

TOKUJI
とくじ

平成6年11月号

=No.469=



主な内容

- [2] 徳地町民ロードレース大会結果
- [3] 保健婦コーナー
- [4] 児童扶養手当のあらまし
- [5] 国民年金
- [6] 教育委員会だより
- [7] 糖尿病予防キャンペーン
- [8] フィルムレポート
- [9] 面お知らせ
- [10] こよみ



成人病予防のための

食生活指針

(その8)

7 カルシウムを十分とつて 丈夫な骨づくり

○骨粗しょう症の予防は

青壮年期から

骨粗しょう症とは、骨が軽石のようにスカスカになり、もちろんなった状態をいい、高齢者（特に女性）に多い病気です。もろくなつた骨は簡単に折れてしまします。では、なぜ骨がもろくなるのでしょうか？

骨が頑丈なのは、その中にカルシウムが蓄えられているためです。また、運動して骨に刺激を与えると骨はしつかりして硬くなります。しかし、歳とともに少食になり、カルシウムの摂取量が少なくなるうえに、吸収率が悪くなりま

す。私たちの骨は、ほぼ30代の終わりまでにできあがつてしまますので、青年期から壮年期にかけてカルシウムを十分に摂り、骨に蓄えておくことが必要なのです。特に女性は、妊娠すると胎児にカルシウムを奪われ、出産後は、母乳を通じてカルシウムが体外に出ていきます。そのため、妊娠時・出産後は十分量のカルシウムを摂る必要がありま

(一本)に含まれるカルシウムは200mgで、飲めばその半分は吸収されます。少なくとも一日一本は飲みましょう。そのほかにカルシウムが多く含まれる食品は、チーズ・ヨーグルト等の乳製品、大豆製品、小魚、海藻などです。これらの食品を、出来れば毎回の食事で摂るように心がけましょう。

十月二十日、全国食生活改善大会（厚生省、山口県、日本食生活協会など主催）が山口市で開催され、栄養改善功劳に対する厚生大臣賞の表彰式がありました。地域の皆さんに支えられて、永年食生活を基盤とした健康新生活を基盤とした健康新生活を基盤とした健康づくり推進の活動実績が認められたものです。今後もますますのご活躍を期待します。

11月は
町県民税4期
国民健康保険税5期
の納期です



税金は
ぼくらのくらしを
支えているんだね。



★口座振替は、
納税の手間が省けて安心・便利。
ぜひ、ご利用ください。

大人が一日に摂るべきカルシウムの量は600mg、牛乳200ml

○カルシウムに富む
牛乳、小魚、海藻を



徳地町食生活改善
推進協議会に厚生大臣賞



問い合わせ
町民課福祉係
⑤
1113

有
2
3
3
1

- ・すべての身体障害者が自ら運転する場合。
- ・重度の身体障害者または重度の精神薄弱者を乗せて介護者が運転する場合。
- ・すべての身体障害者が自ら運転する場合。
- ・重度の身体障害者または重度の精神薄弱者を乗せて介護者が運転する場合。

度の精神薄弱者を乗せて介護者が運転する場合。
重度の身体障害者・重度の精神薄弱者は、JRにおける第1種身体障害者・第1種精神薄弱者と同じ範囲です。

■対象となる児童

0歳から18歳(別に定める程度の障害の状態にある人は20歳)未満で、次のいずれかに該当する児童が対象になります。

- (1) 父母が離婚した後、父親と別れて生活している児童。
- (2) 父が死亡した児童。
- (3) 父が障害の状態(別定めによる)にある児童。

- (4) 一年以上にわたり、父が法律により拘禁されている。

方は、役場の町民課福祉係で所定の箇所に割引対象となる自動車の自動車登録番号等の記載を受け、割引証の交付を受けてください。

また、手当を受けようとする人、対象となる児童は、国籍は問いません。

これまで、肢体不自由の方が自ら運転し、有料道路を行ふ場合、通常の有料道路通行料金の半額の割引措置を受けることができましたが、平成6年10月1日より割引を受けることができる方の範囲が次のように広がりました。

この制度は、父親がないか、又は父親が一定の障害がある家庭の児童が、心身ともにすこやかに成長できるよう、その児童の母、又は母親にかわって養育する人に支給されます。

ただし、障害福祉年金及び老齢福祉年金以外の国民年金、恩給・厚生年金などの日本の公的年金を受けることができると、(1)、(2)以外の場合にあっては、一年以上生死が明らかでないとき。

- (6) 一年以上にわたり、父から遺棄されている児童。

問い合わせ
町民課福祉係
⑥
1113
有
2
3
3
1

有料道路通行料金の割引措置の対象が広がりました

～身体障害者手帳をお持ちの方へ～

■手当が受けられる人

児童。
(5) 父の生死が明らかでない児童。

(7) 沈没した船舶に乗つていた場合、その他死亡の原因となるべき危険に遭遇し、その危難が去つた後、三ヶ月以上生死が明らかでないとき。

ただし、里子や、児童収容施設等に入所している児童は対象となりません。また、児童が公的な年金を受けられる場合、又はその児童が父に支給される公的な年金給付の額の加算の対象となっている場合は手当は支給されません。

児童(父から認知された児童を除く)。

児童扶養手当のあらまし

婚姻によらないで生れた児童(父から認知された児童を除く)。

(8) 父がいるのか否か不明の児童。

個人事業税(後期分) 納付は11月30日までに

個人の事業者で一定の要件に該当する方には個人事業税がかかります。

個人事業税は、原則として年2回に分けて納付していただくことになっており、後期分の納期限は11月30日(木)となっています。

県税事務所から郵送される納付通知書により、最寄りの金融機関又は県税事務所で納付してください。

なお、個人事業税の納付には、便利な口座振替制度も利用できます。

問い合わせ 防府県税事務所 ☎23-3111

国民年金



勘違いしていませんか？

あなたの質問に

お答えします

Q

年金制度は危ないのでは？

A

いま、我国は、世界で例を見ないほど急速なスピードで高齢化社会へ進んでいます。ベビーブーム時代に生まれた団塊の世代の人たちが年金受給者になる21世紀前半には高齢化のピークを迎えることになりまます。そこで、将来に備え、公平で安定した年金制度を確保するために昭和61年4月に年金制度の改正が実施されました。その後も、将来の保険料負担が急激に大きくなり見直さないよ



年金制度は安定してるよ

あるというよりも、むしろ、制度としては充実し、安定したものとなりました。

しが行われ、行先き、不安があるというよりも、むしろ、制度としては充実し、安定しました。

Q もう25年納めたからいいのでは？

A

25年で納める義務が終わるわけではありません。国民年金の加入は25年ではなく「60歳まで」です。途中でやめることはできません。25年という年数は、未加入の期間ができた場合でも、25年以上納めていれば、年金を支給する」というだけ

老後は必ずやってきます。きちんと納めて、十分な保障を手にしてください。

**Q**

わたし、年金は要らないんだけど？

A

あなたが納めている保険料は、現在年金を受けている方の費用になり、将来あなたが受けられる年金は、その時の現役世代の保険料によって支えられます。

このように保険料の納付はあなたのためでなく国民全体の責任であります。したがって、あなたが「年金は要らない」と言つて未納になると、こうして保険料を納めなかつた「未納期間」が15年を超えると、将来、年金を受給できない場合があります。

60歳まで納めた人が受け取る「満額の年金」が、ちょうど最低限の生活を保障するものです。もし25年しか納めなければ、年金額はそれ以下になってしまいますのです。

納期間が15年以下でも、受給できない場合があります。さらに2年以内の滞納でもそれがもとで障害年金を受けられないことがあるなど、いろいろと不利になります。

今すぐに納められない場合は「免除」の制度があります。

それがもとで障害年金を受けられないことがあるなど、いろいろと不利になります。

方は、未生れた日以前に(昭和16年4月1日以後)

問い合わせ

町役場町民課国民年金係
⑤2 1113 有2331

11月は
「政府刊行物普及月間」
暮らしに生かそう
確かなデータ
政府刊行物

秋の全国火災予防運動
11月9～15日
安心の暮らしの中心
火の用心

奈良・徳地子ども

交歓会を終えて

教育委員会だより

第五回奈良・徳地子ども交歓会が、去る八月十九日から二十一日の三日間、奈良市の子ども二十人を徳地に迎え、楽しく交歓会を催しました。町内の関係者のご協力、ご支援に対し厚くお礼申しあげます。ここに、子どもの作文を載せ交歓会の成果を紹介します。

「奈良・徳地子ども」

「交歓会に参加して」

八坂小五年 永松 伸朗

ぼくは、今年「奈良・徳地こども交歓会」に参加しました。参加した理由は、たくさん友達を作りたかったからです。ぼくが、一番心に残ったことは二つあります。一つは、ぼくの家がホームステイを引き受けたことです。初めは、とてもドキドキしてたけど声をかけるとなんだん仲良しなっていきました。ぼくの家にホームステイし

た人は、六年生の上森陽太君という人です。初めてに、家族全員で自己紹介をして、その後みんなでメロンを食べました。そして、ぼくの部屋へ行きマンガを読んだりして遊びました。雨がやんだので、お父さんと三人で魚つりに行きました。陽太君は「赤まづばい」を三匹きつりました。ぼくは「はえんぽう」など、いろいろな魚を五ひきつりました。陽太君はとてもうれしそうでした。夜は、話をしたりマンガを読みながらして遊んで、お風呂

会に二回参加しました。ホームステイでは、おと年六歳の男の子が来ました。私は、この奈良・徳地交歓会に二回参加しました。ホーモスティも二回引き受けました。参加してよかったです。

たが、きちんとやっていたのが、きんちょうしていたのでねられなかつたようです。ぼくがもう一つ心に残つたことは、岸見の石風呂です。岸見の石風呂は、とても暑いところでした。中は石で作つてあって、入つているといつぱいあせが出てきました。しばらくして、おじさんが出口を開けて「もう出ますか」と言われました。だけどみんな「まだ入つときます。」と言いました。もう一回聞かれたらみんな出ました。ぼくにとつて初めての石風呂体験でした。ぼくは、サウナという所はこんな所だらうと思いました。お天気が悪くてたいへんだつたけれどいろいろな体験が出来てとてもいい思い出になりました。もし来年奈良に行けたら、上森陽太君に会つてみたいと思います。

「奈良・徳地交歓会に参加して」

引谷小六年 原山奈緒子

事は主に二つありました。まず一つ目は、多くの友達ができた事です。去年知り合つた人や、今年知り合つた人とも文通をしています。奈良の事や奈良の学校の様子など分かってとても楽しいです。

二つ目は、徳地や奈良の良さが分かった事です。昨年、交歓会に参加した時、歴史の深い奈良を観光しました。東大寺や奈良公園のしかよせを見学したり、焼き物に絵をかいたりとても楽しい二泊三日でした。奈良は、素敵なものでした。徳地にはない所がたくさんありました。

又、徳地のいい所も再発見できました。それは、水のよさです。奈良市内の水は、カルキのにおいがぶんぶんしました。徳地に来た人は、水を飲んで「徳地の水は、とてもおいしけ」とよく言われます。日頃飲みつけている私にはよく分かりませんでした。けれど、奈良へ行つてよく分かりました。それに、今年は水不足というのに徳地は平気です。

上人を通じてとてもゆかりの深い地です。重源上人がもし徳地に大木があることを知らなかつたら、この交流会は多分ありえません。

上人が、徳地へ来てそまどりをし東大寺まで運んだからこそ、この交流会があるので重源上人にはとても感謝したいです。

▼糖尿病予防キャンペーン▲

500万人時代を迎えた糖尿病

次のイラストにご注目。あなたに当たるものはありますか。これは、糖尿病の自覚症状を示したもので、「疲れやすい」などは、夏バテのときにもみられるものですが、インスリン非依存糖尿病では、病気がかなり進んだ状態であると考えられます。

なぜこんなことを言うのか
というと、あなたがもし糖尿病なら、一刻も早くお医者さんにかかり、病気を治していただきたいからです。

現在、全国に五百万人、四十歳以上の男性では、ほぼ十人に一人と予測されている糖尿病患者。この糖尿病という恐ろしい病気を正しく理解し、あなたも早期発見、早期治療に努めてください。



病名からそう思われるがちですが、尿に糖が出るのは二次的なもの。糖尿病の本質は、血液中の糖の濃度(血糖値)が高くなることなのです。ふつう、血液中に溶け込んだ糖は、インスリンというホルモンの働きによって細胞の中に取り込まれ、エネルギーとなります。ところが、このインスリンの出方が十分でなかつたり働きが悪くなったりしたために、糖がだぶつき、血糖値が高くなる——これが糖尿病なのです。

たかが糖尿病で……とタカラべくつていませんか。初期の自覚症状がないために、本人の気づかぬうちに病気が進行し、最後にはさまざまな合併症を引き起こす——それが糖尿病なのです。

「糖尿病」って
おしつこに糖が
出る病気なの

尿に糖が出るのはもちろん、血糖値の高い状態が長く続くと、体中の血管や神経が侵され、さまざまな合併病が生じます。なかでも三大合併病といわれているのが、神経障害、腎臓障害、視力障害です。手足の感覚がマヒしてしびれたり、やけどや傷を負っても気づかなかつたりする神經障害。腎臓障害は、おしつこが出てにくくなり、しまいには人間透析を受ける生活を強いられます。ところが、このインスリン投与を受けたりする段階になると、一生、糖尿病とつき合うことになります。

早期の発見
早期の治療が
大切なわけは

糖尿病の初期の段階なら、食事療法と運動療法によつて治すことができます。しかし、合併病が出たり、人工透析やインスリン投与を受けたりする段階になると、一生、糖尿病とつき合うことになります。ですから、早期発見、早期治療が大切なのです。四十歳以上の人、家系に糖尿病の患者さんがいる人、太っている人は特に糖尿病になる可能性が高いので、一年に一回は検査を受けるようにしましょう。

血糖値が高い
状態が続くと
どうなるの

あなたは大丈夫?



「重源の郷」のメイン施設 体験交流センター (庄屋)が完成

中河内の「重源の郷」で建設をすすめていた体験交流センターがこのほど完成了。

このセンターは、「郷」の体験工房群、森林体験施設などの利用を補完するためのインフォメーション施設として、周辺の景観に配慮した木造の庄屋づくりとして、建築面積612m²、事業費1億1千万円で建設したものです。



農業集落排水事業 が完成

10月25日、町内で初めての下水道（農業集落排水事業）が島地地区に完成、浄化センターで関係者約70人が出席し、竣工式が行われました。

この事業は、188世帯が対象で最大処理能力は1日当り372.6m³、事業費は7億5,300万円をかけ完成したものです。

きのこ教室開催

二の宮の山村広場周辺で、10月16日、第4回徳地きのこ教室が開催され、県内外から約950人が参加、きのこ狩りや散策を楽しみました。

この教室は、町林業振興推進協議会などが野生のきのこを採取し、きのこに関する正しい知識を学ぼうと開いたものです。

今年は、夏の猛暑、干ばつなどで、菌の繁殖が悪くきのこは不作のようでした。

11月15日から「狩猟解禁」 獵銃事故をなくそう

獵銃所持者の皆さん、銃を持つ者の責任と獵銃事故の恐ろしさを十分自覚して、基本を必ず守り、事故のない楽しい狩猟を心がけましょう。

狩猟に行くときは

- 銃を手にしたときは、弾倉、薬室内のタマの有無を確認する
- 銃は、必ず銃袋か銃ケースに入れて持ち運ぶ
- 銃は人目につかないようにして運ぶ

狩猟をするときは

- 銃口を人のいる方向に向けない
- タマの装填は、発射の必要がせまった時に多い、必要がなくなれば直ちにタマ抜きをする
- 自分の目で獲物を確かめてから発射する

狩猟から帰ったときは

- 再度弾倉、薬室内のタマの有無を確認する
- 銃とタマとは、別の保管庫に収納し、確実に施錠する。

防府警察署

安心・有利で

豊かな生活を ～中小企業勤労者共済制度～

月々わずかな掛金で、死亡、障害、入院、住宅災害等の事態に対して大きな保障が行われています。結婚、出産、銀婚、小・中・高校の入学にも給付します。県と市町村が協力し、推進していますから、安心してご加入できます。

型別の掛金・給付金

型	種	月額掛金	最高給付金額
1	型	450円	200万円
2	型	900円	400万円
3	型	1,500円	1,000万円
高齢者	型	450円	100万円
ファミリー	型	500円	200万円

加入申込み・詳細問い合わせ

徳地町共済会（町役場経済課）☎521117

ご存じですか 「税を知る週間」

11月11日から17日までは「税を知る週間」です。

税務署では、税の仕組みや使い道、暮らしに役立つ身近な税の知識などを分かりやすく、正しく理解していただくために、税金展をはじめ、いろいろな行事を行っています。

分かりやすい各種パンフレットも用意していますので、お気軽においでください。

防府税務署 ☎22-1400



あなたも「緑のオーナー」 になりませんか

山口営林署では、源平の戦いで消失した東大寺復興のため、優良大径木を伐出したゆかりの地として知られる滑山国有林にて、国民の方々に森林づくりに参加していただくため「緑のオーナー」を募集します。

- 1 1口当たり50万円 募集口数21口
- 2 場所 徳地町大字柚木 滑山国有林
- 3 期間 平成7年2月24日まで
- 4 「国有林の緑のオーナー」制度とは 分収育林契約者（緑のオーナー）と国とで国有林の立木を共有し、伐採時にその収益を分取する制度です。
個人、団体、法人を問わず誰でも応募できます。
- 5 問い合わせ ☎753山口市野田35-1 山口営林署業務課 ☎0839-22-0386

犯罪捜査にご協力を

警察では、平穏な市民生活を維持していくため、日夜努力しておりますが、更に安全で住みよい地域社会を作るため、11月中を「捜査活動等に対する市民協力確保及び指名手配被疑者捜査月間」（全国一斉）として取り組み、警察の捜査活動に対する町民の皆さんのご理解とご協力をお願ひいたします。

～お願い～

- ☆ 「事件かな？」と思ったら迷わず110番を！
- ☆ 犯罪について知っていることは積極的に通報を！
- ☆ 聞込み捜査にご協力を！
- ☆ 被害に遭ったときは必ず届出を！
- ☆ 指名手配犯人検挙にご協力を！

「手配ポスターに似ている」「行動が怪しい」と思ったら直ちに警察に通報してください。

防府警察署 ☎25-0110

防府農業改良普及所の名称が 「防府農業改良センター」 に変わりました

この度、農業改良助長法の一部改正に伴い、平成6年10月15日から防府農業改良普及所の名称が「防府農業改良センター」に変わりました。

これは、農業改良普及所が行う各種相談活動等、サービスを提供する施設として、また、地域農業者に開かれた施設としてふさわしい名称にするとの意図によるものです。

今後とも、地域における普及指導の拠点として、農業者の皆様の御期待に応えられるよう職員一同決意を新たにしておりますので、よろしくお願ひします。

防府農業改良センター ☎38-0505

県では、現在空き家となつてゐる県営住宅の入居者を随時、募集しています。県営住宅への入居を希望される方は、入居希望地区を管轄している土木建築事務所建築住宅課へお問い合わせください。

・ 防府市
防府土木建築事務所
☎ 3485-2233

講習内容
ロータス1-2-3一太郎
受講料
無料 (ただし教材は
対象者
技術を修得して就業しよう
とする女性)

申込み・問い合わせ
平成6年12月1日(木)まで
募集期間
防府市田島588番地の1
防府地域職業訓練センター

・ 山口市
山口土木建築事務所
☎ 0839-221070

講習日
平成7年1月12日～3月3日
原則として毎週火・木・金曜日
9時30分～15時30分

「パソコン」受講者募集

講習会場
山口市田島588番地の1
防府地域職業訓練センター

問い合わせ
☎ 0839-2608

自己負担
講習日
平成7年1月12日～3月3日
原則として毎週火・木・金曜日
9時30分～15時30分

「くらしを見直し、物を大切にする運動 「県民の集い」開催

資源・エネルギーの有効利用と環境保護の観点から省資源・省エネルギー意識をさらに発展させ、生活中でくらしを見直し、物を大切にする運動を定着させることを目的に、開催します。

日時 平成6年11月25日(金)
開催場所 山口県スポーツ文化センター(山口市)
開催日時 11月27日(日) 10時～15時

内 容
・ 作品展示：生徒が製作した作品の展示
・ 研究発表：研究成果の発表、体験発表
用品等の販売

行事内容
美祢市民会館

小・中学校、高等学校の児童・生徒、保護者等皆さんのご来場をお待ちしています。

県内の高等学校の職業学科に学ぶ生徒が、「産業教育の新しい姿」を広く県民に理解してもらうために、日頃の学習の成果を発表します。

山口県産業教育 フェスタ 開催

表紙は、10月28日滑の国有林で「植えようふやそう未来の緑」をキャッチフレーズに、山口営林署が行つた植樹祭の一コマです。

この植樹祭には袖野小児童を始め約七十人が参加、桜の苗木などを植付けました。

問い合わせ
☎ 0839-34601

町の人口(9月末現在)

		前月対比		
世帯数	3,263世帯	-	3世帯	人
人口	9,667人	-	1	人
男	4,620人	+1	1	人
女	5,047人	-2	1	人
自然増減	-8人(出生2人・死亡10人)			
社会増減	+7人(転入22人・転出15人)			
資料	…住民基本台帳調べ			

表紙は、10月28日滑の国有林で「植えようふやそう未来の緑」をキャッチフレーズに、山口営林署が行つた植樹祭の一コマです。この植樹祭には袖野小児童を始め約七十人が参加、桜の苗木などを植付けました。

問い合わせ
☎ 0839-34601

・ 口ボットコンテスト
・ 自作ロボットに

びに省資源運動功労者の表彰
・ よるコンテスト

・ イベント：バトンワーリング、ファッショニングショーなど

・ ロボットコンテスト

暦・こよみ

●11月は町県民税4期・国民健康保険税5期の納期です。※忘れずに納めましょう。

日	月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---	---

- 行事は予定ですので変更になることもあります。
- 病院名は日曜、祝日在宅医です。
- 内科・小児科は日曜・祝日とも防府休日診療所 ☎24-4172です。
- 石油店名は日曜開店スタンドです。

とくち、アラカルト

町内の自動車保有台数

山口陸運支局(平成6年3月31日現在)

総数	貨物用			乗用			特殊	小型 二輪	軽自動車		
	普通	小型	被けん引	(バス)	普通	小型			貨物用	乗用	二輪
6,676	201	491	4	40	266	2,479	124	64	2,264	618	125

発行 徳地町編集 徳地町企画課

印刷 イマズミ印刷機 毎月5日発行

※心配ごと相談
12月6日(火)は年金相談も行います。社会保険事務所から専門家が相談にお答えします。どうぞお気軽にご相談ください。
問い合わせ 徳地町社会福祉協議会 ☎52-0100 有2235

13 ○土井石油 +三祐病院 22-3145 ○徳地町駅伝競争大会 (開発センター8:30~) ○袖野地区福祉懇談会 (袖野公民館10:00~)	14 ○高齢者陶芸教室 (出雲陶芸ハウス9:00~) ○母子健康相談 (袖野公民館10:00~) ○八坂公民館13:30~) ○運動実践講習会 (町民体育館9:00~)	15 ○英会話教室 (開発センター19:45~) ○心配ごと相談(法律) (町社協10:00~) ○お母さんになる人の集い (保健センター9:30~)	16	17 ○英会話教室 (開発センター19:45~) ○心配ごと相談(行政) (町社協10:00~) ○林業振興大会 (山口南総合センター11:00~) ○英会話教室 (開発センター9:45~)	18 ○盆栽教室 (出雲陶芸ハウス13:30~) ○寝たきり者等訪問 (出雲地区9:00~)	19
20 ○(有)ナカシマ +吉田整形外科病院 22-0021 ○串地区福祉懇談会 (串公民館10:00~) ○徳地町生涯学習推進大会 文化祭(重源の郷9:00~)	21 ○高齢者陶芸教室 (出雲陶芸ハウス9:00~) ○母子健康相談 (串公民館10:00~) ○島地公民館13:30~) ○運動実践講習会 (保健センター9:00~)	22 ○英会話教室 (開発センター19:45~) ○勤労感謝の日 +船津外科医院 22-1308	23 ○勤労感謝の日 +林業振興大会 (山口南総合センター11:00~) ○英会話教室 (開発センター9:45~)	24 ○のびのびっ子クラブ (保健センター10:00~)	25 ○盆栽教室 (八坂公民館13:30~)	26
27 ○前田産業 +松本外科病院 22-1409	28 ○高齢者陶芸教室 (出雲陶芸ハウス9:00~) ○運動実践講習会 (保健センター9:00~)	29 ○英会話教室 (開発センター19:45~)	30	12/1 ← 寝たきり (出雲地区9:00~) →	2 ○盆栽教室 (島地公民館13:30~) ○男性の料理教室 (保健センター8:45~) 者等訪問 (島地地区9:00~)	3 ○集会所交流発表大会 (畠田集会所19:00~)
4 ○八栄石油 +防府胃腸病院 22-3339 ○出雲地区福祉懇談会 (開発センター10:00~)	5 ○高齢者陶芸教室 (出雲陶芸ハウス9:00~)	6 ○英会話教室 (開発センター19:45~) ○心配ごと相談(年金) (町社協10:00~)	7 ○英会話教室 (八坂地区9:00~)	8 訪問 (袖野地区9:00~)	9 ○盆栽教室 (出雲陶芸ハウス13:30~)	10