

人と出会い支え合い自然とふれあう 活力ある住み良さ創造都市

# さんようおのだ

広報  
No.271  
2016  
7.1



パラリンピック 金メダルを目指して

パラサイクリング練習合宿 (山陽オートレース場)



# 目 次 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
さんようおのだ 2016 夏のイベント!	4
トピックスさんようおのだ	5
知っておきたい障がい福祉制度 など	
情報ひろば	6
寝具乾燥洗濯消毒サービス など	
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
7月のカレンダー	裏

## 表紙の説明



6月14日から18日の5日間、リオパラリンピック日本代表候補選手のparaサイクリング練習合宿が、山陽オートレース場で行われました。15日には、埴生中学校の全校生徒が人権教育の一環として応援に訪れ、スピード感あふれる走りを見たり、選手に競技用の自転車について質問をしたりして、ふれあいました。

その後行われた壮行会では、生徒から記念品と花束が贈られ、選手からは「金メダルをとってきます!」と力強いメッセージをいただきました。金メダル目指してがんばってください!

### サポート寄附 (ふるさと納税)

累計【705件】**29,160,000円**  
(6月23日現在)

人のうごき	(5月末現在)	
	世帯	28,819世帯 (+2)
	人口	64,112人 (-20)
	男	30,313人 (-17)
女	33,799人 (-3)	
		※( )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



### ■ ふるさと納税について

市内には多くの公共施設がありますが、その半数以上が建設から30年以上経過しています。将来的にこれらの施設を更新していく必要がありますが、人口減少や高齢化に伴い税収が伸び悩む中、これらを賄う財源の確保は頭の痛い問題です。また、人口減少をどう食い止めるか。こうしたまちづくりの基本にかかわる財源の確保についても、同様に、ふるさとの未来のために自ら考え、汗を流すことが求められています。この4月から「企業版ふるさと納税」が始まり、これまでの損金算入に加え、さらに寄附額の30%が税額控除されることになりました。先日、全国市長会で上京の折、都内の本社を担当の職員と一緒に回りましたが、「まだまだ頑張らねば。」これが実感でした。一方、「個人版ふるさと納税」では返礼品のお届けが始まりました。市外から通勤しているみなさん、あなたも「ふるさと納税」にご協力していただけませんか。

### ■ 厚狭地区複合施設の近況

厚狭の複合施設が完成して4か月が経過しました。これまでの保健センターに加え、新設の総合事務所・図書館・公民館・体育館を旧総合事務所跡の1か所に複合化した施設ですが、利用者の評判も大変良く、苦勞した職員も喜んでます。たとえば厚狭図書館では、昨年度と比較すると、来館者数で約80%、貸出数で約20%も伸びています。恒例の中庭でのふるさと納涼祭も楽しみです。

### ■ 山陽オートレース場から

パラサイクリングのリオ五輪代表合宿が行われ、

市民の歓迎に監督以下、選手のみなさん大変喜んでくれました。「次の東京五輪に向けても、また合宿に来ます。」監督の嬉しい別れのご挨拶でした。

### ■ 御船町への支援を続けています

本市は熊本地震直後、下水道調査、被災宅地危険判定、給水活動、検索救助のため、関係職員を緊急派遣しました。山口県は熊本地震で被災した市町村のうち御船町への支援を割り当てられ、本市からも、5月の連休からは2名1組で派遣を続けており、派遣職員も貴重な体験を得たようです。たとえば、

#### ① 支援物資配給所に従事した職員

- 食料の賞味期限を考慮しつつ、同じメニューを続けて出さない工夫が必要
- 数百人が短時間に受け取れるよう配付順序や職員配置が必要
- 高齢者用のオムツが多く必要

#### ② 避難所運営に従事した職員

- 避難所内の区割りの設置
- 衛生管理の徹底
- 避難者の人数・氏名などの把握
- 不審者への対応
- みんなの健康管理に配慮

#### ③ リ災証明書発行に従事した職員

- 手続きのマニュアルが不可欠
- 住民への周知方法の工夫が必要
- リ災証明書の申請書に添付する写真の撮り方を予め十分指導することが必要

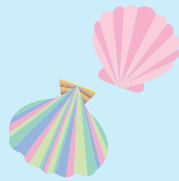
こうした経験は、本市での万一の場合に役立ててもらえそうです。

# 夏 さんようおのだ のイベント 2016

## 7/17 やけの美タフェスタ2016

9:00～16:00 (小雨決行)  
きららビーチ焼野

- ビーチ・ドッジボール大会〈競技開始 10:00～〉
- 宝さがし〈受付 10:30～〉  
定員：200人(先着順)  
参加料：200円
- 長靴飛ばし〈受付 11:00～〉  
定員：60人(先着順)  
参加料：200円
- 各種バザー〈10:00～16:00〉



●ステージイベント  
竜王太鼓、園児ダンス、  
バンド演奏 ほか  
園やけの美タフェスタ  
実行委員会  
(☎ 090-2294-3721 山田)

お楽しみ抽選会(無料)も  
あるよ!



## 7/25 第84回 厚狭花火大会

20:00～21:00  
(雨天の場合は26日火)

厚狭川河畔  
(JR厚狭駅から徒歩10分)

- 子どもみこし
- 福引大会 17:00～
- 各種バザー

※ご来場の際は、公共交通機関  
をご利用ください。

岡山陽商工会議所  
(☎ 73-2525)

JR美祿線に乗って  
会場へ行くぞう!

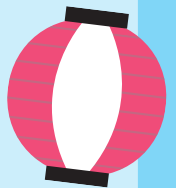


## 7/±30 第25回 ちょうちんセタフェスティバル

18:00～21:00 (雨天中止)  
小野田駅前ロータリー周辺

- ステージイベント  
レインボーラブバンド演奏 ほか
  - ちんどん屋 ●各種バザー
- ※ご来場の際は、公共交通機関を  
ご利用ください。

岡山小野田駅前商店街振興組合  
(☎ 83-1403 町田)



## 7/±23 第22回 ザ・アドベンチャーワールド

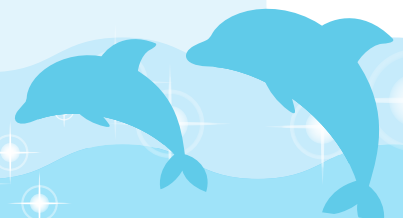
9:00～12:00 (雨天決行)  
江汐公園〈管理棟・どんぐりの森〉

- カブトムシの採集と飼育講習
  - 夏休みの工作教室  
水てっぽう作り、  
竹・小枝工作
  - お楽しみイベント  
景品が当たるじゃんけん大会 ほか
- 岡山江汐公園管理棟 (☎ 83-5378)

カブトムシの採集が  
できる服装で参加してね!



楽しいイベント  
もりだくさん!!



知  
っ  
て  
お  
き  
た  
い  
障  
が  
い  
福  
祉  
制  
度

## ◎ NHK放送受信料の免除

障害者手帳をお持ちの人でNHK放送受信料免除基準に該当する場合は、受信料の免除を受けることができます。障害福祉課、または山陽総合事務所市民窓口課に申請書を備えていますので、障害者手帳と印判を持参してください。

### ◎全額免除

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを所持し、世帯全員が市民税非課税の場合

### ◎半額免除

次のいずれかに該当する手帳を所持する人が世帯主であり受信契約者である場合

- 身体障害者手帳 1 級または 2 級

- 視覚障がい、または聴覚障がいの記載がある身体障害者手帳
- 療育手帳 A
- 精神障害者保健福祉手帳 1 級

### 放送受信料に関するお問い合わせ

専用のナビダイヤルをご利用ください。

NHKふれあいセンターナビダイヤル

☎ 0570-077-077

- 受付時間 9:00 ~ 20:00  
(土・日曜日・祝日も受付)
- ※ 12月30日 17:00 ~ 1月3日はご利用できません。
- ※ 固定電話からは、全国どこからでも市内通話料金でご利用できます。

〈問い合わせ先〉 障害福祉課 (☎ 82-1170) 山陽総合事務所市民窓口課 (☎ 71-1514)  
NHK 山口放送局 (☎ 083-921-3737)

後  
期  
高  
齢  
者  
医  
療  
制  
度  
の  
歯  
科  
健  
康  
診  
査

## ◎健康なお口で、いつまでも楽しくおいしい食事を！

山口県後期高齢者医療広域連合では、歯や歯肉の状態および口腔清掃状態などをチェックし、口腔機能の低下を防ぐことを目的に、歯科健康診査を実施します。

この機会にご自身の「お口の健康」について確認しましょう。

◎対象 平成 27 年度中に、75 歳を迎え被保険者資格を取得した人、または、障害認定により新たに被保険者資格を取得した人

◎受診期限 平成 28 年 12 月 31 日(土)

◎実施機関 6 月末に郵送した歯科健康診査受診券と同封の一覧表に記載

### ◎健診項目

口腔状態 (虫歯や歯周病の有無等)、噛む力、舌の動き、のみこむ力

◎自己負担金 300 円

### ◎持参するもの

歯科健康診査受診券、同封の質問票、後期高齢者医療被保険者証

※ 歯科健康診査受診券をなくした場合は、国保年金課 (☎ 82-1209) で再交付申請を行ってください。後日、郵送します。

### 8020 (ハチマルニイマル) 運動

80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保っていれば、ほとんどの食物を噛むことができ、おいしく食べられます。歯の喪失は、食生活に大きな支障をきたし、健康にも影響を与えます。生涯を通じて豊かな食生活を送れるように歯を大切にしましょう。



〈問い合わせ先〉 山口県後期高齢者医療広域連合業務課 (☎ 083-921-7112)



## お知らせ



### 寝具乾燥洗濯消毒サービス

衛生的な在宅生活を送ることができるよう、委託業者が寝具類を回収し、クリーニングを行った後、配送します。

#### ●対象

市内在住の65歳以上のひとり暮らし、または高齢者のみの世帯の人で、身体上または精神上の障がいがある等の理由により、自らが使用する寝具類の在宅での衛生管理を行うことが困難と認められる人

#### ●内容

寝具類の水洗い、乾燥、消毒(1人につき上下布団各1枚、毛布2枚、シーツ2枚、こたつ布団各1枚まで)

#### ●費用負担(1枚あたり)

布団248円、毛布58円、シーツ23円

※配送までの間、寝具を貸し出します。(1枚23円)

#### ●申込期限 7月20日(水)

#### ●申込方法

高齢福祉課、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申請書に記入し提出

#### ●問い合わせ先

高齢福祉課 (☎ 82-1173)

### 国民健康保険 高齢受給者証の更新

現在お持ちの高齢受給者証の有効期限は、7月31日です。新しい受給者証は7月中旬に郵送します。8月以降は、新しい受給者証を保険証と一緒に医療機関等の窓口に表示してください。負担割合は所得に応じて2割または3割負担となりますが、2割負担の人で昭和19年4月1日以前に生まれた人は、国の軽減特例措置により1割負担となります。

#### ●対象

70歳から74歳までの国民健康保険加入者

#### ●問い合わせ先

国保年金課 (☎ 82-1179)

### 後期高齢者医療 被保険者証の更新

現在お持ちの被保険者証(緑色)の有効期限は、7月31日です。新しい被保険者証(オレンジ色)は7月下旬に簡易書留で郵送します。8月以降は新しい被保険者証を医療機関の窓口に表示してください。有効期限の切れた被保険者証は、返却の必要はありませんので、各自で処分してください。

#### ●問い合わせ先

国保年金課 (☎ 82-1209)

### 防火スケッチ大会



●対象 市内または宇部市に居住・通園・通学する児童(低学年以下は保護者同伴)

#### ●とき

8月5日(金) 9:10～11:30

※雨天の場合は中止します。

●ところ 小野田消防署

※詳しくは消防局ホームページをご覧ください。

●参加料 無料

●持参するもの スケッチ用具等  
※画用紙は主催者側で用意します。

#### ●問い合わせ先

宇部・山陽小野田消防局予防課  
(☎ 21-7599)

### ノルディック・ウォーク講習会

#### ●とき

8月6日(土) 9:00～11:00

●集合場所 江汐公園管理棟

#### ●講師

原田 尚子(全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員)

●参加料 400円(保険料含む)  
※小中学生は200円、小学生未満は50円、会員は無料です。

●持参するもの 手袋、ポール(持っている人)、雨具(雨天時)

●申込期限 7月30日(土)

●申込方法 電話にて申込み

#### ●問い合わせ・申込先

「すげえちゃ・高泊」事務局  
(☎ 84-1065 高橋)

【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。

**60歳から楽しくパソコン**  
同じことを100回聞かれても  
(^^)笑顔でお答えいたします

▼対象▼ キーボードもマウスも初めての方・一から習いたい方  
何歳でもチャレンジの気持ちがあればOK! 自分のペースですすめます  
パソコンはお持ちでなくてもOK

できるかどうか!? やって見なくちゃわからない!  
シニア・初心者向け **0836-84-5560**  
パソコン教室ミックス 山陽小野田市日の出2-7-12 タケタ園ビル2F

## 夏の交通安全県民運動

～住みよい山口 いつも心に 交通安全～

期間：7月11日(月)～20日(水)

- 【重点目標】
- ・子ども、高齢者の交通事故防止
  - ・自転車の安全利用の推進
  - ・シートベルト等の着用の徹底
  - ・スピードダウンの推進
  - ・飲酒運転の根絶

交通ルールを守ろう!



交通安全課 (☎ 82-1133)

## 毎月勤労統計調査特別調査

厚生労働省と山口県では、常用労働者数1～4人の事業所を対象に、7月31日現在で給与・労働時間・雇用などの調査を実施します。県知事が任命した調査員が7月中旬から8月下旬にかけて、調査対象地区内の事業所に伺いますので、ご協力をお願いします。

### ●調査対象地区

「大字郡」地区の一部

### ●問い合わせ先

県統計分析課

(☎ 083-933-2654)

## バスの車内事故防止 キャンペーン

山口県バス協会では、バス車内での事故を防止



するため、7月に「車内事故防止キャンペーン」を実施します。

バスの走行中は席を離れず、バスが停留所で止まってから席を立ちましょう。

また、運転中にやむを得ず急ブレーキをかけることがあります。つり革や握り棒にしっかりとおつかまりください。

### ●問い合わせ先

山口県バス協会

(☎ 083-922-5031)

## 募集・試験

### 宇部・山陽小野田消防組合 消防吏員採用試験

●対象 昭和61年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、採用後に宇部市または山陽小野田市に居住できる人

●募集人数 8人程度

●第1次試験日

9月18日(日) 9:20～

●受付期限

8月12日(金) (消印有効)

●受験申込書の配布場所

宇部・山陽小野田消防局総務課、各消防署および各消防出張所

※受験申込書は消防局ホームページからもダウンロードできます。

●問い合わせ・提出先

宇部・山陽小野田消防局

(☎ 21-6112)

### 山口県職員採用試験

■警察官(男性・女性)A試験

■警察官(男性・女性)B試験

○第1次試験日 9月18日(日)

■短大卒業程度試験

■高校卒業程度試験

○第1次試験日 9月25日(日)

■身体障害者採用選考

○第1次選考日 10月1日(土)

●受付期間

7月8日(金)～8月26日(金)

●問い合わせ・提出先

県人事委員会事務局

(☎ 083-933-4474)

### 自衛官採用試験・募集説明会

■自衛官候補生(陸・海・空)

■一般曹候補生(陸・海・空)

○試験日

9月中旬(受付時にお知らせ)

■航空学生

○試験日 9月22日(祝)

●受付期間

8月1日(月)～9月8日(木)

■自衛官等募集説明会

○とき 7月23日(土)・24日(日)

11:00～17:00

○ところ 市民館

●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)

### 消防設備士試験(甲・乙種)

●試験日 9月4日(日)

●ところ 下関市, 山口市, 周南市  
※会場は受験票で指定します。

●受付期間 7月4日(月)～15日(金)

●問い合わせ・提出先

宇部・山陽小野田消防局予防課

(☎ 21-7599)

宇部・山陽小野田防災協会

(☎ 21-7699)

小野田消防署 (☎ 83-2702)

一般財団法人消防試験研究

センター山口県支部

(☎ 083-924-8679)

## 7月は 青少年の非行・ 被害防止全国強調月間

7月は、青少年の非行問題について理解を深め、地域が一体となってモラルや法律等の社会のルールを守る気持ちを育み、有害環境の浄化を図るとともに、児童虐待や児童ポルノなどの被害防止に集中的に取り組む強調月間です。 圏社会教育課 (☎ 82-1205)

●本市では、青少年育成センターの補導員が、市内の書店やコンビニエンスストア、カラオケ店などを巡回し、過激な性表現を含んだ有害図書の新陳列方法や青少年の夜間外出などの規制が守られているか等の点検を行います。

●大人が子どもを見守ることは、非行・被害を未然に防ぐことにつながります。地域の子どもは、地域全体で守り育てていきましょう。

### 狩猟免許試験

- 対象  
県内に住所を有する18歳以上の人(ただし、銃猟は20歳以上)
- 試験日  
7月24日(日) 9:00～16:00
- ところ 美祢市民会館
- 受験料 5,200円(新規)
- 申込期限 7月15日(金)
- 問い合わせ・申込先  
美祢農林事務所  
(☎0837-52-1071)

### 市内陸上競技選手権大会

- とき 8月11日(祝) 9:00～
- ところ 宇部市陸上競技場
- 競技規定 タイムレース  
※1人2種目以内(リレーを除く)
- 競技種目
  - 小学校男子・女子  
100m, 800m(女子のみ),  
1000m(男子のみ),  
4×100mリレー
  - 中学校男子・女子  
100m, 200m, 400m, 800m,  
1500m, 3000m(男子のみ),  
4×100mリレー, 砲丸投げ
  - 一般高校男子・女子  
100m, 200m, 400m, 800m,  
1500m, 3000m(女子のみ),  
5000m(男子のみ), やり投げ,  
4×100mリレー, 砲丸投げ,  
円盤投げ
- 申込期限 7月21日(木)(必着)
- 申込方法 県立おのだサッカー交流公園に備え付けの申込書に記入し提出(郵送, FAXでも可)
- 問い合わせ・申込先  
〒756-0817  
山陽小野田市大字小野田字末広  
県立おのだサッカー交流公園内  
山陽小野田市体育協会事務局  
(☎/FAX 81-3100)

### 夏休み親子ふれあい科学教室



- 対象 市内在住の小学生(4年生以下)とその保護者
- とき  
8月2日(火) 9:00～12:00
- ところ 小野田工業高等学校
- 内容  
手づくりおもちゃ「牛乳パックでつくるぼんぼん船」
- 参加料 200円(保険料含む)
- 定員  
20組(申込多数の場合は抽選)  
※結果は郵便でお知らせします。
- 申込期限 7月19日(火)
- 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  
社会福祉課 (☎82-1174)

### 夏休みのエコ工作体験

- 対象 市内在住の小学生(4年生以上)とその保護者
- とき  
8月6日(土) 9:00～12:00
- ところ  
日産化学工業(株)小野田工場
- 内容  
工場見学, 地球温暖化に関する講義, 風力発電機の作成  
※雨天の場合は, 一部内容を変更して実施します。
- 参加料 無料
- 定員 30組(先着順)
- 申込期限 7月20日(水)(必着)
- 申込方法  
申込先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・申込先  
環境課  
(☎82-1144 FAX 83-2604)

### 夏休み造形教室

- 対象  
市内在住の小学生とその保護者
- とき  
8月7日(日) 13:00～16:00
- ところ 市民館
- 内容 牛乳パックを使った工作
- 参加料 300円(保険料含む)
- 定員 50人(先着順)
- 持参するもの  
はさみ, のり, 牛乳パック
- 申込期限 7月21日(木)
- 申込方法  
申込先に備え付けの申込書に記入し提出(FAXでも可)
- 問い合わせ・申込先  
市民生活課  
(☎82-1134 FAX 83-2604)

### おのだ七夕花火 七夕飾りコンテスト作品募集



- 第10回おのだ七夕花火
- とき 8月7日(日)  
(雨天の場合は8日(月))
- ところ きららビーチ焼野(予定)
- 七夕飾りコンテスト作品募集  
笹竹は提供します。
- 応募期限 7月15日(金)
- 発表・表彰式 8月7日(日)
- 展示期間  
7月31日(日)～8月7日(日)
- 展示場所 おのだサンパーク
- 申込方法  
提出先に備え付けの申込書に記入し提出
- 問い合わせ・提出先  
小野田商工会議所 (☎84-4111)



## 南山口幕末維新バスツアー 参加者募集

禁門の変や大田・絵堂の戦い等の史跡を訪ねる歴史観光です。

- **とき**  
8月25日(木) 8:00～18:00
- **訪問先**
  - 山陽小野田市  
来嶋又兵衛生誕地、洞玄寺
  - 宇部市 宗隣寺、天龍寺
  - 美祢市 伊佐・奇兵隊本陣跡、金麗社、道の駅「みとう」
- **費用** 5,600円  
(拝観料、昼食代を含む)
- **定員** 41人  
(先着順、最少催行人数30人)
- **申込方法**  
(株)船鉄観光旅行社(☎83-3275)  
に電話にて申込み  
(7月4日(月)10:00～受付)
- **問い合わせ先**  
南山口観光推進協議会事務局  
(一般社団法人宇部観光コンベンション協会内 ☎34-2050)

## ダム施設見学会

- **今富ダム**
  - **とき** 7月22日(金)・23日(土)  
10:00～16:00(随時受付)
  - **問い合わせ先**  
宇部土木建築事務所  
(☎21-7129)  
今富ダム管理所(☎67-1517)
- **厚東川ダム**
  - **とき** 7月22日(金)～28日(木)  
9:00～16:00(随時受付)
  - **問い合わせ先**  
厚東川ダム管理事務所  
(☎62-0666)
- **真締川ダム**
  - **とき** 7月24日(日)・25日(月)  
10:00～16:00(随時受付)
  - **問い合わせ先**  
宇部土木建築事務所  
(☎21-7129)  
真締川ダム管理所(☎37-0177)



宇部市と広報紙で情報を交換しています。

## チームラボ 宇部市ときわ公園 呼応する森

【問い合わせ先】常盤公園管理課(☎54-0551)

世界で活躍する「チームラボ」のデジタルアート作品が夜のときわ公園に登場。木々に近づくとライトアップされた光の色や音に変化し、その場にいる人すべてが参加できる作品です。

- **とき** 7月22日(金)～8月28日(日) 19:00～22:00
- **入場料** 一般300円、高校生以下無料(小学生以下は保護者同伴)

## 「認知症カフェ」を開設しました

「認知症カフェ」とは、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる社会の実現を目指し、認知症の人やその家族、地域の人など誰でも参加し集える場所です。お茶を飲みながら会話したり、専門職による相談や助言なども行います。お気軽にお越しください。



- **問い合わせ先** 地域包括支援センター(高齢福祉課内 ☎82-1149)

## ■ひまわりカフェ

- **とき** 偶数月の第4土曜日 13:30～15:30
- **ところ** 龍遊館(住吉本町二丁目7-16)
- **利用料** 100円
- **問い合わせ先** 地域密着型介護事業所いつは(☎81-2828 奥島)

## ■オレンジカフェおあぞら(7月10日(日)オープン)

- **とき** 毎月第2日曜日 13:00～16:00
- ※オープン当日は、認知症サポート医による講話を予定しています。
- **ところ** 村重医院併設デイケアあおぞらホール(須恵一丁目12-10)
- **利用料** 100円
- **問い合わせ先** デイサービスひなたぼっこ(☎39-6762 中村)

## 「市民音楽祭」出演者募集

- **対象**  
市内で活動する音楽団体、個人
- **とき**  
10月2日(日) 開演13:00
- **ところ** 市民館
- **内容** 8分以内の演奏  
(舞台への出入りを含む)
- **募集数** 3組程度(先着順)
- **参加料** 2,000円
- **申込期限** 7月15日(金)
- **申込方法** 電話にて申込み
- **問い合わせ・申込先**  
小野田音楽連盟事務局  
(☎83-2845 瀬口)

## 夏休み料理教室 ボリューム満点ハンバーガー

- **対象** 小中学生
- **とき**  
8月6日(土) 10:00～12:00
- **講師** 原口陽子  
(La Petit Prince 主宰)
- **定員** 16人(先着順)
- **参加料** 1,500円(材料費込み)
- **持参するもの**  
エプロン、三角巾
- **申込方法** 電話にて申込み  
(7月10日(日)9:00～受付)
- **ところ・問い合わせ・申込先**  
きらら交流館(☎88-0200)

## ◎「第7回SOS健康フェスタ」作品募集

「第7回SOS健康フェスタ」の開催にあたり、生涯を通じた健康づくりについて考えるきっかけづくりの一環として、「絵画」「書道」「川柳・標語」作品を募集します。

- **応募資格** 本市に住所を有する人
- **応募期限** 9月9日(金) (消印有効)
- **応募規程** 応募者本人の作品で、未発表のものに限ります。
- **賞** 各部門ごとに最優秀賞1点、かたつむりで行こう会会長賞1点、市長賞1点
- **作品の取扱い**  
応募作品は、11月20日(日)に市民館および市民体育館で開催される「第7回SOS健康フェスタ」会場に展示します。また、入賞作品は保健事業等で使用することがあります。なお、応募作品は返却しません。
- **表彰式** 入賞者には、「第7回SOS健康フェスタ」で賞状と記念品を贈呈します。
- **問い合わせ・提出先**  
〒757-8634 山陽小野田市大字鴨庄94番地  
健康増進課 (保健センター内 ☎71-1817  
FAX 71-0673)  
hokenc@city.sanyo-onoda.lg.jp

作品テーマ  
「健康・元気」

## 応募方法

## 絵画の部 (絵画・ポスター)

作品(4つ切り画用紙)の裏面に住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入し郵送または持参(1人1点まで)

## 書道の部

作品(半紙約45cm×約35cm)と任意の用紙に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入し郵送または持参(1人1点まで)

## 川柳・標語の部

はがきまたは任意の用紙に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、作品を記入し郵送または持参(FAX, E-mailでも可)(1人何点でも可)

※小中学生は学校名と学年を、園児は幼稚園・保育園名を記入してください。

## 【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 7月28日(木) 9:30～11:15
- **保健センター**  
○とき 8月4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 7月28日(木) 10:00～11:30  
○ **内容** 牛乳パックで作る「にゃんこバッグ」

【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** 厚狭地区複合施設
- **わいわいおしゃべりコース**  
○とき 7月10日(日) 9:30～11:30  
○ **内容** イクメン手帳について、胎名を考えよう、妊婦体験
- **持ってくるもの** 母子健康手帳、イクメン手帳、筆記用具、お菓子代100円

## 【健康相談】(健康手帳持参)

- **小野田保健センター**  
○とき 7月26日(火) 9:30～11:30  
○ **内容** 血圧・体重・体脂肪率測定 ほか  
※健康手帳をお持ちでない人は交付します。

## 【小野田医師会 健康ミニ講座】

- **とき** 7月28日(木) 14:00～15:00
- **ところ** 中央図書館
- **演題** 「ご存知ですか甲状腺の病気」
- **講師** 松原 淳  
(山口労災病院糖尿病内分泌内科医師)
- **聴講料** 無料
- **定員** 80人(先着順)
- **問い合わせ先** 健康増進課

## 【肝炎ウイルス無料検査】

- **対象** 県内に住所を有する人で、これまで検査を受けたことがない人
- **とき** 7月31日(日) 13:00～15:00
- **ところ** おのだサンパーク
- **定員** 50人(先着順)
- **問い合わせ先** 県健康増進課感染症班  
(☎083-933-2956)

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	
▶ 7/ 3(日)	むらた循環器内科 高須 ☎ 39-8660	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221	田中としろう眼科 今市 ☎ 71-1046
▶ 7/10(日)	中村内科胃腸科医院 日の出四丁目 ☎ 84-3131	長谷川眼科 中川四丁目 ☎ 83-3476	紫苑リハビリ内科クリニック 本町四 ☎ 71-1300
▶ 7/17(日)	稲本内科医院 掃山二丁目 ☎ 81-1128	しまもと耳鼻咽喉科 中央三丁目 ☎ 83-2270	河村医院 寝太郎町二 ☎ 72-0270
▶ 7/18(祝)	早川内科医院 須恵西 ☎ 88-0008	井上医院 新生二丁目 ☎ 81-1213	吉武医院 常盤町 ☎ 72-1110
▶ 7/24(日)	森田病院 赤崎二丁目 ☎ 88-0137	山口労災病院(担当:松岡 彰) 南中川町 ☎ 83-2881	耳鼻咽喉科伯野医院 寝太郎町二 ☎ 73-0059
▶ 7/31(日)	女性クリニックおがた 中央三丁目 ☎ 83-3859	おもて整形外科 日の出四丁目 ☎ 84-7000	博和会みみはなのど内科クリニック 加藤上 ☎ 72-3387

※受診できる医療機関を知りたいときは、宇部・山陽小野田消防局情報指令課へ(☎ 21-2866)

### 【熱中症に気をつけましょう】

熱中症とは、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調整機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていなくても発症し、場合によっては死亡することもあります。熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

### ■こんな症状は熱中症のサイン

めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉がつる、頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感  
重症になると…

身体が熱い、意識消失(呼びかけへの反応がない)、けいれん

### 暑さ指数(WBGT)を参考に！

気温、湿度、日射や輻射熱から算出される暑さ指標で、単位は摂氏度で表されます。下関地方の暑さ指数は、市ホームページからも閲覧できます。

### ■熱中症予防のポイント

- ・室内では扇風機やエアコンなどを使用して気温と湿度を調節する
- ・外出時には日傘や帽子を着用し、こまめに休憩するなどして暑さを避ける
- ・通気性のよい吸湿性・速乾性のある素材を使った衣服を着用する
- ・外出時はもちろん室内でも、のどが渇かなくても、こまめに水分や塩分、経口補水液(水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの)などを補給する

### ■熱中症の疑いがあれば

- ①涼しい場所へ移動する  
冷房の効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ移動させる
- ②体を冷やす  
衣服をゆるめ、冷たいタオルなどを首の周りや脇の下、足の付け根などにあてて体を冷やす
- ③水分や塩分を補給する  
水分や塩分、経口補水液などを飲ませる  
※自分で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

こまめに水分補給を  
しましょう！







## 春の大運動会 須恵小学校 ～地域の人と一緒に踊ったよ～

6月4日、須恵小学校で春の大運動会が行われました。あいにくの雨模様でプログラムに変更が加えられましたが、児童は徒競走や団体競技など一つ一つの競技に一生懸命取り組みました。

開会式直後には、総踊り「つなぎ歌」を披露。この踊りは、復活して5年目を迎えた今年の「復活！住吉まつり」で初披露され、子どもから大人まで一緒に楽しめるようにと作られた踊りです。最初は踊りを覚えるのに苦戦していた児童も、地域のダンスチームのボランティアに踊りを教えてもらったり、映像を見て練習したりして、運動会に備えました。運動会当日は、地域の人、保護者、先生や児童みんなで雨雲を吹き飛ばすほど元気いっぱいに踊りました。地域と学校が踊りを通してひとつになんできました。



【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

問題にチャレンジしてみてください。

Q95

宇部市・美祢市・山陽小野田市の様々な産業施設や遺構等を巡り、地域の歴史や地域社会に貢献する企業の取組等を学ぶバスツアーの名称は、次のうちどれでしょうか？

- ① 社会体験バスツアー
- ② 歴史体験バスツアー
- ③ 産業観光バスツアー



Q96

9月16日(金)～19日(祝)、市内の各ゴルフ場で開催される「鉄人コンペチャレンジ」、4日間でプレーする合計ホールは、次のうちどれでしょうか？

- ① 72ホール
- ② 100ホール
- ③ 117ホール

※解答と解説は8月1日号に掲載します。

前回の解答と解説

A93. ① 7月25日

古くから夏天神と呼ばれた伝統ある夏の風物詩。花火が厚狭川の水面に映り、風情のある花火大会です。

A94. ① 元気のりのり汁

旬の野菜など盛りだくさんの具材に、「そのまま干しのり」を散らした、栄養たっぷりな塩分控えめのお汁です。

山陽小野田観光協会 (観光課内 ☎82-1313)

## 市民病院 ニュース



### ■ 高校生1日看護体験者を募集します

市民病院では、看護職への理解と関心を高めていただき、将来の職業選択のきっかけづくりのお手伝いを目的に「看護の日」の記念行事の一環として、「高校生1日看護体験」を開催します。

- ◎対象 高校生(男子学生も可)
- ◎とき 8月5日(金) 8:30～14:00
- ◎定員 10人(先着順)
- ◎申込期限 7月26日(火)
- ◎申込方法 電話にて申込み
- ◎ところ・問い合わせ・申込先  
市民病院 (☎ 83-2355 藤谷)



▲スタッフステーションで看護師から説明を受ける高校生

山陽小野田市民病院 ☎ 83-2355 <https://sanyo-onoda-city-hosp.jp/>

# 【まち再発見 99】

## 厚狭地区複合施設



今年の2月に山陽総合事務所、厚狭公民館、厚狭図書館、保健センターの機能を持つ、厚狭地区複合施設が開館しました。天井が高く吹き抜けになった開放的なラウンジには、本市出身のガラス造形作家故竹内傳治さんの作品、古式行事で使用される姫かごやパネル写真などを常時展示しています。

山陽総合事務所内のパスポートセンターでは、旅券の発給申請や受け取りができます。厚狭公民館では、研修室や和室を利用した各種講座を開講。体育館棟は、ステージ、アリーナ、調理実習室などを有し、多彩な活動が可能です。厚狭図書館では、YAコーナー（中高校生向きの図書コーナー）の設置や厚狭の歴史に関する資料の展示等もしています。厚狭図書館は、平日午後7時まで（月曜日休館）開館しており、仕事帰りなどにも気軽に利用できます。

まちのにぎわいと地域住民の交流拠点として、みなさんのご利用をお待ちしています。

### 今月のおすすめ料理

## 「アジの黒酢トマトソース」

～黒酢の酸味で、さっぱりおいしく～



### 材料（4人分）

アジ(1尾150g程度) 4尾	もやし 100g	オリーブ油 大さじ1/2
塩・こしょう 少々	「オリーブ油 大さじ1	A
小麦粉 大さじ1	「塩・こしょう 少々	
カレー粉 適量	トマト 2個	B
サラダ油 大さじ1・1/2	にんにく 1/2かけ	
小松菜 200g		黒酢 1/2カップ
		砂糖 大さじ1
		しょうゆ 大さじ1
		塩 少々

【1人分栄養価】エネルギー 208kcal / たんぱく質 14.7g / 脂質 11.4g / 塩分 0.9g

- 作り方
- ①アジは3枚におろし、小骨を除き、塩・こしょうを振る。小麦粉、カレー粉をまぶす。
  - ②小松菜はゆで、水にとり、水気を絞って4～5cm長さに切る。もやしはゆで、水気をきる。
  - ③②にAを入れて和え、器に盛りつける。
  - ④トマトはざく切りにし、にんにくはみじん切りにする。
  - ⑤フライパンに、サラダ油を熱し、①を中火で両面焼き、③の上に盛りつける。
  - ⑥⑤のフライパンにオリーブ油を加え、にんにくを炒める。トマトとBを加えてひと煮立ちさせ、⑤にかける。

### 【食事バランスガイド】



今回の料理は“副菜2、主菜2”に該当します。

健康増進課監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会（埴生校区担当）



みなさんの暮らしを守ります！



# こちら消防 119

## 休日・夜間の医療機関等の紹介

急な病気やけがなどで、休日・夜間に受診できる医療機関等を知りたい場合は、宇部・山陽小野田消防局消防指令センター（☎21-2866）をご利用ください。

病院の問い合わせなどで、119番を利用される場合がありますが、火事や救急など緊急の通報をする人が、119番を使えなくなる場合があります。いざという時に、自分の命を助けてくれる大事な緊急回線です。119番の適正利用について、ご協力をお願いします。



消防組合（小野田消防署 ☎83-0119）



# 子育て 情報ナビ

子育て情報サイト「子育てを応援します」

冠婚葬祭等による急用や体調不良のとき、ちょっとリフレッシュしたいときなど、誰かに子どもの面倒を見てもらいたいことはありませんか？そんなときにお子さんを預けることができる子育て世代を応援する事業です。

### ■対象となる子ども

本市在住で小学校就学前の児童

### ■保育時間

8:30～17:00（月～土曜日）

### ■1回あたりの利用料金

4時間以内900円、4時間超1,800円

### ■日数制限

1か月間に12日以内

### ■利用方法

利用日の前日までに、実施している保育園に申込書を提出  
※申込書は保育園に備えています。  
※保育園の予定や都合により、利用をお断りすることもあります。

### ■実施している保育園

焼野保育園	☎88-0514
須恵保育園	☎88-0250
さくら保育園	☎88-0388
日の出保育園	☎83-2712
真珠保育園	☎73-0188
貞源寺第二保育園	☎72-0606
あおい保育園	☎76-1550
出合保育園	☎73-1332
厚陽保育園	☎74-8411

こども福祉課（☎82-1207）



【問い合わせ先】  
環境衛生センター ☎83-3651

## ■こんなとき、家庭ごみはどう出したらいいの？②

◎金具がついた靴・カバン・古着などは「燃やせるごみ」に出してもいいの？

▲燃やせるごみには出せません。ただし、金具を取り除いた靴・カバンは、燃やせるごみに出せます。どうしても金具が取り除けない場合は、燃やせないごみに出してください。なお、古着は、できるだけ金具を取り除いて古着・布類に出してください。



資源ごみ売却収入	5月分	4,426,341円	平成28年度累計	8,319,329円
指定ごみ袋手数料収入		1,391,714円		3,107,090円



# 7月

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	11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	25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)	13日(水) 9:30~12:00 20日(水) 10:00~12:00
▶ 人権相談	市民生活課 厚狭地区複合施設	☎ 82-1137 (市民生活課)	12日(火) 9:30~12:00 13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	☎ 83-2344 (社会福祉協議会)	5日(火)・25日(月) 9:00~12:00 5日(火)・25日(月) 9:00~12:00 6日(水)・13日(水)・27日(水) 9:00~12:00 20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 保健センター	☎ 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 9:00~17:00(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)

## 耐震診断員による無料相談会を開催します

住まいの耐震性に不安のある人や実際に診断や改修を考えている人に、木造住宅耐震診断員(山口県建築士会所属)が診断や工事の流れの注意点などをアドバイスします。  
※図面等があればお持ちください。

**とき** 7月13日(水)  
10:00~15:30  
**ところ** 保健センター  
岡建築住宅課(☎ 82-1167)

住環境を  
サポート!



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

気軽にご相談ください(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 7月のカレンダー



カレンダー内の記号 ◇…相談日 ♥…健康だより ♪…イベント  
 ○…その他 回…今号の掲載ページ : 山陽オート本場開催日 外: 場外発売

<p><b>7月10日(日)</b>は みんなで投票。みんなで参加。  <b>参議院議員通常選挙の投票日</b>です                  7時～20時 27投票所                  7時～18時 4投票所(松ヶ瀬, 森広, 湯の峠, 福田)                  選挙管理委員会事務局 (☎82-1183)</p>				<p>1 金</p>	<p>2 土</p>	
<p>3 日</p>	<p>4 月</p>	<p>5 火</p> <p>◇心配ごと 回</p>	<p>6 水</p> <p>◇心配ごと 回</p>	<p>7 木</p> <p>♥すくすく相談・ベビーサークル(保健センター) ♪女優たちによる朗読(不二輸送機ホール) 外</p>	<p>8 金</p> <p>♥1歳6か月児(小野田保健センター) ♪茂山千五郎家狂言名作公演(不二輸送機ホール) 外</p>	<p>9 土</p>
<p>10 日</p>	<p>11 月</p> <p>○夏の交通安全県民運動～20日 回                  ◇司法書士による法律相談 回</p>	<p>12 火</p> <p>◇人権 回</p>	<p>13 水</p> <p>◇行政・人権・心配ごと 回</p>	<p>14 木</p> <p>♪おんがくであそぼう(不二輸送機ホール)</p>	<p>15 金</p> <p>♥育児学級(厚狭地区複合施設)</p>	<p>16 土</p>
<p>17 日</p> <p>♪やけの美タフェスタ 回</p>	<p>18 祝</p>	<p>19 火</p>	<p>20 水</p> <p>◇行政・心配ごと 回</p>	<p>21 木</p>	<p>22 金</p> <p>♥3歳6か月児(小野田保健センター)</p>	<p>23 土</p> <p>♪ザ・アドベンチャーワールド 回                  ○社明講演会【下段】</p>
<p>24 日</p>	<p>25 月</p> <p>♪厚狭花火大会 回                  ◇弁護士による法律相談 回                  ◇心配ごと 回</p>	<p>26 火</p> <p>♥健康相談 回</p>	<p>27 水</p> <p>◇心配ごと 回</p>	<p>28 木</p> <p>♥すくすく相談・ベビーサークル 回                  ♥小野田医師会健康ミニ講座 回</p>	<p>29 金</p> <p>♪戦争資料展示～8/21(歴史民俗資料館)</p>	<p>30 土</p> <p>♪ちょうちん七夕フェスティバル 回</p>
<p>31 日</p> <p>♥肝炎ウイルス無料検査 回</p>	<p>1 月</p> <p>○固定資産税(第2期)納期限</p>	<p>2 火</p> <p>♪夏休み親子ふれあい科学教室 回</p>	<p>3 水</p> <p>♥1歳6か月児 回</p>	<p>4 木</p> <p>♥すくすく相談 回</p>	<p>5 金</p> <p>♪防火スケッチ大会 回                  ○高校生1日看護体験 回</p>	<p>6 土</p> <p>○ノルディック・ウォーク講習会 回                  ♪夏休みのエコ工作体験 回</p>

pick up!

## 犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ 社会を明るくする運動

7月は犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする運動の強調月間です。

市内の中学校や高等学校、JR駅前での啓発活動を行い、「犯罪や非行のない明るい社会」を目指します。

また、講演会も開催しますので、ぜひご来場ください。

〈問い合わせ先〉社会福祉課 (☎82-1174)



講演会 ・聴講料無料・

「更生保護って何だろう？」  
 立ち直りを支える地域のチカラ

7月23日(土) 10:00～12:00

- 市民館2階 第1・2会議室
- 講師 坂本 歩  
 (山口保護観察所 保護観察官)