

も金曜) 10時〜11時30分、13時〜14時30分 ▼場所 山口しあわせプラザ(上野小路89・1) 【②訪問講習】講師がご希望の日時に自宅へ訪問し、マンツーマンで指導します。【③小郡PCアドバイス】パソコン・スマートフォンに関することをマンツーマンで指導します。▼日時 2月4日、18日、3月4日、18日(いずれも水曜) 10時〜11時30分、13時〜14時30分 ▼場所 小郡地域交流センター ▼料金 1800円 ▼持参品 パソコン(貸出可、別途2000円)、スマートフォン 申込 ①山口市シルバー人材センター ☎083・924・5396、③山口市シルバー人材センター 小郡 ☎083・976・1170

## 伝承総合センターの体験講座

【そば打ち体験】打ったそば3人前(そばつゆ付き)をお持ち帰りいただきます。▼日時 ①2月21日(土) 13時〜15時30分、②3月22日(日) 13時〜15時30分 ▼対象 中学生以上各回抽選12人 ▼料金 1200円 所申込 ①1月15日(木) から、②2月15日(日) から、山口ふるさと伝承総合センター(下野小路12) ☎083・928・3333

## 働く婦人の家講座

【ブラッシュアップ講座】 ▼日時 2月15日(日) 10時〜14時 ▼内容 ①講

義「海外で暮らして見えてきた、経済感覚の違い」、②調理実習「イギリスの伝統家庭料理 コロネーションチキン」、③ワークシヨップ「ハーブの香りで癒しの時間を楽しむ」 ▼講師 ①②齋藤涼子氏(国際交流ひらかわの風の会事務局長)、③宮崎博子氏(ハーブコーディネーター) ▼対象 先着20人 ▼料金 ③1500円 所申込 開催日の1週間前までに、下の二次元コード、来所、往復はがきのいずれかで、〒住所、氏名、年齢、電話番号、託児の有無(生後6カ月、1200円)を、働く婦人の家(〒753・0056 湯田温泉五丁目1・1) ☎083・921・1929



## 山口ユネスコ協会 公開講座

【世界の諸情勢を中心とした日英比較】 ▼日時 1月24日(土) 10時〜11時30分 ▼場所 湯田地域交流センター ▼内容 最近の国際情勢に対する日本と英国の考え方の類似点と相違点を学びます。▼定員 先着50人 ▼講師 セネック・アンドリュース氏(山口大学教育学部講師) 申込 山口ユネスコ協会事務局(社会教育課内) ☎083・934・2865

## イベント

## 山口市ずっと元気・プロジェクト 無料サービス体験会

高齢者向けにQOL(生活の質)向上につながるサービスを体験できるイベントを開催します。▼日時 2月21日(土) 9時30分〜14時 ▼場所 湯田温泉こんこんパーク(湯田温泉五丁目2・15) ▼内容 体を動かす複数のプログラムのほか、スマホ教室やドローン操縦体験、脳トレなど、趣味や生活に役立ついろいろなプログラムを予定しています。午前・午後各1回ずつ健康講座も実施します。詳細は下の二次元コード参照。▼対象 市内在住の65歳以上の方(事前申し込み不要) 株式会社YMF G ZONEプランニング ☎083・223・4202



## 基礎からのノルディックウォーキング教室



ノルディックウォーキングは、下半身だけでなく上半身も使い、全身の筋肉の90%を動かす有酸素運動と言われています。▼日時 1月24日、2月14日、28日、3月14日、28日(いずれも土曜) 10時〜12時 ※少雨開催 ▼場所 阿知須地域交流センター ※3月14日(土)、28日(土) は山口きらら博記念公園東駐車場周辺 ▼定員 先着20人 ▼講師 山本

陸記氏(日本ノルディックウォーキング協会公認マスタートレーナー) ▼料金 500円/回 ▼その他 ポールをお持ちでない方は無料で貸し出したします。申込 各開催日の2日前までに阿知須地域交流センター ☎0836・65・2022、ajisu@city.yamaguchi.jp

## フットパスで名田島を散策

フットパスとは、地域のありのままの風景を楽しみながら歩くことのできる小径のことです。▼日時 3月1日(日) 9時〜12時 ▼場所 名田島高齢者生きがいセンターいきいきやかた(名田島1529) 集合 ▼内容 名田島地域の田園風景や家並みをゆっくり楽しみながら、約6kmのフットパス向山コースを歩きます。(雨天中止) ▼定員 先着25人 ▼料金 500円 申込 2月17日(火) までに、来所、電話、郵送、Eメールのいずれかで、〒住所、氏名、年齢、電話番号を、名田島地域交流センター ☎083・972・6720、natalina@city.yamaguchi.jp ※複数人での参加の場合、まとめてお申し込みください(上限5人)。

## 親と子の野鳥の教室

▼日時 3月1日(日) 10時〜12時 ▼場所 きらら浜自然観察公園(阿知須10509・53) ▼内容 公園内

の野鳥観察・ウグイス笛づくり ▼対象 小学生とその保護者先着15組30人程度 ▼料金 保護者のみ1人100円 ▼持参品 双眼鏡（お持ちの方。貸出あり。） ④ 2月23日（月・祝）までに下の二次元コードで、環境政策課 ☎083・934・2687



### 中原中也記念館無料開館

2月18日（水）は中原中也記念館の32年目の開館記念日で、入館が無料です。 ④ 中原中也記念館（湯田温泉一丁目11・21） ☎083・932・6430

### MANUAL

カナダを拠点に活動するアダム・キナー&クリストファー・ウィレスによるパフォーマンス作品「MANUAL」を公開します。本作は、開館中の図書館を舞台に、観客とパフォーマーが1対1で行う親密な体験型の作品です。2人で本を読み合ったり、音に耳を澄ましたりする中で、「読む」「聴く」「つながる」感覚を研ぎ澄ませ、気づきやつながりが生まれる場所としての図書館のあり方について改めて考える場となります。 ▼会期 1月24日（土）、25日（日）、31日（土）、2月1日（日）、7日（土）、8日（日） 各日19回上演 ※時間の詳細はウェブサイトをご覧ください。 ▼定員 各回1人 ▼

対象 中学3年生以上 ▼上演時間 各回45分 ▼場所 中央図書館 ▼チケット料金 前売：一般2500円、any会員・25歳以下・特別割引2000円、中学生1000円、当日：一般3000円、中学生1000円 ※チケットの購入については下の二次元コード参照。 ④ 山口情報芸術センター「YCAM」 ☎083・901・2222



### ウルフルズ ライブツアー

「ガッツだぜ!!」「笑えれば」など数々のヒット曲で知られるウルフルズが山口にやってきます。 ▼日時 2月15日（日）17時開演（16時15分開場） ▼場所 山口市民会館大ホール ▼料金（全席指定） 前売：通常席8000円、当日：9000円 ※プレミアム席は完売 ※3歳以下入場不可（託児なし） ▼チケット情報 any会員先行予約中、一般発売1月10日（土）から ④ 山口市文化振興財団 ☎083・920・6111



### TRIO CONCERT 早春のプリユード

▼日時 3月6日（金）18時30分開演 ▼出演 上野美科（ヴァイオリ

### ファンファーレ！ふたつの音



© 2024 - AGAT Films & Cie - France 2 Cinéma

運命の再会を果たしたスター指揮者とその生き別れの弟が、お互いに助け合いながら、音楽と共に未来へと歩き出す姿を描くヒューマンドラマ。世界を飛び回るスター指揮者ティボは、ある日突然、白血病と診断された。ドナーを探すなかで、自分が養子であること、そして生き別れた弟ジミーがいることを知る。（2024年／フランス／103分／監督・脚本：エマニュエル・クールコル）

#### 上映日時

1月	12日（月・祝）	10:30
	14日（水）、15日（木）、16日（金）	14:40
	17日（土）、18日（日）	12:30
	19日（月）、21日（水）、22日（木）	10:30
	23日（金）	12:30

場所 山口情報芸術センター スタジオC  
料金 一般1,400円、any会員、65歳以上、25歳以下、障がい者（介助者1人）1,000円

山口情報芸術センター [YCAM]  
（中国町7-7） ☎083-901-2222



### 菜香亭市民ギャラリー

「水谷寛写真展 山口のラジオの声」

ン）、宮田浩久（チェロ）、刀根由貴子（ピアノ） ▼プログラム ドヴォルザーク／ピアノ三重奏曲第4番 ドウムキー、エルガー／威風堂々、チャイコフスキー／花のワルツ 他 ▼料金 2000円（残席がある場合のみ当日2500円） ▼託児 2月27日（金）までに要申し込み（1人500円、未就学児入場不可） ④ C・S赤れんが（中河原町5・12） ☎083・928・6666

### 水谷アナウンサーの見ていたもの

日時 1月29日（木）～2月2日（月）10時～17時（初日のみ13時から、最終日のみ15時まで） ▼内容 水谷寛アナウンサーの残した写真の中から、縁の方々を選んでいただいた写真展です。【ふおくらむ写真展 山口の写真家達】 ▼日時 2月13日（金）～15日（日）10時～17時（最終日のみ16時まで） ▼内容 山口のカメラ好きによる、組み写真での写真展です。 ④ 山口市菜香亭（天花一丁目2・7） ☎083・934・3312



## 萬代家コレクションで 楽しむ春夏秋冬

▼期間 3月30日(月) まで ▼内容  
萬代家コレクションの中から季節を感じさせる書画や茶器・食器等を紹介いたします。**【ミニ講座】萬代家伝来の資料** ▼日時 1月25日(日) 13時30分～14時30分 ▼内容 展示資料から数点をピックアップし、学芸員による座学形式で解説。▼定員 10人(予約制) ▼料金 500円(資料代、展示室チケット付き) 所 1月9日(金) 9時から、下の二次元コード、または十朋亭維新館 ☎083・902・1688



## 山口市川柳大会

▼日時 2月22日(日) (受付開始は10時、投句締切は11時) ▼場所 大館地域交流センター ▼応募作品 7課題、各2句投句(投句用紙は当日受付で渡します) ※自作の未発表句に限りです。▼特例投句 病氣療養中など当日参加が困難な者に限り事前投句受付(要事前連絡) ▼課題 7課題「争う」「ラッパ」「そろそろ」「居座る」「安い」「目指す」「良い」 ▼料金 1000円(当日受領) 申 1月30日(金) までに、電話、はがき、FAXのいずれかで、〒住所、氏名、電話番号を、山口市川柳吟社 西田さん(〒753・

0214 大内御堀二丁目7・18)、☎083・924・2315

## エコ・クッキング教室

「買い出し」「調理」「食事」「片付け」までの各過程における省資源・省エネルギーの方法(エコ・クッキング)にチャレンジしてみませんか。学びながら、実際に調理した後、楽しく食事をしましょう。▼日時 2月28日(土) 10時～13時 ▼場所 山口合同ガス株式会社ひまわり館(大内千坊四丁目7・1) ▼対象 市内在住の18歳以上の方 ▼講師 山口消費生活研究会 ▼注意事項 本教室ではハンバーグに牛肉、卵、小麦粉を使用する予定です。申 2月24日(火) までに下の二次元コードから温暖化とめるつつやネットワークやまぐち事務局(環境政策課内) ☎083・934・2687



## 徳地特産品ぶち美味しい 冬の南大門まつり

徳のある地の特産品を販売する事業者が参加する祭りです。オリジナル商品の販売、お米のすくいどり、卵のつかみ取り、キッチンカー等があります。▼日時 1月18日(日) 9時～15時30分(荒天中止) 所 南大門(徳地堀1565・1) ☎0835・52・1772、特産品振興対策委員会(代表なかや

菓子店内) ☎0835・54・1536

## 初めてのの方の 椎茸原木菌打ち体験



▼日時 2月26日(木) 9時30分～12時 ▼内容 基本知識を学び、菌打ちを体験します。▼対象 椎茸菌打ち・椎茸栽培を初めて体験される方 抽選30人 ▼講師 松原近志氏(山口県椎茸農業協同組合組合長) ▼参加費 500円 所 1月30日(金・必着) までに、はがき(1枚につき1人)に〒住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、山口森林ふれあいセンター(〒753・0211 大内長野1978番地) ☎083・927・2039

## 第54回全日本実業団 ハーフマラソン大会

▼期日 2月8日(日) ▼場所 維新みらいふスタジアム(スタート、フィニッシュ) ▼内容 全国各地から集まった選手たちに声援をお願いします。(交通規制について、市道木崎佐畑線、国道9号、パークロード、県道山口防府線、県道宮野大歳線で実施) 詳細は下の二次元コード参照。 山口陸上競技協会 ☎083・920・6125



## 市民インディアカ大会

▼日時 2月15日(日) 9時30分から ▼場所 山口南総合センター(名田島1218・1) ▼種別 ①男子の部、②女子の部、③混合の部、④山口2部(初級者) ▼対象 市内在住、在勤、在学の方4人以上で編成したチーム ▼料金 1チーム2000円 申 1月30日(金) までに山口市インディアカ協会 藤村さん ☎083・932・7550、✉yamaguchi.city.indiaca@gmail.com

## スキー教室

▼日時 1月25日(日) 10時～12時 ▼場所 十種ヶ峰スキー場 ▼内容 初心者、初級者を対象としたスキー教室 ▼対象 市内に住または在勤・在学の方 山口市スキー連盟 池田さん ☎pm63113@gmail.com(タイトルに「スキー教室の件」と記入)、☎070・5429・6286



## 十種ヶ峰の冬を楽しもう

▼日時 2月7日(土) 10時30分～8日(日) 15時 ▼内容 自然散策、ソリ、雪遊び、ゲレンデスキー、歩くスキー(積雪不良時には、冬山散策、ネイチャーフラフトなど) ▼定員 12家族(原則、1家族1部屋) ▼料金



3700円（26歳以上）、3500円（19歳～25歳）、3400円（19歳未満）、300円（3歳未満 ※食事提供無）※内訳：食費（4食）、シーツ代、保険料、施設使用料等 **所申** 1月24日（土）12時までに、下の二次元コードまたはウェブサイトから、十種ヶ峰青少年自然の家 ☎083・958・0033



子育て  
各保健センター等  
所在・連絡先は  
17ページ下参照

## 不妊および不育症の 治療費助成申請

出産を望まれ不妊治療を受けている夫婦の経済的な負担を軽減するため、不妊治療費の一部を助成しています。また、流産や死産を繰り返す不育症の治療費の一部を助成しています。申請期限は3月31日（火）までです（郵送の場合は消印有効）。  
▼対象期間 令和7年4月～令和8年3月末の間に受けた治療 ▼対象となる治療 ①一般不妊治療（人工授精、体外受精、顕微授精を除く医療保険の適用となる不妊治療）、②人工授精（医療保険適用）、③不育症の治療と検査（医療保険適用の有無を問わない） ▼対象 市内に住所を有する法律上の夫婦で前年の所得額の合計が730万円未満の方 子育て保健課 ☎083・921・

7085、各保健センター ※申請書の様式や助成額、必要書類等の詳細は下の二次元コード参照。



## パパママフェス

妊娠・出産・子育てをする上で知っておきたいことなどについて一緒に学んでみませんか。赤ちゃん人形を使った体験ブースもあります。 ▼日時 2月1日（日）13時30分～15時30分 ▼対象 妊婦さんとパートナー先着30組 **所申** 1月8日（木）から、子育て支援アプリ「やまここ」で、こども家庭センター（子育て保健課）



## プレママカフェ

妊婦さんが安心して赤ちゃんを迎えられるように、妊娠・出産・子育て等について学びながら、妊婦さん同士で情報交換や交流をしませんか。 ▼日時 2月27日（金）、3月4日（水）、13日（金）いずれも13時30分～15時30分 ※1回のみの参加でも可。各回の内容は下の二次元コード参照。  
▼対象 第1子を妊娠中で、主治医から生活の制限を受けていない方 先着20人程度/回 ▼持参品 母子健康手帳 **所申** 子育て支援アプリ「やまここ」で、小郡保健福祉センター



## 離乳食スタート講座（山口）

▼日時 3月6日（金）10時～11時30分 ▼内容 離乳食の基本に関する講話と、成長に合わせた食材ごとの調理の仕方など、簡単な調理実習を行います。  
▼対象 生後4～6カ月児の保護者先着30人 ▼持参品 エプロン、手拭きタオル、筆記用具 ▼託児 要申し込み **所申** 1月15日（木）から子育て支援アプリ「やまここ」で、こども家庭センター

## 幼児食講座

お子さんの成長に合わせた幼児食の進め方や、この時期に多い食事の悩みについて、調理のデモンストレーションを交えてお伝えします。 ▼日時 2月10日（火）10時～11時30分 ▼内容 幼児食に関する講話と、食育について学びながら、簡単な調理実習を行います。 ▼対象 1～2歳児の保護者先着25人 ▼持参品 エプロン、手拭きタオル、筆記用具 ▼託児 要申し込み（先着25人） ※お子さんと一緒に受講不可 **所申** 1月15日（木）から子育て支援アプリ「やまここ」で、こども家庭センター

## 病気のときのホームケア（小郡）

▼日時 2月19日（木）14時～15時

30分（13時30分から受け付け） ▼内容 小児科医による子どものホームケアに関する講話 ▼対象 乳幼児の保護者先着30人 ▼講師 浜本史明氏（はまもと小児クリニック院長） ▼託児 無料（要申し込み） 生後3カ月児以上 ※お子さんと一緒に受講不可。託児スタッフからミルクをあげることはできません。授乳時間を調整ください。 **所申** 子育て支援アプリ「やまここ」で、小郡保健福祉センター



健康  
各保健センター等  
所在・連絡先  
は17ページ下参照

## 糖尿病予防教室

「血糖値の改善は、未来の健康を守る第一歩」治療が必要になる前に、今の自分を知り、将来の健康を守る一歩を踏み出してみませんか。 ▼日時 1月29日（木）13時30分～15時30分（13時から受け付け） ▼内容 その日からすぐに実践できる血糖値改善の秘訣を保健師、管理栄養士、健康運動指導士（鈴木英明氏）から学べる講座です。血管年齢測定や、体を動かしながら、自分の体と向き合ってみませんか。 ▼対象 血糖値が気になる方 先着30人（要申し込み） ▼料金 保険料50円 ▼持参品 タオル、水分補給用の飲み物、筆記用具、健診結果（お持ちの方）。運動ができ、はだしになれる服装でお越しください