

自然豊かで 安心して住み続けられる 小鯖



おさば

2025

11

NO.107



Contents

インフォメーション

SVリーグ観戦ツアー参加者募集
おやこで楽しいクリスマス会
子どもパンづくり教室
干支の置物づくり講座
山口市二十歳のつどいについて
育児相談 ブックスタート体験会
子育てサロンあ・そ・ぼ 他

レポート

市民スポーツ大会の結果報告
ニュースポーツ交流大会
おさばお助け隊報告会 他

広報紙カラー版は
小鯖地域づくり協議会
ホームページ・公式ライ
ンでご覧いただけます！
二次元コードからどうぞ



今月の表紙

9月16日(火)、
小鯖小全児童で、サ
クソフォンボーイズ
(プロ奏者)のサック
ス演奏を楽しく鑑賞
しました。

インフォメーション

Information



大内・小鯖・仁保・宮野地区合同企画



みんなで行こう！プロバレーボール「広島サンダーズ」観戦ツアー

広島サンダーズvsウルフドッグス名古屋

プロバレーボールリーグ（SVリーグ）の試合を一緒に観戦しに行きましょう！

日本代表の活躍が目覚ましい男子バレー！

観戦する両チームには、日本代表に選出された選手も在籍しています！

日本代表の選手も見れるかも！？

会場までのバスではレクリエーションを準備しますので、他地域の人とも交流できますよ★

ぜひご参加ください！



- 日 時 令和8年3月7日（土）
- 会 場 広島グリーンアリーナ（広島市中区基町4-1）
- 募集期間 令和7年11月4日（火）8：30～11月26日（水）17：15まで
- 対 象 4地区在住、在勤、在学の小学生以上
- 定 員 4地区で40名 ※先着順 ※1組4名まで
- 参 加 費 一人あたり7,500円（チケット+バス代）
1階席B席もしくは2階席C席（席は変更になる場合があります）
※食事代は含まれていません。
- そ の 他 申込人数が30名に満たない場合、開催を中止します。
高校生以下は、必ず保護者が申込み、保護者同伴で参加してください。
小鯖地域交流センター以外での乗車はできません。
- 申 込 み 小鯖地域交流センター ☎083-927-0021 または右二次元コードから→



スケジュール（予定）

9：10	小鯖地域交流センター 集合
9：30	小鯖地域交流センター 出発 （途中SAで1回休憩）
12：00	広島グリーンアリーナ 到着 ～昼食（自由行動）～
14：05	試合観戦
17：00	広島グリーンアリーナ 出発 （途中SAで1回休憩）
19：30	小鯖地域交流センター 到着・解散

※スケジュールは前後する可能性があります。

この機会に
一緒に行こう♪



参加者募集

パソコン相談

ワードやエクセルの操作方法で分からないことがありましたら、パソコンサークルあゆみの皆さんが教えてくれます。

- 日時 11月10日(月) 10:00~12:00
12月 1日(月) 10:00~12:00
- 場所 小鯖地域交流センター研修室
- 参加費 無料
- 申込み 不要



子育てサロン「あ・そ・ぼ」

- 開催日 11月13日(木) 10:00~12:00
- 場所 小鯖地域交流センター講座室
- 内容 ママとベビーのおやこふれあいヨガ♪
～疲れをヨガでスッキリ!～
- 対象 0歳~未就園児
- 参加費 無料
- 持参物 赤ちゃんを寝かせるバスタオル等
- 申込み 小鯖地域交流センター
☎083-927-0021 まで

飛び入り参加も大歓迎!
初めての方もお気軽にお越しくださいね♪



育児相談

- 日時 12月5日(金)
受付 13:30~14:30
- 場所 小鯖地域交流センター講座室
- 内容 身長、体重測定、子育てや栄養に関する相談など
- 対象 乳幼児
- 参加費 無料
- 持参品 母子健康手帳
- 申込み 不要
- 主催 市保健センター／小鯖地区母子保健推進員



ブックスタート体験会



絵本を無料で贈呈し、絵本を通して親子の絆を強めることができる「ブックスタート体験会」を開催します。ぜひご参加ください。

- 日時 12月5日(金) 13:30~14:30
- 場所 小鯖地域交流センター図書室
- 対象 R7.4.1~R7.9.30の間に生まれた乳児とその保護者
※受付は随時、所要時間は15分程度です。
※対象者にはハガキでご案内します。
- 問合せ 中央図書館 ☎083-901-1040
- その他 当日は、育児相談を小鯖地域交流センター講座室で行っています。

「子育てサロンあ・そ・ぼ」と「母子保健推進員」コラボ企画 育児学級 おやこでたのしいクリスマス会

ボール、ベル、ベルダーの3つの用具で音楽に合わせて、おやこで楽しくリズムカルに体を動かしませんか?
サンタさんも来るよ!

- 日時 12月12日(金) 10:00~11:30
- 場所 小鯖地域交流センター講堂
- 講師 日本3B体操協会公認指導者 木本直美さん
- 対象 乳児~未就園児の親子 12組
- 参加費 無料
- 申込先 11月21日(金)までに小鯖地域交流センター ☎083-927-0021



昨年の様子

【小鯖地区民生委員児童委員協議会／小鯖地区母子保健推進員／小鯖地域交流センター】

令和8年山口市二十歳のつどいについて

●日 時 令和8年 1 月 1 日(日)

1 3 時 0 0 分～ 受付開始

1 4 時 0 0 分～ 記念式典

1 4 時 5 0 分頃～ 記念写真撮影

●場 所 市民会館(中央二丁目 5-1)

●対 象 H17.4.2～H18.4.1 に生まれた方で、以下の(1)または(2)に該当する方

(1) 令和7年 1 月 1 日時点で山口市に住民登録がある方(案内はがきは 1 1 月中旬を目途に送付予定)

(2) 山口市に住民登録はないが、式典の参加を希望される方

※(2)に該当される方につきましては、手続きが必要となります。

詳細は山口市ウェブサイト「令和8年山口市二十歳のつどい開催のお知らせ」をご覧ください。

右の二次元コードから確認することができます。



●その他

・当日は会場周辺の混雑が予想されますので、会場へはぜひ公共交通を利用してお越しください。お車でのお越しの方には駐車場の無料券(3時間分)を差し上げます。利用される方は、当日受付にてお知らせください。

・介助等の配慮が必要な方は御相談ください。

●問合せ 市教育委員会 社会教育課 ☎083-934-2865



子どもパンづくり教室

みんなでおいしいパンを一緒に作ろう!



●日 時 1 1 月 2 9 日(土) 1 0 : 0 0 ~ 1 2 : 0 0

●場 所 小鯖地域交流センター研修室・調理室

●講 師 岩本 益子さん(小鯖在住)

●定 員 小・中学生 1 0 名

●参加費 3 0 0 円

●持参物 エプロン、三角巾、マスク、上靴、タオル、飲み物(水筒)

●申込先 1 1 月 2 1 日(金)までに

小鯖地域交流センター

☎083-927-0021

又は右の二次元コードにてお申込みください。



干支の置物づくり講座

来年の干支である「午(うま)」の置物をつくりませんか?手芸が初めての方も大歓迎です!

●日 時 1 2 月 4 日(木) 9 : 0 0 ~ 1 2 : 0 0

●場 所 小鯖地域交流センター研修室

●講 師 中村 裕美子先生

●定 員 1 2 名

●参加費 1 , 0 0 0 円

●持参物 目打ち、はさみ、お手拭、ものさし

●申込先 1 1 月 2 8 日(金)までに

小鯖地域交流センター

☎083-927-0021



見本

小鯖養生功 会員募集

介護予防のための対極ストレッチです。

体の硬い方は、一緒に軽くストレッチをしませんか?

●活 動 日 第2水曜日 1 0 : 0 0 ~ 1 1 : 0 0

●場 所 小鯖地域交流センター講堂

●対象年齢 制限なし(初心者・男性大歓迎!)

●会 費 なし

●問 合 先 久保田 幸子

(日本武術太極拳連盟 公認指導者)

☎090-5378-8407

毎週金曜日(13:00~14:30)活動中の「小鯖健康太極拳」も同時募集します!

いつでも見学・体験できます!



ボランティアおさばゆかりの会 小鯖ふるさとまつり助っ人大募集

今年のふるさとまつりでお手伝いをしてくださる方を募集しています。

出店の補助として、ご参加お待ちしております。

●日 時 1 1 月 1 6 日(日) 9 : 0 0 ~ 1 5 : 0 0

●場 所 小鯖地域交流センター 前庭

●出店内容 たい焼き、今川焼き、缶飲料、輪投げ

●募集人数 5 名程度

●持 参 物 エプロン、三角巾

●問 合 せ 小鯖地域交流センター

☎083-927-0021



山口大学教育学部附属山口小学校からのお知らせ

この度、附属山口小学校は創立150周年を迎えました。それを記念して、授業参観と記念式典を行います。

これまで支えてくださった地域の皆様に感謝を込めて150年の歩みを共に祝い、これまで諸先輩方が築いてくださった伝統を未来へつなげていきたいと思ひます。

皆様、ぜひお誘い合わせのうえご来場いただき、本校の授業の様子や記念式典をご覧いただけたらと思ひます。

日 時：令和7年11月15日（土）

午前の部：授業参観（附属山口小学校各教室）9：20～11：05 ……事前の申込みは必要ありません。

午後の部：記念式典（山口市市民会館大ホール）13：00～15：30 ……事前の申込みが必要です。

※記念式典では、児童の音楽発表や本校卒業生のピアノ
ニスト石田成香さんの演奏をご鑑賞いただけます。
※詳細および申込みは右の二次元コードを読み取
ってください。



山口市保健センターからのお知らせ健康チェック・健康相談会のお知らせ 「スッキリ爽やかな毎日へ！お口の健康&快眠法」

- 日時 12月5日（金） 受付 9：30～10：30 ●場所 大内地域交流センター 2階 講堂
- 対象 市民で健康づくりに関心のある方、健康診査結果について相談がある方など
※大内地域以外の方も、ご参加いただけます。
- 内容 体組成（筋肉量・脂肪量）測定、保健師・管理栄養士による健康相談、
歯科衛生士によるミニ講話・健康相談「体の健康はお口から！」など
※山口市保健センター会場12月3日（水）、4日（木）と同じ内容です。
- 参加費 不要 ●申込み 不要 ●持参品等 各種健康診査結果（お持ちの方）
- 参加にあたっての注意事項
 - ・体組成測定をご希望の方は、裸足になれる服装でお越しください。
 - ・体調の悪い方は、参加をご遠慮ください。
- 問合せ 市保健センター 健康増進課 ☎083-921-2666



食推さん おすすめレシピ 栄養満点

【さば缶豆腐ハンバーグ】

- ◆材料（4人分）
さばの味噌煮缶 1缶 木綿豆腐 1/2丁 長ねぎ 1/3本
パン粉大さじ3 片栗粉大さじ1 ごま油小さじ2
- ◆作り方
- ①木綿豆腐は、キッチンペーパーを敷いた耐熱皿に乗せ、電子レンジで約2分30秒加熱し水切りする。
 - ②長ねぎは、みじん切りにする。
 - ③ボウルに、さばの味噌煮缶の身と、①と②、パン粉、片栗粉を入れてよく混ぜ合わせる。
 - ④8等分にして、空気を抜きながら丸める。
 - ⑤フライパンにごま油を熱し、④の両面を弱火でこんがり焼き、仕上げに味噌煮缶の汁を絡める。



新刊図書情報



- さらば！店長がバカすぎて／早見和真
- 職分／今野敏
- イン・ザ・メガチャーチ／朝井リョウ
- 逃亡者は北へ向かう／柚月裕子
- 科学的に証明されたすごい習慣大百科
／堀田秀吾

※新刊図書は、毎月1日の8：30より貸し出しを開始します。
※本は1回で3冊まで借りられます。





～山口市ニュースポーツ地域対抗交流大会～ クラブを楽しみました！

9月28日（日）に山口市ニュースポーツ地域対抗交流大会がやまぐちリフレッシュパーク芝生広場にて開催され、全21チーム参加の中、小鯖地域代表として小鯖スポーツ大会で優勝した管内団地の6名が出場しました。

1試合目は、感覚を掴むとどんどんクラブを倒していき見事勝利！2試合目も良い流れで勝利を掴み、2連勝で決勝トーナメント進出！トーナメント初戦では一歩及びみせんでしたが、仲間を拍手で称え合いながら楽しく試合ができました♪

見事クラブにヒット!!



ウォーミングアップもしっかり!

当たれ～～!



ベスト8入り!お疲れさまでした😊

おさばお助け隊支援会員 × 小鯖地域の民生委員で意見交換



9月25日（木）に、おさばお助け隊（高齢者向け有償ボランティア）の支援会員が1年ぶりに集合し、活動状況の報告会を行いました。

この1年は、「助け合いの仕組み運営委員会」で「ゴミ出し以外のサービス」について検討を進める中、支援会員の活動中に発生した緊急事態や、身体の不自由な利用会員への対応が大きな課題となりました。そこで、今回は各地区の民生委員との連携を深めることを目的とし、支援会員と民生委員で、「高齢者」や「支え手」の課題や将来像、解決案等についてグループワークを行いました。



おおよそ地区別6グループにわかれてトーク!

各グループの発表

終了後のアンケートでは、今後の方向性についても多くのご意見をいただきました!

上鯖山の旧萩往還道の草刈り作業を実施!

10月5日（日）に、地域づくり協議会環境部会の主催で、佐波山トンネル上の旧萩往還道の草刈り作業を行いました。

雨天で1日延期しての実施だったため、予定より少ない人数（19名）での作業となりました。

地元住民をはじめボランティア参加された皆さま、早朝より大変お疲れさまでした。



山口市誕生20周年記念式典で団体受賞

平成17年10月に新たな山口市が誕生し、このたび20周年を迎えました。

10月4日（土）に、山口市市民会館において記念式典が開催され、市内21地区の地域づくり協議会と自治会等連合会が功労賞を受賞しました。



代表で各地区現在の会長が受賞



これからもよろしく
お願いいたします!

令和7年度 山口市民スポーツ大会の結果報告



10月13日(月・祝)に維新百年記念公園にて、山口市及び山口市スポーツ協会主催の「令和7年度山口市民スポーツ大会」が開催されました。

小鯖地域は、陸上レクスポーツ、グラウンド・ゴルフ、ソフトボールの3競技に出場し、白熱した大会を繰り広げました。

今年は、全出場競技で好成績を残し表彰されました。賞状はセンター玄関に飾ってありますので是非ご覧ください。参加いただいた選手・役員の皆さん、大変お疲れ様でした。

各競技の結果は次のとおりです。

陸上レクスポーツ

Bブロック 総合5位(12地域出場)

小鯖地区運動会の上位地区等の選抜チームで、陸上競技は400mリレー、レクスポーツ競技は、玉入れ・台風の目・ロープジャンピングに出場。「玉入れ」では制限時間内にアンカーボールを入れることが出来ず、残念ながら上位入賞には届きませんでしたが、「台風の目」では俊敏な動きで3位入賞!「ロープジャンピング」でもみんな協力して長縄を飛び続け、3位入賞の好記録でした♪「リレー」ではアンカーで2人抜きするなど一生懸命走る姿に応援にも熱が入りました🔥

結果的には総合5位と入賞は逃しましたが、好成績を収めました☆



グラウンド・ゴルフ

4位(20地域出場)

シニア小鯖連合会のグラウンド・ゴルフメンバーで選手を編成して出場。

日々練習に励まれ本番に臨みました! 3位大内と同打数でしたが、成績順により、惜しくも3位は逃しましたが、練習の成果を大いに発揮し、4位入賞と素晴らしい結果となりました♪



ソフトボール

Bブロック2組 準優勝

小鯖地域選抜メンバーを中心としたチームで出場。

シードでの初戦は仁保地域と対戦し、打線の爆発、ピッチャーの好投により11対9で勝利!

最後の決勝戦では、大歳地域相手に来年のAブロック入りをかけて、優位に試合を運んでいましたが、残念ながら逆転され9対10で敗戦となりました。惜しくも優勝は逃したものの、準優勝という素晴らしい成績を残しました☆



ご参加いただいた選手・役員の皆さん、
大変お疲れ様でした。

大会結果詳細はこちらから
ご覧になれます♪
(大会結果二次元コード)





2日(日)	小鯖地域自主防災研修	16日(日)	小鯖ふるさとまつり
10日(月)	パソコン相談	29日(土)	子どもパンづくり教室
13日(木)	子育てサロン「あ・そ・ぼ」	30日(日)	男女混合ソフトバレーボール大会

※予定されている行事等が変更になる場合がありますので、事前に主催者等にご確認ください。

移動図書館『ぶっくん』巡回日

場所：小鯖地域交流センター駐車場

5日(水) 14:20~15:00
19日(水)



小鯖っ子見守り隊情報



11月度 通常以外の下校時間の目安

★ 1日(土)：校内音楽会

全学年 11:25下校

★12日(水)：クラブ活動

4年生 15:00下校

★26日(水)：代表委員会

4年生 15:00下校

1ヶ月分の「行事・下校予定表」が必要な見守り隊の方は、小学校事務室で受け取られてください。

『さばろっち交流広場』 講座日程

6日(木) 10:30~11:30 笑いヨガ

10日(月) 10:00~12:00 簡単手芸

20日(木) 10:30~11:30 笑いヨガ

※毎週月曜日 13:00~16:00 カラオケ(シニア)

※毎週金曜日 13:00~16:00 カラオケ(一般)

「正田の館」の和室を交流広場として、
平日9:00~16:00の間、いつでも自由
に利用することができます。
(概ね60歳以上の方)



レノファ山口ホームゲーム情報

9日(日) vs ジュビロ磐田

29日(土) vs 大宮アルディージャ



『小鯖小学校サポーター』活動日

★ 6日(木) 読み聞かせ 8:25~8:40

★13日(木) 朝学丸つけ 8:25~8:40

★20日(木) 昼休み見守り 13:00~13:30

~参加可能な方は080-1912-8099(林)まで~

発行：小鯖地域づくり協議会 ☎083-927-2263
小鯖自治会連合会 ☎083-927-2263
小鯖地域交流センター ☎083-927-0021
〒753-0212 山口市下小鯖 2519 番地

小鯖地域づくり協議会
公式サイト二次元コード



小鯖地域づくり協議会



小鯖地域交流センター

Instagram

二次元コード



検索