



日	月	火	水	木	金	土
健康 詳しくは 健康推進課 ☎25-5311へ	行事 詳しくは ()のページへ 子育て情報(P10-11) こどもの国 (P11) 図書館 (P15)	相談 詳しくは 14ページへ 休日急患診療 詳しくは 15ページへ	1 法律相談 人権相談 花換まつり~15日 (P6)	2	3	4
5 せきクリニック ☎21-2000	6	7 弁護士無料相談	8 行政相談	9	10 人権相談日 (P9)	11 結婚・婦人相談
12 国立敦賀医療センター ☎25-1600	13 つるが元気体操の会 (P8)	14 弁護士無料相談	15 法律相談 人権相談	16	17 こころの相談日	18 市立博物館歴史講座 (P14)
19 市立敦賀病院 ☎22-3611	20	21 弁護士無料相談 結婚・婦人相談	22 行政相談	23	24	25
26 和久野医院 ☎22-3080	27	28 弁護士無料相談 結婚・婦人相談	29 昭和の日 はぎはら整形外科 ☎20-0811	30		

上記カレンダーは2月29日現在のものです。今後の行事などは行政チャンネルでお知らせします。

今月の表紙 **敦賀の海で育った「敦賀真鯛」**

今月の表紙は、敦賀湾で養殖されている「敦賀真鯛」と生産者の敦賀市海水養魚協会会長の中村英樹さん。敦賀真鯛は40年ほど前から西浦地区の海で養殖されています。カニ殻を混ぜた栄養価の高いエサで育てられた真鯛は、発色が鮮やかで、身の質や脂の乗りが良い状態に仕上がります。今後は、関東方面でのPRにも取り組んでいく予定です。

人口 65,422人(前月比 -39人) 世帯数 28,856世帯
男 32,279人 女 33,143人 (令和2年2月26日現在)

広報担当者のつづき

取材で子育て支援センターに行きました。カメラを持ったスーツ姿の男に疑いの眼差しを向ける幼児にこっと笑ってみせるのですが、不自然な笑顔のせいか、幼児は泣いてお母さんに飛びついてきました。泣いたり、笑ったり、太忙しな幼児を見て、息子にもこんなかわいい時があったな、と懐かしくなりました。(〇)

最近のマイブームは、プランクです。体幹トレーニングの定番種目であるプランクは、腹筋が苦手な方でも無理なく鍛えることのできる筋トレ種目です。プランク専用のアプリを友人に勧められ、筋トレを始めて2か月。ついに腹筋の割れ目が出すようになりました。アプリが手取り足取り指導してくれて続けやすいので、ぜひ皆さんもお試しください。(M)