



出合公民館は令和4年4月より「出合地域交流センター」に名称が変わりますが、今まで通り、暮らしに役立つ一般教養や雑学、趣味や健康づくり、ふれあいや交流の場として各主催講座やクラブを開催します。そこで、本年度も各主催講座やクラブの受講生を募集いたします。出合地区の方はもとより、多くの市民の方々が奮って参加されることを期待しております。

主催講座、クラブへ参加を希望される方は、施設内窓口に備え付けの申込書にて**4月末日(第1次締切日)**までにお申込みください。途中参加も受け付けます。なお、ご不明の点についてはご遠慮なくお尋ねください。

主催講座「**であい塾**」



暮らしに役立つ教養・雑学講座。ふれあいや交流、地域づくりにも役立つ講座です。日常生活をより豊かに過ごしましょう。

令和4年度 <b>であい塾</b> 学習計画 (原則 第3火曜日 9:30~11:00)				
回	開催日	学習テーマ	講師等	備考
1	5月17日	開講式・地域の安心安全のために	出合駐在所 所長 尾崎 浩人 様	講話
2	6月21日	陶芸体験 ~自分と向き合う~	寝太郎窯・陶好会	実技(材料費要)
3	7月19日	生活に音楽を	竹内 道子 様	講話
4	8月30日	歴史講座 ~出合地区と平家との関わり~	歴史民俗資料館 学芸員 溝口 純一 様	講義 ※ 日程注意
5	9月20日	詐欺や悪徳商法にご用心	山陽小野田消費者の会 支部長 内藤美恵子様	講話
6	10月18日	花の寄せ植え ~家庭やお庭を華やかに~	花の海	実技(材料費要)
7	11月15日	館外研修	福岡県朝倉方面	視察研修 (実費要・定員40名)
8	12月20日	ミニ門松作り ~お正月飾りに彩りを添えて~	秋済 芳江 様 他 地域有志	実技(材料費要)
9	1月17日	渡航経験で学んだこと・伝えたいこと	多文化共生コーディネーター 中野 幸郎 様	講義(班長会議)
10	2月21日	より良い地域づくりのために・閉講式	市教育委員会 社会教育課	講義

主催講座「**男の腕まくり**」



男性料理教室です。出合校区食生活改善推進協議会の方々の指導のもと、健康を考えたメニューで楽しく調理実習を行います。

令和4年度 <b>男の腕まくり</b> 学習計画 (原則 第2木曜日 9:30~13:00) 米8勺、材料費400円			
回	開催日	テーマ・内容	指導者・その他
1	5月12日	開講式・『野菜をたっぷり減塩レシピ』 お楽しみデザート	出合食推
2	7月14日	『免疫力アップレシピ』 お楽しみデザート	出合食推
3	9月8日	『災害時に活用できるレシピ』 お楽しみデザート	出合食推
4	11月10日	『出合料理教室のメンバーと一緒に調理実習をしよう』	出合料理教室
5	1月12日	『新年会ちよとごちそうレシピ』 お楽しみデザート	出合食推
6	3月9日	『お楽しみレシピ』 お楽しみデザート・閉講式	出合食推

## 主催講座「健康講座」



健康についての悩みを解決し、ニュースポーツで体を動かし心身共にリフレッシュ！！仲間とともに大いに盛り上がりましょう。

令和 4年度 健康講座 学習計画 (原則 第1火曜日 9:30~11:00) 途中参加も受け付けます。

回	開催日	学習テーマ	講師等	学習形態	備考
1	6月7日	開講式 生活習慣病の予防に役立つ 口腔ケア	山口東京理科大学薬学部 教授 小野 浩重 様	講義	
2	7月5日	グラウンドゴルフに挑戦	出合体育振興協議会	実技	雨天の場合はペタンク
3	8月2日	健康は笑いから I	市スポーツ推進員 吉富 依子 様	講話	
4	9月6日	脳トレで心も体も健康に	介護予防応援隊 神崎 宜子 様	講話	
5	10月4日	健康は笑いから II	市スポーツ推進員 吉富 依子 様	講話	
6	11月1日	老化を予防し元気に過ごそう	山口ヤクルト販売会社	講話	
7	12月6日	より良い睡眠のために	山口労災病院 認定看護師	講話	
8	2月7日	カローリングに挑戦 閉講式	出合体育振興協議会	実技	

## 主催講座「健康ウォーク」



「出合で出会いを楽しもう！」をスローガンにみんなでウォーキング。地域の文化にふれながら無理せず楽しく歩きましょう。

令和 4年度 健康ウォーク 実施計画 (原則 第1土曜日 8:40~12:00) 途中参加も受け付けます。

回	開催日	テーマ	コースの概要	備考
1	6月4日	厚陽地区を散策しよう	渡し船跡地、虚空蔵菩薩、瘡守神社 吉部田八幡宮	厚陽地域交流センターまで車で移動
2	7月2日	小野田地区を散策しよう	歴史民俗資料館、日産化学、須恵焼 窯元、いぼ観音	小野田地域交流センターまで車で移動
3	9月3日	有帆地区を散策しよう	覚天寺、千林尼の石畳道、二井ぶどう園	有帆地域交流センターまで車で移動
4	10月1日	寝太郎の里を散策しよう	円応寺、熊谷家居跡、沓古墳、桶の公園	厚狭地域交流センターまで車で移動
5	11月5日	埴生地区を散策しよう	青年の家、専光寺、山陽オートレース 場、花の海	埴生地域交流センターまで車で移動
6	12月3日	長府庭園を散策しよう	埴生駅、長府駅、功山寺、長府庭園	埴生駅⇄長府駅はJR利用
7	2月4日	高泊地区を散策しよう	後瀧開作二挺唐樋、いぼどり地蔵、烏 帽子岩神社	高泊地域交流センターまで車で移動
8	3月4日	厚狭地区でお雛様巡りを しよう	厚狭駅、千町商店街、SL公園、南高 校	厚狭地域交流センターまで車で移動

※ 8月は盆踊りのため予定なし。

## 主催講座「防災講座」



どこでも起こり得る災害、備えは大丈夫ですか？ 気象に関する知識や日常生活でできる防災・減災対策をしっかりと学びます。

令和 4年度 防災講座 学習計画 (原則 第4木曜日 9:30~11:00) 途中参加も受け付けます。				
回	開催日	テーマ・内容	講師	備考
1	5月26日	「台風や大雨による災害を防ぐために」	下関地方气象台職員	開講式 (公開講座)
2	6月23日	「身近なものを使って応急処置を学ぼう」 ・ラップを使った応急処置・三角巾の活用 他	地区防災士 西 博行 様	
3	7月28日	「身近なものを使った防災対策を学ぼう」 ・ブルーシートでテント作り・ロープワーク等	地区防災士 田尾 進 様	ロープ持参
4	8月25日	「家庭でできる防災対策」 ・具体的な防災・減災対策・防災袋の中身	市総務課危機管理室	(公開講座)
5	9月22日	「避難経路を実際に歩いてみよう」 ・避難経路を歩きながら危険箇所の確認	地区防災士 鈴木 洋右 様	校区内視察
6	10月27日	「出合地区防災訓練の計画を立てよう」 ・防災訓練の内容と訓練方法等の計画	出合地区セーフティー ネットワーク	
7	11月24日	「減災マップの見直しをしよう」 ・避難場所までの安全なルート図の作成	地区防災士 曾瀬 護 様	
	12月4日 (日曜日)	出合地区防災訓練	出合地区セーフティー ネットワーク	出合地区セーフティー ネットワークと共催
8	1月26日	「自主防災組織について考えよう」 ・どうしちよるネットの拡大・自宅避難の課題等	地区防災士 曾瀬 護 様	
9	2月16日	「防災意識の高揚を図るために」 ・1年間のまとめ・来年度の計画	地区防災士 鈴木 洋右 様	閉講式

## 主催講座「子育て教室」



親子一緒に参加できます。子どもの発育や子育ての悩みの相談に対応します。親同士の茶話会スタイルで進めていきます。

令和 4年度 子育て教室 学習計画 (原則 第4水曜日 10:00~12:00) 途中参加も受け付けます。				
回	開催日	テーマ・内容	指導者・その他	備考
1	5月25日	開講式・『読み聞かせ・子育て相談』	富永恵美子様・出合子育て支援	講話・質疑
2	6月22日	『七夕飾り作り、ふれあい活動』	出合子育て支援・出合母推	実習
3	7月27日	『熱中症を予防しましょう』	市健康増進課・出合子育て支援	講話・質疑
4	8月24日	『ばいきんをやっつけろ!』	市民病院看護師・出合子育て支援	講話・質疑
5	9月28日	『乳幼児期からの食育のすすめ』	市健康増進課・出合子育て支援	講話・質疑
6	10月26日	『むし歯予防教室』	市健康増進課・出合子育て支援	講話・質疑
7	11月30日	『子どもを感染症から守るために』	市健康増進課・出合子育て支援	講話・質疑
8	12月21日	『クリスマス飾り作り、ふれあい活動』	出合子育て支援・出合母推	実習
9	1月25日	『子どもの事故防止について』	市健康増進課・出合子育て支援	講話・質疑
10	2月22日	『入園に備えて』・閉講式	ねたろう保育園長・出合子育て支援	講話・質疑

## その他の主催講座



## 主催講座「夏休み子ども教室」

短期講座も企画中です。詳しいことが決まりましたら回覧でご案内いたします。

開設講座への要望等もお聞かせください。

- 1 切り絵教室 (7/5・7/19・8/9・8/23 全4回)
- 2 プラネタリウム教室 (5/30・10/31 全2回)
- 3 パソコン教室 他

夏休みに小学生を対象に「夏休み子ども教室」を開催します。詳しい内容は夏休み前に小学校に募集案内をお届けします。

1. 子どもクッキング教室
2. 習字教室
3. 科学工作教室
4. 卓球教室
5. エコグッズ教室



# 令和4年度 クラブ受講生募集

お気軽に電話または施設内窓口にてお申し込みください。

クラブ名	指導者	日	時	対象	会費
ノフロアハケ出合 【フラダンス】	梅永 卿子	毎月第1・3 月曜日	14:00～16:00	一般女性	月額 3,000円
太極拳教室	伊藤 彰子	毎月第2・4火曜日	9:00～11:30	制限なし	月額 2,500円
吟詠教室	原田 育郎	毎月第2・4火曜日	10:00～11:30	制限なし	月額 2,500円
ミュージカル山陽 ありすの家	峰永 郁代	毎週 水曜日 (月4回)	19:00～21:30	制限なし	月額 3,000円
大正琴ねむの木	安部 由紀子	毎月第2・4水曜日	13:30～15:30	制限なし	月額 2,500円
書道教室	山口 愛子	毎月第2・4水曜日	10:00～12:00	一般女性	月額 1,200円
料理教室	原田 允子	毎月第3水曜日	10:00～13:00	一般女性	初回 2,000円 月額 500円
ふれあい 音楽教室	山本 真理子 竹本 和子	毎月第1・3木曜日	10:00～11:30	一般女性	月額 750円
編物同好会	篠田 サチエ	毎月第2木曜日	13:30～16:00	制限なし	年額 3,000円
出合卓球クラブ	相互学習	毎週 木曜日 (月4回)	14:00～16:00	制限なし	年額 1,000円
出合グラウンドゴルフ クラブ	相互学習	毎月第1・2・4・5 火曜日	9:30～11:30	制限なし	年額 1,000円

※ ふれあいと活力あふれる地域づくりは、一人ひとりの参加から！

## 令和4年度 共催行事予定

※詳細は事前に回覧でお知らせします。

出合ふれあいハイキング	4月 2日(土)	片尾畑～厚狭平原～柏原
第16回市民運動会 出合大会	5月 8日(日)	出合小学校グラウンド (中止)
出合ふれあい盆踊り大会	8月 6日(土)	公民館前庭
出合ふれあいまつり2022	10月23日(日)	公民館前庭
出合地区グラウンドゴルフ大会	11月 6日(日)	岡石丸運動公園
松嶽山初日を迎える会	1月 1日(祝)	松嶽山山頂
出合地区どんどやき	1月14日(土)	公民館横児童公園

○ 施設内にある図書室は申請書なしで利用でき、今まである蔵書に加えて、毎年、新刊図書や絵本などを補充しています。施設内には「市立図書館 図書返却ポスト」があり、市立図書館の本の返却ができます。また、気軽に読書ができるように、玄関入ってすぐ左にある企画室（通称：**出合なごみルーム**）に、読書スペースを設置しています。多くの皆様のご利用を心待ちにしております。