

長門峡 国名勝指定100周年

令和5年3月、長門峡が国の名勝指定100周年を迎えます。秋の行楽シーズンを迎え、ますます魅力を深める長門峡で、心地よい散策を楽しみませんか。
文化財保護課 ☎083・920・4111

市報 やまぐち

暮らし

2

募集

4

産業

6

講座

8

イベント

10

子育て

15

健康

16

📄 <https://www.city.yamaguchi.lg.jp>
☎ 083-922-4111 (代表)



阿武川ダム・萩↑



100周年を記念!

長門峡や阿東地域を 楽しむイベント開催

長門峡や阿東地域の自然の魅力を満喫できるイベントを次のとおり開催します(①は開催中)。

① 9月30日(金)まで
長門峡(道の駅側入り口から千瀑洞口までの区間)
長門峡を歩いて文字を集めるウォークラリー。散策コースの各所に設置されたパスワードを収集し、答えを考えます。

② 10月1日(土)〜令和5年3月12日(日)
長門峡、常德寺庭園、徳佐八幡宮など
阿東地域の名勝などを巡るドライブラリー。各所に設置されたクイズを解きます。

- ▼山口 (〒753・8650 亀山町2-1) ☎0833・922・4111
- ▼小郡 (〒754・8511 小郡下郷609-1) ☎0833・973・2411
- ▼秋穂 (〒754・1192 秋穂東6570) ☎0833・984・2121
- ▼阿知須 (〒754・1292 阿知須2743) ☎0836・65・4111
- ▼徳地 (〒747・0292 徳地堀1744) ☎0835・52・1111
- ▼阿東 (〒759・1512 阿東徳佐中3417-2) ☎0833・956・0111



市・県民税の公的年金からの特別徴収の開始

令和4年4月1日
時点で新たに65歳になられた(昭和31年4月3日〜昭和32年4月2日に生まれた)公的年金受給者のうち、年金所得に係る市・県民税の納税義務がある方について、10月から公的年金からの特別徴収(引き去り)が始まります。なお、対象となる方には6月に通知書をお送りしています。ただし、次の方は対象になりません。



- ・本市の介護保険料が公的年金から特別徴収されていない方
- ・特別徴収される市・県民税等の額が、特別徴収対象年金の額を超える方など

※公的年金から特別徴収されるのは、前年中の年金所得から計算した市・県民税です。給与所得や事業所得などから計算した税額は、対象ではありません。

☎市民税課 ☎083・934・2735

「コールセンター」から納付の呼びかけをしています

市では民間業者を活用した「市税等コールセンター」を設置し、市税、保険料について、納期限を過ぎても納付の確認ができない方に、電話で納付の呼びかけをしています。対象は、市税(市・県民税、固定資産税、軽自動車税)、国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料です。納付案内は、平日の日中、夜間のほか、日曜日に行っています。

なお、市や「市税等コールセンター」から銀行やコンビニエンスストアのATM操作をお願いすることはありません。また、金融機関の口座を指定して振り込みをするような案内をすることもありません。「振り込み詐欺」にご注意ください。

☎収納課 ☎083・934・2739

不妊や不育症の治療費を助成しています

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、新生児死

等を繰り返す不育症の治療費の一部を助成しています。

▼対象期間 令和4年4月〜令和5年3月末の間に受けた治療

対象となる治療	助成額	対象者
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)	1年度当たり3万円以内	市内に住所を有する夫婦で前年の合計所得額が730万円未満の方
人工授精(医療保険適用分)	1年度当たり9,000円以内	
不育症の治療と検査(医療保険適用の有無を問わない)	1年度当たり20万円以内	

※体外受精、顕微授精、男性不妊(医療保険適用外)の治療を令和3年度に開始し、令和4年度に終了する方にも助成があります。

※申請書の様式は、各保健センターまたは市ウェブサイトから入手可。助成期間、回数、必要書類等、詳細はお問い合わせいただくか、市ウェブサイトをご覧ください。

☎子育て保健課 ☎083・921・7085、各保健センター

都市計画案の縦覧

▼日時 9月22日(木)〜10月6日

就業構造基本調査の実施

国の基幹統計調査として、就業に関する希望や就業異動、育児・介護の有無などを、5年ごとに調査しています。調査の結果は、働き方改革の推進に向けた各種取組など、国や地方公共団体の政策の基礎資料として幅広く使われます。

無作為に抽出された調査対象世帯には、9月23日(金・祝)以降に、県知事から任命された調査員が調査書類の配布と回答のお願いに訪問します。パソコンやスマートフォン等によるインターネット回答、または調査票の記入による郵送提出ができます。いずれも困難な場合は、調査

小郡屋内プールの休館

施設改修工事に伴い、次のとおり休館します。再開については、市ウェブサイトでお知らせします。

▼期間 10月10日(月・祝)〜令和5年7月中旬(予定)

☎スポーツ交流課 ☎083・934・2873

家屋修繕の保険金トラブルが増えています

台風などで家屋に被害を受け、工事業者から「保険金で修理ができる」と勧誘されるも、保険金がおらずトラブル

阿知須図書館の休館

蔵書点検を行うため休館します。蔵書点検は、行方不明になっている本がないかを調査し、市民の皆さんに円滑に利用していただくために実施するものです。休館中もブックポストで本を返すことができますのご利用ください。

▼期間 10月5日(水)〜12日(水)

☎阿知須図書館 ☎0836・66・0001

ルになる事案が増えています。契約している火災保険などで、風水害でも保険金を受け取れる契約内容か、事前に保険会社に確認しておきましょう。保険金の支払いを判断するのは保険会社です。このような勧誘を受けたら、契約をする前に保険会社や消費生活センターにご相談ください。

☎消費生活センター ☎083・934・7171

高齢者虐待を防ぎましょう

高齢者の人権を侵害する「虐待」が問題となっています。特に高齢者を介護する家族の負担は想像以上に大きく、介護疲れや孤立感から問題が深刻化することがあります。地域全体で高齢者やその家族を見守り、気付き、助け合うなど、できることから始めてみましょう。虐待かもしれないと思ったら、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご相談ください。通報された方の個人情報を守られます。

☎基幹型地域包括支援センター(市内全域) ☎083・934・2758、または各地域包括支援センター

9月は「認知症予防月間」

市では認知症について学ぶ出張講座や心配事への電話相談を行っています。

ます。各地域包括支援センターでも相談に応じています。

【介護予防出張講座】
地域の高齢者グループ等を対象に、専門の講師が出向いて介護予防についてお話しします。認知症予防について学ぶ機会としてご利用ください。

▼対象 認知症予防に興味・関心のある地域団体

【認知症サポーター養成講座】
認知症に関する基礎知識、認知症の人やその家族への支援のあり方など、認知症について正しく理解するための講座です(希望日の40日前までに要申し込み)。

▼対象 認知症について学びたい10人以上のグループ等

【おのほれホットライン】
認知症に関する心配事や介護に関する悩みなどについて、市保健師などが電話相談に応じます。

▼日時 毎週月〜金曜8時30分〜17時(祝日を除く)

▼専用電話番号 ☎083・922・2410

☎各種講座は、高齢福祉課 ☎083・934・2758、または各地域包括支援センター

9、10月は「動物の飼い方マナーアップ強化期間」

動物の飼い主は、飼い主としてのマナーを確認し、動物を飼っていない

い人や周辺の住民に配慮しましょう。

【犬には必ずリードをつけて】
犬の放し飼いは原則禁止されています。他人に危害を加えることがないように、散歩中は必ずリードをつけ、適切な長さに調整し、飼い主のそばを歩かせましょう。



【猫は屋内で飼いまっかち】

市では、猫は屋内飼養を基本とすることを条例で定めています。屋内で飼うことで、交通事故や感染症などの危険から守ることができるだけでなく、ふん尿などによる近隣トラブルを防止することもできます。また、猫は繁殖力が強く、年に何度も出産します。数が増えると、猫の飼育環境が悪化する場合がありますので、繁殖を望まない場合は、不妊去勢手術を行いまっかち。

☎環境衛生課衛生調整担当 ☎083・941・2176、南部衛生担当 ☎083・973・8136

「ゾーン30」の区域内は30km/hの規制区域です。

●規制標識 ●路面標示

ゾーン30を示す標識・標示

9月21日~30日
秋の全国交通安全運動

10月1日は浄化槽の日

浄化槽の機能を適正に維持するため、設置（使用）者には、定期的な保守点検と清掃、その記録の保存（3年間）、法定検査の受検が法律で義務付けられています。法定検査は、保守点検等が適正になされているかを第三者の立場で点検するもので、山口県浄化槽協会が行っています。定期的に浄化槽の保守点検、清掃を実施し、年1回の法定検査を必ず受けましょう。

環境衛生課衛生調整担当 ☎083・941・2176、南部衛生担当 ☎083・973・8136

廃棄物の焼却は禁止されています

廃棄物の焼却は、法律で原則禁止されています。煙や悪臭などで近所へ迷惑をかけるだけでなく、ダイオキシン類などの有害物質の発生原因にもなります。

家庭からの廃棄物は、市の可燃物収集を利用するか、市の取扱施設へ直接持ち込んでください。その他事業所からの廃棄物は、許可を持つ業者に依頼するなど適正に処理してください。

環境衛生課衛生調整担当 ☎083・941・2176、南部衛生担当 ☎083・973・8136

市役所の温室効果ガス排出量削減の取り組み

市では「地球温暖化対策の推進に関する法律」に基づき、「第二次山口市エコフレンドリーオフィスプラン（地球温暖化対策実行計画（事務事業編）」を策定し、市役所の事業活動により生じる温室効果ガスの排出量削減に取り組んでいます。

令和3年度の取組結果は、基準となる平成25年度比23%以上削減の目標に対して25.5%（約9.9千t・CO₂）の削減となり目標を達成しました。今後も、環境に配慮した行動や取組成果等を市民や事業者の皆さんへ分かりやすくお知らせし、脱炭素化に向けた取り組みの推進に努めていきます。

環境政策課 ☎083・941・2181

食品ロスを減らしましょう

地球環境を守るため、次のことを心がけて「食品ロス」を減らしましょう。

- ・まえどり…すぐに食べる食品は、販売期限の迫った商品を積極的に選びましょう。
- ・賞味期限は「おいしいめやす」…賞味期限は「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」です。この期限を過ぎてもすぐに食べられ

日（金）までに要申し込み
 ▼入札場所 山口総合支所会議室D
 ▼入札案内書配布 9月15日（木）10月14日（金）に管財課で配布
 ④管財課 ☎083・934・2956

国際化推進事業補助金

姉妹友好都市をはじめとする海外都市との国際交流活動や、多文化共生社会に向けた交流活動に補助金を交付します。詳細は次の二次元コードからご確認ください。

▼対象事業・補助上限額
 ・国際交流促進事業…50万円
 ・多文化共生促進事業…10万円
 ④9月30日（金）までに、国際交流課 ☎083・934・2725



男女共同参画推進審議会委員の募集

男女共同参画の推進に関して、市民の皆さんから意見をいただくため委員を募集します。なお、会議録と委員名簿は原則公開します。

▼任期 12月～令和6年11月を予定
 ▼対象 18歳以上で平日昼間に開催の年2回程度の会議に出席できる市民2人（国・地方公共団体の議員、常勤の公務員を除く）
 ④10月7日（金・必着）までに、

市民対象の弁護士無料法律相談会

法的な知識を必要とする困りごとについて、弁護士が相談をお受けします。相談内容は初めてのものに限ります。相談時間は15分程度です。相談内容に関する書類等があれば持参してください。

▼日時 9月28日（水）13時30分～16時
 ▼場所 小郡総合支所
 ▼対象 市民先着20人（要予約）
 ④9月21日（水）～27日（火）に、電話で、市民相談室 ☎083・934・2886



持参、郵送、FAX、Eメールのいずれかで、〒住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、「応募の動機」と「市の男女共同参画推進についての提言」を800字程度にまとめ、人権推進課 ☎083・934・2784 FAX 083・934・2867 jinken@city.yamaguchi.jp

山口市一日合同相談所

国、県、市の行政機関や、弁護士、税理士などの専門家が、登記、土地の境界、年金、賃金、道路等のさま

障がいを知り 共に生きる

知っていますか？「盲ろう者」のこと

ヘレン・ケラーのように「目と耳の両方に障がいのある人」を盲ろう者といい、県内には約200人いると推定されています。見え方や聞こえ方の程度によって、「全盲ろう」「弱視ろう」「全盲難聴」「弱視難聴」の4つに分けられ、触手話、指点字、手のひら書きなどコミュニケーション方法もさまざまです。

【盲ろう者の障がいの状態】

	聞こえない	聞こえにくい
見えない	全盲ろう	全盲難聴
見えにくい	弱視ろう	弱視難聴

「山口盲ろう者友の会」は盲ろう者の自立と社会参加の促進を目的に活動しています。障がいでお困りの方やそのご家族がいらっしゃったら「山口盲ろう者友の会」にご相談ください。



友の会ウェブサイト

山口盲ろう者友の会 ☎ FAX 083-924-6397
 障がい福祉課 ☎ 083-934-2794 FAX 083-934-4142

なくなるわけではありません。色やにおい、味等をチェックして異常がなければ、まだ食べることができます。

資源循環推進課 ☎083・941・2185

ゆけむり手形販売中

「ゆけむり手形」は、市内の飲食店や温泉・観光施設のお得な特典付きガイドブック。店舗で手形カードを提示すると、手形に記載されているさまざまな特典を受けることができます。今年も「ぶらやまアプリ」内で電子チケットの販売も行っています。

利用期間 令和5年3月31日（金）

924・5059

空き家無料相談会

▼日時 10月30日（日）14時～16時
 ▼場所 サンフレッシュ山口（湯田温泉五丁目5-22）
 ▼内容 司法書士、宅地建物取引士による無料相談会（1組20分まで）
 ▼定員 各相談員につき先着5組（要事前申込）
 ④10月25日（火）までに、空家対策室 ☎083・934・2915

里親制度説明会

【里親を募集しています】
 10月は里親月間です。里親について知りたい、話を聞いてみたい等、興味をお持ちの方は、ぜひご参加ください（要予約）。

▼日時 10月14日（金）15時～16時
 ▼場所 県福祉総合相談支援センター（吉敷下東四丁目17-1）
 ▼内容 山口県の里親について、里親体験の発表
 ④県中央児童相談所 ☎083・902・2189、子育て保健課 ☎083・934・2960

やまぐち新進アーティスト大賞応募者募集

市では、将来一層の活躍が期待さ

れる本市のアーティストにこの賞を贈り、創作活動の奨励や発表機会の提供などを通じて、アーティストの育成を図っています。詳細は市内公共施設に設置のチラシ、または市ウェブサイトでご確認ください。

▼対象 アート作品（絵画、工芸、彫刻、書、写真、デザイン、その他）を制作するアーティストで、次のすべてに該当する方
・アーティストもしくはアーティストトを志している方
・市内在住者または創作活動の拠点が市内の方

・受賞の翌年度、展覧会の開催が可能な方（令和5年11月下旬から1週間程度を予定）
・受賞の翌年度、地域貢献活動にご協力いただける方
▼賞 表彰状、副賞50万円、翌年度の展覧会の開催支援、地域貢献活動に対する支援

④ 11月30日（水・必着）までに、郵送または持参で、必要書類を、文化交流課 ☎083・934・2717

山口市美術展覧会作品募集

令和5年3月5日（日）～12日（日）に山口市民会館で開催する「山口市美術展覧会」の作品を募集します。出品規格等は、開催要項または市ウェブサイトをご覧ください。

▼募集部門 絵画、彫刻、工芸、書、写真、デザイン、その他（各部門1人または1グループ1点以内、複数部門への出品は可）
▼対象 市内在住・在勤・在学の方またはグループ

▼賞 大賞1点（副賞20万円）ほか
▼出品料 1点につき10000円（作品搬入時にお支払いください）
▼作品の搬入 令和5年2月24日（金、25日）9時30分～17時に、出品申込書を添えて山口市民会館展示ホールに持参
※開催要項は、文化交流課、各総合支所、各地域交流センター、山口市民会館等に設置しているほか、市ウェブサイトに掲載

④ 文化交流課 ☎083・934・2717

デザインコンペ2022 作品募集

山口学芸大学・山口芸術短期大学（デザインスタジオ・みらい）が開催する「デザインコンペ2022」の作品を募集します。

▼募集部門 ①テーマポスター部門（SDGsに関する事）、②デザイン・イラスト部門、③デザイン構成部門
※各部門1人1点まで

▼対象 部門による（①不問、②デザイン：中学生・高校生、③イラスト

ト：中学生・高校生・大学生、③不問）
▼賞 入賞作品に賞金
▼募集要領 山口学芸大学・山口芸術短期大学ウェブサイトで（下の二次元コード）参照

④ 令和5年1月10日（火）までに、山口学芸大学・山口芸術短期大学企画課 ☎083・972・2880

わらアート制作 ボランティア募集

10月8日（土）、9日（日）に開催される「日本の祭りinやまぐち2022」の同時開催イベント「わらアート」を一緒に作ってみませんか。
▼日時 9月17日（土）～10月2日（日）9時～12時、13時～17時

▼場所 中央公園
▼対象 中学生以上各日20人
④ ウェブサイト ☐ <https://yesco.jp/wara/>

④ やまぐちイベントソリユーションズ協同組合 ☎083・934・8220

防衛大学校・防衛医科大学校 学生募集

▼受付期間 防衛大学校：10月26日（水）まで、防衛医科大学校医学科：10月12日（水）まで、防衛医科大

922・0043（部門コード44#）

シルバー人材センター 事業説明・入会手続き会

▼日時・場所 10月11日（火）13時30分～15時：山口ふるさと伝承総合センター（下野小路12）、阿知須おげんきかん（阿知須2740・1）／11月8日（火）13時30分～15時：山口ふるさと伝承総合センター、小郡ふれあいセンター（小郡下郷1440・1）
▼対象 市内在住の60歳以上で健康で働く意欲がある方
▼持参品 年会会費（2500円）、山口銀行口座番号
④ 山口市シルバー人材センター ☎083・924・5396

「元氣いきいきひろば」設置運営団体募集

介護予防の推進のため、週1回以上の定期的な運動等の活動を行う高齢者の通いの場「元氣いきいきひろば」を設置・運営しませんか。実施団体に対し、事業費の一部を補助します。



▼募集地域 北東部圏域：仁保、小鯖、大内、宮野／中央部圏域：白石、湯田／鴻南圏域：吉敷、平川、大蔵／南部圏域川西地域：嘉川、

学校看護学科：10月5日（水）まで
▼応募資格 令和5年4月1日時点で18歳以上21歳未満の方
▼その他 試験日は受付時にお知らせします。
④ 自衛隊山口募集案内所 ☎083・925・8231



農業を生業とされる方への支援

市では、燃油価格や生産資材費の高騰により厳しい経営環境にある農業者に対し、経費負担の軽減と経営の安定化を図ることを目的に支援事業を実施します。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。
④ 農業政策課 ☎083・934・2891

鶏等飼育状況調査

鶏の伝染病を予防するために、巡回確認とワクチン噴霧を実施します。新たに鶏などを飼い始めた方はご連絡ください。
④ 9月26日（月）までに、〒住所、氏名、電話番号、飼養羽数を、農業政策課 ☎083・934・2714



佐山、阿知須／南部圏域川東地域：陶、秋穂二島、名田島／阿東圏域（地福地区除く）
④ 高齢福祉課 ☎083・934・2758

「ほめる気遣い」コミュニケー ション術」セミナー

▼日時 10月11日（火）14時～16時
▼場所 山口商工会議所本所5階コミュニティホール（中市町1・10）またはオンライン
▼内容 従業員が生き生きと働ける職場環境を作るため、コミュニケーションのコツについて学びます。
▼対象 経営者、管理職、育成・人事担当など
▼講師 長谷川孝幸氏（日本ほめる達人協会特別認定講師）
④ 10月3日（月）までに、山口商工会議所 ☎083・972・0075

バス・タクシー運転士 体験会&就業説明フェア

▼日時 10月9日（日）11時～17時
▼場所 湯田自動車学校（葵二丁目4・55）

▼内容 バス運転体験、タクシー車両見学会、就業説明フェア
▼対象 バス・タクシー運転士の仕事に興味があり、就業を考えている方
▼定員 バス運転体験27人（応募者多数の場合、過去の体験会参加経歴等により選考、普通自動車免許（AT限定可）要）
※タクシー車両見学会と就業説明フェアへの参加は申込不要

▼持参品等 運転しやすい服装と靴、運転免許証（バス運転体験参加者のみ）
④ 9月30日（金）までに、下の二次元コードの申し込みフォームまたは申込書を添付したメールで、山口市公共交通安全事務局（交通政策課内） ☎083・934・2729



☐ kotsu@city.yamaguchi.jp

職業訓練受講生の募集

【パソコンも学べる介護職員初任者研修科】

▼訓練期間 10月17日（月）～令和5年1月16日（月）
▼取得可能資格 介護職員初任者研修

障がい者雇用合同面接会

企業と働く場を求める障がいのある方との出会いの場です。

▼日時 10月18日（火）13時～15時30分
▼場所 KDDI維新ホールメインホール

▼対象 就職を希望する障がいのある方（要事前申込）
④ ハローワーク山口 ☎083・

就活に役立つ適職診断

▼対象 ハローワークで求職申し込みを行い、受講の必要性が認められた方
▼料金 無料（別途、教科書代・検定代等）

④ 9月20日（火）までに、ハローワーク山口（神田町1・75） ☎083・922・0043（部門コード43#）

職種選びの参考に適職診断を受けてみませんか（個人情報厳守）。

▼日時 9月22日（木）、10月13日（木）10時、10時30分、11時、11時30分（要予約）
▼場所 ハローワーク山口（神田町1・75）
▼対象 49歳までの就活中の方
④ ほろ若者サポートステーション ☎0835・28・3808

親子で学ぶ コーディネーション運動教室

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6~12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。

【年長・年中児童とその保護者】

- 期日 Aコース…10/29(土)、11/5(土)、12(土)
Bコース…10/30(日)、11/6(日)、13(日)
- 時間 いずれも10時~11時30分
- 場所 Aコース…サンフレッシュ山口
Bコース…秋穂地域交流センターアリーナ(10/30、11/13)、小郡ふれあいセンター(11/6)
- ◆いずれも
- 対象 全回参加できる市内在住の親子各コース抽選20組
- 講師 中田徹氏(市レクリエーション協会)

④ 9月30日(金)までに、来所、ハガキ、Eメール、下の二次元コードのいずれかで、〒住所、親子の氏名、年齢、園名、学年、日中連絡の取れる電話番号、希望コースを、スポーツ交流課 ☎083-934-2912 ✉sports@city.yamaguchi.lg.jp



企業向け仕事と育児・介護両立支援セミナー

- ▼日時 10月21日(金) 14時~17時15分
- ▼場所 KDDI維新ホール205会議室
- ▼内容 仕事と育児・介護との両立に不安を持つ従業員が安心して働ける環境づくりを進めるため、「育児復帰・介護支援プラン」の策定や活用方法について、事例を交えて紹介します。疑問点や課題などには、両立支援プランナーがマンツーマンで対応します。
- ▼対象 市内に本店のある中小企業等15社
- ④ 下の二次元コードで、山口商工会議所 ☎083・925・2300



県よろず支援拠点の 出張相談会

- ―T、販路開拓、人手不足、補助金活用等でお悩みの方に専門家が答えする個別出張相談会を開催します。創業から、個人事業主や中小企業が抱えるさまざまな経営課題まで、相談に応じます。
- ▼期日・場所 10月6日(木)、12月1日(木)：山口総合支所/11月3日(木・祝)：産業交流スペース「メグリバ」

- ▼時間 9時30分~16時30分
- ▼定員 各日先着4事業者(要事前申込)
- ④ 県よろず支援拠点 ☎083・902・5656



認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の方や家族に対して温かい目で見守る「認知症サポーター」を養成する講座を開催します。講座終了後には、認知症サポーターの目印としてオレンジバッジとカードをお渡しします。

- ▼日時 10月24日(月) 14時~16時
- ▼場所 小郡地域交流センター
- ▼内容 認知症に関する基礎知識、認知症の方や家族への支援のあり方など
- ▼定員 先着30人
- ▼講師 キャラバン・メイト
- ④ 高齢福祉課 ☎083・934・2758

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 10月6日~11月24日の毎週
- 名と年齢を明記の上、スポーツ交流課 ☎083・934・2912 ✉sports@city.yamaguchi.lg.jp

伝承総合センターの体験講座

- 【①女性のためのDIY入門講座(2日間コース)】
- ▼日時 10月29日(土)、30日(日) 9時30分~16時
- ▼内容 工具の基礎的な使い方を学び、可動式収納ラックを作ります。
- ▼対象 高校生以上の女性抽選20人
- ▼講師 小田雅彦氏(一級建築士)
- ▼料金 7000円
- ②郷土料理教室
- ▼日時 火曜日コース：11月1日、

働く婦人の家講座

【仕事と家庭の両立のためのバックアップセミナー】

- ▼日時 ①10月1日、②29日、③11月19日(いずれも土曜) 13時30分~15時30分
- ▼内容・講師 ①スマートフォン・タブレットのさまざまな契約・見極め方：白松浩平氏(ネットアドバイザー)、②人生を豊かにするためのライフプランニング：平田浩章氏(ファイナンシャルプランナー)、③包丁研ぎと包丁の手入れの仕方を学ぶ：川口健二氏(刃物専門店末廣会長)
- ▼定員 3講座受講の方優先20人
- ▼料金 600円程度
- ▼託児 要申し込み
- ▼歌と語りと朗読で心を癒す
- ▼日時 10月6日(木) 18時~20時
- ▼内容 金子みすゞの眼差しでリフ

リサイクルプラザ 10月のアイデア講座

やまぐちエコ倶楽部(大内御堀 10489-8) ☎083-927-7122
持参品等詳細は、☎または☒【山口市リサイクルプラザ】で検索

講座名	期日
さき織り*1	6(木)、13(木)、20(木)
着物からワイドパンツ*2	7(金)、21(金)、11/11(金)、25(金)
初めてのカギ針あみ(ストール)	7(金)、21(金)
卓上手織りをたのしむ*1*3	13(木)、27(木)
モラ「秋」の文字のモチーフ	18(火)
つまみ細工	18(火)、25(火)
和服に親しむ	19(水)
布の花	25(火)

*1 受講期間は1年。10月は新規受付不可
*2 9月からの継続受講。新規受講不可
*3 13時~15時

【おもちゃの病院受付】10月9日(日) 10時~11時30分
10月のフリーマーケットはお休みです。

スタートアップ・ スポーツ講座

【①子育てパパママのリフレッシュ講座】

- ▼日時 10月17日、24日、31日、11月7日、14日(いずれも月曜) 10時~12時
- ▼内容 ヨガ、体幹トレーニング、機器・器具を使用したトレーニング等
- ▼対象 本市在住の子育て中のお父さん・お母さん抽選20人
- ▼託児 要申し込み(講座初日において満6カ月から小学校入学前のお子さんが対象)
- ②アフターのエクササイズ

レッシュ

- ▼定員 先着20人
- ▼講師 ちひろ氏(シンガーソングライター)
- ▼料金 1500円(カリエンテ山□温泉利用料含む)
- ④ 開催日の1週間前までに、来所または往復ハガキで、住所氏名、年齢、職業の有無、託児の有無(生後6カ月以上1講座につき300円)、講座名を明記の上、働く婦人の家(T753・0056 湯田温泉五丁目1-1) ☎083・921・1929

テニス教室

- ▼日時 初級クラス：9月30日~11月18日の毎週金曜10時~12時、中級クラス：9月27日~11月22日の毎週火曜(10月11日を除く) 10時~12時
- ※いずれも雨天順延・変更あり
- ▼対象 成人先着30人
- ▼講師 レノファ山口スポーツクラブ所属テニスコーチ
- ▼料金 7000円(保険料含む)
- ④ 9月18日(日) 8時30分から、山口南総合センター ☎083・972・8333

シニア初心者卓球教室

- ▼日時 9月29日、10月6日、13日、

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、イベント・行事等は急遽中止・延期となる可能性があります。なお、イベント・行事等へお出かけの際は感染症対策に十分配慮し、体調のすぐれない方は参加をご遠慮ください。

記号例 ①場所 ②申し込み ③問い合わせ ●料金や申し込みは必要な場合のみ本文中に記載しています。

萩往還チャレンジウォーク

「やまぐち萩往還語り部の会」のガイドと一緒に、歴史の道「萩往還」のウォーキングにチャレンジしてみませんか。



- 期日 11月13日(日)
- 場所 山口総合支所集合
※集合場所から出発地点、到着地点から集合場所はバスで移動します。
- 内容・時間

■健脚コース …明木→山口総合支所(約26km、7時30分～16時30分)

■一般コース …明木→佐々並(約9km、9時30分～16時)

※いずれも山道を含むため、通常のウォーキングに比べ起伏のある運動強度が高いコースです。

■対象 小学5年生以上の市内在住者(中学生以下は保護者同伴)各コース抽選60人

■料金 1500円(弁当・お茶代、傷害保険料含む)

③④ 10月14日(金・必着)までに、来所、郵送、Eメールのいずれかで、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、スポーツ交流課 ☎083-934-2912 ✉sports@city.yamaguchi.lg.jp

※申込用紙等は、スポーツ交流課、各地域交流センター、市ウェブサイトにて取得可能

市内で活動する地域おこし協力隊

「山口市地域おこし協力隊」活動報告会

- 府市、美祢市、山陽小野田市、津和野町の各市町立図書館
- ▼内容 期間中、圏域の市町の図書館で、それぞれのまちの歴史を学べるイベントを開催します。また、4力以上の図書館をまわるとプレゼントが当たります。詳細は山口市立図書館ウェブサイトをご覧ください。
- ④中央図書館 ☎083・901・1040

④定住促進課 ☎083・934・2778

リアル宝探しゲーム「つちらー!」ななゆめ調査団!

- ▼期間 9月17日(土)～12月25日(日)
- ▼内容 ゆめ回廊圏域7市町で開催される無料のリアル宝探しゲームの第4弾。実際にまちを歩きながら地図を頼りに手がかりを探し、隠された宝箱を探し出します。人気ゲーム機
- の隊員が、普段の活動内容を発表し、ワークシヨップを行います(当日先着で受け付け)。詳しくは下の二次元コードからご確認ください。
- ▼日時 10月10日(月・祝) 13時～17時
- ▼場所 クリエイティブ・スペース 赤れんが(中河原町5・12)
- ▼内容 隊員による活動トークショー、ワークシヨップ(商店街早押しクイズ、みつろうエコラップ作り、リハビリ相談、テントサウナ体験)、パネル展示



こども起業スクール開校

子どもたちが将来職業を選ぶ際に「起業」が選択肢の一つとなるよう、



- ▼日時 11月1日、8日、15日、22日(いずれも火曜、全4回) 9時30分～11時30分
- ▼場所 山口市社会福祉協議会南部支所(小郡下郷1437・6)
- ▼内容 基礎(五十音の練習)から始め、文法を用いて文章を打てるようになるまで
- ▼対象 市内在住で点訳が初めての方、興味・関心がある方20人
- ▼講師 点訳サークル「てんとつ虫」
- ④⑤ 10月21日(金)までに、山口市ポランティアセンター ☎083・922・7211

点訳体験講座

- 27日、11月10日(いずれも木曜、全5回) 9時～11時30分
- ▼場所 維新大晃アリーナ
- ▼対象 市内在住・在勤の方先着30人
- ▼料金 1人3300円(別途スプー ツ保険料)
- ④⑤ 9月25日(日)までに、山口市卓球協会事務局 ☎083・902・8464

リアル宝探しゲーム「つちらー!」ななゆめ調査団!

- 早期教育段階から起業について知り、実際に体験できる4日間のプログラムを実施します。
- ▼日時 第1回:10月15日(土) 18時～19時30分、第2回:23日(日) 10時～16時、第3回:29日(土) 10時～16時、第4回:30日(日) 10時～16時
- ▼場所 KDDI維新ホール
- ▼内容 商品の企画、原料の仕入れ、製造、販売、振り返りまでをトータルに行うことで、お金の流れを体感することができるとプログラムです。詳細は次の二次元コードからご確認ください。
- ▼対象 市内在住の小学4年生～中学生20人
- ▼講師 大野圭司氏(株式会社ジブ ノノオト代表取締役)
- ④⑤ 下の二次元コードで、ふるさと産業振興課 ☎083・934・2676



ヘルシーウォーキング大殿堂

- ▼日時 10月23日(日) 8時30分～13時
- ▼集合場所 八坂神社(上野小路100)
- ▼内容 大殿地域内の歴史的名所を、やまぐち萩往還語り部の会によるガイドを聞きながら約4kmウォーキングします(参加賞あり)。
- ▼定員 先着100人
- ④⑤ 9月26日(月)までに、来所、郵送、Eメール、下の二次元コードのいずれかで、〒住所、氏名、年齢、電話番号を、大殿地域交流センター ☎083・924・5592 ✉ohdono@city.yamaguchi.lg.jp



※複数人で参加の場合は、まとめてお申し込みください(上限10人)。お越しの際は公共交通機関をご利用ください。

Yamaguchi Seasonal

山口情報芸術センターがこれまで制作・発表してきたインスタレーション作品の中から、音楽家・坂本龍一が制作に携わった2つの作品を再展示します。

▼期間 9月17日(土)～12月25日

やまぐち逃走中

～スポーツチャレンジウイークイベント～

●日時 10月16日(日)

受付	部門	対象*1	定員*2	抽選単位
8:45～	ファミリー・グループの部	小学生以上(大人も可・小学生を含む3人のグループ)	20グループ(60人)	1グループ
10:10～	高学年の部	小学4～6年生	60人	1人
11:25～	低学年の部	小学1～3年生	60人	1人

*1 市内在住・在学の小学生とその同居家族 *2 応募者多数の場合抽選

- 場所 山口市スポーツの森・山口マツダ西京きずなスタジアム
- 内容 制限時間の中でミッションをクリアしながら、ハンターから逃げ切る遊び。スタジアムの外野芝生で親子や友だちと一緒に体を動かしてみませんか。
- 料金 500円/人
- 景品 各部門の上位入賞者には、レノファ山口観戦チケット等の景品あり。
- ④⑤ 9月20日(火・必着)までに、参加申込書の持参、郵送、参加申込書記載のウェブサイトからの申し込みのいずれかで、市スポーツ推進委員協議会事務局(スポーツ交流課) ☎083-934-2875
- ※抽選結果は9月末ごろ当選者に通知するほか、当選者の申込番号を市ウェブサイトに掲載します。
- ※参加申込書は、スポーツ交流課または各地域交流センターにあります。市ウェブサイトからもダウンロードできます。



図書館で学ぶ ナナシマチの歴史

- ▼期間 10月8日(土)～11月18日(金)
- ▼場所 山口市、宇部市、萩市、防

083・933・0088

朗読劇泉ピン子の「すぐ死ぬんだから」

- ▼場所 山口情報芸術センター「愉快痛快」と日本を元気にした内館牧子のベストセラー小説を完全舞台化。あらゆる登場人物たちを、泉ピン子と村田雄浩の2人が演じ分けます。
- ▼日時 11月27日(日) 15時(14時30分開場)
- ▼場所 山口情報芸術センタースタジオA
- ▼料金 全席指定:一般5000円、any会員・特別割引4500円、25歳以下2500円、高校生以下1500円
- ※当日券は一律5500円
- ▼託児 11月20日(日)までに要申し込み(未就学児入場不可)
- ④⑤ 山口市文化振興財団 ☎083・920・6111



エンジンョイスポーツシーズン

誰もが気軽に運動に親しめるよう、地域開催イベントや、各競技連盟等による大会・教室を行います。スポーツの秋、自分に合ったスタイルでスポーツを楽しみませんか。

☎スポーツ交流課 ☎083・934・2875



イベント

対象者はいずれも市内在住・在勤・在学の方

【甲山連峰見て歩き】

日時 10月9日(日) 9時～13時30分

集合場所 秋穂総合支所駐車場

内容 甲山連峰から秋穂の景色を楽しみながらウォーキング(約35km)。終了後は、あいお荘で入浴できます。

定員 先着20人

料金 300円(入浴される方のみ当日徴収)

持参品 昼食、水筒、タオル、虫除け、入浴後の着替え(必要な方)

※帽子、長袖、長スポン推奨。弁当斡旋あり(500円程度)

申込 9月20日(火)までに、電話またはFAXで、氏名、連絡先を、秋穂地域交流センター ☎083・984・2132 FAX083・984・2162

【ソフトテニス大会】

日時 10月10日(月・祝) 9時～17時

場所 維新百年記念公園テニス場

種別 男女別A級(一般・大学)

B級(一般・高校・中学)、C級(初心者、70歳以上、中学生、小学生(親子含む))

※種別は変更する場合があります。

料金 200円(1ペア)

持参品等 ラケット、靴、テニスウェアまたは運動のできる服装

申込 電話またはEメールで、山口市ソフトテニス連盟 西野さん ☎080・1914・7797

mail:nino0110@sky.megaeg.ne.jp

【小部レクリエーション大会】

日時 10月1日(土) 9時～12時(8時30分から受付)

場所 小郡地域交流センター

内容 ニュースポーツ体験、体力測定、クイズ&スタンプ集め

※雨天時は屋内でニュースポーツ体験とクイズ&スタンプ集め

対象 小学3年生以下は保護者同伴

申込 スポーツ推進委員協議会小郡部 ☎083・973・0638

【健康体力測定会】

日時 10月10日(月・祝) 午前の

部：9時30分～11時30分(9時から受付) / 午後の部：13時30分～15時30分(13時から受付)

場所 やまぐちリフレッシュパーク

対象 6～79歳の健康な男女各部抽選40人

持参品等 体育館シューズ、タオル、動きやすい服装、飲み物

申込 9月21日(水)までに、ハガキまたはEメールで、〒住所、氏名、年齢、性別、電話番号、希望時間を、スポーツ交流課 ☎083・934・2874

mail: sports@city.yamaguchi.jp

【タグ・ラグビー教室】

日時 10月15日(土) 午前の部：9時～11時 / 午後の部：13時30分～15時30分(高校招待試合は11時30分から)

場所 維新百年記念公園ラグビーサッカー場

内容 ラグビーボールを使ったゲーム(5歳以上)、タグ・ラグビー教室(5人チームでの試合)

対象 チーム参加の場合1チーム5～10人。個人での参加も可

申込 山口市ラグビーフットボール協会 中村さん ☎083・925・5661

【卓球初心者教室】

日時 10月9日(日) 午前の部：9時～11時30分 / 午後の部：13時～15時

場所 白石中学校体育館

内容 基礎技術と基本的なルールの説明、練習方法など

対象 午前の部：一般(高校生以下除く) / 午後の部：小中高校生(午前の部の参加者も引き続き参加可)

持参品 体育館シューズ、ラケット(貸し出しあり)

申込 山口市卓球協会 小松原さん ☎083・902・8464

【バドミントン教室】

日時 10月23日(日) 9時～17時

場所 サンフレッシュ山口(湯田温泉五丁目5・22)

内容 トスノック等の基礎練習と自由練習

持参品 体育館シューズ、ラケット

申込 山口市バドミントン協会 倉重さん ☎080・6305・7696

【テニス相談室】

日時 10月10日(月・祝) 9時～17時

場所 維新百年記念公園テニス場

内容 テニスの相談、コート開放

※詳細はお問い合わせください。

申込 山口市テニス協会 田村さん ☎080・3050・8237

【卓球初心者教室】

日時 10月15分、14時30分～15時15分、15時30分～16時15分

内容 金属を溶かして、史跡周防

鑄銭司跡から発見された昔のお金「長年大宝」(レプリカ)をつくり

ます。

対象 小学4年生以上各回先着7人

講師 文化財保護課職員

申込 9月15日(木)～10月15日(土)に、中央図書館 ☎083・901・1040

【シンポジウム】

日時 11月27日(日) 13時～16時30分

場所 山口県教育会館(大手町2・18)

内容 10月10日(月・祝)に史跡公園としてオープンする史跡大内氏遺跡の築山跡に関するシンポジウム。

定員 先着250人

講師 和田秀作氏(山口県文書館)

山口みどりのフェスタ

10月は都市緑化月間です。花木にちなんだイベントを通じて、緑のある生活を体験しませんか。会場には駐車スペースがありませんので、公共交通機関で来場ください。

とき 10月2日(日)

ところ 亀山公園山頂広場(亀山町8-1)

- 【スケジュール】
- 10:00…苗木の無料配布①(先着順、なくなり次第終了)、ガーデニング相談、樹名当てクイズ、緑化樹等の販売
 - 10:30…セレモニー、主催者挨拶、もちまき①
 - 11:00…丸太切り競争、剪定教室、花釣り
 - 13:00…苗木の無料配布②(先着順、なくなり次第終了)
 - 13:30…花木セリ市
 - 14:30…もちまき②、閉会
- ☎都市整備課 ☎083-934-2832

とがして、流して、古代のお金づくり

日時 10月29日(土) 13時30分～

※括弧内は前売り券の料金

申込 県立美術館 ☎083・925・7788

井上公園周辺イベント

※狐の足あとでチケット販売中

山口クラフトビール COLLECTION

9.24(土)

9.25(日)

湯田温泉 酒まつり

10.9(日)

日本センチュリー交響楽団 山口市特別演奏会

日時 11月10日(木) 18時30分

対象 小学生以上

出演 日本センチュリー交響楽団、飯森範親氏(指揮)、神尾真由子氏(バイオリン)

料金 S席3000円、A席2000円(学生は各半額、any会員は1会員4枚まで500円割引)

託児 11月3日(木・祝)までに要申し込み(1人700円、2人目以降500円)

申込 山口市民会館 ☎083・923・1000

中原中也記念館無料開館

中原中也の85回目の命日にあわせ、施設を入館無料で開館します。

国内外で活躍している金子三勇士のコンサート。クラシック初心者から愛好家まで幅広くお楽しみいただけます。

日時 11月19日(土) 14時

料金 一般3000円、18歳以下2000円

※チケットは9月17日(土)10時発売。残席がある場合のみ当日券をプラス500円で販売

託児 11月10日(木)までに要申し込み(1人500円、未就学児入場不可)

申込 C・S赤れんが(中河原町5・12) ☎083・928・6666

唐絵の系譜展

期間 前期：9月16日(金)～30日(金)、後期：10月1日(土)～16日(日)

※9月26日(月)休館。前後期で一部作品の展示替えを行います。

内容 室町時代から江戸時代末期までに至る日本文化の絵画史の大きな流れを、周文・雪舟・狩野探幽という唐絵画家の系譜を中心に、「將軍家の襖絵」と「雪舟と狩野派」という二つの展示によって紹介します。雪舟の最高傑作である「山水長巻」をはじめとする国宝2点、重要文化財10点を含む約60点を展示します。

料金 一般1600円(1400円)、シニア・学生1400円(1200円)

※括弧内は前売り券の料金

申込 県立美術館 ☎083・925・7788

シンポジウム「築山跡と大内教弘」

日時 11月27日(日) 13時～16時30分

場所 山口県教育会館(大手町2・18)

内容 10月10日(月・祝)に史跡公園としてオープンする史跡大内氏遺跡の築山跡に関するシンポジウム。

定員 先着250人

講師 和田秀作氏(山口県文書館)

専門研究員)、山田貴司氏(福岡大学准教授)、尾崎千佳氏(山口大学准教授)、伊藤幸司氏(九州大学大学院教授)、青島啓(文化財保護課主幹)

▼**手話通訳等** 手話通訳、要約筆記

④ 11月4日(金)までに、FAXまたはEメールで、氏名、住所、電話番号、Eメールアドレスを明記の上、文化財保護課 ☎083・920・4111 FAX083・920・4112 ☐bunkazai@city.yamaguchi.lg.jp

染色作家「藤津八重子」回顧展

▼**期間** 10月1日(土)～12月11日(日)

▼**内容** 彼岸花の作品で知られる藤津八重子さんの回顧展。初入选から最後の作品まで全14点を公開します。

④ 小郡文化資料館 ☎083・973・7071

山田顕義展

▼**日時** 10月12日(水)～12月26日(月) 9時～17時

▼**内容** 維新後に初代司法大臣を務めた山田顕義の企画展を、没後130年にあたり開催します。

▼**料金** 大人100円、小人50円(大広間観覧料含む)

「秋の手づくりピザ教室」

手軽にDIYキャンピングピザ作りを楽しめます。講師特製の生地は美味しさが違います。

▼**日時** 10月16日(日) 10時～14時

▼**定員** 10組30人程度

▼**料金** 1組2500円(ピザ2枚)

▼**持参品** タオル、軍手

④ 開催日1週間前までに、電話、FAX、Eメールのいずれかで、ふれあいパーク大原湖(徳地野谷605) ☎083・955・580・0200 ☐oharako@cablene.jp

ハロウィン秋の収穫祭

▼**日時** 10月30日(日) ①9時30分～12時、②13時30分～16時

▼**内容** 里芋・さつまいもを収穫してお持ち帰り。収穫後はハロウィン仮装で、クイズスタンプラリーに挑戦。焼き芋の食べ比べもありです。雨天中止。

▼**定員** 各回先着50人

▼**料金** 小学生以上1200円、3歳以上700円(保険料含む、付添い人も有料)

▼**持参品等** 汚れてもよい服装、ゴミ手袋または軍手、長靴、飲み物、マスク



④ 10月14日(金)までに、Eメールで、①②の希望を、阿東ふ

④ 山口市菜香亭(天花一丁目2・7) ☎083・934・3312

まなび館秋の鷺流狂言公演

秋の夜長のひとときを、伝統芸能・鷺流狂言でお楽しみいただけます。

▼**日時** 9月24日(土) 18時～19時

▼**定員** 当日来館先着30人

④ 山口ふるさと伝承総合センター(下堅小路12) ☎083・928・3333

高齢者スポーツクラブ体験会

▼**日時** 9月21日(水) 14時～16時

▼**内容** 軽スポーツ(ニュースポーツなど)

▼**対象** 60歳以上の方 30人程度

▼**持参品等** 運動ができる服装、室内用シューズ、マスク

④ 9月20日(火)までに、山 ☐南総合センター ☎083・972・8333



里山散歩と秋の野草でお茶づくり

▼**日時** 10月1日(土) 9時30分～12時ごろ

▼**場所** 嘉村磯多生家「帰郷庵」(仁保上郷2397・1)

るさと交流促進センター(阿東徳佐中3628) ☎083・956・2194 ☐atofuru1@cablene.jp (月曜定休)

ツール・ド・ヤマグチ湾開催

本市南部地域を周遊するサイクルイベント「ツール・ド・ヤマグチ湾2022」を開催します。サイクリストへの温かい声援をお願いします。

▼**日時** 10月2日(日) 9時から

▼**場所** 南部地域周辺(山口きらら博記念公園2050年の森スタート・ゴール)

④ 定住促進課 ☎083・934・2942

5歳児発達相談会

お子さんの成長・発達で気になることはありませんか。保護者や周囲の方が気になることは、お子さん自身も戸惑っていることかもしれません。5歳児発達相談会は、就学を1年後に控えた大切な時期に、お子さんの成長・発達に対する「気づき」を相談することで、具体的な関わり方を知り、今後の育児や就学につないでいくものです。気になることがあれば、ご相談ください。



各保健センター等の所在・連絡先は18ページ下参照

YCAMシネマ

「荒野に希望の灯をともし」

2019年12月、アフガニスタンで何者かの凶弾に倒れた医師・中村哲。35年間戦火の中で井戸を掘り、用水路を建設し、荒野は広大な緑の大地へと変貌した。65万人の命を救った中村哲の生き様を追うドキュメンタリー完全版(2022年/日本/監督:谷津賢二)



上映日時	
14日(水)	10:30、15日(木)13:20
16日(金)	12:35、17日(土)14:35
18日(日)	12:30、19日(月・祝)15:25
21日(水)	10:30、22日(木)14:40
23日(金・祝)	10:30、24日(土)16:35
25日(日)	19:00

④ 山口情報芸術センタースタジオC

④ 料金 一般1,300円/any会員・25歳以下・65歳以上・障がい者と同行の介助者1,000円

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



▼**内容** 里山の散歩と、里山に自生する秋の野草でお茶づくり体験(お土産あり、荒天中止)

▼**対象** 小学生以上20人程度(小学生は保護者同伴)

▼**料金** 1人500円

▼**持参品等** 軍手、歩きやすい服装

④ 嘉村磯多生家の会(仁保地域交流センター内) ☎083・929・0433



古布を使った創作人形展

▼**日時** 10月1日(土)～11日(火) 10時～16時

大原湖イベント

「飛ばしてみよう!ドローン教室」講師が初歩から指導します(天候により中止する場合あり)。

▼**日時** 10月2日(日) 午前の部10時～11時50分、午後の部13時～14時50分

▼**定員** 各部10人程度

▼**料金** 1人2000円

▼**期間** 12月～令和5年2月(相談日は個別に案内します)

▼**内容** 保健・医療・保育・教育担当者による個別相談

▼**対象** 市内に住所を有する5歳児(平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ)

※市内公立・私立保育所や幼稚園に通われている方は園を通じて案内します。

※市外保育園・幼稚園に通われている方や未就園の方で相談希望の方は、9月30日(金)までにお問い合わせください。

④ 保健センター(子育て保健課)

離乳食スタート講座(山口)

これから離乳食を始める方におすめの講座です。

▼**日時** 10月4日(火) 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24人(第1子を子育て中の方を優先)

▼**持参品** エプロン、手拭きタオル、筆記用具

▼**託児** 要申し込み(お子さんと一緒に受講不可)



育児講座「子どもとお薬」(小郡)

▼**日時** 10月6日(木) 14時～15時30分

▼**内容** 薬剤師による子どもと薬に関する講話

▼**対象** 乳幼児の保護者先着30人

▼**講師** 美馬雅之氏(薬剤師)

▼**託児** 要申し込み(生後3カ月以上、お子さんと一緒に受講不可)

④ 9月16日(金)から、子育て支援アプリ「やまこ」または電話で、小郡保健福祉センター

子どもでマナビイ

①読書へのいざない〜本好きな子どもに育てるために〜

▼**日時** 10月8日(土) 10時～12時

▼**場所** 嘉川地域交流センター

▼**内容** 子どもが本に興味を持ち、読書を楽しめるようにするための働きかけや、きっかけづくりを一緒に考えましょう。

▼**対象** 乳幼児～小学生の保護者抽選30人程度

▼**講師** 森重厚子氏(学校司書)

▼**持参品** 筆記用具、お気に入りの

健康づくりは、みんなが主役!

腹式呼吸でリラックス

気分の落ち込み、イライラ、身体のさまざまな症状は、こころの不調を知らせるサインかもしれません。いつでもどこでも手軽にできる腹式呼吸を取り入れて、気持ちを落ち着かしましょう。

腹式呼吸の行い方

- ① 楽な姿勢で座り、ゆっくりと背骨を伸ばす
- ② 左右の手をおなかに当てる
- ③ 吸う息でおなかが膨らみ、吐く息で凹むように、ゆったりと気持ちのいい呼吸を繰り返す



ポイント

- ・肩の力を抜いて自分のペースで行いましょう。目安は5～10分です。
- ・目を閉じて、美しい景色や雨上がりの澄んだ空気を想像するのもおすすめです。

自分がストレスを感じていることに早い段階で気づき、対処できることが大切です（こころの健康づくりについて関心のある方は「こころほっとやまぐち」で検索）。

こころほっとやまぐち

検索



④保健センター（健康増進課）

高齢者等のインフルエンザ予防接種

高齢者等のインフルエンザ予防接種は、発病予防だけでなく、重篤な合併症や死亡を抑制する効果があることから、公費助成制度があります。

【12月中旬までの接種が効果的】

予防接種の効果は、接種して2週間後～約5カ月後までです。流行時期に効果があるように接種しましょう。

▼期間 10月1日（土）～令和5年2月28日（火）



▼対象（いずれかに該当の方）
・65歳以上の方
・満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、または呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障がいのある方、またはHIV（ヒト免疫不全ウイルス）により免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方（身体障害者手帳ハ1級Vの写しまたは診断書が必要）

▼回数 1回

▼料金 1490円（「医療依頼証兼生活保護費受給証」を提示された生活保護世帯の方、「中国残留

～来年度小学校入学児童の保護者の皆さんへ～ 就学時健診を実施します

④学校教育課
☎083-934-2862

令和5年度に市内の小学校に入学予定の児童の皆さんを対象に、健康診断を実施します。対象の方には、9月9日（金）ごろまでに通知書を発送する予定です。会場の各学校にお持ちの上、受診してください。



●各学校の健康診断日程

学校名	期日	受付時間
佐山小	10/4（火）	12:45～13:00
小郡小	10/4（火）	13:00～13:30
大殿小	10/6（木）	13:00～13:20
良城小	10/6（木）	13:00～13:20
大歳小	10/6（木）	13:00～13:15
宮野小	10/12（水）	12:45～13:15
白石小	10/13（木）	12:20～12:40
平川小	10/13（木）	13:00～13:20
大内南小	10/13（木）	13:10～13:30
秋穂地域※1	10/13（木）	13:00～13:15
阿知須地域※2	10/17（月）	12:30～12:50
瀧上地域※3	10/20（木）	13:00～13:20
仁保小	10/20（木）	13:30～13:50
阿東地域※4	10/20（木）	13:30～13:45

●対象
・平成28年4月2日～平成29年4月1日に生まれた児童
・日本国籍を持たない児童で入学児（上記の期間に生まれた児童）に該当し、保護者が入学の申し出を行った児童

学校名	期日	受付時間
上郷小	10/21（金）	12:30～13:10
小鯖小	10/26（水）	13:00～13:20
二島小	10/27（木）	12:50～13:00
徳地地域※5	10/27（木）	13:00～13:15
興進小	11/8（火）	13:00～13:10
大内小	11/10（木）	12:30～12:55
嘉川小	11/14（月）	12:40～13:00
湯田小	11/17（木）	13:10～13:20
小郡南小	11/17（木）	13:00～13:30

※1 秋穂地域内の各小学校については大海小で実施
※2 阿知須地域内の各小学校については阿知須小で実施
※3 瀧上地域内の各小学校については名田島小で実施
※4 阿東地域内の各小学校については徳佐小で実施
※5 徳地地域内の各小学校については中央小で実施

「やまぐち元気いきいき大賞」募集

地域活動や日常的な運動など、コロナ禍においても健康づくりに取り組んでいる健康長寿の方を募集します。自薦・他薦は問いません。

▼対象 80歳以上（昭和17年11月4日以前生まれ）の市民で、日常生活が自立している在宅の元気な高齢者

▼表彰 受賞者には表彰状を呈呈します。また、表彰された取り組み内容は、各種広報を通じて紹介します。

④ 11月4日（金）までに、所定の応募用紙に必要事項を記入の上、持参、郵送、FAX、Eメールのいずれかで、健康増進課☎083・925・2214 ☒kenko@city.yamaguchi.jp

※応募用紙は各保健センターと各地域交流センターで配布。市ウェブサイトからも入手可。提出は各保健センターも可。

その咳、結核かもしれません

9月24日～30日は結核予防週間です。結核は今でも全国約1万人（年間）以上の新しい患者が発生し、約本1冊程度

▼託児 要申し込み
【②親子で森遊び】

▼日時 10月23日（日）9時30分～12時

▼場所 徳地青少年自然の家（徳地船路668）

▼内容 親子で一緒に森を探検し、自然の美しさに触れ、親子の絆をより深めるとともに子ども自身の成長を促しましょう。

▼対象 小学生とその保護者抽選15組程度

▼講師 森林セラピー山口森の案内人

▼持参品等 動きやすい服装（長袖長ズボン）、運動靴、帽子、水筒、タオル、雨具、リュックなど両手が自由になるカバン

④ ①は9月25日（日）までに、②は10月2日（日）までに、電話または下の二次元コードで、社会教育課☎083・934・2866

健康 各保健センター等の所在・連絡先は18ページ下参照

健康チエック・健康相談会

今すぐ実践！高コレステロール対策

▼日時 10月5日（水）13時～15時、6日（木）9時～11時

▼内容 血管年齢測定、体組成測定、保健師・管理栄養士による健康相談、健康マメ知識コーナー（野菜摂取量を増やすコツについて など）

▼対象 市民で健康づくりに関心のある方、健康診断結果について相談がある方など

▼持参品等 各種健康診断結果（お持ちの方）、裸足になれる服装（体組成測定を希望する方）

④保健センター（健康増進課）

学んで実践！動脈硬化予防

日頃の健康づくりに役立つ動脈硬化予防のための運動の仕方、食事のコツを学びませんか。血管年齢測定も実施します。

▼日時 9月27日（火）10時～12時（開場9時45分）

▼内容 運動講話・実技「日常生活にひと工夫！活動量アップのコツ」、栄養講話「知らなかった！普段の食事の落とし穴」

▼対象 市民先着30人程度

▼講師 澄川絵里奈氏（健康運動指導士）、市管理栄養士

▼料金 50円（保険料）

▼持参品等 飲み物、タオル、動き

複合集団検診（徳地地域）

▼期日・場所 10月2日（日）：徳地地域交流センター島地分館、4日（火）：徳地地域交流センター八坂分館、6日（木）：徳地山村開発センター

▼受付時間・内容（各日同じ）

- ・8時30分～11時：胃・肺・大腸・子宮・乳がん検診
- ・8時30分～10時30分：市国民健康保険の特定健康診査と後期高齢者医療制度の健康診査

④がん検診（要予約）は徳地総合サービス課健康づくり担当

④市国民健康保険の特定健康診査は保険年金課国保担当☎083・934・2802、後期高齢者医療制度の健康診査は保険年金課後期高齢担当☎083・934・2969

2000人が命を落としている日本の主要な感染症です。痰がからむ咳、微熱や倦怠感が2週間以上続いたり、急な体重減少があったりする場合は結核かもしれません。子どもや高齢者は咳等の症状が出にくい場合もありますので、体調不良が続く時は早めに医療機関で受診しましょう。

④保健センター（健康増進課）



休日・平日夜間にがん検診を受診できます。④保健センター（健康増進課）

平日昼間にがん検診を受診できない方は、この機会にぜひ受診しましょう。受診される方は事前に各医療機関へ申し込みが必要です（定員あり）。子宮がん・乳がん検診を受診される際には「がん検診等受診券」をご持参ください。

区分	検診種類	対象	実施医療機関・申し込み先	検診日時
休日	子宮がん	20歳以上の女性	田村産婦人科医院 小郡下郷 1618 ☎ 083-972-0347	10/2 (日)、11/6 (日) 9時～12時
			とりに脳と女性のクリニック 大内矢田北六丁目 3-25 ☎ 083-902-6182	10/2 (日)、12/18 (日) 9時30分～12時30分
			レディースクリニックくまがい 後河原 83 ☎ 083-922-0238	10/9 (日) 9時～12時
	乳がん	40歳以上の女性	林病院 小郡下郷 751-4 ☎ 083-972-0411	9/25 (日)、11/6 (日) 9時～12時
			佐々木外科病院 泉都町 9-13 ☎ 083-923-8811	9/25 (日) 9時～13時
			阿知須同仁病院 阿知須 4241-4 ☎ 0836-65-5555	10/16 (日)、11/13 (日) 8時45分～12時
大腸がん	一次検診（便潜血検査）で陽性とされた方（要精密検査者）	阿知須共立病院 阿知須 4841-1 ☎ 0836-65-2711	10/16 (日) 9時～12時	
		いちょうの木クリニック 小郡船倉町 1-13 ☎ 083-976-8331	10/2 (日)、12/4 (日) 9時～18時	
平日夜間	乳がん	40歳以上の女性	阿知須同仁病院 阿知須 4241-4 ☎ 0836-65-5555 阿知須共立病院 阿知須 4841-1 ☎ 0836-65-2711	10/25 (火) 18時～20時 11/15 (火) 17時30分～19時30分

やすい服装と靴、筆記用具
④電話または下の
二次元コードで、保健
センター（健康増進課）



若い世代の健康づくり教室

ポッコリお腹や背中の中身のたるみが気になる方、美味しい料理を楽に作りたい方必見。美しくなるための運動と食事のコツを学びませんか。

▼日時 10月25日(火)、11月1日(火) 10時～11時30分(9時30分から受付、両日とも同じ内容)
▼内容 運動編「日常にひと工夫！美Bodyのポイントとは」、栄養編「疲れた日におすすり！手抜きでも栄養ばっちりごはん」
▼対象 18～40歳の市民各日30人
▼講師 澄川絵里奈氏（健康運動指導士）、市管理栄養士

▼持参品等 タオル、飲み物、筆記用具、動きやすく裸足になれる服装
▼託児 要申し込み（先着順）
④電話または下の二次元コードで、保健センター（健康増進課）



ひきこもり家族教室

ひきこもりで悩んでいる家族が孤立感を解消し、共に解決への一歩を踏み出せるように、家族が抱える問

題とその対処方法に関する基礎的知識の習得、家族間の交流の場として、次のとおり教室を開催します。
▼日時 10月17日(月)、11月24日(木)、12月22日(木)、令和5年1月下旬(未定) 13時30分～16時(全4回)
▼場所 県防府総合庁舎（防府市駅南町13・40）
▼対象 本市にお住まいの方で、6カ月以上自宅にひきこもっている16歳以上の子どもを持つ家庭（原則すべてのプログラムに参加できること）
※毎回、交流会の時間を設けています。※担当保健師が個別面談を行います。
④9月30日(金)までに、電話で、県山口健康福祉センター ☎ 083-934-2532



運動×食事でからだげんきアップ講座

ロコモティブシンドロームは、骨や関節、筋肉などからだを動かす機能が低下した状態のことで、進行すると要介護になるリスクが高くなります。今のうちから、健康的な生活習慣を送るための運動や食事のポイントについて学んでみませんか。
▼日時 10月28日(金) 10時～11時30分(9時30分開場)

▼場所 秋穂保健センター（秋穂東6570）
▼内容 体組成測定、ロコモエック（立ち上がりテスト）、運動講義・実技「運動で健康長寿のコツ」、栄養講義「いつまでも元気でいるための食事」
▼対象 市民先着30人程度
▼講師 市原靖子氏（理学療法士）、市管理栄養士
▼持参品等 飲み物、タオル、動きやすい服装、筆記用具
④小郡保健福祉センター

目の健康講座in山口

▼日時 9月25日(日) 11時～16時
▼場所 山口県教育会館（大手町2・18）
▼内容
・講演①「緑内障とその治療について」：永井智彦氏（山口大学大学院医学系研究科眼科学）
・講演②「ご存知ですか？『加齢黄斑変性』のこと」：湧田真紀子氏（山口大学大学院医学系研究科眼科学・山口大学医学部附属病院臨床研究センター）
・目の健康相談
・見えづらい方のための福祉機器展示（体験可能）
▼定員 先着200人
④山口県眼科医学会 ☎ 0835-280600 <http://www.280600.com>

yamaguchi.med.or.jp/gmed/gankai
ぶらっくあんどじい嘉年

大地の成り立ちや歴史、文化などジオパークの見方を学び、楽しくウォーキングを行います。
▼日時 10月22日(土) 9時30分～11時30分(9時15分から受付)
▼集合場所 嘉年体育館（阿東嘉年上3436）
▼内容 健康運動指導士による効果的な歩き方の講話と実技、ジオパーク専門員によるビデオ講話、約3kmのウォーキング
▼対象 市民先着30人程度
▼講師 重田和弘氏（健康運動指導士）、白井孝明氏（ジオパーク専門員）、阿東嘉年地域づくり協議会
▼料金 50円（保険料）
▼持参品等 飲み物、運動できる服装、運動靴、マスク
④阿東保健センター

◆保健センター
糸米二丁目6-6
・健康増進課 ☎ 083-921-2666
・子育て保健課 ☎ 083-921-7085
◆小郡保健福祉センター
小郡下郷 609-5
☎ 083-973-8147
◆徳地総合支所
総合サービス課健康づくり担当
徳地堀 1744
☎ 0835-52-1114
◆阿東保健センター
阿東徳佐中 3382
☎ 083-956-0993

健康診査は受診されましたか？

健康診査は、病気の早期発見、早期治療や、自分の生活習慣、今後の生き方を前向きに考える大切な機会です。現在、各種健診に該当される方には、順次受診券を送付しています。健やかで心豊かな生活を送るため、健康診査を受けて健康管理に役立てましょう。また、各種がん検診を同時に受診することもできますので、ぜひご利用ください。

- 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
 - 受診期間 令和5年3月31日(金)まで
 - 実施医療機関 健康診査受診券に同封の「実施医療機関一覧表」に掲載
 - 持参品 健康診査受診券（水色）、質問票（白色）、後期高齢者医療被保険者証
 - 料金 500円
 - 【受診券送付時期】
75歳を迎える時期が
・令和5年1月までの方…誕生月の翌月
・令和5年2月の方…2月中
・令和5年3月の方…4月中
 - 問い合わせ
山口県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎ 083-921-7112、保険年金課 ☎ 083-934-2969
- 市国民健康保険特定健康診査**
 - 対象 山口市国民健康保険に加入している40～74歳の方
 - 受診期間 12月20日(火)まで
※ただし、12月20日までに75歳になられる方は誕生日の前日まで
 - 実施医療機関 特定健康診査受診券に同封の「実施機関一覧」または「2022年度健康づくりガイド」27～29ページに掲載
 - 持参品 特定健康診査受診券（オレンジ色）、質問票（グレー）、市国民健康保険被保険者証
 - 料金 無料
 - 【途中加入された方の受診券送付時期】
10月までに市国民健康保険に加入された方の受診券は、加入月の翌々月初旬に送付します。
 - 問い合わせ 保険年金課 ☎ 083-934-2802



※受診券を紛失等された方は申請により再発行します。

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に関するお願い



手を洗おう

ワクチン接種の有無に関わらず、引き続き「新しい生活様式」を実践いただき、3密を避け、「十分な換気」「まめな手洗い・手指消毒」など、基本的な感染予防対策の徹底をお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
・	・	・	・	・	・	①
②	3	4	5	6	7	⑧
⑨	⑩	11	12	13	14	⑮
⑯	17	18	19	20	21	⑳
㉑	24	25	26	27	28	㉒
⑳	31	・	・	・	・	・

10月の休日当番医

受診される際は、必ず事前に電話をして、医療機関の指示に従ってください。

・休日当番医は変更する場合があります。事前に各医療機関にご確認ください。
・昼休み時間については、各医療機関にお問い合わせください。

*徳地地域については「ふるさととくち」をご覧ください。

北部地域 ●時間/ 8時30分～17時30分			全域 ※二次元コード・時間は山口市医師会	南部地域 ●時間/ 9時～18時			土曜当番医 ●時間/ 19時～22時	
内科系	外科系	阿東地域内・内外科	小児科	内科系	外科系	内科系	外科系	
2日 光山医院山口 (矢原町) 083-933-1200	山口病院 (駅通り二) 083-922-1191	藤原医院 (阿東生雲中) 083-954-0331		いちょうの木 クリニック (小郡船倉町) 083-976-8331	たむら医院 (江崎) 083-989-4480	かむら クリニック (小郡下郷) 083-972-2513	1日 山口嘉川 クリニック (嘉川) 083-988-0788	相川医院 (鑄銭司) 083-986-2177
9日 おおどの診療所 (石観音町) 083-922-0299	丘病院 (中河原町) 083-925-1100	原医院 (阿東地福上) 083-952-0308		小田医院 (小郡黄金町) 083-972-1716	阿知須 同仁病院 (阿知須) 0836-65-5555	相川医院 (鑄銭司) 083-986-2177	8日 阿知須 共立病院 (阿知須) 0836-65-2200	さっか整形外科 クリニック (小郡下郷) 083-976-8888
10日 野瀬内科 小児科 (大内長野) 083-927-2655	淵上整形外科 (大内御堀五) 083-922-6644	大草医院 (阿東徳佐中) 083-956-0005	永田こども クリニック (三の宮二) 083-924-3330	河端内科医院 (小郡下郷) 083-972-3820	秋穂クリニック (秋穂東) 083-984-8333	村田外科 胃腸科 (小郡下郷) 083-972-7100	15日 ねごろ神経内科 クリニック (小郡下郷) 083-976-5256	林病院 (小郡下郷) 083-972-0411
16日 柴田病院 (大内矢田北五) 083-927-2800	佐々木外科病院 (泉都町) 083-923-8811	澤田医院 (阿東地福上) 083-952-0302		ざいつ内科 クリニック (小郡明治) 083-976-8475	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	22日 山岸内科 (小郡新町) 083-972-2788	みすみ クリニック (小郡明治) 083-972-1003
23日 しおみ 循環器内科 (下壱小路) 083-922-4031	林外科医院 (道場門前二) 083-922-0139	三浦医院 (阿東徳佐中) 083-956-0500		大正通り クリニック (小郡明治) 083-902-2037	ひろなか内科 循環器科 (阿知須) 0836-66-1550	吉武医院 (秋穂東) 083-984-2330	29日 ますだ内科 循環器科 (秋穂二島) 083-987-2002	かむら クリニック (小郡下郷) 083-972-2513
30日 藤原胃腸科内科 (折本一) 083-923-5517	中村整形外科 (維新公園一) 083-933-6111	藤原医院 (阿東生雲中) 083-954-0331		よしかね 循環器内科 (小郡下郷) 083-973-8181	利重クリニック (江崎) 083-989-2515	阿知須 同仁病院 (阿知須) 0836-65-5555	やまぐちのお医者さん navi …市内の医療機関 を検索できます。	

☎ 休日当番医テレホンサービス … 録音でご案内しています。電話番号を登録して外出時などにご利用ください。☎ 083-923-5000

急な病気やケガ等で救急車を呼ぶか病院に行くか迷ったときは

【小児救急医療電話相談】

- 対象 子ども(15歳未満)
- 電話 # 8000 または 083-921-2755
- 相談日時 毎日19時～翌日8時

【救急医療電話相談】

- 対象 おとな(15歳以上)
 - 電話 # 7119 または 083-921-7119
 - 相談日時 毎日24時間
- ※相談は、いずれも看護師と医師が対応します。

山口・防府地域夜間こども急病センター

- 住所 八幡馬場53-1 (山口赤十字病院内)
- 電話 083-921-8025
- 診療日時 毎日19時～22時
- 診療科目 小児科(0歳～中学生の内科的疾患)

※けがや軽いやけどなどは外科で診療しますので、休日・夜間急病診療所を受診してください。

※受診される前に、必ず電話をしてください。

休日・夜間急病診療所

- 住所 糸米二丁目6-6
- 電話 083-925-2266

【内科(高校生以上)・外科】

- 診療日時 毎日19時～22時

※受診される前に、必ず電話をしてください。

【歯科】

- 診療期日 日曜、祝日、12/29～1/3
- 診療時間 9時～13時

人のうごき(推計人口) ☎ デジタル推進課 ☎ 083-934-2748

△令和2年国勢調査推定値を基に算出した人口を掲載しています。

	全体	男	女	世帯
上段は令和4年8月1日現在 (うち外国人数)	192,332人 (1,805人)	91,776人 (832人)	100,556人 (973人)	88,281世帯
下段は令和4年7月中の増減	+53人	+56人	-3人	+77世帯

山口市LINE公式アカウントで!

市政情報を配信中!

右の二次元コードから「友だち追加」ができます。