)
- 持参品:①健康保険証や運転免許証など ②健康手帳(持っている人のみ) ③生活保護世帯の人…生活保護診療依頼証 ④市民税非課税世帯の人(次のいずれかで可)…介護保険料決定通知書、介護保険負担限度額認定証、後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証、市民税非課税世帯確認書(保健所保健予防課が発行しますので、接種1週間前までにご連絡ください)
- 接種場所:市内の指定医療機関(医療機関での予防接種には、事前予約が必要です)

事業主・税理士の皆さんへ eLTAXによる市税の電子申告を ご利用ください

- エルタックスとは、市税の申告などの手続きをインターネットからできる制度です。
- 税目:法人市民税、個人市民税・県民税(給与支払報告書など)、固定資産税(償却資産)、事業所税 ※個人の市・県民税の申告はできません。
 - なお、利用手続きなど詳しい内容については、エルタックスヘルプデスク(☎0570-081459(受付時間:午前9時～午後5時 土・日曜日、祝日、12月29日(木)～29年1月3日(火)を除く)、ホームページアドレスhttp://www.eltax.jp)へ。
 - 〆 市民税課(☎537-5609)

市外部行政評価委員会を 公開します

- 市の施策や事業を市民の皆さんに広く知っていただくため、外部行政評価委員会の審議過程を公開します。
- 日時:10月26日(水) 午後1時30分～4時30分
 - 場所:本庁舎8階 大会議室
 - 定員:100人程度(当日先着順)
 - 審議内容:決定次第、市ホームページに掲載します。
 - 〆 行政改革推進室(☎537-5718)

赤い羽根共同募金に ご協力をお願いします

- 10月1日(土)～12月31日(土)の間、赤い羽根共同募金運動を行います。寄付金は、地域福祉の充実に役立てられます。皆さんの温かい善意をお待ちしています。
- 〆 福祉保健課(☎537-5996)

子育て支援中小企業を 表彰しました

- 子育て支援を積極的に取り組んでいる優良中小企業を表彰しました。
- 企業名:医療法人同仁会 大分下郡病院
 - 取組内容:院内保育所の設置や男性の育児休業取得など
 - 〆 子育て支援課(☎537-5675)

がけ崩れなどの防災工事に 対して費用の一部を助成します

- 申請受付期限:10月31日(月)
- 対象:●がけ地の高さがおおむね5m以上で、傾斜度が30度以上 ●がけ地の危険区域内に現在の住居があり、同じ敷地内に移転可能な土地がない。 ※がけ地が人為的なものや、宅地造成工事によるもの、県が行う防災(急傾斜)事業などは対象外です。
- 助成対象工事:コンクリート擁壁、石積み・ブロック積み擁壁、落石防止柵など
- 助成対象者:工事などを行う土地の所有者または管理者等
- 助成金額:工事、設計などに要する費用に、助成率(10分の8)を乗じた額で、1戸当たり600万円を上限とします。 ※対象戸数5戸以上の場合は、大分土木事務所河川砂防課(☎558-2146)へ。
- 〆 河川課(☎537-5632)

🐦 お知らせ

10月3日(月)からガス缶類や スプレー缶類は穴あけ作業が 不要になります

- ガス缶類(カセットボンベ等)やスプレー缶類を排出する際の、穴あけ作業が不要になります。中身を使い切り、透明・半透明の袋に入れて、必ず「スプレー缶・蛍光管等の日」に排出してください。
- 〆 清掃業務課(☎568-5763)

29年度小・中学校入学予定者の 隣接校選択制申請手続き説明会 を開きます

場 所	日 時
本庁舎8階 大会議室	10/20(木)午前10時～
市教育センター(頌田町)	10/18(火)午後7時～
鶴崎市民行政センター	10/19(水)午前10時～ 10/21(金)午後7時～
植田市民行政センター	10/17(月)午前10時～ 10/20(木)午後7時～
佐賀関市民センター	10/21(金)午前10時～
野津原市民センター	10/18(火)午前10時～
大分東部公民館	10/17(月)午後7時～
大分西部公民館	10/18(火)午後7時～
南大分公民館	10/21(金)午後7時～
大南公民館	10/18(火)午後3時～
明治明野公民館	10/20(木)午後7時～
大在公民館	10/20(木)午後3時～
坂ノ市公民館	10/17(月)午後7時～

- ※指定校に入学する場合は手続き不要
- 〆 教育企画課(☎537-5903)

軽自動車税・自動車税の減免取下げ をした人に障がい者タクシー利用券 を交付します

- 対象:障がい者タクシー利用券交付対象者で、28年4月以降に軽自動車税・自動車税の減免取下げを行い、有料道路の割引を受けていない人
- 受付開始日:10月3日(月)
- 持参品:身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳(いずれも原本(写真付き))
- 受付場所:障害福祉課(本庁舎1階)、各支所、明野出張所、東部・西部保健福祉センター、本神崎・一尺屋連絡所
- 〆 障害福祉課(☎537-5786)

面 積	502.39km ²	人 口	479,239人 (+116)〈住民基本台帳人口〉
男	230,173人(+33)	女	249,066人(+83)
		世帯数	216,320世帯(+144)

無料人権なんでも相談所

- 日時:10月13日(休) 午前10時～午後3時
 - 場所:明治明野公民館
 - 相談員:人権擁護委員、法務局職員
 - 相談内容:差別、暴行・虐待、セクハラ・パワハラ、その他の人権問題
- ☎ 大分地方法務局(☎532-3368)

県民公開講座「お薬セミナー」無料

- 日時:10月16日(日) 午前10時～正午
 - 場所:ホルトホール大分2階 201・202会議室
 - 内容:●講師…矢野 大和氏 (県南落語組合会長)ほか ●演題…「笑いはおくすり、元気の出る講演会」ほか
 - 定員:100人(当日先着順)
- ☎ 県薬剤師会(☎544-9512)

「(仮称)大分・臼杵ウィンドファーム事業に係る計画段階環境配慮書」を縦覧します

- 大分市と臼杵市にまたがる尾根の一部に、建設を計画している風力発電施設の計画段階環境配慮書を縦覧します。
- 縦覧期間:10月5日(水)～11月4日(金)
 - 縦覧場所:環境対策課(本庁舎4階)、鶴崎市民行政センター、稲田市民行政センター、大在市民センター、坂ノ市市民センター、佐賀関市民センター
- ☎ 関西電力(株)再生可能エネルギー事業戦略室(☎050-7104-6731)

善意の泉(敬称略)

- 善意の寄付が相次いでおります。お礼申し上げます。
社会福祉協議会へ篤志寄付
- 宮崎典男さんを偲ぶ仲間の演奏会一同香典返し寄付
- 大分地区 山本謙一(明野北)/村上博士(青葉台)/清水昌子(豊町)/光島徳人(岩田町)/乙津茂隆(津守)/河村崇子(牧)
 - 鶴崎地区 安藤睦雄(松岡)/前田泰寿(南)
 - 大在地区 佐藤利明(須賀)/加藤道子(政所)/麻生展孝(大在北)
 - 坂ノ市地区 村上栄一(小佐井)
 - 大南地区 新名伸治(下判田)/三浦正久(中判田)/赤峯美子(下判田)
 - 植田地区 河野務(敷戸西町)/小笹攻勝(富士見が丘東)/中野和美(椿ヶ丘)
 - 佐賀関地区 村上善重(佐賀関)
 - 野津原地区 奥野淳司(竹矢)/上村武(野津原)
 - 市外 平松雄二(福岡県篠栗町)/井上省司(君津市)/富来千良(木津川市)
- 以上8月15日受付分まで

ジャパンラグビートップリーグ キャノンイーグルス 対 神戸製鋼コベルコスティーラーズ

- 日本最高峰ラグビーリーグの試合です。
- 日時:10月16日(日) 午後1時～
 - 場所:大分銀行ドーム
 - その他:大分いこいの道広場から無料シャトルバスを運行(午前10時～)
 - チケット(前売り):一般1,800円～、高校生以下500円～、未就学児無料
 - チケット購入場所:チケットぴあなど
- ☎ 県ラグビーフットボール協会(☎050-3786-2019)

大分川ダムウォーキング大会 無料

- 日時:11月13日(日) 午前9時40分(受付は午前9時)
- 集合場所:野津原西部小学校
- 定員:300人(先着順)
- その他:野津原支所駐車場から無料シャトルバスを運行
- 申込み・☎ はがきまたは電話、ファクスで、住所、氏名、性別、年齢、電話番号を記入し、10月1日(土)～22日(土)に七瀬の里Nクラブ(〒870-1203 大字野津原397 ☎☎588-1662〈午前9時～正午※金・日曜日、祝日を除く〉)へ。

第64回県民登山教室

- 月日・場所:●10月23日…大船山 ●11月6日…黒岳 ●11月20日…稲星・中岳(日曜日・全3回)
- 定員:15人(多数時は抽せん)
- 参加料:6,000円 ※保険料は別途必要
- 申込み・☎ はがきに、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を記入し、10月1日(土)～14日(金)〈必着〉に県山岳連盟(大分中央郵便局 私書箱111 ☎542-5809)へ。

大分市・長崎市観光同盟5周年企画 長崎港「観光丸」世界遺産クルーズと 史跡・出島を訪ねて日帰りバスツアー

- 日時:10月21日(金)・22日(土)・23日(日)・28日(金)、11月3日(木)・6日(日)・13日(日) 午前7時30分～午後7時30分
- 集合場所:大分駅北口貸切バス駐車場
- 定員:各45人(先着順) ※最少催行人数は35人
- 参加料:一般5,800円、小学生以下4,300円(交通費・昼食代など)
- 申込み・☎ 電話で、10月4日(火)から長崎国際観光コンベンション協会(☎095-823-7423)へ。

街のホット情報

ハッピーファミリー応援教室 無料

- ①プレママ・プレパパスクール
- 日時:10月15日(土) 午後1時～4時
 - 内容:新生児の育児講座、妊婦体験、沐浴実習など
 - 対象:初妊婦とその夫
 - 定員:12組(先着順)
- ②親子スキンシップ教室
- 日時:10月15日(土) 午後1時30分～4時
 - 内容:ベビーマッサージなど
 - 対象:生後3～5カ月児とその父母
 - 定員:17組(先着順)
- ☐ 場所:明治明野公民館 ※①・②の教室参加者の交流もあり
- ☐ 申込み・☎ 電話で、10月3日(月)から県助産師会(☎534-0753)へ。

里親制度説明会

- 日時:●10月16日(日)、12月4日(日)…午後2時～4時 ●11月16日(水)…午前10時～正午
 - 場所:県子ども・女性相談支援センター(荏隈)
- ☎ 県中央児童相談所(☎544-2016)

赤十字救急法等講習会

コ ー ス	日 時
①赤十字救急法救急員資格継続研修会	10月5日(水) 午前10時～午後3時
②赤十字救急法基礎講習会	10月23日(日)、11月18日(金)、12月9日(金) 午前9時～午後3時
③赤十字救急法救急員養成講習会	●10月29日(土)・30日(日) ●11月19日(土)・20日(日) ●12月10日(土)・11日(日) 午前9時～午後5時30分
④乳幼児の応急・救命手当と看病講習会	11月26日(土)・27日(日) 午前9時～午後5時
⑤赤十字健康生活支援講習支援員資格継続研修会	12月7日(水) 午前10時～午後3時

- 対象:15歳以上(①・⑤は資格取得し、2年以上経過した人、③は基礎講習修了者)
- 定員:①～④各30人、⑤20人(いずれも先着順)
- 受講料:①800円 ②各1,500円 ③各1,700円 ④1,800円 ⑤400円
- 申込み・場所・☎ はがきまたは電話、ファクスで、10月3日(月)から日赤大分県支部(〒870-0033 千代町二丁目3-31 ☎534-2237 ☎533-6795)へ。

ハモを使った魚料理教室

- 日時:10月16日(日) 午前9時30分～午後1時
- 定員:16人(多数時は抽せん)
- 参加料:1,000円(材料費)
- 申込み・場所・☎ 往復はがき(1人〈組1枚〉)に、代表者の住所・電話番号、参加者全員の氏名を記入し、10月11日(火)〈必着〉までに公設地方卸売市場管理事務所(〒870-0018 豊海三丁目2-1 ☎533-3113)へ。

生ごみ処理容器普及講習会 無料

- 日時:11月6日(日) 午後1時～5時
- 定員:15～20人(多数時は抽せん) ※中学生以下は保護者同伴
- 集合場所:市役所北側議会棟玄関前
- 申込み・☎ 清掃管理課(本庁舎4階)または各支所、明野出張所に備え付けの申込書(市ホームページでダウンロードも可)に必要な事項を記入し、10月3日(月)～21日(金)〈必着〉に同課(☎537-5687)へ。

秋のファミリーパーク ～紅葉の森へ出かけよう～

- 日時:11月12日(土)午前10時～13日(日)午後1時30分(1泊2日)
- 内容:ウォーキング、野外調理など
- 対象:市内・豊後大野市大野町居住の家族(グループ可)
- 定員:60人(多数時は抽せん)
- 参加料:1人2,400円(シーツクリーニング代など) ※1グループにつき調理代300円が別途必要
- 申込み・場所・☎ 電話で、10月1日(土)～30日(日)正午にのつはる少年自然の家(大字荷尾杵 ☎589-2211)へ。

「中堅・中小およびベンチャー企業のM&A活用」セミナー

- 日時:11月16日(水) 午後6時30分～8時30分
- 講師:平山 雅彦氏(㈱エムシー・マネジメント 代表取締役)
- 定員:45人(先着順)
- 受講料:1,000円(資料代など) ※交流会参加者は300円が別途必要
- 申込み・場所・☎ 産業活性化プラザに備え付けの申込書(市ホームページでダウンロードも可)に必要な事項を記入し、10月1日(土)～11月11日(金)に同プラザ(ホルトホール大分2階 ☎576-8879)へ。

関崎海星館(☎574-0100)のイベント

- ◎海のおとこの話 無料
- 日時:10月8日(土) 午後1時～2時
 - 内容:漁師による漁や月と潮の関係について
- ◎地産料理を味わおう
- 日時:10月9日(日) 午前11時～
 - 内容:佐賀関産の海の幸を使った料理の作り方と試食
 - 定員:30人(当日先着順)
 - 参加料:1,000円

第11回ふれあい歴史体験講座 「土偶作り」

- 日時:10月22日(土) 午前9時30分～、午後2時～
- 定員:各70人(先着順)
- 参加料:各180円(材料費)
- 申込み・場所・☎ 電話で、10月3日(月)から歴史資料館(☎549-0880)へ。

はじめてのインターネット

- 日時:11月18日・25日(金曜日・全2回) 午前10時～正午
- 対象:パソコンの基本操作ができる人
- 定員:30人(多数時は抽せん)
- 受講料:600円
- 申込み・場所・☎ はがきまたはファクス、Eメールに、住所、氏名、電話番号、教室名を記入し、10月21日(金)〈必着〉までに情報学習センター(〒870-0851 大石町一丁目3組 ☎545-8616 ☎545-5065 ✉omc01@oct-net.ne.jp)へ。



危険物取扱者試験準備講習会

	月 日	講習内容
甲種	10月12日(水)	物理化学
乙種	10月 9日(日)	法令
	10日(月)	物理化学
	16日(日)	法令
	30日(日)	物理化学

- 時間:午前9時30分～午後4時30分
- 場所:県教育会館(大字下郡)
- その他:受講料・テキスト代が必要
- 申込み・☎ 各講習日の前日までに、直接、消防局予防課(☎532-3199)へ。

講座・教室・講習会

今どきパパの新☆関白宣言 無料

- 日時:11月5日(土) 午前10時～正午
- 場所:コンパルホール2階
- 内容:講師の体験談をもとに父と子どもに関わり方について学びます。
- 講師:大西 正久氏(おおいたパパくらぶ顧問)
- 定員:25人(先着順)
- その他:1歳～未就学児の無料託児あり(先着15人)
- 申込み・☎ 電話または男女共同参画センターに備え付けの申込書(市ホームページでダウンロードも可)に必要な事項を記入し、10月1日(土)～30日(日)〈必着〉に同センター(☎574-5577)へ。

パパママ応援講座 「積み木あそび」 無料

- 日時:11月6日(日) 午前10時～11時30分
- 場所:桜ヶ丘保育所(金池南)
- 対象:3～6歳児(未就学児)とその父母
- 定員:15組(先着順)
- 申込み・☎ 直接または電話で、10月1日(土)～15日(土)に地域子育て支援室(ホルトホール大分2階 ☎576-8245)へ。

森林セラピーキッズ 「森のようちえん」

- 日時:①11月6日(日) ②11月27日(日) 午前9時～午後0時30分
- 場所:高尾山自然公園(大字横尾)
- 内容:自然探検や工作など
- 対象:市内に居住する5歳以上の未就学児とその保護者
- 定員:各30組(多数時は抽せん)
- 参加料:子ども1人につき500円(材料費)
- 申込み・☎ はがきまたは市ホームページの専用フォームで、参加希望日、子どもの氏名(ふりがな)・性別、保護者の氏名・住所・電話番号を記入し、①は10月24日(月)、②は11月14日(月)〈いずれも必着〉までに林業水産課(〒870-8504 荷揚町2番31号 ☎585-6013)へ。



10月 CALENDAR

おおいた市 イベントカレンダー

「骨髄バンク・臓器移植推進月間」です

「環境緑化強調月間」です

「みんなでつくろう 花と緑の明るいまち」

「ごみ出しマナーアップ推進月間」です

決められた日に、決められたごみの排出を！

月 mon.	火 tue.	水 wed.	木 thu.	金 fri.	土 sat.	日 sun.
「情報化月間」です インターネットなど情報通信技術(ICT)を安全に利用し安心して生活するために、今の使い方を見直してみませんか。 「土地月間」、10月1日は「土地の日」です 2,000㎡以上の土地取引を行った土地取得者は、契約締結後2週間以内に届け出が必要な場合があります。詳しくは、都市計画課(☎537-5636)へ。					10/1 10月1日は「浄化槽の日」です 適正な維持管理をお願いします。	2 大分トリニータ 対 鹿児島ユナイテッドFC 午後2時～ 大銀
3 	4	5	6	7 ⑥ 第1回おおいた食と暮らしの祭典(～16日)	8 ● 公設地方卸売市場「市民感謝デー」 ※青果部のみ 午前9時～正午 市場 ☎533-3113 ⑭ 海のおとこの話 ⑮ 海辺のマルシェ(～9日) 午前10時～午後4時 ● 特別展「ミュシャ展」～12月4日(日) 一般1,200円、高校生・大学生900円、中学生以下無料 市美 ☎554-5800 パリのシンボル(1900年)	9 ● 秋の市民スポーツデー コンパ ☎538-3700 ● フリーマーケット 午前10時～午後1時 エコ ● 再生家具と再生自転車の無料抽せん会 エコ ☎588-1410 ⑭ 地産料理を味わおう
10 体育の日 ● 「おおいたスポーツ広場2016」～トップアスリートといひ汗流そう～ 午後1時～4時 コンパ ☎537-5663 ⑬ ホルトホール大分「体育の日」イベント ⑭ 南大分スポーツパーク 体育の日「いきいきフィットネスデー」	11	12	13 ⑮ 無料人権なんでも相談所	14 ● 第39回 みんなの消費生活展 午前10時～午後4時 ※15日は午後3時まで ガレキ ☎573-3770	15 ● さがのせき朝市 午前8時30分～9時30分 漁協佐 ☎575-1000 ⑦ 第4回宗麟公まつり ⑨ よいやかがり火	16 ● 第22回丹生校区巡り 健康ウォーキング(小雨決行) ※コース…2キロ、5キロ、10キロ 午前8時30分～ 丹生公 ☎592-1700 ⑥ 中央通り歩行者天国 ⑨ 海部のまつり2016 ● 第11回大在コスモスまつり(小雨決行) 午前10時～午後2時 大野川 ☎592-0511 ⑮ お薬セミナー ⑮ ジャパンラグビートップリーグ キヤノンイーグルス 対 神戸製鋼コベルコスティーラーズ ⑮ バサジ大分 対 ヴォスクオーレ仙台 午後1時～ 県総体
17 10月10日～16日は「精神保健福祉普及週間」です 10月17日～23日は「薬と健康の週間」です 期間中の午前10時～午後3時に県薬剤師会(☎544-9512)が「薬の110番」の電話相談を行います。	18	19	20	21 ⑮ 市戦没者追悼式 ⑮ オリオン座流星群観望講座(～22日) 午後6時30分～7時30分 定員:各20人(当日先着順)	22 ● 地域コミュニティ創造事業講演会 林 覚乗氏「共に育つ」 定員:200人(当日先着順) 午後2時～ 種公 ☎537-7251 ⑤ 大分はつらつフェスタ ⑦ おおいた夢色音楽祭 ⑨ ASIAN DAY 2016	23 ● シルバーフェスタ 午前9時～午後3時 シルバー ☎538-5575 ⑤ バサジ大分 対 エスポラーダ北海道 午後1時～ ビーコン ⑤ 大分トリニータ 対 グルージャ盛岡 午後2時～ 大銀 ⑨ 今市石畳まつり
24 31	25	26	27 	28	29 ● OITA サイクルフェス!!!2016 29日は いこい 、30日は 大銀 ※関連イベントなど詳しくは市報10月15日号掲載	30 ● 佐賀関ふるさとまつり(小雨決行) ※農水産物の展示・即売や芸能発表会あり 午前9時～午後4時 佐賀佐 ☎575-2000

■ 場所

大銀 大分銀行ドーム
市場 公設地方卸売市場
市美 市美術館
コンパ コンパルホール
エコ エコライフプラザ
ガレキ ガレリア竹町ドーム広場
漁協佐 県漁協佐賀関支店周辺
丹生公 丹生校区公民館

大野川 大野川右岸河川敷(大在志村)
県総体 県立総合体育館
種公 種田公民館
シルバー 市シルバー人材センター
ビーコン ビーコンプラザ
いこい いこいの道
佐賀佐 佐賀関市民センター

● 無料イベント
 ● スポーツイベント
 ● 今号掲載ページ
 ● 関崎海星館
 ☎574-0100
 観覧料
 大人 420円
 高校生210円
 中学生以下無料

今月の納税

市県民税 納期限
 第3期 **10/31** (月)
 国民健康保険税 第5期
 市税の納付は便利で確実な口座振替(自動払込)をご利用ください。 固納税課 ☎537-5611
 関国保年金課 ☎537-5738