

活力と笑顔あふれるまち スマイルシティ山陽小野田

さんようおのだ

広報

No.375

2020

11.1

花の匂いに誘われて

旅する蝶「アサギマダラ」飛来 (竜王山)

SMILE CITY
Sany  noda

まちの「今」をお届けします

かるたのまち山陽小野田

小中高連携かるた交流会

小野田高校小倉百人一首かるた部と竜王中学校が平成30年度から実施しているかるた交流会に、今年は本山小学校、赤崎小学校が加わり、10月13日、竜王中学校において、4校の児童生徒がかるたを通じて交流しました。高校生が競技かるたのルールや札の暗記方法等の説明とデモンストレーションを行った後、高校生对各学校の代表との対戦や中学生対小学生の試合を行いました。最後に小中学生は3人でチームを組み、高校生1人と対戦。高校生の札を取るスピードに苦戦しながらも、中には高校生に見事勝利するチームもありました。参加した児童は「さすがは高校生。強くて驚いた。来年から竜王中学校で共に過ごす仲間と交流ができてよかった。かるたの魅力を下級生にも伝えたい」と感想を述べました。



競技かるたの実演



高校生と対戦する小中学生



インフルエンザ流行シーズンに備えて 感染症対策を呼びかけ

今冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が懸念されます。10月15日の年金支給日にあわせ、重症化しやすい高齢者に周知を図るため、市職員が市内の金融機関で啓発のチラシを配布。感染症対策の実践や早めのインフルエンザワクチンの接種を呼びかけました。



夢や感謝の想いを光にのせて 焼野でイルミネーション

小野田青年会議所(吉村公明理事長)は、10月17日から31日まで、きららビーチ焼野でイルミネーションを点灯。青少年の健全育成や思い出づくりのため、約6万球のLED電球と市内の全6年生が作成したメッセージ入りのペットボトルで海岸を電飾しました。メッセージには将来の夢や、家族への感謝などが込められました。

目 CONTENTS 次

Information & News

まちの「今」をお届けします ————— 2

目次・表紙の説明 ————— 3

新型コロナウイルス感染症
に関するお知らせ ————— 4

トピックスさんようおのだ ————— 5

- 11月は「子供・若者育成支援強化月間」
- 野焼きは法律で禁止されています

情報ひろば ————— 6

- 名産品市場
- 令和元年度寄附金の受入状況 など

健康だより ————— 10

- 11月はスマイルエイジング強化月間
- インフルエンザを予防しましょう など

山口県央連携都市圏域 山口ゆめ回廊
さあ、学校へ行こう！ ————— 12

ええねえ 行ってみよう！
今月のおすすめ料理 ————— 13

えがおがいちばん!! 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

- 女性の人権ホットライン強化週間 など

11月のカレンダー ————— 裏

今号に掲載している情報について

今号に掲載している情報は10月27日時点の情報です。今後、新型コロナウイルス感染症の状況によって、イベント・行事の中止・延期など、掲載した内容が変更される場合があります。

広報「さんようおのだ」11月15日号等の配付文書は、11月16日月の自治会便で発送します。

表紙の説明



旅する蝶「アサギマダラ」が今年も竜王山に飛来しました。

10月9日には、本山小学校の全校児童が「山の学習」を行い、オリエンテーリングをしながら竜王山に登頂。山頂では、アサギマダラの旅のルートを調べるため、20頭にマーキングをして放ちました。児童らが企画した竜王山にまつわるゲーム大会や地域の人による本山の歴史講座、体を使った仲間づくりゲーム(写真上)なども行われ、児童らは地元の魅力を満喫しました。

サポート寄附(ふるさと納税)

【平成20年度からの累計】

9,701件 **269,105,000円**

【うち令和2年度】

2,559件 **53,791,000円**

(10月25日現在)

寄附者の気持ちがあまちづくりに生かされています

		(9月末現在)	
人の うご こ ぎ	世帯	29,051世帯	(-13)
	人口	61,812人	(-50)
	男	29,487人	(-19)
	女	32,325人	(-31)

※()内は前月との比較

■発行 / 山陽小野田市

<https://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 / シティセールス課 ☎ 82-1148

ki-kouhou@city.sanyo-onoda.lg.jp

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

施設の利用について

【対策期間：11月30日(月)まで】

10月12日から施設の利用条件を次のとおりとしています。

- ・大声での歓声，声援等がないことを前提としうるもの（クラシック音楽コンサート，演劇，展示会等）
→収容率の100%以内（席がない場合は適切な間隔を空ける）
- ・大声での歓声，声援等が想定されるもの（ロックコンサート，スポーツイベント等）
→収容率の50%以内（席がない場合は十分な間隔を空ける）

■利用の一部を制限する施設

施設名		制限内容	問い合わせ先	
不二輸送機ホール (文化会館)	スタジオ	①利用人数2人まで ②1利用当たり2時間以内	不二輸送機ホール (文化会館)	☎ 71-1000
スマイルキッズ	プレイスペース	①利用時間を午前午後の2部に 分け，30人までの予約優先 ②利用時間は最大2時間	スマイルキッズ	☎ 82-2525
	キッズキッチン	①プレイスペース利用時間のみの 開放		
小野田勤労青少年ホーム	音楽室	①利用人数2人まで ②1利用当たり2時間以内	小野田勤労青少年 ホーム	☎ 83-3146
きらら交流館	サウナ	①利用人数4人まで	きらら交流館	☎ 88-0200
中央図書館	DVD視聴ブース	①利用人数1人まで	中央図書館	☎ 83-2870

【中止】市が主催するイベント等

開催日	行事内容
9～11月	市民文化祭
秋～冬	ベビスマフェスタ，リユース会

【中止】その他イベント等

開催日	行事内容
11月8日	厚狭秋まつり・古式行事
12月20日	第53回市駅伝競走大会

市内小中学校施設の貸出について

市内小中学校の体育館，運動場について，新型コロナウイルス感染症の影響により，施設の閉鎖期間が長く十分にご利用いただけなかったため，今年度に限り，日曜日も貸出を行います。



園教育総務課（☎ 82-1200）

◆山口県新型コロナウイルス感染症専用相談ダイヤル

感染症に関する症状や感染予防，検査方法等について，専従スタッフによる助言や情報提供が受けられます。

☎ 083-902-2510 【毎日24時間対応】

◆市の健康相談窓口 感染予防・健康に関する相談等について，受け付けています。

●健康増進課 ☎ 71-1814 FAX 73-1879 【平日8:30～17:15】

◆市の総合窓口 相談先が分からない場合に，問い合わせ窓口をご案内します。

●新型コロナウイルス対策総合窓口（総務課危機管理室内）

☎ 82-1122 FAX 83-2604 【平日8:30～17:15】

市ホームページ「新型コロナウイルスに関連したお知らせ」▶





11月
は「子供・若者育成支援強調月間」

子どもや若者の育成支援を図ることを目的として、11月は「子供・若者育成支援強調月間」と定められています。

市青少年育成センターでは、期間中、子どもや若者を支援するための活動を集中的に行っています。

子どもや若者に関しては、不登校やひきこもりなど社会生活を営む上での問題や、いじめや非行など社会全体で取り組むべき問題を抱えています。これらの問題の解決には、学校や家庭のみならず、地域による支援が必要です。

子どもたちへの声かけ、あいさつなどを積極的に行っていただき、子どもたちが安全で健やかに成長できる環境づくりにご協力をお願いします。この機会に、地域の大人として「できる支援」を考えましょう。

■ヤングテレホンさんようおのだ

電話、面接、メールなどでの相談を受け付けています。(訪問可)

はよーにおでんわを

☎84-2000

youngtel@city.sanyo-onoda.lg.jp

◎受付時間

月～金曜日 8:30～17:00

※土・日曜日、祝日は留守番電話で対応します。

■青少年育成センター

地域での青少年の健全育成・非行防止を目的に、教員や関係機関、地域の代表145人が補導員となって、街頭補導活動や声かけ、環境浄化活動を行っています。

〈問い合わせ先〉社会教育課 (☎ 82-1205)



野焼きは法律で禁止されています

■野焼きとは

野焼きとは、家庭ごみや剪定した枝などを屋外で焼却することをいいます。穴を掘って燃やしたり、ドラム缶などを使用して燃やすことも野焼きに該当します。

■「一部の例外」を除き禁止されています

野焼きは、ダイオキシンなどの有害物質が発生し、環境汚染や近隣の人への健康被害の恐れがあるため、「一部の例外」を除いて法律で禁止されています。違反すると「5年以下の懲役、1千万円以下の罰金またはその両方」が科せられます。

◎一部の例外

- 国または地方公共団体が施設の管理のために必要とする廃棄物の焼却
- 震災・風水害・火災等の予防、応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却

- 風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却

(例: どんど焼きの門松, しめ縄 など)

- 農業、林業または漁業を営むために、やむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却

(例: あぜ草, 稲わら, つる, 枝 など)

- たき火その他日常生活を営むために、通常行われる廃棄物の焼却であつて軽微なもの

(例: 落ち葉たき, 暖をとるためのたき火, キャンプファイヤー など)

※一部の例外に当たる焼却であつても、生活環境に悪影響を与えたり、近隣の迷惑となる行為は行政指導の対象となります。焼却の際は、ビニール・プラスチック類が混ざらないように注意してください。

〈問い合わせ先〉環境課 (☎ 82-1144)

お知らせ

緊急地震速報の伝達試験

ジュニアアラート J-ALERT (全国瞬時警報システム) の試験を実施します。試験日には、市役所、厚狭地区複合施設、さくら公園(桜一丁目)、川上会館(松ヶ瀬)に設置してある同報装置(屋外拡声機)から次のとおり音声を発信します。



●とき

11月5日(木) 10:00頃

●放送内容

(防災行政無線チャイム)

「こちらは山陽小野田市です。ただいまから訓練放送を行います。」

(緊急地震速報チャイム音)

「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です。」

(3回繰り返し)

「こちらは山陽小野田市です。これで訓練放送を終わります。」

(防災行政無線チャイム)

※放送内容は一部変更する場合があります。また、気象状況等によっては、試験を中止する場合があります。

●問い合わせ先

総務課 (☎ 82-1122)

事業所で加入しませんか働く人の「ハートピア共済」

月々わずかな掛金で、死亡、障害、入院、住宅災害などを保障し、結婚、出産、銀婚、小・中・高校入学祝い金も給付します。さらに、全国宿泊施設利用の助成や人間ドック・脳ドック受診、国家資格試験受験料の助成もあります。

●対象

満15歳から71歳未満までの県内に所在または勤務先がある中小企業の勤労者で、契約発効日の前日に健康な人

●掛金(月額・1人当たり)

1型 450円～4型 2,000円、
高齢者型 450円
ファミリー型 500円

●問い合わせ先

市勤労福祉共済会
(商工労働課内 ☎ 82-1150)

11月11日(水)～17日(火)は山口県同和問題啓発週間

同和問題に対する正しい理解と認識を深め、一人ひとりの人権が尊重された心豊かな地域社会の実現をめざしましょう。

期間中は、市役所1階ロビーにて「同和問題啓発パネル」を展示し、今年度公表された法務省による同和問題に対する意識調査の概要を掲示します。

●問い合わせ先

市民活動推進課 (☎ 82-1137)

11月9日(月)～15日(日)は高齢者の交通事故防止県民運動期間



山口県は、高齢化が全国に比べて10年早いペースで進んでいると言われていています。今後、さらに高齢者の割合が増えると予想される中、高齢者が関わる交通事故の多発が懸念されます。

高齢者を交通事故から守るため、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践に努めましょう。

■運動の重点

- 高齢歩行者の交通事故防止
- 高齢運転者の交通事故防止
- 高齢者の自転車安全利用の推進
- 反射材・ハイビームの活用促進

●問い合わせ先

生活安全課 (☎ 82-1133)

11月は労働保険適用促進強化期間

労働者を一人でも雇用していれば、原則、事業主は保険加入手続きを行い、労働保険料を納付しなければなりません。

●問い合わせ先

ハローワーク宇部 (☎ 31-0164)

【広告掲載欄】掲載についてのお問い合わせはシティセールス課 (☎ 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!?! やってみ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 山陽小野田市日出2-7-12 タケタ園ビル2F

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

(一財)自治総合センターの一般コミュニティ助成事業を活用し、市ふるさとづくり協議会がポップコーン機やテントを購入しました。地域活性化のためのイベント等に貸出ができますので、ご利用ください。



市民活動推進課 (☎ 82-1134)

▲購入したポップコーン機

山陽小野田都市計画の変更素案の縦覧および説明会・公聴会

■変更する都市計画

- ①山陽小野田市都市計画公園・墓園
- ②山陽小野田市都市計画「用途地域」「特定用途制限地域」「防火地域及び準防火地域」

■素案の縦覧

○縦覧期間(8:30～17:15)

- ①11月4日(水)～12月3日(木)
- ②11月4日(水)～12月2日(水)
(土・日曜日、祝日を除く)

○縦覧場所

都市計画課、山陽総合事務所

■説明会

○とき・ところ(18:30～)

- ①11月9日(月)
市役所3階大会議室
- 11月11日(水) 赤崎公民館
- ②11月10日(火)
市役所3階大会議室
- 11月12日(木)
厚狭地区複合施設

■公述申出書

○提出方法 任意の様式に意見の要旨とその理由、住所、氏名、電話番号を記入し、市長宛として提出。(郵送でも可)

○公述申出書の提出期限

- ①11月26日(木) (消印有効)
- ②11月25日(水) (消印有効)

■公聴会 公聴会で意見を述べるには、事前に公述申出書の提出が必要です。公述の申出が多数の場合や同じ趣旨のものが多数ある場合は、公述時間の制限や公述人を選定することがあります。また、意見の内容が当該変更素案に関するものでない場合は、意見を述べるできません。

○とき(18:30～)

- ①12月3日(木) ②12月2日(水)

○ところ 市役所3階大会議室

●問い合わせ・提出先

〒756-8601 山陽小野田市役所都市計画課 (☎ 82-1168)



名産品市場

「山陽小野田名産品」は、地元で愛情こめて作られた自慢の商品です。名産品は、山陽小野田観光協会ホームページ (<http://www.sanyoonoda-kanko.com/>) からご覧いただけます。

〈石窯パン工房 須恵の郷〉天然酵母リンゴ種 維新

県産小麦「せときらら」と徳佐リンゴの天然酵母で作った、無添加の食パンです。須恵の郷だけの自家製酵母です。



〈須子農園〉「サンマッシュ」厚狭

地元寝太郎の里ブランドとして、天然地下水で栽培した椎茸です。肉厚でジューシー、くせがなくどんな食材と合わせても相性良いです。



〈小野田陶芸連盟〉復活小野田皿山搗鉢

150年前、小野田地区は小野田皿山ブランドで全国に名を轟かせ、一般家庭食器、特に搗鉢は有名ブランドでした。懐かしい地方民芸ブランドをおしゃれに復活させました。



【問い合わせ先】山陽小野田観光協会 (☎ 82-1313)

**11月9日(月)～15日(日)は
秋季火災予防運動実施期間**

～その火事を
防ぐあなたに 金メダル～

この時季は空気が乾燥し、火災がおこりやすくなります。火の取り扱いには十分注意しましょう。また、住宅用火災警報器は寝室および階段(寝室が2階以上の階にあるとき)への設置が義務付けられていますので、必ず設置しましょう。

■定期的に住宅用火災警報器の点検をしましょう

- ・年に2回は作動確認
- ・設置から10年を目安に交換を検討

●問い合わせ先

宇部・山陽小野田消防局予防課 (☎ 21-7599)

**FM サンサンきららで
市の情報を放送しています**

■シティインフォメーション

○放送日時

日曜日	12:30～12:40
月曜日	8:00～8:10
火曜日	12:30～12:40
水曜日	17:30～17:40
木曜日	18:00～18:10
金曜日	7:30～7:40
土曜日	8:00～8:10

※放送時間は、多少前後することがあります。

■ピックアップ!さんようおのだ
市の担当職員とパーソナリティとの掛け合いでお届けします。

○放送日時

毎週木曜日 12:30～13:00

●問い合わせ先

シティセールス課 (☎ 82-1148)

JR 山陽本線の運休

●とき

① 11月16日(月) ② 11月30日(月)

●運休区間

①厚東～厚狭

(上り) 厚狭発 9:22 ~ 15:42

(下り) 厚東発 9:12 ~ 16:00

②新山口～厚東

(上り) 厚東発 9:05 ~ 15:58

(下り) 新山口発 8:55 ~ 15:42

※バスの代行輸送を実施します。

●問い合わせ先

JR 西日本お客様センター

(☎ 0570-00-2486)

広報「さんようおのだ」をアプリ配信しています

スマートフォン用広報紙配信アプリ「マチイロ」を利用して、広報「さんようおのだ」を配信しています。いつでもどこでも手軽に広報「さんようおのだ」を閲覧できるシステムです。

最新号を発行日に自動で端末にお届けしたり、市ホームページの到着情報がチェックできたりするなど、便利な機能が盛りだくさん。ぜひご利用ください。

●問い合わせ先

シティセールス課

(☎ 82-1148)



募集・試験

病院局企業職員採用試験

■看護師または助産師(1人程度)

●対象

昭和36年4月2日以降に生まれた人で、看護師免許(助産師は助産師免許)を有する人または令和2年度の国家試験で取得見込みの人

●試験日 12月6日(日)

●採用予定日

令和3年4月1日(免許保持者は随時採用あり)

●提出期限 11月25日(水)

●受験申込書の配布場所

病院局総務課, 人事課

※市民病院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

〒756-0094 山陽小野田市大字東高泊1863番地1

病院局総務課 (☎ 83-2355)

自衛隊学校生徒募集

■陸上自衛隊高等工科学校生徒

●対象

令和3年4月1日時点で15歳以上17歳未満の男子で、中学校を卒業した人、または中等教育学校の前期課程を修了した人(令和3年3月卒業見込み、または修了見込みの人を含む)

●1次試験日

令和3年1月23日(土)

●受付期限

令和3年1月6日(水)(必着)

●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・病虫害対策講習会

●とき 11月28日(土)

9:00 ~ 12:00 (小雨決行)

●ところ 糸根公園

●内容 講習, 実技演習

●受講料 無料

※事前申込は不要です。当日の8:50までに青年の家前に集合してください。

※植木ばさみ, 刈り込みばさみをお持ちの人は持参してください。

●問い合わせ先

都市計画課 (☎ 82-1162)

「介護予防・日常生活支援総合事業従事者研修」受講者募集

介護保険の仕組みをはじめ、生活支援や介護予防等、総合事業に従事するために必要な知識と技術を、分かりやすく説明します。

●対象

市の介護予防・日常生活支援総合事業のサービスのうち、「訪問型サービス(生活維持型II, 地域ふれあい型)」, 「通所型サービス(地域ふれあい型)」に従事する予定のある人

●とき 11月17日(火), 24日(火),

12月1日(火)(全3回)

13:30 ~ 15:30

●ところ 高千帆福祉会館

●受講料 無料

●定員 15人(先着順)

●申込方法 電話

●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)

県営住宅入居者募集

●募集戸数等

団地名	一般	間取り	単身
古開作	1戸	3DK	○
平原	1戸	3DK	×
叶松	1戸	3DK	×
本山	1戸	3DK	○
桜山	1戸	3DK	○
第二古開作	2戸	3DK	×
萩原	1戸	3DK	×
杣尻	1戸	3DK	×

●家賃 月額13,300円～

●駐車場使用料 月額200円～

●申込期間 11月20日(金)～30日(月)(消印有効)

●問い合わせ・申込先

〒755-0033

宇部市琴芝町一丁目1-50

(一財)山口県施設管理財団宇部支所 (☎ 37-0878)

令和元年度寄附金の受入状況

令和元年度において、みなさまからたくさんのご寄附をいただき、厚くお礼申し上げます。基金に積み立てたものについては、今後、寄附の目的達成のため有意義に活用させていただきます。

■寄附金

寄附採納日	寄贈者	金額(円)	寄附の目的	管理状況等
4月24日	法人	120,000	学校および幼稚園の図書の充実	学校図書館に図書を購入
5月10日	法人	100,000	中央図書館の図書の充実	中央図書館に図書を購入
5月28日	団体	20,000	地域への還元として	子育て総合支援センターに座卓を購入
6月3日	個人	10,000	学校図書の充実	学校図書館に図書を購入
7月1日	法人	1,000,000	地域貢献のため	ふるさと支援基金に積立
9月3日	法人	1,000,000	山口東京理科大学薬学部の充実と発展に寄与するため	公立大学法人運営基金に積立
9月26日	法人	100,000	教育振興のため	中央図書館に図書を購入
10月11日	個人	10,000	学校図書の充実	学校図書館に図書を購入
10月24日	個人	10,000	学校図書の充実	学校図書館に図書を購入
12月11日	個人	50,000	市政推進のため	ふるさと支援基金に積立
12月23日	法人	30,000	青少年健全育成のため	缶バッジマシンを購入
1月10日	個人	11,000	学校図書の充実	学校図書館に図書を購入
3月19日	個人	10,000	学校図書の充実	学校図書館に図書を購入
3月31日	法人	1,000,000	山口東京理科大学薬学部において、将来の医療人材の育成に寄与するため	公立大学法人運営基金に積立

■ふるさと納税

令和元年度	件数	金額(円)	寄附の目的	管理状況等
	3,563	89,629,000	総合計画の基本目標に基づき寄附者が指定	ふるさと支援基金に積立

●問い合わせ先 総務課 (☎ 82-1121)

◎11月はスマイルエイジング強化月間

「スマイルエイジング」とは、スマイルの源となる「心身の健康」を保ちつつ、誰もが笑顔で年を重ねていくことで、「健康寿命の延伸」を目標とするものです。市では、健康に関する様々な取組を市民や関係団体との協創（お互いの立場を尊重しながら共にまちをつくっていく取組）により集中的に実施する月間として、11月を「スマイルエイジング強化月間」としています。

11/1 ㊸～30 日㊸に様々な取組を実施！
スマイルエイジング強化月間
応援サポーター

スマイルエイジング強化月間応援サポーターとして、市内80事業所が、無料の歯科健診やおすすめ野菜レシピの配布など、市民の健康づくりのきっかけとなる取組や情報提供を行います。積極的に参加して健康づくりに取り組みましょう。

※応援サポーター一覧および取組内容は市ホームページをご覧ください。

スマイルエイジング強化月間 検索



「レシピ・お弁当」コンテストに投票しよう！

応募のあった536点の中から20点の入賞作品が決定しました。さらに、市民の投票による2次審査を行い、最優秀賞をはじめとする各賞を決定します。ぜひ、ご投票ください！



◆投票方法
応援サポーター（一部除く）に設置の投票箱に投票

★強化月間に実施する取組に参加して健康マイレージを貯めよう！

応援サポーターが実施する健康づくりに関する取組に参加すると、健康マイレージのポイント（5ポイント）が付与されます。詳しくは市ホームページをご覧ください。



【すくすく相談】（母子健康手帳持参）

お子さんのことで心配なこと、分からないことなどの相談に応じます。

- 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
- 申込方法 窓口または電話

※新型コロナウイルス感染症予防のため、事前に予約が必要です。

■スマイルキッズ

- とき 11月26日(木) 9:30～11:15
- 申込先 ココシェ（スマイルキッズ内 ☎82-2526）

■保健センター

- とき 12月3日(木) 9:30～11:15
- 申込先 健康増進課



【健康相談】

■厚狭地区複合施設

- とき 11月10日(火) 9:30～11:30
- 内容 血圧・体重・体脂肪率測定 ほか
- 持参物 健康手帳（お持ちの人）

【ミニしょくいくはかせ教室】

幼少期から様々な食体験を通して、食の知識や調理技術の習得、食事のマナーなどを総合的に学び、家庭での食育実践をサポートする教室です。なお、今年度の「もぐもぐはかせ教室」は中止しています。

- 対象 未就学児（保護者は見学のみ）
- とき 12月6日(日) ①9:45～10:30 ②10:45～11:30
- テーマ 「行事食を知ろう（クリスマス）」
- 定員 各回6人（先着順）

※新型コロナウイルス感染症対策として、定員を半数にし、感染対策を行いながら実施します。

- 参加料 1人100円
- 持ってくるもの エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ、お茶等
- ところ スマイルキッズ
- 申込期限 11月30日(月)
- 申込方法 窓口または電話

※アレルギーがある人は、申込みの際にお知らせください。

- 問い合わせ・申込先 健康増進課

山陽小野田市急患診療所 【一次診療所】 東高泊 1947-1 ☎ 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	診療時間 (9:00～12:00, 13:00～17:00)	
	内科	外科
▶ 11/ 1(日)	はたもとクリニック 日の出三丁目 ☎ 83-5114	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 11/ 3(祝)	吉中内科医院 住吉本町一丁目 ☎ 84-5177	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221
▶ 11/ 8(日)	伊藤医院 千代町一丁目 ☎ 83-2009	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 11/15(日)	吉武医院 常盤町 ☎ 72-1110	井上医院 新生二丁目 ☎ 81-1213
▶ 11/22(日)	たみたに内科・循環器科 寝太郎町一 ☎ 72-4970	瀬戸整形外科クリニック 稲荷町 ☎ 83-2292
▶ 11/23(祝)	女性クリニックおがた 中央三丁目 ☎ 83-3859	松岡整形外科 北竜王町 ☎ 81-3818
▶ 11/29(日)	早川内科医院 須恵西 ☎ 88-0008	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355

※上記の市民病院では、医師会から派遣された医師が1次救急(軽症の患者)のみを診ます。
 ※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)

【インフルエンザを予防しましょう】

秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。予防接種や感染防止対策を行い、インフルエンザを予防しましょう。

■インフルエンザの特徴

突然現れる高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強いのが特徴で、あわせてのどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。

■予防について

- **インフルエンザワクチンの接種**
インフルエンザによる重篤な合併症等を予防する効果があります。新型コロナウイルスとの同時流行が懸念されることから、流行前に接種しましょう。
- **うがい、手洗いの励行** こまめなうがい、手洗い(約30秒間)を行いましょう。
- **咳エチケットを守る**
マスクの着用、とっさの時は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を覆い、直接人にかからないようにしましょう。
- **十分な休養、バランスのよい食事をとる**
日ごろから十分な休養、バランスのよい食事を取り、体力や抵抗力を高めましょう。

【アルコール関連問題啓発週間】

11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間です。不適切な飲酒はアルコール健康障害の原因となり、アルコール健康障害は、本人の健康の問題のみならず、家族への深刻な影響や重大な社会問題を生じさせる危険性があります。不適切な飲酒がもたらす健康への影響、関連して引き起こる問題について、正しく理解し、節度ある飲酒を心がけましょう。

■アルコール健康障害とは？

アルコール依存症その他の多量の飲酒、未成年者の飲酒、妊婦の飲酒等の不適切な飲酒の影響による心身の健康障害のことをいいます。



■適度な飲酒量とは？

厚生労働省は、1日に純アルコールで「約20g」を節度ある適度な飲酒としています。

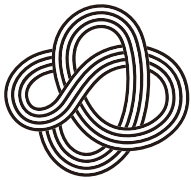
◦純アルコール約20gを含む酒類の一例

ビール：500ml 缶(アルコール5%)、日本酒：1合(アルコール15%)、チューハイ：350ml 缶(アルコール7%)、ワイン：小グラス2杯(アルコール12%)

■悩みは抱え込まず早めに相談しましょう

保健センターでは、お酒のことで悩んでいる人やその家族からの相談に応じています。お気軽にご相談ください。

- **問い合わせ・相談先** 健康増進課



山口県央連携都市圏域

山口ゆめ回廊

YAMAGUCHI YUME KAIRO

平成 29 年に山口県央部の 7 市町で形成された山口県央連携都市圏域の情報を紹介します。標題の「山口ゆめ回廊」は、圏域の明るい未来を願ってつけられた愛称です。

宇部 UBE ビエンナーレ彫刻の丘ライトアップ

野外彫刻展 UBE ビエンナーレ(現代日本彫刻展) 第 28 回展の野外彫刻 15 点と宇部のシンボル「蟻の城」ほか、会場内をライトアップします。

とき ▶ 11/23 ㊥まで 18:00 ~ 22:00 ところ ▶ UBE ビエンナーレ彫刻の丘(野中 3-4)

入場料 ▶ 無料

㊥宇部市 UBE ビエンナーレ推進課
☎ 0836-51-7282

美祿 秋吉台の地下で未踏の大洞窟探検ツアー

秋吉台の未公開洞窟での探検です。鍾乳石や地底湖など見所満載です。

とき ▶ 開催中 9:00 ~ 12:30, 13:00 ~ 16:30 ところ ▶ 秋吉台アドベンチャーツアーズ事務所(秋芳町秋吉台 1237-216)

参加料 ▶ 大人 12,760 円, 小学生 10,560 円(保険料含む)

㊥秋吉台アドベンチャーツアーズ
☎ 080-4555-4264

防府 雪舟生誕 600 年記念特別展「国宝」

雪舟が描いた 16 メートルにも及ぶ長大な画卷「四季山水図」をはじめとする国宝や重要文化財など、毛利家伝来の優品を公開します。

とき ▶ 12/21 ㊥まで 9:00 ~ 17:00 ところ ▶ 毛利博物館(多々良 1-15-1) 入館料 ▶ 大人 1,000 円, 小中学生 500 円

㊥毛利博物館
☎ 0835-22-0001

山口 山口情報芸術センター特別企画展《water state 1》

坂本龍一氏、高谷史郎氏が 2013 年に山口情報芸術センター(YCAM)とともに制作したインスタレーション作品を展示します。

とき ▶ 12/6 ㊥まで 12:00 ~ 17:00 ところ ▶ YCAM サテライト A(駅通り 1-5-25)

入場料 ▶ 無料

㊥山口情報芸術センター
☎ 083-901-2222

萩 第 2 回世界遺産ご当地特産品フェア

世界遺産登録 5 周年を記念して、「明治日本の産業革命遺産」を構成する 8 県 11 市の特産品フェアを開催します。ご当地おすすめの特産品が大集合!ぜひ、ご来場ください。

とき ▶ 11/21 ㊥ ~ 11/30 ㊥ 9:00 ~ 17:00 入場料 ▶ 無料

ところ ▶ 萩・明倫学舎(江向 602)

㊥萩・明倫学舎
☎ 0838-21-0304

津和野 企画展「看護婦～ナース服の変遷に見る看護の歴史～」

貴重な昔のナース服の展示と合わせて、ナース服がどんな歴史をたどって今の形になったのか等、歴史を紐解いていきます。

とき ▶ 11/30 ㊥まで 9:00 ~ 16:30 ところ ▶ 旧畑迫病院(邑輝 829-1) 入館料 ▶ 大人 200 円, 中高生 150 円, 小学生 100 円

㊥旧畑迫病院
☎ 0856-72-0338

学校へ行こう!



平和学習～原爆の悲惨さや平和の尊さについて学ぶ～

9 月 16 日、出合小学校の 6 年生が平和学習を行いました。市内在住の木下俊夫さんが語り部として、自身の広島での被爆体験をもとに講話をされました。木下さんは「みなさんには、問題を解決する手段として戦争をしてはいけないと、勇気をもって言えるようになってほしい。戦争のない平和な国をつくってほしい」と力強く語りました。話を聞いた児童は「世界では争いがある国もあるので、この先は争いがなくなり、平和で幸せな暮らしができる世界になってほしい」「戦争の怖さや平和に暮らしている今がどれだけ幸せなのかがよく分かった」と感想を述べました。被爆者の高齢化により被爆体験を語れる人が少なくなっている中で、戦争体験や思いを直接聴くことができ、原爆の悲惨さや平和の尊さについて考える貴重な機会となりました。



【問い合わせ先】学校教育課 (☎ 82-1201)

市民のみなさんが想う自慢のわがまちを紹介するコーナーです。市内、津々浦々、多様な人からのリレーでつなげていきます。圖シティセールス課 (☎ 82-1151)

須恵児童館の ステンドグラス

岡田 栄進

須恵児童館の玄関にあります。大きさは、横 1.2 × 縦 1.7m で、羽を広げた孔雀の下に、イルカが優しい顔で泳いでいます。陽の光を青っぽい煌めきに変えるステンドグラスで、来館される方を美しく照らします。目につきにくい場所(須恵小学校の東隣)にあります、綺麗ですよ。



▶次回は縄田 也千さん

湯ノ峠の 湧き水

山本 奈都子

JR 美祿線の湯ノ峠駅前の道路を山陽小野田市側に約 300m 南下した道路脇にある、地元の方々にも人気の湧水スポットです。我が家でも、コーヒーや紅茶を飲む時や、ご飯を炊く時に使っており、湧水で炊いたご飯はふっくらとして、とても美味しいです!



ぜひ、足を運んでみて下さい。

▶次回は山本 瑞江さん

今月のおすすめ料理

「れんこんとベーコンの粒マスタード炒め」

～ビタミンCを多く含むれんこんで免疫力アップ!～



材料(4人分)

れんこん	280g	A	塩	小さじ1/3
ベーコン	120g		こしょう	少々
しめじ	100g		さとう	小さじ2
パプリカ(赤)	100g		みりん	大さじ1
サラダ油	大さじ1		粒マスタード	大さじ2
			水	50cc
			バジル	適量

[1人分栄養価] エネルギー 223kcal / たんぱく質 6.3g / 脂質 15.2g / 塩分 1.2g

作り方

- ①れんこんは皮をむき、5mm厚さの半月切りにして、さっと水にさらし、水気を切る。
- ②ベーコンは1cm幅の短冊切りにする。しめじは石づきを取り、ほぐす。パプリカは一口大に切る。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、①を入れ中火で炒める。
- ④れんこんが透き通ったら、②とAを加えて炒める。
- ⑤④を皿に盛り、バジルを飾る。

食事バランスガイド



今回の料理は「副菜1」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(赤崎・本山区校担当)

えがおがいちばん!!

「元気で笑顔いっぱいな山陽小野田っ子!」



山根 華ちゃん (3歳)



袋野 莉子ちゃん (2歳), 壘生くん (9か月)
「元気いっぱいの姉弟です!」

問い合わせ 756-8601 山陽小野田市役所
・申込先 シティセールス課広報係 (☎ 82-1148)



小学校就学前までのお子さんの写真を募集中!



子育て情報ナビ

11月は「児童虐待防止推進月間」です

<<< 令和2年度児童虐待防止推進月間標語 >>>

「189 知らせて守る こどもの未来」

児童虐待(身体的、性的、ネグレクト、心理的)について児童相談所に寄せられる相談は、年々増加傾向にあり、子どもの生命が奪われるなどの重大な事件も、依然として発生しています。

児童虐待は、社会全体で解決すべき課題です。児童虐待の発生予防と早期発見、虐待を受けた子どもの自立に至るまで切れ目のない総合的な支援が必要です。地域が一体となり、かけがえのない子どもの命を守りましょう。

子どもや保護者のサインを見落としていませんか?

虐待かも?と思ったら、すぐに連絡してください。あなたからの電話で救われる子どもがいます。

●児童相談所全国共通ダイヤル

☎189 (いちはやく)

●宇部児童相談所

☎39-7514

連絡者や内容に関する秘密は固く守られます。



子育て支援課 (☎ 82-1175)



ごみ出しは、みんなでマナーを守って、正しく分別して出しましょう!

環境衛生センター ☎ 83-3651

■指定されたごみの日に正しく出しましょう!

「燃やせないごみの日」に下記のごみが出ていることがあります。「家庭ごみの出し方」を確認して、正しく分別し、それぞれの指定された日に出してください。

●タンス等の大型ごみ → 戸別収集(予約制)・環境衛生センターへ直接持ち込み

●飲食用の空びん → 空びんの日

●ペンキ・オイルのかん以外の空かん → 空かん、古着・布類、発泡スチロール・白色トレイの日

●指定ごみ袋に入る金属等が付いていないプラスチック等

→ 燃やせるごみの日



11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	9日(月) 9:00~11:00 ※申込開始日:10月30日(金) (定員12人,先着順)
▶ 弁護士による法律相談	生活安全課	☎ 82-1133	24日(火) 13:00~16:30 ※申込開始日:11月13日(金) (定員10人,先着順)
▶ 国等の行政相談	山陽総合福祉センター 生活安全課	☎ 083-932-1100 (山口行政監視行政相談センター)	11日(水) 10:00~12:00 18日(水) 10:00~12:00
▶ 人権相談	市民活動推進課 厚狭地区複合施設	☎ 82-1137 (市民活動推進課)	10日(火) 9:30~12:00 11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	☎ 38-8348 (社会福祉協議会)	5日(木)・26日(木) 9:00~12:00 5日(木)・26日(木) 9:00~12:00 4日(水)・11日(水)・25日(水) 9:00~12:00
▶ 家庭児童相談	スマイルキッズ 子育て支援課	☎ 82-2527 ☎ 82-1175	毎週月・火・木・金曜日 8:30~17:15 毎週水曜日 8:30~17:15 ※月~金曜日の夜間・土・日曜日,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2階 保健センター	☎ 84-5416 ☎ 71-1681	毎週月曜日 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・木曜日 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~金曜日 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~金曜日 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	☎ 81-0050 (社会福祉協議会) ☎ 72-1813 (社会福祉協議会)	毎週月~金曜日 8:30~17:15(祝日を除く)

全国一斉 【期間】 11月12日(木)~18日(水)

女性の人権ホットライン強化週間

配偶者、パートナーからの暴力や職場における各種ハラスメント、ストーカー行為といった女性をめぐる様々な人権問題について、平日に電話相談を受け付けています。強化週間中は、平日の受付時間を延長し、さらに土・日曜日にも相談を受け付けます。

【問い合わせ先】山口地方法務局人権擁護課 (☎ 083-922-2295)

一人で悩まずお電話ください

相談電話番号(全国共通ダイヤル)
☎ 0570-070-810

<強化週間中の受付時間>

平日 8:30~19:00

土・日曜日

10:00~17:00



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 11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

1 日 外	2 月 外	3 祝 外	4 水 ◇心配ごと 回 ♥1歳6か月児 (保健センター) 外	5 木 ◇心配ごと 回 ♥すくすく相談 (保健センター) 外	6 金 ♥糖尿病予防教室 (厚狭地区複合施設) 外	7 土 外
8 日 ♪山口ゆめ回廊博覧 会プレイベント・ジビ エ(ソル・ポニエンテ) 外	9 月 ◇司法書士による 法律相談 回 外	10 火 ♥健康相談 回 ◇人権 回 🧑‍🎨 外	11 水 ◇行政・人権・心配 ごと 回 🧑‍🎨 外	12 木 🧑‍🎨 外	13 金 ♥1歳6か月児 (スマイルキッズ) 外	14 土 外
15 日 ♥第11回SOS健康 フェスタ ~30日 ♪第8回郵便局×き ららガラス未来館コ ラボ企画【下段】 外	16 月 外	17 火 外	18 水 ◇行政相談 回 ♥3歳6か月児 (保健センター) 外	19 木 ♥幼児食に向けての ステップアップ教室 (スマイルキッズ) 外	20 金 ♥育児学級 (保健センター) ♥3歳6か月児 (スマイルキッズ) 外	21 土 外
22 日 ♪第8回郵便局× きららガラス未来館 コラボ企画【下段】 外	23 祝 外	24 火 ◇弁護士による 法律相談 回 ○埴生公民館・支所・ 児童クラブ開館セレモ ニー&施設見学会 外	25 水 ◇心配ごと 回 外	26 木 ♥すくすく相談回 ◇心配ごと 回 外	27 金 ♥3歳6か月児 (スマイルキッズ) 外	28 土 ♪第8回郵便局× きららガラス未来館 コラボ企画【下段】 ♪わくわく竹あかり in 江汐【下段】 外
29 日 ♪第8回郵便局× きららガラス未来館 コラボ企画【下段】 外	30 月 外	1 火 外	2 水 ♥3歳6か月児 (保健センター) 外	3 木 ♥すくすく相談回 外	4 金 外	5 土 外
6 日 ♥ミニしょくい くはかせ教室 回 外	7 月 外	 <p>山口ゆめ回廊博覧会山陽小野田市プレイベント ★ガラスアートフェス in 山陽小野田 ~ 12/25 金 市内 10 か所を巡るガラスのスタンプラリー開催中♪ ★“恋の歌” 限定かるた体験教室 (参加料:3,500円) 11/15 日, 12/6 日 13:00 ~ 16:00 (要申込)  不二輸送機ホールで開催! 先着順で各 10 人程度 園文化スポーツ推進課 (☎ 82-1115) 詳しくはこちら▲</p>				

pick up!

第8回 郵便局×きららガラス未来館コラボ企画 ガラスの年賀スタンプ

ガラスのペーパーウェイトに文字やイラストを彫って、オリジナルのガラス年賀スタンプをつくろう!

とき 11/15(日), 22(日), 28(土), 29(日)
 時間はいずれも 9:00 ~

料金 2,450 円 (材料費含む)

定員 各 12 人 (先着順)

※きららガラス未来館に電話で申し込んでください。

【ところ・問い合わせ先】 きららガラス未来館 (☎ 88-0064)

pick up!

第4回 淡い灯りのバラ園とライトアップされた紅葉 “わくわく”竹あかり in 江汐

とき 11/28(土) 13:00 ~ 19:00

ところ 江汐公園管理棟周辺

【内容】 13:00 ~ 竹とうろう絵付け(先着 40 人)・竹細工, 13:30 ~ チェーンソーアート・ステージイベント, 16:30 ~ 17:00 開会セレモニー(竹とうろう点火)

※マスク, 防寒具, 懐中電灯を持参してください。

【問い合わせ先】 江汐公園管理棟 (☎ 83-5378)