



こくほヘルスサポートジム受講生募集

スタッフの丁寧な指導のもと、筋力アップ運動やストレッチ等で身体を動かして生活習慣病を予防しましょう！

2月中の希望する時間帯で①～③のスポーツジムが最大8回利用できます。

◎対象 30歳から74歳までの市国民健康保険加入者

◎費用 1,000円（全8回分）

◎定員 各10人（応募多数の場合は抽選）

◎申込先 保険年金課、山陽総合事務所、各支所

◎申込期限・方法 1月15日（休）17:00（必着）までに電話、WEB申請、窓口



【WEB申請】

①スポーツコアアルファ（高栄三丁目6-22）

●平日9:30～22:30（木曜日は定休日）

●土・日曜日、祝日10:00～20:00

②ASAトレーニングジムゼロワン（鴨庄81-1）

●平日9:30～22:00（水曜日は定休日）

●土曜日9:30～22:00 ●日曜日9:30～16:30

③カーブス（おのだサンパーク内またはイオン小野田内）〈女性限定〉

●平日10:00～13:00 および15:00～19:00（日曜日、祝日は定休日）

●土曜日10:00～13:00

問・図 保険年金課（☎82-1189）



山陽小野田市防災標語コンクール

受賞作品決定

令和2年度から実施している山陽小野田市防災標語コンクールは、年々応募総数が増えており、今年度は市内全小中学校を通じて2,390点の応募がありました。

その中から、受賞作品に選ばれた15作品をご紹介します。

◎最優秀作品 迷わずに すぐ避難せよ まずは自助（赤崎小5年 米彌遥仁）

【小学生の部】

◎優秀作品 こわいのは 災害よりも その油断（本山小5年 橋本柚希）／災害に 備える強さ 地域の輪（須恵小6年 中陽葵）

◎佳作 日頃から 家族と確認 避難場所（高千帆小5年 小野新）／ひなんばしょ かぞくでかくにん 年一度（厚狭小4年 大谷風花）／備えあり 想定外も 視野に入れ（厚狭小6年 横田陽南）／備えよう もしものための 非常食（埴生小5年 白田舞菜）／非常な時こそ、冷静・安全・助け合い（小野田小6年 荒木奏帆）

【中学生の部】

◎優秀作品 災害時 慌てず行動 自助共助（厚狭中2年 中谷圭一）／大切に 日頃の備えと 地域の輪（小野田中2年 早崎菜乃）

◎佳作 災害に 負けない深い 地域の繋がり（竜王中3年 瀧原彩夢）／「想定外」を想定に あなたの意識がみんなを救う（小野田中3年 上原一花）／いつもの備えが いつかの支え（小野田中2年 井手柚希）／「まだ平気」スマホで撮るより まず避難（高千帆中3年 藤本茉莉花）／防災は みんなでできる 命のつながり（高千帆中3年 田中心彩奈）



【11/4に実施された表彰式】

問総務課（☎82-1122）