



響き合う人・まち・10年 創造未来へ新呼吸

# さんようおのだ

広報  
No.251  
2015  
9.1



市民の安心・安全は俺たちが守る！

**消防操法大会** (小野田消防署)

# 目 CONTENTS 次

目次・表紙の説明	2
サポート寄附・人のうごき	
市長から市民のみなさんへ	3
ご長寿おめでとうございます！ 9月21日(祝)は「敬老の日」	4
トピックスさんようおのだ	5
市誕生10周年記念事業	
情報ひろば	6
全国大会出場おめでとう！など	
さんようおのだウォッチング	9
健康だより	10
さあ、学校へ行こう！ 観光ガイド検定クイズ 病院ニュース	12
まち再発見 今月のおすすめ料理	13
こちら消防119 子育て情報ナビ ごみ出しワンポイント	14
各種相談の日程	15
9月のカレンダー	裏


## 表紙の説明




8月23日、照りつける太陽の下、小野田消防署で消防操法大会が開催されました。市内13消防分団が出場し、日ごろから訓練を重ねたホースによる放水などの消防操法の技術を競いました。優勝した厚狭北分団(ポンプ車操法の部)と厚狭分団(小型ポンプ操法の部)は、9月19日に行われる県大会に出場します。団員のみなさん、頑張ってください！

**サポート寄附 (ふるさと納税)**  
累計【619件】**25,069,000円**  
(8月25日現在)

人のうごき	(8月1日現在)	
	世帯	28,703世帯 (+13)
	人口	64,394人 (-23)
	男	30,415人 (-14)
女	33,979人 (-9)	
※( )内は前月との比較		

・・・パソコン、携帯からご利用できます。

・・・パソコンからご利用できます。

上記のマークがついているものは「山陽小野田市 WEB 申請サービス」をご利用できます。  
パソコンから☎ <https://s-kantan.com/sanyo-onoda-u/>  
携帯電話から☎ <https://s-kantan.com/sanyo-onoda-k/> 

■発行 / 山陽小野田市

<http://www.city.sanyo-onoda.lg.jp/>  
〒756-8601 山陽小野田市日の出一丁目1-1  
☎ 82-1111 (代表)

■編集 / 総務課 ☎ 82-1148

[ki-kouhou@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:ki-kouhou@city.sanyo-onoda.lg.jp)

## ■市長から市民のみなさんへ

山陽小野田市長  
白井 信文



### ■夢の教室

日本サッカー協会では、平成20年ころから、サッカーだけでなく各種スポーツの現役やOB（それも国内トップレベルの人材）を講師として全国各地の小中学校に派遣し、「夢の教室」と呼ばれる授業を開き、子どもに夢を持つことの素晴らしさ、そして夢の実現に立ち向かう強い気持ちを育てるお手伝いをしています。

本市も今年の6月、日本サッカー協会との間で、県下で最初の「夢の教室」開催に関する協定を結び、早速同月12日から7月14日まで、市内全中学校で2年生を対象に合計20回、10人の「夢先生」による「夢の教室」を開いてもらいました。

本市に来てくださった「夢先生」は、社会人野球女子監督兼選手、元女子バレーボール日本代表、元サッカー日本代表、レスリング銀メダリスト、元キックボクサー、元Jリーガー、元プロ野球選手、元女子サッカー日本代表、元ハンドボール日本代表、元ボクシング世界チャンピオンのみなさん方でした。

どの「夢の教室」も、生徒たちを大変満足させてくれたそうです。

8月中旬、各学校の校長、教頭、担任等のアンケートが集まりました。印象に残ったものの一部をご紹介します。

- 日本代表のアスリートの方と身近に接することができ、子どもたちも感動していました。

また、頂点に立つまでのたゆまない努力、話を聞いて、子どもたちも感じるものがあつたようです。ぜひ、来年度も実施してほしいと思います。

- アスリートと呼ばれる人との直接的な触れ合いは、未来を担う中学生にとって大きな夢や希望を育ませるとても良い機会でした。特に同じ内容でも我々教員が伝えるのと、アスリートが伝えるのでは言葉の重みが違うと痛感しました。
- 一流のアスリートがどのようにして成功したか、また、どのようにして挫折を乗り越えていったかを、生の声で聞けるのは素晴らしいことでした。
- 普段見られない生徒の一面を多くみられ、大変良かったと思います。
- 挫折や失敗などの体験談から、努力することの大切さを生徒に伝えていただき、大変感動的な授業でした。来年度以降も、ぜひ続けていただきたい。



厚陽中学校での様子  
夢先生は社会人野球女子監督 片岡安祐美さん（写真右）

ご長寿おめでとうございます！

# 9月21日(祝)は「敬老の日」

「敬老の日」は、多年にわたり社会に尽くしてきた高齢者を敬愛し、長寿を祝う日です。

高齢者が、いつまでも健康で元気に毎日を過ごし、安心して生活を送ることができる社会を大切にしていきましょう。



## 敬老会

各地区にて、75歳以上の人を招待して、敬老会が開催されます。ぜひ参加してください。

**9月19日(土)** 10:00 開会 (受付9:30～)

出合地区	出合公民館
------	-------

**9月21日(祝)** 10:30 開会 (受付9:30～)

本山地区	本山ドリーム体育館
赤崎地区	赤崎小学校体育館
須恵地区	須恵小学校体育館
小野田地区	市民館体育ホール
高泊地区	高泊コミュニティ体育館
高千帆地区	高千帆小学校体育館
有帆地区	有帆コミュニティ体育館

**9月21日(祝)** 10:00 開会 (受付9:30～)

厚狭地区	不二輸送機ホール(文化会館)
厚陽地区	厚陽公民館
埴生地区	青年の家体育館

〈問い合わせ先〉社会福祉協議会 (☎ 72-1813)

## 敬老月間啓発事業

### ◎敬老お祝いセール

市内在住の75歳以上の人(昭和16年4月1日以前に生まれた人)が、9月1日～30日の敬老月間に市内の協力店で、商品割引などの特典を受けることができます。また、スタンプラリー協力店でスタンプを集めて応募すると、希望の賞品を獲得することができます。※応募多数の場合は、スタンプの多い人が優先になります。同じ賞品でスタンプが同数の場合は抽選となります。

### ◎敬老祝カードの贈呈

市内の園児が描いた絵に市長直筆のお祝いメッセージを添えた「敬老祝カード」を作成し、市内在住の85歳、95歳および100歳以上の人に贈呈します。

### ◎市長による表敬訪問

長寿をお祝いし、市内在住の100歳になれる人(大正4年4月1日～大正5年3月31日生まれの人)の居宅等を市長が訪問します。

〈問い合わせ先〉高齢福祉課 (☎ 82-1173)

平成27年度  
県内最高齢者

川本 ヤスノ 小野田地区 112歳

(敬称略。平成27年8月21日現在)

平成27年度に100歳になれる人

(敬称略。平成27年8月21日現在)

柏木 フサ	本山地区	中村 スエ子	高泊地区	佐古 富子	厚狭地区
水上 ユキエ	赤崎地区	原田 アサコ	高泊地区	渡邊 敏	厚狭地区
田中 タミコ	須恵地区	大村 君子	高千帆地区	富田 ハマ子	厚陽地区
今井 静子	小野田地区	末富 タツコ	高千帆地区	井上 シゲ子	埴生地区
掛川 コノイト	小野田地区	勝田 アキエ	有帆地区	喜田 英子	埴生地区
村田 早子	小野田地区	厚見 正夫	厚狭地区		





市誕生10周年記念事業

## ●ぐるーつと山陽小野田ウォーク ～郷土の歴史まるわかりツアー～

小野田市と山陽町。旧市町の風土、歴史、自然などの相互理解を深め、より一体的なまちづくりが進むよう、市内を「ぐるーつと」巡るウォーキング大会を開催します。

3コースすべてに参加された人には記念品を贈呈します。

◎定員 各コース50人(先着順) ◎申込期間 9月7日(月)～30日(水)

◎申込方法 社会教育課、観光課、仮設山陽総合事務所、南支所、埴生支所に備え付けの申込書に記入し提出(郵送、FAX、E-mailでも可)

※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

◎問い合わせ先 社会教育課 (☎82-1205 FAX 84-8691)



### ■「近代化産業遺産と木戸刈屋道」コース(12km)

「近代化産業遺産」や「木戸刈屋道」を巡ります。行程4kmの第7回ふるさとウォーキングも同時開催されます。(詳細は9月15日号に掲載)

◎とき 10月24日(土) 8:30～12:30(受付7:45～8:15)

◎集合場所 市役所玄関前 ◎参加料 100円(当日徴収)

◎主な立ち寄り先 旦の登り窯、山手倶楽部、徳利窯、木戸刈屋道、本山炭鉱斜坑坑口、本山公民館(終点)

※本山公民館付近に駐車し、JR長門本山駅からJR小野田線を利用して集合場所に来られることをお勧めします。

### ■「開作と寝太郎」コース(12km)

「開作の遺跡」や「寝太郎物語」を今に伝える「千町ヶ原」を巡ります。

◎とき 11月7日(土) 7:30～11:30(受付6:45～7:15)

◎集合場所 市役所玄関前 ◎参加料 100円(当日徴収)

◎主な立ち寄り先 浜五挺唐樋、二挺唐樋、吉部田八幡宮、千町ヶ原、寝太郎荒神社、JR厚狭駅新幹線口(終点)

※市役所に駐車して参加され、JR厚狭駅からJR山陽本線を利用して市役所に戻られることをお勧めします。

### ■「山陽道と厚狭毛利家」コース(12km)

「厚狭毛利家」をしのびつつ「旧山陽道」や「埴生道」を巡ります。

◎とき 12月6日(日) 8:30～12:30(受付7:45～8:15)

◎集合場所 JR厚狭駅在来線口 ◎参加料 100円(当日徴収)

◎主な立ち寄り先 鴨神社、厚狭高等学校南校舎、洞玄寺、七日町道標、山野井八幡宮、糸根神社、JR埴生駅(終点)

※厚狭図書館に駐車して参加され、JR埴生駅からJR山陽本線を利用して厚狭図書館に戻られることをお勧めします。

## ●特別展「幕末の女と男 山陽小野田編」第2弾

幕末・維新期に活躍した本市ゆかりの人物を紹介する特別展を開催します。第2弾は「幕末の女子力」と題し、二人の女性、毛利勅子、千林尼を紹介します。

◎とき 9月11日(金)～11月1日(日) 9:00～17:00(月曜・祝日を除く)

※9月24日(木)、10月13日(火)は休館します。

◎観覧料 無料 ◎ところ・問い合わせ先 歴史民俗資料館 (☎83-5600)

◎問い合わせ先

社会教育課 (☎82-1205)  
歴史民俗資料館 (☎83-5600)

## お知らせ

### ヒマワリの種を提供してください



市誕生10周年記念事業「花いっぱい運動」の一環としてヒマワリの種を配布し、多くの人に参加していただきました。来年度以降もヒマワリの種が引き継がれるよう、フラワーバンク(種の回収ボックス)を設置しますので、よく乾燥させてから提供してください。

- **設置期限** 10月30日(金)
- **設置場所** 協働推進課、仮設山陽総合事務所、各公民館
- ※設置場所に備え付けの用紙にヒマワリの種類、メッセージ等を記入してください。
- **問い合わせ・提出先** 社会教育課 (☎ 82-1203)

### 市民ふれあいスポーツ大会

- **とき** 10月12日(祝)
- **競技**
  - ソフトバレーボール (一般) 9:00～ 青年の家体育館
  - トリムバレーボール (一般) 13:00～ 青年の家体育館
  - ソフトボール (一般) 9:00～ 青年の家グラウンド

- グラウンドゴルフ (一般) 9:00～12:00 (当日受付可) 寝太郎公園ゆめ広場
- ペタンク (一般) 9:00～12:00 (当日受付可) 津布田会館
- ※参加対象、申込方法等詳しくはお問い合わせください。
- **問い合わせ・申込先** 県立おのだサッカー交流公園 (☎ 81-3100)

### 宝くじ助成で市ふるさとづくり協議会の備品を購入しました

市ふるさとづくり協議会は、今年度、財団法人自治総合センターの一般コミュニティ助成事業の採択を受け、放送設備等の備品を購入しました。地域活性化のため各種行事で活用していきます。



- **問い合わせ先** 協働推進課 (☎ 82-1134)

### 農地の利用状況を調査します

農業委員会では、毎年全ての農地の利用状況を調査し、地域の遊休農地を把握しています。9月から調査員が地域を巡回し、利用状況を調査しますので、ご協力をお願いします。

- **問い合わせ先** 農業委員会 (☎ 71-1645)

### 中小企業振興資金 「一般資金・特別資金」

市と信用保証協会、民間金融機関が協調して行う融資制度です。融資は審査会の審査を経て実行されます。

- **用途** 運転資金、設備資金
- **融資限度額** 1,000万円
- **融資利率** 年1.90%
- **保証料率** 年0.45%～1.90%
- ※申込者の経営状況によって保証協会が料率を決定し、その料率を市が全額補給します。
- ※融資等の対象・資格・他の融資制度等、詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。
- **問い合わせ先** 商工労働課 (☎ 82-1150)

### 9月11日は「警察相談の日」

- **相談電話番号**
  - 山陽小野田警察署 ☎ 84-0110
  - 県警察本部 総合相談室 ☎ # 9110 (プッシュ回線, 携帯電話, PHS) ☎ 083-923-9110 (ダイヤル回線)
- ※緊急の事件、事故は110番通報してください。
- **問い合わせ先** 山陽小野田警察署 (☎ 84-0110)

【広告掲載欄】掲載についてのお問い合わせは総務課 (☎ 82-1148) まで。

20th Anniversary  
新築  
モデルハウス

空き家を  
リフォーム

モデルハウスオープン!  
見学会随時開催中!

期間: 11月30日(月)まで公開中(予約制)  
会場: 宇部市西岐波1959-10

築38年

しばらく空き家だったご実家を、外観も間取りも一新!今、注目のHEMSを導入し、スマートな暮らしをご提供しております。

ご見学希望の方はお気軽にお問い合わせ下さい。

モデルハウスも随時募集しております。詳しくはお問い合わせ下さい。

—信用と創造—

住友不動産

新築そっくりさん 山口事業所  
☎ 0120-313-231  
山口市小郡黄金町13-23 担当:ヤギ

男女共同参画事業「女性の日」講演会

## 天気を知って地域をまもる

～これからの気象災害～

災害はいつやってくるかわかりません。気象災害について学びましょう。

10月3日(土) 13:20～15:20 (受付13:00～)

市民館 (聴講料無料)

- 講師 坂本 京子 (気象予報士・防災士)
- 定員 400人 (先着順)

関 人権・男女共同参画室 (☎ 82-1137)

動物の飼い方, 大丈夫ですか?

9・10月は、「動物の飼い方 マナーアップ強化期間」です。この機会に自身のペットの飼い方について考え直してみましょう。

■愛犬に関すること

- 登録鑑札を付ける
- フンの放置はやめる
- 放し飼いやリードを外しての散歩はしない

■愛猫に関すること

- 室内飼育に努める
- 野良猫にえさを与えない

●問い合わせ先

環境課 (☎ 82-1143)



自衛官採用試験

■防衛医科大学校看護学科学学生

○第1次試験日

10月17日(土)

■防衛医科大学校医学科学学生

○第1次試験日

10月31日(土)・11月1日(日)

■防衛大学校学生(一般前期)

○第1次試験日

11月7日(土)・8日(日)

●受付期間

9月5日(土)~30日(水)

※詳しくはお問い合わせください。

●問い合わせ先

自衛隊山口地方協力本部  
宇部地域事務所 (☎ 31-4355)

庭木の手入れ・  
病害虫管理講習会

●とき 9月26日(土)

9:00 ~ 12:00 (小雨決行)

●ところ 東沖緑地

●内容 講義, 実技演習

●申込方法 当日, 8:50までに  
管理棟前に集合

※植木ばさみ, 刈り込みばさみ  
があれば, 持参してください。

●問い合わせ先

都市計画課 (☎ 82-1163)

全国大会出場おめでとう! (敬称略)

◆平成27年度 第12回全国小学生学年別柔道大会 (山梨県)

◎とき 8月30日(日)

◎出場者 嶺田 遼太郎 (本山小学校5年)

◆第30回全日本壮年ソフトボール大会 (京都府)

◎とき 9月5日(土)~7日(月)

◎出場者 茂刈 保徳



高齢者保健福祉推進会議の委員を公募します

高齢者の保健福祉に関して総合的かつ計画的な推進に関する事項について、調査・審議することを目的とする会議です。

- 応募要件 40歳以上の市民(国・地方公共団体の議員・職員は除く)で、本市の他の審議会等の委員を5つ以上兼ねていない人
- 報酬 会議1回につき2,000円
- 募集人数 3人(委員全23人中。応募多数の場合は書類審査のうえ抽選)
- 任期 11月1日から2年間
- 応募方法 高齢福祉課, 仮設山陽総合事務所, 南支所, 埴生支所, 公園通出張所, 厚陽出張所に備え付けの応募用紙に記入し, 作文(「高齢者ができる限り住み慣れた地域で安心して暮らすために」に関する意見・提言を800字程度にまとめたもの)を添えて提出してください。郵送, FAX, E-mailでも構いません。応募用紙は, 市ホームページからもダウンロードできます。(提出書類は返却しません)
- 提出期限 9月30日(水) (消印有効)
- 選考結果 直接本人に通知
- 問い合わせ・提出先 高齢福祉課 (☎ 82-1171 FAX 83-9082)

市営住宅入居者募集

■募集戸数等

●一般住宅

団地名	一般	優先	間取り	単身
本山	1戸	1戸	3DK	○
えびす	1戸	—	2DK	○
	1戸	1戸	3DK	×
古開作	1戸	1戸	3DK	×
港	1戸	—	3LDK	×
	1戸	1戸	2DK	○
有帆	1戸	—	3DK	×
西善寺	1戸	—	2DK	○
厚陽	1戸	—	2DK	○
萩原	1戸	—	3DK	×
南萩原	1戸	1戸	3DK	×
石丸	1戸	—	3DK	×
大河内	1戸	1戸	2DK	○
	1戸	—	3DK	×

※優先枠は, 高齢者, 障がい者, 母(父)子世帯等の人で, 一定の要件を満たす人が対象です。

●家賃

月額6,800円~47,000円

※家賃月額は入居者の収入により異なります。また, 駐車場を利用する場合, 別に駐車場料金が  
必要な団地があります。

●申込期間

9月8日(火)~25日(金) (消印有効)

●申込方法

建築住宅課, 仮設山陽総合事務所, 南支所, 埴生支所, 公園通出張所に備え付けの申込書に記入し提出

※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

●入居予定 11月中旬

●問い合わせ・申込先

建築住宅課 (☎ 82-1166)

## 第2回甲種防火管理新規講習

- とき 10月22日(木)・23日(金)
- ところ 消防訓練研修センター  
(小野田消防署内)
- 講習料 4,000円  
※全科目の受講者に、甲種防火管理者の資格が付与されます。
- 定員 80人(先着順)
- 申込期間 9月7日(月)～18日(金)  
(土・日曜日を除く)
- 申込方法 申込先に備え付けの申込書に記入し提出
- 問い合わせ・申込先 小野田消防署(☎83-2702)  
宇部・山陽小野田消防局予防課(☎21-7599)

「いきいき！介護予防運動」  
受講生募集

- 対象 市内在住の65歳以上の人で介護予防に興味のある人  
※病気がある人は、主治医に参加許可を得てください。
- とき 10月5日～平成28年1月18日の概ね月曜日  
14:00～15:30(全12回)
- ところ 不二輸送機ホール(文化会館)
- 内容 健康チェック、体力測定、講話、介護予防運動(基本姿勢、姿勢改善、リズム体操など)
- 受講料 無料
- 定員 20人(先着順)
- 申込期間 9月7日(月)～30日(水)
- 申込方法 電話またはFAXで申込み
- 問い合わせ・申込先 地域包括支援センター  
(高齢福祉課内 ☎82-1149 FAX 82-1138)



宇部市と広報紙で情報を交換しています。

## 空の日記念フェスティバル

【問い合わせ先】「空の日」実行委員会(☎21-5841)

- とき 10月3日(土) 9:00～16:30
- ところ 山口宇部空港
- 内容 ヘリによる救助・散水訓練、アルプホルン・ハンドベル演奏、制服試着体験、送迎デッキ無料開放、縁日コーナーなど

## 第11回市民文化祭作品募集

- 対象 市内在住、在職、在学、または市内の文化団体に所属する人
- 短歌 自由題未発表1首
- 参加料 500円  
(小為替使用、当日納入可)
- 応募期限 9月30日(水)(必着)
- 応募方法 住所、氏名、電話番号を記入し、切手を貼った返信用封筒を同封のうえ、郵送または持参
- 提出先 〒756-0088  
山陽小野田市大字東高泊1443-7  
藤本 正信方 短歌大会事務局
- 絵画・書・写真・工芸・文芸
- 出品料 無料
- 応募期限 9月24日(水)(必着)
- 応募方法 提出先に備え付けの申込書に記入し提出
- 提出先 不二輸送機ホール、各公民館
- 俳句
- 秋・冬の一切(未発表3句1組)
- 投句料 1,000円(当日納入)
- 応募期限 10月10日(土)(消印有効)
- 応募方法 不二輸送機ホール、市民館、協働推進課に備え付けの申込書に記入し、郵送にて提出
- 提出先 〒757-0002  
山陽小野田市大字郡5294番地  
平原 廉清方 俳句大会実行委員会
- 問い合わせ先 不二輸送機ホール(文化会館)  
(☎71-1000)

## 中国語講座(初級)

- 対象 市内在住、在職、在学の人
- とき 10月15日～来年1月14日の毎週木曜日  
19:00～20:30  
※ただし、11月19日(水)は18日(水)に振り替え、12月24日(水)および31日(水)は休講します。
- ところ 市民館
- 講師 陶 婷(山口大学大学院)
- 受講料 6,000円(全12回分)  
※国際交流協会会員は5,000円です。受講料は初回に全額徴収します。
- 定員 20人(申込多数の場合は抽選)
- 申込期限 9月25日(金)(必着)
- 申込方法 はがきに「中国語講座受講申込」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入し郵送
- 問い合わせ・申込先 〒756-8601 山陽小野田市役所市国際交流協会  
(協働推進課内 ☎82-1134)

## 秋の懐石料理教室



- とき 9月17日(水) 14:00～17:00
- 講師 真鍋 正彦(春駒亭店主)
- 参加料 2,000円(材料費込み)
- 定員 16人(先着順)
- 持参するもの エプロン、米1合
- 申込方法 電話にて申込み
- ところ・問い合わせ・申込先 きらら交流館(☎88-0200)



## 西部工業株式会社の進出決定 小野田・楠企業団地

### SCENE 1



〈写真左から、白井市長、金子企業立地統括監、増野代表取締役〉

**小**野田・楠企業団地へ西部工業株式会社の新事業所の進出が決定し、8月26日、市役所で進出協定調印式が行われました。同社は、ボイラータービンなどの機械の整備を生業として昭和35年、現在の本社がある西高泊で創業し、近年では、自動車関連部品製造用機械の設計・製作を主力としています。当団地への進出は、同社のさらなる事業拡大に対応するため、現在の本社社屋を移転・拡張するものです。操業開始は来年1月を予定しています。

■西部工業株式会社  
〈本社〉山陽小野田市  
大字西高泊1275番  
〈代表者〉代表取締役 増野 淳年

### SCENE 2

## めざせ自己ベスト！ 市民体育大会(水泳競技)

**8**月19日、市民プールで市民体育大会(水泳競技)が行われました。自由形や平泳ぎ、板キック(ビート板)などの競技が行われ、自己ベストの更新を狙って懸命に泳ぐ人、25mを泳ぎ切り、笑顔を見せる子どもたちなど、それぞれの目標に向かってがんばる姿がありました。



### SCENE 3

## 夏休みエコ工作体験 地球に何がおこっているの？

**夏**休みエコ工作体験が8月22日、日産化学工業(株)小野田工場で行われました。工場内にあり化学遺産にも認定されている塩酸吸収塔などの施設を見学した後、地球温暖化防止について学び、ペットボトルやモーター、LEDランプなどを使って風力発電機をつくりました。

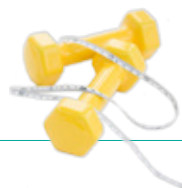
## ◎年越しスリム教室の受講生を募集します

年末年始を含めてあなたの毎日の生活習慣を振り返り、日常に運動を取り入れる生活を身につけませんか？

- 対象** 市内在住の40歳以上75歳未満で、日常生活（運動や食習慣）を改善したいと思っている人（昨年度の受講者を除く）
- 日程** 時間は9:30～11:30（③は14:00まで）

①	10月14日(水)	開講式 オリエンテーション 講話「生活習慣病について」「上手な食品の選び方」
②	10月28日(水)	講話「運動の実際」 運動実習(1) ストレッチ・ウォーキング
③	11月11日(水)	運動実習(2) ウォーキング（おのだサンパークまでの往復） 食事バイキングを活用した昼食の選び方
④	12月9日(水)	運動実習(3) 家庭でできる筋力トレーニング
⑤	1月13日(水)	運動実習(4) 楽しく体を動かそう
⑥	1月20日(水)	座談会、個別相談 閉講式

- ところ** 小野田保健センター
- 参加料** 無料（③の昼食代は実費負担800円程度）
- 定員** 30人（先着順） ●**申込期限** 10月2日(金)
- 申込方法** 窓口または電話にて申込み
- 問い合わせ・申込先** 健康増進課



## 【すくすく相談】（母子健康手帳持参）

- 対象** 乳幼児とその保護者
- 内容** 乳幼児の身体計測、育児相談、栄養相談

## ■小野田保健センター

○とき 9月24日(木) 9:30～11:15

## ■仮設山陽総合事務所

○とき 10月1日(木) 9:30～11:15

## 【すくすくベビーサークル】

- 対象** 0歳～1歳3か月児とその保護者

## ■小野田保健センター

○とき 9月24日(木) 10:00～11:30

○**内容** 色画用紙で作る「パタパタ絵本」

【マタニティスクール】

- 対象** 妊婦とその夫（家族も参加可）

●**ところ** 小野田保健センター

## ■2人で楽しくクッキングコース

○とき 10月4日(日) 9:30～12:30

○**内容** 歯科保健と栄養等に関する講話、調理実習、妊婦体験

○**持ってくるもの** 母子健康手帳、エプロン、材料費1人400円

## 【はつらつウォーキング】

- 対象** 4km程度のウォーキングが可能な人

●**とき** 10月9日(金) 10:00～13:30

●**集合場所** 仮設山陽総合事務所(9:45集合)

●**行程** JR厚狭駅→JR厚保駅→JR厚保駅周辺(ウォーキング)→JR厚保駅→JR厚狭駅

●**参加料** 500円 ●**定員** 80人(先着順)

●**申込期限** 10月2日(金)

●**申込方法** 窓口または電話にて申込み

●**問い合わせ・申込先** 健康増進課

## 【健康相談】（健康手帳持参）

## ■仮設山陽総合事務所

○とき 9月15日(火) 9:30～11:30

○**内容** 血圧・体重・体脂肪測定など

## 【小野田医師会 健康ミニ講座】

●**とき** 9月17日(木) 14:00～15:00

●**ところ** 中央図書館

●**演題** 「こころの健康・うつ病」

●**講師** 土屋 健（山口労災病院精神科医師）

●**聴講料** 無料 ●**定員** 80人(先着順)

●**問い合わせ先** 健康増進課

休日や平日夜間に急に体の具合が悪くなったら…？ 次の医療機関で受診できます。

山陽小野田市急患診療所 【一次診療所】 旭町(小野田保健センター併設) ☎ 84-3632	内容	開設日	診療時間
	平日夜間 内科(中学生以上)	月～金(祝日を除く)	19:00～22:30
	小児科休日 小児科	日曜日・祝日	9:00～12:00 13:00～17:00

休日応急 担当医	小野田医師会 (9:00～17:00)		厚狭郡医師会 (9:00～17:00)
	内科	外科	
▶ 9/ 6(日)	小野田ライフケアクリニック 高栄一丁目 ☎ 81-0188	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	扶老会クリニック 宇部市船木逢坂 ☎ 67-1167
▶ 9/13(日)	いのうえ内科 須恵一丁目 ☎ 81-1158	瀬戸病院 稲荷町 ☎ 83-2292	田中としろう眼科 今市 ☎ 71-1046
▶ 9/20(日)	早川内科医院 須恵西 ☎ 88-0008	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	紫苑リハビリ内科クリニック 本町四 ☎ 71-1300
▶ 9/21(祝)	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	河村医院 寝太郎町二 ☎ 72-0270
▶ 9/22(休)	長沢病院 中央一丁目 ☎ 83-3000	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221	吉武医院 常盤町 ☎ 72-1110
▶ 9/23(祝)	中村内科胃腸科医院 日の出四丁目 ☎ 84-3131	岡野整形外科クリニック 高須 ☎ 83-0062	博和会みみはなのど内科クリニック 加藤上 ☎ 72-3387
▶ 9/27(日)	生協小野田診療所 掃山一丁目 ☎ 84-2533	井上医院 新生二丁目 ☎ 81-1213	耳鼻咽喉科伯野医院 寝太郎町二 ☎ 73-0059
▶ 10/ 4(日)	伊藤医院 千代町一丁目 ☎ 83-2009	森田病院 赤崎二丁目 ☎ 88-0137	あいべ内科クリニック 宇部市船木茶屋 ☎ 69-2678

### 【大変なときこそ 体と心を大切に】

国は毎年、自殺に対する誤解や偏見をなくし、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、またサインに気づいたときの対処方法等について理解してもらうことを目的に、9月10日の「世界自殺予防デー」から16日までの1週間を「自殺予防週間」としています。身近にいる人が「いつもと違うな」と感じたら、早めの相談または医療機関への受診を勧めてください。

また、市では、市内の事業所や自治会等に向いて、自殺やうつ病等、こころの健康に関する健康教育を行っています。ご希望の団体は、健康増進課までご連絡ください。

#### ●周囲の気づく変化

- ・以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ・体調不良の訴えが多くなる
- ・仕事や家事の能率が低下しミスが増える
- ・周囲との交流を避けるようになる
- ・遅刻、早退、欠勤(欠席)が増える
- ・趣味やスポーツ、外出をしなくなる
- ・飲酒量が増える

#### ●こころの健康相談窓口

健康増進課 (☎ 71-1814)  
宇部健康福祉センター (☎ 31-3200)

### 【糖尿病予防教室】

糖尿病に関する正しい知識を身につけ、糖尿病を予防しましょう。

- 対象 40～70歳の人で、特定健診の結果、血糖値の値が100～125mg/dlに該当し、糖尿病の通院歴がない人、または糖尿病予防に関心がある人

#### ●日程

- ① 10月 7日(水) 9:30～11:30  
講話「糖尿病について」、  
「糖尿病患者の食事療法」
- ② 10月 21日(水) 9:30～11:30  
講話「血糖値改善のための食事」
- ③ 11月 4日(水) 9:30～13:00  
座談会「食事、生活記録をもとに生活習慣を振り返って」、調理実習
- ④ 11月 18日(水) 9:30～11:30  
講話・実技「血糖値改善のための運動」

- ところ 小野田保健センター
- 参加料 無料(③の調理実習費用負担400円)
- 定員 20人(先着順)
- 申込期限 10月2日(金)
- 申込方法 窓口または電話にて申込み
- 問い合わせ・申込先 健康増進課





## Welcome to Asa ようこそ厚狭小へ ～世界スカウトジャンボリー地域プログラム～

8月6日、軽快な音楽が流れ、たくさんの拍手の中、台湾、リヒテンシュタイン、エクアドル、イギリスのスカウトがフラワーアーチをくぐり、体育館へ入場しました。厚狭小学校での世界スカウトジャンボリー地域プログラムの始まりです。日本の伝統文化を楽しんでもらおうと、6年生と学校支援ボランティアのみなさんが、和楽器の演奏をバックに「さくら」を合唱しました。その後、スカウトには手作りのミニ尺八が手渡されたほか、琴や三味線の体験コーナーなどで、吹いたり、はじいたりしてその音色を楽しんでいました。その後、6年生とスカウトのみんなで輪になり、真っ白なうちわに夏らしい和風柄の絵付けをし、会場中に楽しい会話が広がっていました。あつという間に時間が過ぎ、子どもたちが見送る中、スカウトはたくさんの思い出とお土産のうちわを手に、厚狭小学校を後にしました。外国の方と楽しくふれあうことができた貴重な体験となりました。



【問い合わせ先】学校教育課 (☎ 82-1201)

# 観光ガイド 山陽小野田 検定クイズ

わがまち「山陽小野田」のことをみなさんはどれだけ知っているか、問題にチャレンジしてみてください。

Q75

女子教育の先駆者である毛利勅子。その勅子とともに厚狭高等学校の前身となる船木女兒小学を創設した人物は、次のうち誰でしょうか？

- ①兼重 慎一 ②毛利 広鎮  
③笠井 順八

Q76

糸根地区公園にある市指定文化財「糸根の松原」。この松の種類は、次のうちどれでしょうか？

- ①アカマツ ②クロマツ  
③ゴヨウマツ

※解答と解説は10月1日号に掲載します。

前回の解答と解説

### A73. ③最南端

本山岬は本市の最南端にある岬です。岬にある奇岩の間からは、趣のある落陽を見ることができます。

### A74. ③たこつぼ

松井製陶所は、昭和6年(1931年)に創立され、当初は、主にたこつぼが生産されていました。現在は、主に梅の小つぼが生産されています。

山陽小野田観光協会 (観光課内 ☎82-1151)

## 市民病院 ニュース



### ドクターの取り扱う主な疾患等の紹介【内科】【外科】 ～親しみやすく思いやりのある医療を～

【内科】

- ◎時山 裕 消化器疾患全般  
◎松田 崇史 消化器疾患全般  
◎水永 裕子 各消化器臓器に関する疾患、ウイルス性肝炎・肝硬変等の肝臓疾患

【外科】

- ◎藤岡 頭太郎 胃がん、大腸がん、直腸がん、胆石症、乳がん、肺がん、閉塞性動脈硬化症、痔核、腹部大動脈瘤、消化管穿孔、

深部静脈血栓症、下肢静脈瘤、鼠径ヘルニア、大腿ヘルニア、腹壁癒痕ヘルニア、急性虫垂炎、腸閉塞

- ◎大樂 耕司 乳がん、肺がん、気胸、食道がん、胃がん、大腸がん、直腸がん、胆石、痔核、動脈瘤、閉塞性動脈硬化症、ヘルニア  
◎尼崎 陽太郎 乳がん、肺がん、気胸、消化器がん、胆石、虫垂炎、痔核、ヘルニア、下肢静脈瘤

山陽小野田市民病院 ☎ 83-2355 <http://www.city.sanyo-onoda.lg.jp/site/shiminbyoin/>



浜五挺唐樋  
大字西高泊字浜



# 【まち再発見 89】

はまごちようからひ  
国指定文化財 浜五挺唐樋

高泊地区の当嶋八幡宮参道の下にある「浜五挺唐樋」は、寛文8年（1668年）に作られた高泊開作400町歩（ヘクタール）の排水用樋門で、岩盤を切り抜いて造られたことから切貫唐樋とも呼ばれています。唐樋とは、干満を利用して開閉する樋門のことで、満潮の時は潮の圧力によりまねき戸が閉まり、干潮の時は遊水池のためまり水の圧力によりまねき戸が開き、排水します。最初は、三枚の招き戸で開閉していた三挺樋でしたが、排水能力を上げるために、安政4年（1857年）に五挺樋に拡張され、平成元年（1989年）まで使われていました。浜五挺唐樋は、当時の優れた工法を今に伝える貴重な遺構で、平成8年（1996年）3月には、「周防灘干拓遺跡高泊開作浜五挺唐樋」の名称で国の史跡に指定されました。

## 「簡単さつま揚げ風」

～野菜たっぷり塩分控えめ、ごぼうの歯ごたえがアクセントに～

今月のおすすめ料理



### 材料（4人分）

豚ひき肉	200g	しょうゆ	小さじ1/2
ごぼう	80g	酒	大さじ1/2
にんじん	80g	片栗粉	大さじ1
しいたけ	40g	揚げ油	適量
玉ねぎ	80g	大根	250g
「卵	1個	青じその葉	4枚
A しょうが汁	小さじ1/2	ネギ三味	少々
I 塩	小さじ1/2		

【1人分栄養価】エネルギー291kcal／たんぱく質12.2g／脂質21.0g／塩分0.8g

作り方

- ①ごぼうは皮を軽くこそぎとり、3cm長さの千切りにして水にさらし、水気をきっておく。にんじんは3cm長さの千切りにする。しいたけは石づきをとり、薄切りにする。玉ねぎは薄切りにする。
- ②ボールに豚ひき肉とAを入れて、粘りが出るまで混ぜる。
- ③②に①を加え、よく混ぜる。8等分に分けて、小判型にする。
- ④揚げ油を170℃に熱し、③をきつね色になるまで揚げる。
- ⑤④を盛り付け、青じその葉、すりおろした大根を添え、小口切りにしたねぎを散らす。

健康増進課監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会（有帆校区担当）



食事バランスガイド

今回の料理は“副菜2つ、主菜1.5つ”に該当します。

みなさんの暮らしを守ります！



# こちら消防 119

## その 119 番は、緊急ですか？

山陽小野田市管内では、救急車で搬送された人のうち、約 4 割が入院の必要がない軽症者です。救急は 1 分 1 秒を争います。これでは、本当に救急車を必要とする事故が発生した場合、最寄りの消防署に救急車が待機していない状態となる恐れがあり、救急現場に到着する時間が長くなってしまいます。



救急車を適正に利用しましょう

### ◎病院の選定

「どこの病院に行けばいいの？」といった場合は、下記にお問い合わせください。

- やまぐち医療情報ネット  
www.qq.pref.yamaguchi.lg.jp/
- 消防局情報指令課 (☎ 21-2866)

### ◎移動の手段

定期的な通院等でタクシー代わりに救急車を利用しないでください。

- 公共交通機関を利用する
- 傷病者が歩行可能で家族等が付き添える場合は、タクシー等の利用を考慮する

迷った場合は



緊急に医療機関へ搬送しなければならないと判断した場合は、迷わず 119 番通報し、救急車を要請してください。

宇部・山陽小野田消防局警防課 (☎ 21-6113)



# 子育て 情報ナビ

発達が気になるお子さんのために

## ことばの教室幼児部〈無料〉

話し方に違和感がある、発音が気になる等、言葉の面で心配される子どもたち一人ひとりに応じた指導や相談を行っています。

◎対象 小学校就学前の幼児

※利用日時および利用方法等、詳しくはお問い合わせください。

◎問い合わせ先 ことばの教室幼児部

小野田小学校内 (☎ 83-2066)

厚狭小学校内 (☎ 72-0049)

## 未熟児養育医療

身体の発育が未熟な状態で生まれたお子さんが、指定医療機関において入院養育を受ける場合に、その養育に要する医療費を公費で負担する制度です。世帯の所得に応じて、一部自己負担金が必要です。

◎対象

出生時体重が 2,000g 以下、または生活力が特に薄弱で一定の症状を示し、医師が入院養育を必要と認める乳児(満 1 歳未満)

◎給付内容

診察、薬剤または治療材料の支給、医学的処置・手術およびその他の治療、入院費

◎申請方法

指定医療機関から交付された養育医療意見書を受領後、必要書類を添えて提出  
※申請が遅れると承認できない場合がありますので早めに申請しましょう。

◎問い合わせ先・提出先 こども福祉課

こども福祉課 (☎ 82-1175)



【問い合わせ先】

環境衛生センター ☎ 83-3651

## ■古着・布類の出し方

背広、カッターシャツ、トレーナー、ジーパンなどの「古着・布類」は、油をふき取るウエス(雑巾)として再利用されます。ファスナーなどの金属は取り外さず、ひもではばるか透明なビニール袋に入れて出してください。

セーター、フリース、革ジャン、ウインドブレーカーなどの油を吸収しにくいものは、ファスナーなどの金属を取り外して、「燃やせるごみ」として出してください。取り外せない場合は、「燃やせないごみ」として出してください。

資源ごみ売却収入

7 月分

4,147,525 円

平成 27 年度累計

19,327,351 円


指定ごみ袋手数料収入

1,315,440 円

6,006,403 円

困りごと・悩みごとの相談に応じています。  
相談は、お住まいの地区にかかわらずどの会場でも受けられます。

相談名	ところ	問い合わせ先	とき
▶ 司法書士による法律相談	生活安全課	☎ 82-1133	14日(月) 9:00~11:00 ※8:40~8:50受付・抽選 (定員12人・先着順ではありません)
▶ 弁護士による法律相談	生活安全課	☎ 82-1133	28日(月) 13:00~16:30 ※12:20~12:30受付・抽選 (定員10人・先着順ではありません)
▶ 行政相談	山陽総合福祉センター 生活安全課	☎ 0570-090110 (山口行政評価事務所)	9日(水) 9:30~12:00 16日(水) 10:00~12:00
▶ 人権相談	人権・男女共同参画室 山陽総合福祉センター	☎ 82-1137 (人権・男女共同参画室)	8日(火) 9:30~12:00 9日(水) 9:30~12:00
▶ 心配ごと相談	赤崎公民館 高千帆福祉会館 山陽総合福祉センター 埴生公民館 厚陽公民館	☎ 83-2344 (社会福祉協議会)	7日(月)・25日(金) 9:00~12:00 7日(月)・25日(金) 9:00~12:00 2日(水)・9日(水) 9:00~12:00 16日(水) 9:00~12:00 30日(水) 9:00~12:00
▶ 家庭児童相談	こども福祉課	☎ 82-1175	毎週月~金曜 8:30~17:15 ※平日夜間・土・日・祝日は 中央児童相談所(☎083-922-7511)で受付
▶ 教育相談	小野田児童館 山陽勤労青少年ホーム	☎ 84-5416 ☎ 71-1681	毎週月曜 14:00~16:00(祝日を除く) ※心の支援室(☎82-1188)で予約を受け付けて いますが、当日直接来られても構いません。
▶ 交通事故相談	厚狭幹部交番	☎ 84-0110 (山陽小野田警察署)	毎週月・水・木曜 9:00~15:00(祝日を除く) ※電話予約が必要です。
▶ 市民相談	生活安全課	☎ 82-1133	毎週月~金曜 8:30~17:15(祝日を除く)
▶ 消費相談	消費生活センター	☎ 82-1139	毎週月~金曜 8:30~17:15(祝日を除く)
▶ 福祉相談	中央福祉センター 山陽総合福祉センター	☎ 83-2050 ☎ 72-1813	毎週月~金曜 8:30~17:15(祝日を除く)



全国一斉 「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

◎実施期間：9月7日(月)~13日(日)

高齢者や障がい者に対する暴行、虐待などが依然として数多く発生しています。期間中、高齢者や障がい者をめぐる様々な人権問題で悩んでいる人からの相談の受付時間を延長し、土・日曜日も受け付けます。相談は無料です。

岡山県人権擁護委員会 (☎ 083-922-2295)

【相談電話番号(全国统一番号)】

☎ 0570-003-110

受付時間 平日 8:30 ~ 19:00  
土・日曜日 10:00 ~ 17:00

秘密は厳守しますので、お気軽にお電話ください。

ヤングテレホンさんようおのだ

☎ 84-2000

受付日時/毎週(月)~(金) 8時30分~17時 (土・日・祝日は留守番電話で対応します) ✉ [youngtel@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:youngtel@city.sanyo-onoda.lg.jp)

気軽に相談ください(いじめ、不登校、友人関係、家族関係、性の悩み、子育て等)

# さんようおのだ 9月のカレンダー



カレンダー内の記号

◇…相談日  
○…その他

♥…健康だより  
回…今号の掲載ページ

♫…イベント



山陽オート本場開催日

外：場外発売

	1 火 ◇敬老お祝いセール ～30日 回 外	2 水 ◇心配ごと 回 ♥3歳6か月児 (仮設山陽総合事務所) 外	3 木 ♥すくすく相談・ ベビーサークル (仮設山陽総合事務所) 外	4 金 外	5 土 ♫ファミリー・ティー タイムコンサート (不二輸送機ホール) 外	
6 日 ♫認知症啓発イベ ント(市民病院) ♫市民文化祭 「川柳大会」(市民館) 外	7 月 ◇心配ごと 回 外	8 火 ◇人権 回 外	9 水 ◇行政・人権・心配 ごと 回 外	10 木 ♫おんがくであそぼう (不二輸送機ホール) 外	11 金 ♫特別展「幕末の女 と男 山陽小野田編」 第2弾～11/1 回 ♥1歳6か月児 (小野田保健センター) 外	12 土 外
13 日 ♫街なかフリーマー ケット(小野田駅前 中通り) 外	14 月 ◇司法書士による 法律相談 回 外	15 火 ♥健康相談 回 外	16 水 ◇行政・心配ごと回 外	17 木 ♥小野田医師会 健康ミニ講座 回 外	18 金 ♥育児学級 (小野田保健センター) 外	19 土 ○敬老会 回 ♫米倉斉加年遺作 原画展～30日 (不二輸送機ホール) 外
20 日 ♫市民文化祭 「市民音楽祭歌謡 部門」(市民館) 外	21 祝 ○敬老会 回 ○秋の全国交通安 全運動～30日 【下段】 外	22 休 外	23 祝 外	24 木 ♥すくすく相談・ ベビーサークル 回 外	25 金 ◇心配ごと 回 ♥3歳6か月児 (小野田保健センター) 外	26 土 ○庭木の手入れ・病 害虫管理講習会 回 ○交通安全フェスタ 【下段】 外
27 日 外	28 月 ◇弁護士による 法律相談 回 外	29 火 外	30 水 ◇心配ごと 回 ○固定資産税 (第3期)納期限 外	1 木 ♥すくすく相談 回 外	2 金 外	3 土 ♫男女共同参画事業 「女性の日」講演会回 外
4 日 外	5 月 外	6 火 外	7 水 外	<b>市議会定例会日程のお知らせ</b> 9月1日(火)～28日(月)〈予定〉 一般質問は9月14日(月)・15日(火)・16日(水)・ 17日(木)の予定です。 問議会事務局 (☎ 82-1182)		

pick up!

## 秋の全国交通安全運動

～ 住みよい山口 いつも心に 交通安全 ～  
期間：9月21日(祝)～30日(水)

重点目標

- 子どもと高齢者の交通事故防止
- 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止  
(特に、反射材用品等の着用の推進  
および自転車前照灯の点灯の徹底)
- 後部座席を含めた全ての座席の  
シートベルトとチャイルドシート  
の正しい着用の徹底
- 飲酒運転の根絶
- スピードダウンの推進 (県重点)



### 交通安全フェスタ

- ◆とき 9月26日(土) 13:30～
- ◆ところ 市民館 (入場無料)
- ◆内容 交通安全ポスター・作文表彰式、  
警察音楽隊・高千帆マーチングバンド・  
須恵小学校金管バンド合同演奏、ミニ白  
バイ展示、白バイ制服試着(子ども用)等

〈問い合わせ先〉生活安全課 (☎ 82-1133)