

市報 やまぐち

Web サイト <http://www.city.yamaguchi.lg.jp/>
e-mail koho@city.yamaguchi.lg.jp



お知らせ 1

講座

8

図書・文化 10

イベント 10

子育て 12

健康

13



定期接種に加わることで、
全額公費助成対象となります

ワクチンの接種は、病気の原因となる細菌やウイルスなどをあらかじめ体内に入れ、抗体を作ることで病気を防ぐ方法です。さまざまな病原菌に対し抵抗力のない乳幼児等にとって、病気を防ぐ有効な手段です。ぜひ接種しましょう。

子宮頸がん予防ワクチン

子宮頸がんの発症は、日本では年間8000人以上が報告されています。特に20〜30代で急増しており、予防に一定の効果のあるワクチンの接種が必要とされています。

ヒブワクチン

「ヒブ」とは、インフルエンザ菌b型の略称です。髄膜炎、肺炎、喉頭炎など、多彩で深刻な病気を引き起こす場合があります。ヒブの全身感染症のうち、注意しなければならぬのは髄膜炎で、ヒブワクチン接種による予防が最も効果的とされています。

小児用肺炎球菌ワクチン

肺炎球菌は、ヒブと同様に小児細菌性髄膜炎の原因の一つです。また、肺炎や敗血症といった重症感染症を引き起こす場合があります。こちらもワクチン接種が効果的とされています。

対象のお子さんをお持ちの方 忘れずに接種させてください 3つのワクチンが定期予防接種に追加されます

子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンが、平成25年度より定期接種に加わりました。接種対象者は左表の通りです。実施医療機関など、詳しくは「平成25年度健康づくりガイド」をご覧ください。
問い合わせ 市健康増進課 (☎083-921-2666)

■各ワクチンの接種年齢、回数等

予防接種	対象年齢	標準的な接種年齢	接種回数・間隔等		
			初回接種時期	回数	詳細内容
子宮頸がん 予防ワクチン	小学6年生 } 高校1年生 相当の女子	13歳 (中学1年)	-	3回	サーバリックス(2価ワクチン)の場合 2回目…初回接種から1~2.5カ月後 3回目…初回接種から5~12カ月後 ガータシル(4価ワクチン)の場合 2回目…初回接種から少なくとも1カ月 以上後 3回目…2回目接種から少なくとも3カ 月以上後
ヒブ ワクチン	生後2カ月 } 60カ月未満	生後2カ月 } 7カ月未満	生後2カ月 ~7カ月未満 追加1回 生後7カ月 ~12カ月未満 追加1回 生後12カ月 ~60カ月未満 1回	初回3回 追加1回 初回2回 追加1回 1回	初回…4~8週の間隔をあけて接種 追加…初回の最終接種が終了後、7 ~13カ月の間に接種
小児用 肺炎球菌 ワクチン	生後2カ月 } 60カ月未満	生後2カ月 } 7カ月未満	生後2カ月 ~7カ月未満 生後7カ月 ~12カ月未満 生後12カ月 ~24カ月未満 生後24カ月 ~60カ月未満	初回3回 追加1回 初回2回 追加1回 2回 1回	初回…27日間以上の間隔をあけて接 種 追加…初回の最終接種が終了後、60 日間以上の間隔をあけて接種 生後12カ月~24カ月未満の方の 2回目は60日以上の間隔をあけて 接種

お知らせ

4月30日は固定資産税・都市計画税の納付期限

4月8日に納税通知書を発送していただきますようお願いいたします。
 なお、平成25年度の市税・保険料の各納期は左表の通りです。

■平成25年度市税、保険料の納期一覧表

納付期限	固定資産税 ・都市計画税	市県民税 (普通徴収)	軽自動車税	国民健康保険料 ・介護保険料 (普通徴収)	後期高齢者 医療保険料 (普通徴収)
4/30	1期・全期				
5/31			定期		
7/1		1期・全期		1期・全期	
7/31	2期			2期	1期・全期
9/2		2期		3期	2期
9/30				4期	3期
10/31		3期		5期	4期
12/2				6期	5期
12/26	3期			7期	6期
1/31		4期		8期	7期
2/28	4期			9期	8期
3/31				10期	9期

- 山口総合支所 〒753・8650 亀山町2-1 ☎0833・9222・4111
- 小郡総合支所 〒754・8511 小郡下郷609-1 ☎0833・9732・2411
- 秋穂総合支所 〒754・1192 秋穂東6570 ☎0833・9844・2121
- 阿知須総合支所 〒754・1292 阿知須2743 ☎0836・654111
- 徳地総合支所 〒747・0292 徳地堀1744 ☎0835・521112
- 阿東総合支所 〒759・1512 阿東徳佐中3417-2 ☎0833・9566・0111

支払いは、納税通知書に記載の金融機関、コンビニエンスストア、各総合支所の窓口、阿東地域交流センター篠生・生雲・地福・嘉年分館(他の地域交流センターではお支払いできません)でお願いします。

☎ 市収納課 (☎0833・9334・2739・2740・2741)

国民年金の学生納付特例を希望する方へ

在学中の国民年金保険料の納付を猶予する制度があります。希望される方は早めに申請してください。

■申請期限 平成26年4月末日

■申請場所 山口年金事務所(吉敷下東一丁目8・8)、市保険年金課(山口総合支所)、各総合支所総合サービス課、各地域交流センター(大殿、白石、湯田、小郡、秋穂、阿知須、徳地、阿東を除く)および分館、市大海総合センター

■持参品 学生証または在学証明書(写しでも可)、印鑑

※平成24年度分は、4月末日まで受け付けます。希望される方で、手続き

国民年金保険料が4月から変わりました

がまだの場合は、お急ぎください。
 ☎ 山口年金事務所 (☎0833・9222・5660)、市保険年金課 (☎0833・9334・2801)、各総合支所総合サービス課

納付種別	国民年金保険料が、平成25年4月分から月額1万5040円(60円引き上げ)に変わりました。口座振替、クレジットカードでの支払いには、手続きが必要です。	
	半年前納	1年前納
口座振替	8万9,210円 (1,030円割引)	17万6,700円 (3,780円割引)
納付書またはクレジットカード払い	8万9,510円 (730円割引)	17万7,280円 (3,200円割引)
毎月納付書払いを行った場合	6カ月分 9万240円	12カ月分 18万480円

※市報1月15日号掲載の、平成25年度の口座振替・クレジットカードによる「1年前納」「前期半年前納」の申し込みは締め切りました。

難病の方への障害福祉サービスを拡大

障害者総合支援法の施行に伴い、サービス利用対象者が拡大されます。
 ■追加される障害 難治性疾患克服研究事業の対象である130疾患および関節リウマチ

これまで、症状の変動などにより身体障害者手帳が取得できなかった方が、必要と認められる場合に障害福祉サービス等の利用が可能になります。診断書、特定疾患医療受給者症等の疾患名が確認できる資料をお持ちの上、福祉総合相談窓口にお越しください。

☎ 市高齢・障害福祉課 (☎0833・9334・2794 FAX 0833・9334・2647)

平成 25 年度 各種健康診査等についてのお知らせ

充実した毎日を過ごすためには、栄養・運動・休養のバランスがとれた生活習慣を身につけることが大切です。ぜひ、年に一度は健康診査等を受診して、自分の生活習慣をチェックし、自分ができる健康づくりを始めましょう！

びわ色 の受診券が届きます

山口市国民健康保険の特定健康診査

- 対象 山口市国民健康保険に加入している 40～74 歳の方
- 実施期間 6月1日(土)～12月20日(金)
- 実施医療機関 5月末までに封書で届く「特定健康診査受診券」と同封の「実施医療機関一覧表」または、「平成 25 年度健康づくりガイド」15～17ページでご確認ください。
- 持参品 特定健康診査受診券(びわ色)、質問票、山口市国民健康保険被保険者証
- 料金 1,000 円
- 問い合わせ 市保険年金課 (☎ 083-934-2802)

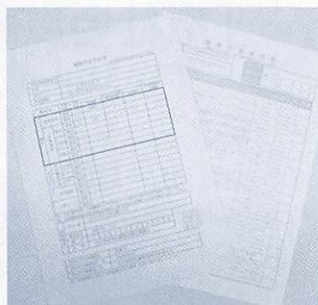


【左】
特定健康診査受診券
【右】
質問票(健診等機関控)
…必要事項をご記入ください。

水色 の受診券が届きます

後期高齢者の健康診査

- 対象 後期高齢者医療制度に加入している方
- 実施期間 6月1日(土)～平成 26年3月31日(月)
- 実施医療機関 5月末までに被保険者ごとに封書で届く「健康診査受診券」と同封の「実施医療機関一覧表」でご確認ください。
- 持参品 健康診査受診券(水色)、健康診査質問票、後期高齢者医療被保険者証
- 料金 500 円
- 【受診券送付時期】
75歳を迎えられる方の受診券送付時期は次の通りです。
 - ・5月～平成 26年1月までの方…誕生月の翌月
 - ・平成 26年2月の方…2月中
 - ・平成 26年3月の方…平成 26年5月中
- ※事前の申し出により、受診券の受け取りを希望されない方には送付していません。
- 問い合わせ 山口県後期高齢者医療広域連合事務局 (☎ 083-921-7113)、健康診査受診券については、市保険年金課 (☎ 083-934-2803)



【左】
健康診査受診券
【右】
健康診査質問票
…必要事項をご記入ください。

山口市 国民健康保険

人間ドック・簡易脳ドック・歯科健診

特定健康診査 人間ドック 簡易脳ドック

写真は昨年度のものです

山口市国民健康保険

●実施期間 6月1日～12月20日

●対象はあなたの健康の「リスク」

●年に1度は必ず受診しましょう!



がん、心臓病、糖尿病などの生活習慣病は、日本人の死因の多くを占めており、とりわけ、40歳から74歳の方は、生活習慣病の発症率であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の状態にある方が多いといわれています。

チラシ(オレンジ色)の裏面に実施医療機関が記載されています。

- 対象 山口市国民健康保険に加入しておられる方(任意検査項目によっては年齢制限あり)
- 実施期間 6月1日(土)～12月20日(金)
- 実施医療機関 「平成 25 年度健康づくりガイド」15～17ページまたは6月中旬に封書で届く「保険料納入(賦課)通知書」と同封の「実施医療機関一覧表」でご確認ください。
- 持参品
 - 【申込時】山口市国民健康保険被保険者証
 - 【受診時】申込時に説明します。
- 料金 受診料の約 2 割
 - 【人間ドック】約 4,300～9,300 円
 - 【簡易脳ドック】5,200 円
 - 【歯科健診】700 円
- ※山口市国民健康保険人間ドックの検査項目には、特定健康診査の項目がすべて含まれています。40～74歳の方は、どちらかを選んで受診してください。
- ※各種がん検診(子宮がん、胃がん、大腸がん、肺がん、前立腺がん)との重複受診はできません。
- 申し込み・問い合わせ あらかじめ受診を希望する医療機関と日程を調整の上、予定日の 10 日前までに各総合支所または各地域交流センター(大殿・白石・湯田・小郡・秋穂・阿知須・徳地・阿東を除く)および分館、市大海総合センターへ申し込んでください。詳しくは、市保険年金課 (☎ 083-934-2802)

引き続き、東日本大震災義援金にご協力ください（受付期間平成26年3月31日（月）まで延長）

受付口座：郵便局・ゆうちょ銀行／口座記号番号：00140-8-507／口座加入者名：日本赤十字社 東日本大震災義援金

※受付口座や窓口等に変更はありません

問い合わせ 市社会課（☎083-934-2790）

お知らせ

**「地域密着型サービス」
をご利用ください**

「地域密着型サービス」とは、高齢者が住み慣れた自宅や地域で、自分らしく自立した生活を送れるよう、事業者により提供される介護サービスのことであります。

要介護の判定を受けた方等が利用しやすいよう、市内を6つに分けた日常生活圏域ごとにサービス提供の拠点を置いています。

- 対象 介護保険の認定を受けた方
- サービスの種類と内容
 - ・夜間対応型訪問介護
 - ・ホームヘルパーによる夜間の定期的な巡回訪問や、通報により随時訪問の介護サービスを受けられます。

・認知症対応型通所介護
認知症の高齢者が、事業所などに通い、食事や入浴などの日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスを受けられます。

・小規模多機能型居宅介護
小規模な施設で、通所を中心に利用者の選択に応じ、短期間の宿泊や随時訪問を柔軟に組み合わせながら、顔なじみのスタッフ・環境で継続的に、介護サービスを受けられます。

・認知症対応型共同生活介護
認知症の高齢者が共同生活を送りつつ、食事や入浴など日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスを受けられます。

・地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

29人以下の特別養護老人ホームに入所し、食事や入浴などの日常生活上の世話等や機能訓練、健康管理、療養上の世話の介護サービスを受けられます。

■自己負担額 介護サービスの費用の1割
※食事や家賃などが、サービスの内容により別途掛かります。
※低所得者は、軽減措置が適用される場合があります。

☎市介護保険課
（☎083・934・2795）

海外都市ジュニアホームステイ訪問団員募集

ホームステイを通じて海外の人々と交流を深め、コミュニケーション能力や国際感覚を磨くため、オーストラリアへ派遣する訪問団員を募集します。

■期間 8月12日（月）～19日（月）

■訪問先 オーストラリアシドニー市、ニューカッスル市

■対象 市内在住の中学生、高校生16人程度

■参加資格 過去に実施した「海外都市ジュニアホームステイ訪問団」に参加していない方／保護者および学校長の同意を得ていること／事前研修5回程度および帰国後のレポートの提出や報告会などのプログラムに参加できること

**ご利用ください
「市社会貢献活動保険」**

■問い合わせ 市協働推進課（☎083-934-2982）

市民の皆さんが安心して社会貢献活動に参加できるよう、保険制度を設けています。

- 保険料・登録は不要です
 - ・保険料は、全額市が負担します。
 - ・各団体からの事前の申し込みや登録は不要です。
 - 事故が起きたら
事故が発生した場合、活動団体の責任者が速やかに市協働推進課へ事故の内容を連絡してください。その後の手続き等をお知らせします。
 - 保険の種類
他者に損害を与えた場合の「賠償責任保険」と参加者が負傷・死亡した際の「傷害保険」の2種類があります。
～主な補償内容～
 - ・賠償責任保険 対物賠償…1事故につき上限500万円（免責額〈自己負担分〉は、1事故につき5,000円）
 - ・傷害保険…入院1日につき3,000円、通院1日につき2,000円
 - 保険の対象となる事業（すべてに該当すること）
 - ・市民5人以上で組織された団体による活動
 - ・自由意志で行われる社会貢献活動
 - ・年間を通じて行われる計画的な活動
 - ・無報酬で参加する活動（実費程度の支給は可）
- ※内容・趣旨により対象とならない場合もあります。

**県健康福祉祭
美術展作品募集**

高等学校に備え付け。市ウェブサイト（表紙参照）からも入手可

高齢者の創作による日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真を出品展示しませんか。優秀作品は、全国健康福祉祭こうち大会へ出品されます。

■展示期間 6月7日（金）～9日（日）

■展示場所 山口市民会館

■応募資格 60歳以上（昭和29年4月1日以前に生まれた方）のアマチュアが創作した未発表作品

■費用 14万円程度

■審査 申込時に提出した作文の内容を踏まえ、5月12日（日）に面接審査を行います。応募者には面接会場、時間を郵送にて別途通知します。

■申込書は、市総務課国際交流室、各地域交流センター、市内中学校、

直接または郵送で申込書に必要事項を記入の上「私がホームステイで体験してみたいこと」をテーマとした作文（400字詰め原稿用紙2枚程度）と80円切手を貼った返信用封筒を添えて、市総務課国際交流室（山口総合支所☎083・934・2726）

指定管理者選定予定施設のお知らせ

今年度、指定管理者の選定を行う施設は表の通りです。このうち、公募による選定を行う場合は、8月ごろ、施設ごとに市ウェブサイト（表紙参照）で募集日程等をお知らせする予定です。
 なお、前回選定時の資料（募集要項、仕様書等）は市ウェブサイトでご確認いただけます。
 詳細は、各施設の担当課にご確認ください。

施設名	担当課
山口情報芸術センター／中原中也記念館／嘉村磯多生家	市文化政策課 ☎083-934-2717
山口市島地温泉ふれあいセンター	市協働推進課 ☎083-934-2965
山口市スポーツの森／やまぐちサッカー交流広場	市生涯学習・スポーツ振興課 ☎083-934-2874
山口市阿知須健康福祉センター	市社会課 ☎083-934-2790
山口市山口障害者福祉作業所／山口市アカシア工房	市高齢・障害福祉課 ☎083-934-2794
山口市秋穂コミュニティセンター	市こども家庭課 ☎083-934-2797
重源の郷体験交流公園／国民宿舎秋穂荘／十種ヶ峰ウッドパーク／願成就温泉センター	市観光課 ☎083-934-2810
山口勤労者総合福祉センター	市商工振興課 ☎083-934-2719
山口市地域特産物販売促進センター／山口森林ふれあいセンター	市農林政策課 ☎083-934-2815
山口市徳地新規就農者技術習得施設／山口市徳地三谷交流センター／山口市徳地高齢者・若者活性化センター	市徳地農林振興事務所 ☎0835-52-1115
道の駅あいお	市南部農林振興事務所 ☎083-973-2457

定期普通救命講習会 （前期）の開催

市消防本部では、普通救命講習会を定期的に開催しています。いざという時のために、各消防署、消防出張所で無料貸し出しを行っているAEDの活用をはじめ、身近になった救命処置を学んでみませんか。

■開催日時 毎月第3日曜9時～12時
 ■開催場所 市中央消防署（亀山町2

■申込 5月10日（金）までに、所定の出品票を市高齢・障害福祉課（☎083・934・2793）または、各総合支所総合サービス課

- ・1）と市南消防署（小郡前田町16）の交互開催
- ・中央消防署：6・8月
- ・南消防署：5・7・9月
- 講習内容 普通救命講習Ⅰ
- 対象者 市内在住・在勤の中学生以上30人程度
- 受講費用 無料
- 申請期限 開催月の前月末まで
- 申請方法 所定の申込書に必要事項を記入の上、市内各消防署所、市消防本部救急救助課
- ※申込書は、市内消防署所、消防本部救急救助課に備え付け
- ☎市消防本部救急救助課（☎083・932・2604 FAX083・932・2003）

山口市総合時刻表平成25年4月改訂版を作成



市公共交通委員会では、市内を運行する鉄道・バスの発着時間を網羅した「山口市総合時刻表平成25年4月1日改訂版」を作成しました。各総合支所、各地域交流センター、市内の公共施設等に設置してありますので、ぜひご利用ください。

なお、4月1日から、防長バスの一部路線（新山口駅～大歳～湯田温泉～西京橋）で、平日（9時～18時）は20分、土日・祝日は30分の等間隔運行となり利用しやすい時刻となっております。これまでの運行時刻から大きく変わっておりますのでご注意ください。

☎市交通政策課
 （☎083・934・2720）

建物の耐震診断・改修費用を補助します

市では、昭和56年5月31日以前に着工した建物の耐震診断・改修費用を補助しています。

木造一戸建て住宅の耐震診断費用は6万円までの全額、また、耐震改修費用の3分の2（上限60万円）までを補助します。このほか、一定規模以上の

建築物（病院など）の耐震診断等も補助します。詳細は、市ウェブサイト（表紙参照）でご確認ください。

■受付期限 12月13日（金）
 ■市開発指導課（山口総合支所）
 ☎083・934・2847

緑のカーテン チャレンジャー募集

山口市地球温暖化対策地域協議会では「緑のカーテン」づくりに取り組む市民、事業者の皆さんに、苗を配布します。夏の日差しを和らげ、室温の上昇を抑えてくれる、「緑のカーテン」に挑戦してみませんか。

■配布物 ゴーヤ（ニガウリ）または自然薯（山芋）の苗いずれか4ポット、育て方リーフレット
 ■配布対象者 育成したカーテンの写真提供が可能な方（要申し込み、先着順300人）
 ■配布日時 5月8日（水）～9日（木）の9時～17時
 ■配布場所 市環境政策課、各地域交流センター

■申込 4月26日（金・必着）までに、電話、FAXまたはEメールで、〒住所、氏名、電話番号、苗の種類、受取希望場所を明記の上、協議会事務局（市環境政策課）内☎083・941・2181 FAX083・927・1530
 ☐ tomeruccha@orion.ocn.ne.jp

「光化学オキシダント」 にご注意を

4月から10月にかけて、日差しが強く気温が高い日で風が弱いときは、自動車の排気ガスや工場の煙などに含まれる大気汚染物質による「光化学オキシダント」が発生しやすくなります。



大気中の濃度が高くなると健康に影響を及ぼすこともあり、その際、県から「オキシダント注意報」などが発令されます。発令時にEメールを受信できるサービス等もあります。詳細は、県ウェブサイトでご確認ください。

(☎<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/>)

■情報や注意報等が発令されたときには

- ・屋外での激しい運動は控え、できるだけ屋内に入る
- ・窓を閉めるなど、できるだけ外気が室内に入らないようにする

■どのような症状が出るの？

- ・目が痛い、チカチカする、涙が出る
- ・のどが痛い、せきが出る、息苦しい
- ・頭が痛い、吐き気がする

■これらの症状が出たときには

- ・うがいや洗顔をし、室内で安静にする

「微少粒子状物質 (PM2.5)」 飛散状況の確認方法

◆大気汚染状況の確認方法

大気汚染状況の把握と公表は、県が行います。県は、大気汚染状況を把握するため、県内各地の測定局で、大気汚染物質を常時監視しており、その結果を県ウェブサイトにて公表しています。市内の状況は、県ウェブサイトの結果一覧表の中段「環境保健センター」(朝田)の測定値をご確認ください。また、こちらでは、PM2.5以外にも光化学オキシダント等の測定結果についても閲覧できます。

(☑「山口県 PM2.5」で検索)

◆数値が高いときは注意喚起を実施します

国の暫定指針を受け、県では、1時間値の測定データが85 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ を超えた場合は、注意喚起を実施します。

市では、注意喚起が実施された場合、市防災メールを活用して、Eメールを受信できるサービスを行います。メール受信を希望される方は市ウェブサイト(表紙参照)をご確認ください。

(☑「山口市防災メール」で検索)

※市防災メールの登録は無料ですが、メール送受信に係る通信費用は利用者の負担になります。

◆注意喚起が行われたときは

次の行動の目安を参考にしてください。

- ① 屋外で長時間の激しい運動を控える。
- ② 外出を出来るだけ減らす。
- ③ 屋内換気や窓の開閉を最小限にするように心がける。

【PM2.5とは?】

PM2.5は、直径が2.5 μm (1 μm は0.001mm)以下の大気汚染物質のことで、非常に小さな粒子です。主に燃焼によるばいじんや自動車排ガスなどから発生するとされており、微小な粒子のため、肺の奥まで入りやすく、呼吸器系や循環器系への影響が懸念されている物質です。

【環境基準は?】

国の環境基準では、1年平均15 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下、かつ、1日平均値が35 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下とされています。ただし、環境基準は、人の健康を保護する上で維持されることが望ましい基準として設定されているものであり、大気環境濃度が基準値を一時的に超過した場合でも、直ちに人の健康に影響が表れるものではありません。

■問い合わせ

県環境保健センター (☎083-924-3670)、県環境政策課 (☎083-933-3034)、市環境衛生課 (☎083-941-2176)

- ・症状が速やかに改善しない場合は、医師の診察を受ける

☎山口環境保健所 (☎083・

934・2536、市環境衛生課

(☎0833・941・2176)

住宅用LED照明取り替え 促進キャンペーン実施中

市では、前年度から引き続き、期間中に自己の住宅での取り替えを目

的としたLED照明(電球、蛍光灯、シーリングライト)を市内販売店で5000円以上購入し、申請されたご家庭に対し、希望するタイプのLED電球を一つ進呈しています。詳しくは、市ウェブサイト(表紙参照)でご確認ください。

※前年度に交付を受けられた世帯は申請不可

■対象購入期限 平成26年1月31日(含)

■申請期限 平成26年2月17日(月)

山口市民対象の弁護士 無料法律相談

日常生活での法律問題について、多くの方に解決の糸口を得てもらうよう、相談内容は初めてのものに限り、

■申請書入手場所 市ウェブサイト、市環境政策課、各地域交流センター
☎市環境政策課 (☎0833・941・2181)

ます。相談内容に関する詳しい書類等があれば、持参してください。

■日時 4月24日(水)13時30分～16時

■電話受付 4月18日(木)～23日(火)8時30分～17時15分(定員になり次第終了します)

■場所 市男女共同参画センターゆめぼら

■対象 市民20人(要予約)

■市市民相談室
(☎083・934・2888)

ゆめぼら

女性のための悩みごと相談

女性カウンセラーが問題の解決に向

けて一緒に考え、気持ちの整理のお手伝いをします。また、必要に応じて専門の機関や窓口を紹介いたします。(要予約)



■日時 毎週火・土曜13時30分～16時30分

※祝日、年末年始は休み

■相談内容 自分自身のこと、家族のこと、人間関係、女性への暴力など

■相談方法 面談または電話相談

■対象 市内在住、在勤者

■希望前日までに、市男女共同参画センターゆめぼら(市民

榎野川漁業協同組合からのお知らせ

■問い合わせ 榎野川漁業協同組合
(平井 340-1 ☎ 083-922-3537)

●榎野川の遊漁料について

榎野川漁業協同組合は、榎野川およびその支流の漁業・遊漁を管理しており、遊漁証の販売を行っています。遊漁料についての詳細は、お問い合わせください。

- ※環境保全のため、弁当の空き箱、空き缶・ビン、ビニール袋などは、各自で持ち帰りましょう。特に、釣り針・糸の投げ捨ては危険です。必ずお持ち帰りください。
- ※ブラックバス、ブルーギル、ライギョの移植入は、禁止されています。(特定外来生物被害防止法、県内水面漁業調整規則第29条の2)
- 釣った場合は、持ち帰るか漁協へお持ちください。

●榎野川のカワウ防除対策について

榎野川では、カワウによるあゆ、はや等の食害が深刻化しています。漁協では、カワウの食害防除対策として、川面へのロケット花火による追い払い、テグス(ナイロン糸)設置による保護を行っています。皆様のご理解をお願いします。

会館事務所2階 ☎083・934・2841

行政相談委員が 委嘱されました

次の方が、4月1日付で、総務大臣から行政相談員に委嘱されました。

地区名	氏名(敬称略)
山口	渡邊八恵子
	山田眞智子
小郡	秋本健一
秋穂	米村順子
阿知須	糸長三津枝
徳地	山本清作
阿東	山見晴男

同委員は、国や独立行政法人、特殊法人などの仕事に関する苦情や要望を受け付け、助言や関係機関への通知等を行っています。

社会福祉協議会等で定期的に行政相談所を開設します。お気軽にご利用ください。(無料、秘密厳守)

■山口行政評価事務所
(☎083・922・1591)

排水設備工事責任技術 者試験について

排水設備の工事は、専門的な技術と知識を持っている下水道排水設備工事責任技術者のいる指定工事店で行うことができません。責任技術者

の認定試験は2年に1回実施しており、平成25年度は実施年となります。

■受付期間 4月30日(火)～5月21日(火)の間の土日・祝日を除く9時～17時

■受付場所 市上下水道局下水道普及課(宮島町7・1)

■試験日 7月11日(木)

■試験場所 県セミナーパーク(秋穂二島1062)

■市下水道普及課
(☎083・933・6691)

※詳細は、山口県下水道協会のウェブサイトで「山口県下水道協会」で検索をご覧ください。

シルバー人材センター 入会案内

■対象 60歳以上で地域のお役に立とうとする方

■案内会 5月14日(火)：山口市シルバー人材センターおよび

市秋穂総合支所/6月11日(火) 山口市シルバー人材センターおよび阿東地域交流センター

※手続会は後日行います。

◆いずれも

■時間 13時30分から

■山口市シルバー人材センター
(☎083・924・5369)



山口ユネスコ協会公開講座「インドの仏教遺跡を訪ねて」受講生募集 (定員 30 人、先着順)

■日時 5月11日(土) 11時~12時 ■場所 白石地域交流センター ■講師 上山佳彦氏 (山口県埋蔵文化財センター文化財専門員) ■申し込み・問い合わせ 山口ユネスコ協会事務局 (市社会教育課内 ☎ 083-934-2865)



サンフレッシュ山口
リトピュア・リトミック教室

【生徒 3カ月~2歳児コース】

■時間 14時~15時

【3歳~未就学園児コース】

■時間 15時~16時

◆いずれも

■開催日 5月16日~平成26年3月20日の木曜 (毎月3回)

・5月:16日、23日、30日 / 6月以降

・毎月第1~第3木曜

■定員 15組 (5組から開講、先着順)

■受講料 (月謝制) 各コースとも1組3000円 (子ども2人目からは

1人につき1500円加算)

※別途教員代が必要

【所申日】4月16日(火) から、サ

ンフレッシュ山口 (湯田温泉五

丁目5・22 ☎ 083・933・

0001)

やまぐちリフレッシュ
パークのスポーツ教室

【テニス教室】

■日時 5月7日~6月11日の毎週火

曜 (全6回) 10時~11時30分

■対象 一般市民20人 (先着順)

指導 田中聰規氏 (野田学園テニス

講座

部監督

■受講料 4000円

【親子ふれあい体操教室(夏のコース)】

■日時 5月10日~6月28日の毎週金

曜 (全7回)

■対象 年中、年長の幼児とその保護

者25組 (先着順)

■指導 松本博之氏 (タタラスポーツ邑)

■受講料 1組5000円

【初めてのからだあそび教室】

■日時 5月10日~7月5日の毎週金

曜 (全8回) 一部:9時30分~10時

20分 / 二部:10時30分~11時20分

■対象 1歳半以上の幼児と親各20組

(先着順)

■指導 立野律子氏 (幼児体育指導士)

■受講料 4000円

◆いずれも

5月24日は、大会のため休講

【所申日】4月19日(金) 9時~26日

(金) の間に、電話またはFAXで、

やまぐちリフレッシュパーク (大

内長野1107 ☎ 083・927

・7211 ☎ 083・927・

7231)

日本語ボランティア
養成講座

外国人に日本語を教えることに関心

のある方を対象とした、日本語の教育

法などを学ぶ講座です。

■日時 5月9日~6月20日の間の毎

週木曜13時45分~16時45分(全7回)

親子で学ぶ
コーディネーション運動教室

コーディネーション運動とは
体のいろいろな機能をうまく働かせ、思うように
体やボールなどをコントロールする能力をコー
ディネーション能力といい、これを高める目的で
行う運動を「コーディネーション運動」といいます。
特に6~10歳前後の時期に多様な刺激を与える
ことで、運動能力をぐんと伸ばすことが期待でき
ます。

一緒に運動することで、親子のコミュニケーション
づくりにも役立ちます。

■講師 中田 徹氏 (山口市レクリエーション協会)

■対象 市内在住の小学生 4.5.6年生児童とその
保護者 (各会場 30組) で6回の教室に参加で
きる方

■参加料 無料

■申し込み・問い合わせ

5月2日(木)までに、直接、ハガキ、FAX、
Eメールで、〒住所、性別、電話番号、学校名、
学年、会場名を明記の上、市生涯学習・スポ
ーツ振興課 (山口総合支所 ☎ 083-934-2874 FAX
083-934-2665 ☐ s-sinko@city.yamaguchi.
lg.jp)

■開催日時・会場・内容

会場①...やまぐちリフレッシュパーク (サブアリーナ)
会場②...山口南総合センター (アリーナ)

開催日 (時間はいずれも 18:30~20:00)		活動内容 (予定)
会場①	会場②	
5/16 (木)	5/14 (火)	・コーディネーション能力の解説、 体力測定 ・用具を使用しない親子コーディネ ーション運動①(家庭で取り組める運動)
5/22 (水)	5/21 (火)	・用具を使用しない親子コーディネ ーション運動② ・用具を使用した親子コーディネ ーション運動① (ボール・フラフープ・なわ等)
5/30 (木)	5/28 (火)	・用具を使用した親子コーディネ ーション運動② (ボール・ラダー・タグ等) ・コーディネーション能力を高める チャレンジ・ザ・ゲーム
6/6 (木)	6/4 (火)	・コーディネーション能力を高める チャレンジ・ザ・ゲーム体験・記録会
6/13 (木)	6/11 (火)	・コーディネーション能力を高める タグ・ラグビー体験
6/20 (木)	6/18 (火)	・コーディネーション能力を高める 鬼ごっこや昔あそび ・コーディネーション運動教室 振り 返り、体力測定

市リサイクルプラザ 5月のイベント

大内御堀 489-8
☎ 083-927-7122
□ <http://www.c-able.ne.jp/~ymgplaza/>

企画・運営 やまぐちエコ倶楽部



【リサイクルアイデア講座】

申し込みは不要です。持参品などは、市リサイクルプラザと各総合支所・地域交流センターに備え付けの「かわらばん」をご覧ください。

■時間 10時～12時 ■受講料 各講座 100円

講座名	期日
ハワイアンキルト	1(水)、15(水)
モチーフ編みでリメイク	8(水)、22(水)
さき織り	9(木)、16(木)、23(木)
かんたんリフォーム	10(金)、17(金)、24(金)、31(金)
フラワーアレンジメント	11(土)、25(土)
健康笑いヨガ ^(※2)	12(日)
牛乳パック工作(ソーイングケース・椅子)	14(火)、28(火)
はじめての押絵	14(火)、21(火)
ひとりで着るきもの	15(水)
Gパンとネクタイのリメイク	16(木)、30(木)
卓上手織り(初級)	16(木) ^(※2) 、30(木)
毛糸のリサイクル	17(金)、31(金)
トールペインティング ^(※1)	18(土)
モウの手法を使った小物作り	21(火)
布の花	23(木)

(※1) 9時30分～12時 (※2) 13時～15時

【おもちゃの病院】

■受付日時 5月12日(日) 10時～11時30分

【フリーマーケット】

■日時 5月12日(日) 9時から(雨天中止)

出店申し込みは、4月16日(火)の8時30分から市リサイクルプラザで受け付けます。(出店共益費300円)

【市リサイクルプラザへの衣類の持ち込み】

■受付日時 毎週日曜9時～15時

■場所 小郡ふれあいセンター(小郡下郷1440-1)
■定員 50人(先着順)
■受講料 7000円(テキスト代は別途実費)
■託児 1回につき1人目400円、2人目以降1人につき200円(要申し込み)
※先着7人程度
■申込 5月1日(水・必着)までに、往復ハガキ、FAX、Eメールのいずれかで、〒住所、氏名、電話番号、託児希望の場合は、氏

シルバー人材センター ふれあいパソコン教室

名、年齢、性別を明記の上、市総務課国際交流室「日本語ボランティア養成講座」係(山口総合支所) ☎083・934・2725 FAX083・924・2198
E:somu@city.yamaguchi.lg.jp

【自由なテーマで個人指導】
個人講習、ワンポイントアドバイス、

訪問講習から選択できます。

■日時 4月17日(水)、5月1日(水)、8日(水) 午前の部：10時～12時
／午後の部：13時～15時

■場所 山口市シルバー人材センター(上野小路99-1)

■受講料 個人講習：各部2000円
／ワンポイントアドバイス：30分500円(延長可能)／訪問講習：2時間2000円

※訪問講習の日時、場所は別途事前相談により決定

【気軽にパソコンアドバイス】

■日時 5月8日(水)、5月22日(水)
午前の部：10時から12時まで／午後の部：13時から15時まで

■場所 小郡ふれあいセンター(小郡下郷1440-1)

■受講料 30分500円(延長可能)
■いずれも

■申込 各開催日の7日前までに、山口市シルバー人材センター(☎083・924・5396)

山口ふるさと伝承総合センターの各種講座

【初心者向け講習】

トールペインティング&メタルエンボッシングアート教室
ダストボックス、メッセージボード、フォトフレーム等を作成します。

■日時 5月14日～10月22日の原則第2・4火曜10時～12時(全10回、8

月は休講)

■指導者 山見美代子氏(日本手芸作家連合会教授)

■定員 20人(先着順)

■受講料 無料(教材費は全作品分で8000円)

【初心者向け講習 型染教室】

べんがらで七福神、おひなさまパズトリーや柿染染のテーブルセンターを作成します。

■日時 5月13日～9月30日の原則第2・4月曜10時～12時(全10回)

■指導者 原田嘉津子氏(型染研究会)

■定員 15人(先着順)
■受講料 無料(教材費は全作品分で7000円)

【初心者向け講習 鷺流狂言教室】
郷土芸能の「鷺流狂言」を学びます。

■日時 5月11日～7月6日の原則土曜17時～19時(全8回)

■指導者 米本文明氏(県無形文化財技術保持者)

■定員 15人(先着順)
■受講料 無料

【そば打ち体験講座】

そば打ちを体験し、打ったそば(3人前、そばだし付)をお持ち帰りいただきます。

■日時 5月16日(木)13時30分～16時

■定員 12人(先着順)
■申込受付 4月17日(水)9時から

■いずれも

■申込 山口ふるさと伝承総合センター(下野小路12 ☎083・9288-3333)



- 各図書館の連絡先一覧**
- ◆中央図書館(中園町7-7)
☎083-901-1040
 - ◆小郡図書館(小郡下郷609-1)
☎083-973-0098
 - ◆秋穂図書館(秋穂東6823-1)
☎083-984-0065
 - ◆阿知須図書館(阿知須2737-1)
☎0836-66-0001
 - ◆徳地図書館(徳地堀1527-3)
☎0835-52-0043
 - ◆阿東図書館(阿東徳佐中3375-3)
☎083-956-0785

「好きなおはなしの絵」を募集します

「子ども読書の日(4月23日)」子どもの読書週間(4月23日～5月12日)に合わせ、読書感想画を募集します。応募作品は、中央図書館等に示します。

- 対象 市内の小中学生以下の方
 - 賞 応募者に記念品を贈呈
 - 展示期間 6月5日(水)～11月(予定)
- ※学校別に分け、1週間ごとに展示予定
- 応募方法 八つ切りの画用紙を使用し、裏面に〒住所、氏名、学校名等、学年、クラス等、本の題名を明記の上、各図書館
 - 申込 5月10日(金)までに、各図書館



山口の文化財を守る会 市内探訪会

龍昌寺「書家伊藤明瑞」書の美術館と阿東蔵目喜の名勝をバスでめぐる探訪会です。

- 日時 5月19日(日) 9時～16時
- 場所 阿東嘉年・生雲(蔵目喜地区) 地域
- 定員 25人(先着順)
- 申し込み 申し込みが少ない場合は中止
- 参加費 1500円(バス・保険代)
- 昼食は各自で持参、集合場所等の詳細は、参加者に個別にお知らせ
- 申込 5月2日(木・必着)までにハガキで、〒住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、事務局(市文化財保護課内)〒753・0073 春日町5-1 ☎083・920・4111



日本ジャンボリー 開催100日前イベント

7月31日(水)～8月8日(木)にかけて開催される第16回日本ジャンボリーに向け、日本ジャンボリーやスカウ

市働く婦人の家 各種講座・イベントのお知らせ

■問い合わせ 市働く婦人の家 (〒753-0056 湯田温泉五丁目1-1 ☎083-921-1929)

【各種講座(先着順)】内容など、詳細はお問い合わせください。

講座名	開講日等(初日)	時間	受講料(教材費別)	託児
初めての人のためのクッキング	6月以降の第2土曜(6/8)	10:00～13:00	3,150円(5回分)×2回	有
季節のお菓子作り講座	6月以降の第3木曜(6/20)	10:00～12:00	6,300円(10回分)	有
旬菜工房(魚料理コース)	6/15、8/17、10/19、11/16の各土曜	10:00～13:00	2,520円(4回分)	有
男性の自立のための料理教室	6月以降の第3日曜(6/16)	10:00～12:30	3,150円(5回分)×2回	無
銅版画を楽しむ	6/19、7/17・31の各水曜	18:00～20:00	1,890円(3回分)	無
くらしと経済	6/1・15、7/6・20の各土曜	13:30～15:30	無料	有
ひと学び塾	6/8、7/20、8/10の各土曜	10:00～12:00	無料	有

- 託児 1人1回につき300円(6カ月児以上)
- 申し込み 初日の開講日の1週間前までに、往復ハガキに、〒住所、氏名、電話番号、講座名、年齢、職業、託児の要否を明記の上、市働く婦人の家

【イベント「エンパワーメントフェスタ2013」】

市働く婦人の家において「エンパワーメントフェスタ2013」を開催します。ぜひ、ご参加ください。

- 日時 5月11日(土) 9時30分～15時30分
- 内容 県内女性団体の活動紹介および県婦人教育文化会館、市働く婦人の家講座受講生の作品展示、各種発表、バザー、即売会、体験会、餅まき等

SL「やまぐち」号 ギャラリーの開催

SLや山口線の歴史、SLのメカニズムをパネルで展示します。あわせて実際に使われていた部品や設計図も展示します。ぜひご覧ください。

- 日時 4月10日(水)～5月6日(月・祝) 9時～17時 ※火曜休館
- 場所 市菜香亭(天花二丁目2・7)
- 入館料 大人：100円/小人：50円/小学生未満：無料
- ※SL記念乗車証提示で入場料を免除



山口情報芸術センター

Yamaguchi Center for Arts and Media

中園町 7-7 ☎ 083-901-2222 FAX 083-901-2216

✉ information@ycam.jp □ http://www.ycam.jp/

YCAM シネマ 4月のおすすめ CINEMA

山口で上映される機会の少ない作品を中心にセレクトしています。

コミュニティシネマ

「ホン・サンス／恋愛についての4つの考察」

韓国のゴダール、ロメールの弟子と評され、ヨーロッパで絶大な人気を誇るホン・サンスが近年に描いた4つの恋愛映画を上映します。

作品紹介「次の朝は他人」

ミステリアスな雰囲気身をまとう美女とひとりの映画監督。お互いに惹かれ合いながらも、一緒にいることが出来ない。そんな感情の揺れを美しいモノクロの映像で描きます。

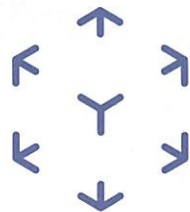


■上映スケジュール

26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月・祝)
13:30...①	13:30...③	13:30...②	13:30...④
19:00...②	15:30...④	16:00...③	15:30...①

①よく知りもしないくせに (126分) / ②ハハハ (116分) / ③教授とわたし、そして映画 (80分) / ④次の朝は他人 (79分)

■料金 一般 1,300円 / エニー会員・25歳以下・特別割引 800円



創造性を引き出す教育普及活動の場



「スタジオE」を新設



7月から開催する10周年記念祭のイベントのひとつ「YCAM サマースクール」にあわせ、近年、急速に広がっている新しいもの作りの動きに対応した3D工作も可能となる創作工房と、オリジナルワークショップが体験可能なスペースになります。

進化するアートセンターとして、山口情報芸術センター[YCAM]が2003年の開館以降取り組み続けている教育普及活動を充実し、さらなる交流を生み出すため、スタジオEを新設しました。

3Dプリンターの導入など、充実した環境でさまざまな体験ができます。

新しい教育普及プログラムにご期待ください。

これからも、新しい価値観や技術を取り入れたYCAMの活動を、皆さんにお伝えします。

図書・文化

イベント

【サテライト展示を行います】

一部部品等をサテライト展示します。散策を兼ねてお立ち寄りください。

■日時 4月10日(水)～5月6日(月・祝) 10時～17時 ※火曜休館

■場所 大路ロビー(大殿大路133・1) 市菜香亭近く

■入館料 無料

■市観光課 (☎0833-934-2810)

森林セラピー 体験イベント

【森の案内人と歩く】

セラピーロード自然観察

森の案内人とともに自然観察をしながら鬼ヶ河内川沿いを散策します。

■日時 5月12日(日) 10時～15時

■集合場所 ふれあいパーク大原湖 (徳地野合605)

■定員 20人(先着順)

■参加費 5000円

■持参品等 厚食、飲み物、歩きやすい服装と靴、雨具、敷物等

■申込期限 5月9日(木)

【森の案内人と歩く】

～飯ヶ岳トレッキング～

森の案内人とともに徳地森林セラピー基地の奥深く、飯ヶ岳に登ります。

■日時 5月26日(日) 9時～15時

■集合場所 ふれあいパーク大原湖 (徳地野合605)

■定員 20人(先着順)

■参加費 1000円

■持参品等 厚食、飲み物、山歩き出来る服装、登山靴、手袋、セパレートタイプのカッパ、敷物等

■申込期限 5月23日(木)

◆いずれも

■直接または、電話、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかで、〒住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記の上、徳地農林振興事務所森林活用・セラピー担当

(☎0835-52-1122 FAX 0835-52-1301)

✉tk-nourin@city.yamaguchi.lg.jp

森ヨガ!! Spring 12013

■日時 5月12日(日) 8時30分～12時(雨天中止)

■集合場所 国立山口徳地青少年自然の家一般駐車場(徳地船路668)

■定員 80人(A・B各班40人、先着順)

■参加費 1000円

■持参品 ヨガマット(「ザ」飲み物、長袖、長スボン、帽子、歩きやすい靴、虫除け)

※子どもと一緒に参加の場合は、要事前連絡

■申込 電話またはEメールで、〒住所、氏名、年齢、性別、電話番号、メールアドレスを明記の上、らふすたじお事務局(福田さん)

080-8235-7781
✉laughstudioube@gmail.com

休日当番医の変更 (市報3月15日号裏表紙に掲載)

4月20日の阿知須同仁病院(吉南医師会 内科系)をおかむら医院(小郡下郷 ☎083-973-2053)に変更します。

■問い合わせ 市保健センター



- ◇市保健センター
糸米二丁目6-6
☎083-921-2666
- ◇市小郡保健福祉センター
小郡下郷609-5
☎083-973-8147
- ◇市健康増進課健康づくり
第三担当(徳地総合支所)
徳地堀1744
☎0835-52-1114
- ◇市阿東保健センター
阿東徳佐中3382
☎083-956-0993

三和児童館 小学生向け児童講座

小学生を対象とした楽しい講座です。初めての子どもさんの参加も待っています。

講座名	開催日	時間	定員	持参品
習字教室	第1水曜	15:30~17:00	30人	習字道具
ジュニアエアロビクス	第2水曜	15:45~16:45	15人	うわばき、タオル、お茶
絵画教室	第3水曜	15:45~17:00	25人	絵の具道具

※定員になり次第締め切り(定員の半数に満たない場合は中止)
 ■受講料(年間) 習字・絵画教室 : 3000円 / ジュニアエアロビクス : 2000円
 ④⑤⑥ 4月25日(木)までに、印鑑を持参の上、直接三和児童館

(三和町3・3 ☎0833・9222・70515)

子育てすてっぴあ編 講習ほっぷ編

【第2回「乳幼児期の発達」】
 ほっとさろん西門前とてとが開催する子育てや子育て支援活動に関心のある方のための講習です。

乳幼児期の発達に関する基本事項を知り、具体的な子どもとのかかわりを通じ、子どもの気持ちに寄り添った対応について考えましょう。

- 日時 5月24日(金) 9時30分~12時
- 場所 白石地域交流センター(予定)
- 講師 山本佳代子氏(県立大学准教授)
- 定員 15人
- 参加費 5000円
- 託児 有(要予約)
- ④⑤⑥ ほっとさろん西門前とてと ☎0833・921・0428

家庭教育講座 「子どもだてマナビイ」

【親子で作ろう!】

「やる気」を育む食育弁当
 お子さんと一緒に「食」に関する紙芝居を見たり、お弁当を作ったりしながら「食」の大切さについて学びます。詳細は、各地域交流センターに設置

のチラシまたは市ウェブサイトに(表紙参照)をご覧ください。

※お弁当はアレルギー対応可。要事前相談

- 日時 5月18日(土) 10時~13時
- 場所 吉敷地域交流センター
- 対象 年中園児~小学校低学年の子どもとその保護者16組(先着順)
- 講師 西本葉子氏(やまぐち食育くらぶ代表)
- 参加費 1組4000円(材料費)
- 持参品 弁当箱、箸、エプロン、マスク、三角巾、子どもの飲み物
- 託児 無料(要申し込み)
- ④⑤⑥ 4月18日(木) 8時30分から市社会教育課 ☎0833・934・20050

赤ちゃんとお母さんの 3B体操

音楽に合わせた楽しい体操です。お母さんの体操と一緒に赤ちゃんもマッサージしてあげましょう。

- 【0歳児コース】
- 日時 ①5月7日~28日、②6月4日~7月2日(6月11日はお休みの毎週火曜10時30分~11時30分(各4回))
- 対象 生後3~12カ月児と保護者20組(先着順)
- 【1歳児コース】
- 日時 5月7日~28日の毎週火曜13時30分~14時30分(4回)

子育て

■対象 1歳児と保護者20組(先着順) ④⑤⑥ いずれも

- 場所 山口隣保館別館(三和町13・19)
- 参加費 1回3000円
- 持参品 運動できる服装、室内靴
- ④⑤⑥ 4月26日(金) までに、山口隣保館(三和町3・1 ☎0833・922・70515)

パパママ学級

■日時 5月18日(土) 9時30分~12時
 ■内容 赤ちゃんの沐浴体験、パパの疑似妊婦体験、抱っこ・オムツ交換の体験など

- 対象 出産を控えたご夫婦24組(先着順)
- 参加費 無料
- 持参品 母子健康手帳、筆記用具
- ④⑤⑥ 4月19日(金) から市保健センター

育児講座「離乳食スタート講座」(小郡・徳地)

それぞれの赤ちゃんのもつ個性を大切にしながら離乳食という階段をゆっくり一歩一歩すすんでいきましょう。

- 【市小郡保健福祉センター】
- 日時 5月10日(金) 10時~11時30分

**「ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム
～完璧な親なんていない～」
参加者募集**



2歳児のお子さんをお持ちのお母さんを対象に、お母さん同士で子育てについてさまざまなテーマでお話をしてもらいます。友達をつくりたいお母さん、もっと子育てを楽しみたいお母さん、お子さんと離れて自分流の子育てについて考えてみませんか？

- 日時 5月21日～7月9日の原則毎週火曜(全8回) 9時50分～12時
- 講師 ノーバディーズ・パーフェクト・ジャパン認定ファシリテーター
- 対象 おおむね2歳児の保護者で、原則全回に参加できる方15人(先着順、過去に本プログラムの受講経験がある方を除く)
- 参加費 1,000円(全回分)
- 託児 無料(要申し込み、飲みものやおむつ、着替え等は持参ください)
- 場所・申し込み・問い合わせ 市保健センター

赤ちゃんのお世話などを妊娠中から

ママになる準備「プレママセミナー」(小郡)

- 対象 生後4～6カ月児の保護者20人(先着順)
- 申込 4月17日(水)から市小郡保健福祉センター
- 日時 5月15日(水) 10時～11時30分
- 対象 3～6カ月児の保護者15人(先着順)
- 申込 5月13日(月)までに、市健康増進課健康づくり第二担当
- ◆いづれも
- 内容 栄養士による離乳食の進め方
- 受講料 無料
- 託児 有(無料、要申し込み)

効果的で安全なウォーキング方法を学び、その楽しさや心地よさを体験してみませんか。

ウォーキング教室



各保健センター等の所在・連絡先は右記参照

- 日時 5月13日(月) 13時30分～15時30分
- 内容 赤ちゃんのお風呂の入れ方実習ほか
- 対象 妊娠中の方16人程度(先着順)
- 持参品 母子健康手帳、筆記用具
- 申込 4月17日(水)から、市小郡保健福祉センター

- 日時 5月1日(水) 13時30分～15時
- 対象者 (①②③とも) 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
- 対象となる治療
 - ① 一般不妊治療(医療保険が適用される不妊治療)
 - ② 人工授精(医療保険適用外)
 - ③ 体外受精、顕微授精(医療保険適用外)
- 助成額(夫婦1組)
 - ① ②：1年度当たり3万円以内
 - ③：1回の治療につき15万円以内(1年度当たり2回まで。ただし1年目

不妊治療の一部を助成します

- 4月～平成26年3月末の間に受けた治療について、費用の一部を助成します。
- 対象者 (①②③とも) 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
- 講師 西田井恭子氏(健康運動指導士)
- 内容 効果的な歩き方(講義と実技)、安全に歩くための準備(服装、姿勢、ストレッチング)
- ※雨天時は室内で運動実技指導
- 参加費 50円(保険料として)
- 持参品 歩きやすい服装と靴、タオル、水分補給用の飲み物、筆記用具
- 申込 市保健センター

- 助成期間
 - ①：通算5年間(3年目以降は医師が必要と判断した方に限ります。)
 - ②③：通算5年
- 申請に必要なもの
 - 申請書、医療機関等証明書、治療に要した費用の領収書、前年分の所得証明書(夫婦とも)、法律上の婚姻をしている夫婦であることを証明できるもの(申請の1カ月以内に発行されたもの)、住民票(夫婦とも)
 - ※申請書の様式は各保健センターにあります。また、市ウェブサイトで(表紙参照)からダウンロードできます。
 - ※詳しくは、お問い合わせください。
 - 市保健センター等

山口体操クラブ員募集

いす体操、タオル体操、ウォーキング、ダンス、腰痛体操などを通じ、楽しく和気あいあいと、健康づくりに取り組んでいます。見学、会費等の詳細は、お問い合わせください。

- 日時 原則毎週月曜10時～11時30分
- 対象 健康診査を受けた40歳以上の市内在住者
- 申込 市保健センター



1. まずは、かかりつけ医に連絡を!
2. 次に、下記医療機関等へ連絡



■問い合わせ
市健康増進課
(☎ 083-921-2666)

休日当番医表 5月

休日当番医は変更となる場合があります。事前にお問い合わせください。
連絡が取れない場合、市消防本部通信指令課 (☎ 083-932-2603) まで

休日当番医
テレホンサービス
☎ 083-923-5000
(休日のみ)

●北部 (山口・徳地・阿東地域)

●南部 (小郡・秋穂・阿知須地域)

山口市医師会 ●時間 / 8時30分～17時30分			吉南医師会 ●時間 / 9時～18時			土曜在宅当番医 ●時間 / 19時～22時	
内科系	外科系	阿東地域 内・内外科	内科系		外科系	内科系	外科系
3日 よろず循環器内科 (糸米一) 083-901-0101	とよた整形外科クリニック (大内御堀) 083-929-3315	原医院 (阿東地福上) 083-952-0308	林病院 (小郡下郷) 083-972-0411	阿知須 同仁病院 (阿知須) 0836-65-5555	林病院 (小郡下郷) 083-972-0411	11日 秋穂クリニック (秋穂東) 083-984-8333	阿知須 同仁病院 (阿知須) 0836-65-5555
4日 宮野クリニック (宮野上) 083-932-3233	坂本整形外科 (円政寺) 083-925-5566	大草医院 (阿東徳佐中) 083-956-0005	小児科 柳澤医院 (小郡御幸町) 083-973-3121	ハートクリニック 南山口 (深溝) 083-988-3333	阿知須 共立病院 (阿知須) 0836-65-2200	18日 田辺内科 (小郡上郷) 083-973-3778	山手ささき クリニック (小郡下郷) 083-976-0335
5日 野口医院 (朝田) 083-923-8670	山口病院 (駅通り二) 083-922-1191	澤田医院 (阿東地福上) 083-952-0302	いちようの木 クリニック (小郡船倉町) 083-976-8331	阿知須 同仁病院 (阿知須) 0836-65-5555	相川医院 (鋳銭司) 083-986-2177	25日 阿知須 共立病院 (阿知須) 0836-65-2200	吉武医院 (秋穂東) 083-984-2330
6日 ましもと内科 呼吸器科 (湯田温泉三) 083-934-0077	中村整形外科 (維新公園一) 083-933-6111	三浦医院 (阿東徳佐中) 083-956-0500	おかむら医院 (小郡下郷) 083-973-2053	阿知須 共立病院 (阿知須) 0836-65-2200	かむら クリニック (小郡下郷) 083-972-2513	携帯電話の方は、下記のバー コードから各医師会のウェブサ イトへアクセスできます。   山口市医師会 吉南医師会	
12日 おさばファミリー クリニック (下小鯖) 083-941-0389	たなくぼ整形外科 クリニック (幸町) 083-934-7110	藤原医院 (阿東生雲中) 083-954-0331	池田医院 (小郡下郷) 083-972-1002	山口嘉川 クリニック (嘉川) 083-988-0788	小林哲郎 診療所 (小郡平成町) 083-973-3310		
19日 多田内科 呼吸器科 (泉町) 083-934-5551	おおうち クリニック (大内御堀) 083-933-1770	原医院 (阿東地福上) 083-952-0308	山岸内科 (小郡上郷) 083-972-2788	ひろなか内科 循環器科 (阿知須) 0836-66-1550	小林外科医院 (小郡下郷) 083-973-1515		
26日 たむら内科医院 (大内長野) 083-941-0167	野村整形 外科医院 (青葉台) 083-933-0011	大草医院 (阿東徳佐中) 083-956-0005	田辺内科 (小郡上郷) 083-973-3778	たむら医院 (江崎) 083-989-4480	阿知須 共立病院 (阿知須) 0836-65-2200		

※市内の医療機関が検索できる「やまぐちのお医者さん navi (ナビ)」もご活用ください



平日・休日の夜間等に具合が悪くなった場合

●緊急時など、ご不明な点を
下記にお問い合わせください

●医師、看護師による相談電話

■「小児救急医療電話相談」

・体調が急変した際の相談
毎日 19時～23時
☎ 083-921-2755 (#8000)

●消防署員による相談電話

■「救急相談電話」

・救急車、対応可能な医療
機関等の相談
毎日 24時間対応
☎ 083-932-6119

●内科・外科・歯科については下記を受診してください

●内科 (高校生以上)、外科、休日の歯科 ●小児科 (中学生以下の内科)

■市休日・夜間急病診療所
糸米二丁目 6-6 ☎ 083-925-2266

🕒 夜間受診

診療日時
毎日
19時～22時

診療科目
内科、外科

🕒 休日昼間受診

診療日時
日曜、祝日、盆、年末
年始、9時～13時

診療科目
歯科

※夜間受診の内科、外科以外の診療は、救
急相談電話で医療機関をご確認ください

山口地域
夜間こども急病センター

山口赤十字病院内
八幡馬場 53-1 ☎ 083-921-8025

●診療日時 毎日 19時～22時

●診療科目 小児科

●対象 0歳～中学生の内科的疾患
※けがや軽い火傷などは外科で診療
しますので、市休日・夜間急病診
療所を受診してください。

人のうごき

■問い合わせ 市情報管理課
(☎ 083-934-2748)

	全体	男	女	世帯数
上段は平成 25 年 3 月 1 日現在	195,375 人	92,487 人	102,888 人	81,736 世帯
下段は平成 25 年 1 月 1 日現在との比較	- 251 人	- 50 人	- 201 人	- 157 世帯