

市広報

ほうふ

五月一日号

# 令和元年

初春令月 気淑風和

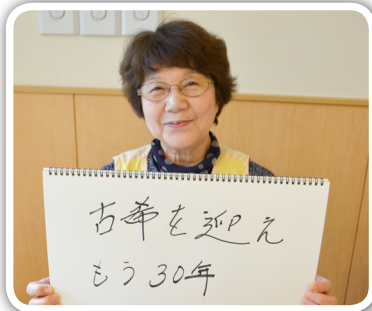
梅披鏡前之粉 蘭薰珮後之香



# さあ、「令和」へ。



防府南側眺望（桑山山頂から）



五月一日に新元号「令和」が施行されます。  
昭和から平成にかけての防府市のまちの変化を写真で  
振り返るとともに、市民の皆さんにとっての「平成」、  
そして「令和」に向けての想いを取材しました。



(平成31年4月 撮影)

みんな知っちゃうよ？



## 防府市と「令和」の縁

ゆかり

### 『時代』から

《表紙の写真》国指定史跡 周防国衙跡  
万葉の時代はまさに律令時代。

当時は「周防国」の「国府」があり、周防国分寺が創建されるなど、防府がとても栄えていたことを今に伝える史跡です。

### 『花木』から

「令和」の由来となった万葉集に詠まれている「梅」は、防府市の花木。

特に、毎年防府天満宮で咲き誇る「梅」の花は圧巻です。

### 『地名』から

国土地理院地図で調べてみると、「令」の字を含む地名は全国に11か所しかなく、その内の8か所がここ『防府』にあることが分かりました。

また、防府市には「美和町」、「平和町」、「協和町」、「大字和字」、「上右田和田」といった「和」を含む地名も見られ、新たな元号「令和」との結びつきを感じます。

(国土地理院地図より)

令がつく地名	
大字東佐波令	東仁井令町
大字西佐波令	西仁井令一丁目
大字仁井令	西仁井令二丁目
仁井令町	台道 下津令



防府市スポーツセンター

(平成31年4月 撮影)



(平成17年7月頃撮影)



# 鉄道高架 25 周年 記念セレモニー

～未来への切符～ 25年を振り返り、そして未来へ！

時 5月18日(土)10時～11時40分 所 防府駅構内、アスピラート3階 音楽ホール



10:00 ～ 記念式典【防府駅構内】

10:30 ～ 街の移り変わりを感じよう (DVD 上映)【アスピラート】



11:00 ～ 記念公演 (防府市中学校吹奏楽団)【アスピラート】



パネル写真展【アスピラート】

時 5月18日(土)～23日(木)

所 アスピラート1階 市民スペース



問 都市計画課

(3号館3階・☎25-2152)

## 《第39回》 防府市緑花祭

時 6月1日(土)・2日(日)9時～15時

所 JR 防府駅てんじんぐち多目的広場

6月1日(土)

【特設:ふれあいポニーコーナー】

もちまき/アコースティックギターの演奏/大太鼓、小太鼓の演奏/サクソとピアノの演奏/大抽選会

大抽選会 特賞  
市内共通商品券  
(5万円相当)  
市内飲食店  
お食事チケット

6月2日(日)

【特設:ふれあいヤギコーナー、金魚すくい】

和太鼓の演奏/高木 豊の野球教室/タヒチアングスの披露/びっくり市(セリ市)/もちまき



元プロ野球選手  
高木 豊さん

両日とも

ミニ観葉植物無料配布(先着200人)/樹木大特価販売/移動図書館車/スーパーボールすくい/マーチングバンド

●多肉植物寄植体験 時 6/1 10:30～、12:30～、6/2 9:30～、12:30～ 料 500円 定 各10人 申 5月27日(月)まで

問 都市計画課 (3号館3階・☎25-2159)

## 佐波川総合水防演習

時 5月25日(土)9時～12時15分

所 古祖原地先 佐波川左岸河川敷(新橋下流)

内 情報伝達訓練、水防工法訓練、避難訓練、特別訓練(人命救助、救護訓練、道路啓開訓練)

注 10時頃、防府市内にいる人の携帯電話・スマートフォン等に「緊急速報メール」(訓練)が届きます。

問 国土交通省 山口河川国道事務所 河川管理課

(☎22-1890)

市防災危機管理課

(1号館2階・☎25-2115)



対 対象者(記載がない場合、どなたでも参加頂けます)

時 開催日時 所 開催場所 内 内容 師 講師

持 持参品 料 料金(記載がない場合、参加料無料)

定 定員 注 注意事項 申 申込み 問 問合せ

## 「家庭の日」 親子ふれあいイベント

時 5月19日(日)  
10時30分～14時30分

所 文化福祉会館

内 コマ、やまたんシアター、竹馬  
／感謝の気持ちをこめて／この  
ほりにもようをつけよう

問 生涯学習課(☎23-3015)



## お悩み座談会 「地域で子どもを 見守るしくみ」



時 5月19日(日)13時～15時  
※開催時間内出入り自由。

所 市地域協働支援センター

(ルルサス防府2階)

内 地域食堂などの事例紹介。地域で  
のつながりづくりを話し合います。

問 市民活動支援センター

(☎38-4422)

## ブラックバス・雷魚釣り大会

時 5月26日(日)8時～正午

所 新橋周辺(本部：新橋左岸)

内 清流佐波川の生態系を守るた  
めの外来魚の釣り大会

持 釣り道具 定 50人

申・問 5月15日(水)までに、佐波  
川漁業協同組合へ(☎22-1427)

## 防府史談会 総会記念講演会

時 6月1日(土)13時30分～15時

所 防府図書館 研修室

内 『坂本龍馬と三吉慎蔵』

師 田中 洋一さん 料 500円

問 防府図書館(☎22-0780)

## 《特別展》

### 「究める！マグネット展」

時 6月9日(日)まで

内 磁石が引き起こす実際の現象を  
体験できる実験装置で、日常生活  
で活用される磁石の世界をより深  
く理解できます。

所・問 青少年科学館ソラール

(☎26-5050)

## 防府市子ども読書 フェスティバル

本ってびっくり箱なんだよ、  
さあ開けてみて！

時 5月26日(日)10時～15時

所 ルルサス防府2階 多目的ホール

内 《10:15～正午》

絵本作家岡本よしろうさん

トーク&ワークショップ

《正午～12:30》サイン会

《13:15～14:15》おはなし会

(ミュージックパネルと

絵本の読み聞かせ、朗読劇)

《14:15～15:00》

ビブリオバトル【テーマ：

「読みたくなる子どもの本」】

- 子ども読書推進活動紹介展示
- 絵本作家・岡本よしろうさん紹介展示
- 『図書館を使った調べる  
学習コンクール』関連作品展示

問 防府図書館(☎22-0780)

## 市民体力テスト・ ニュースポーツ体験会



時 6月16日(日)9時15分～正午

所 スポーツセンター武道館

持 運動できる服装・屋内シューズ

内・定 《市民体力テスト》

握力、長座体前屈、反復横跳び、立ち  
幅跳び、20mシャトルラン 50人

《ニュースポーツ体験会》

誰でも簡単に楽しめるスポーツ体  
験会！ 16チーム

申・問 5月31日(金)までに、住所、  
氏名、性別、生年月日、連絡先を  
電話またはFAX、メールで文化・  
スポーツ課 スポーツ推進係へ

(文化財郷土資料館3階・

☎25-2274 ☎25-5578)

✉ sports@city.hofu.yamaguchi.jp

## 議会報告会

時 右表のとおり

### いずれも 19時～

※野島のみ、13時30分から

所 玉祖地区 玉祖福祉センター

野島地区 野島漁村センター

その他の地区 各公民館

内 議会の報告とともに、市民の皆さん  
のご意見・ご提言をお聴きします。

問 議会事務局(☎25-2182)

### ◆班別名簿

1班	2班	3班	4班
松村 学	橋本龍太郎	久保 潤爾	藤村こずえ
宇多村史朗	今津 誠一	石田 卓成	上田 和夫
清水 力志	牛見 航	河杉 憲二	河村 孝
田中 敏靖	高砂 朋子	清水 浩司	曾我 好則
安村 政治	行重 延昭	三原 昭治	田中 健次
山根 祐二	吉村祐太郎	山本 久江	山田 耕治
和田 敏明			

地区	開催日	班
勝間	5月13日(月)	2班
松崎	5月13日(月)	1班
富海	5月14日(火)	1班
西浦	5月14日(火)	3班
佐波	5月14日(火)	4班
牟礼	5月15日(水)	2班
華浦	5月15日(水)	3班
中関	5月15日(水)	4班
新田	5月16日(木)	2班
向島	5月16日(木)	1班
野島	5月18日(土)	3班
華城	5月20日(月)	4班
小野	5月20日(月)	2班
右田	5月21日(火)	3班
玉祖	5月21日(火)	1班
大道	5月22日(水)	4班

## ふれあいウォーク

### ●天神山ウォーキング【健脚向け】

**時** 5月11日(土)10時～13時頃  
**所** まちの駅 うめてらす→天神山  
→足王様お参り **料** 500円  
**定** 20人 **申** 5月8日(水)まで

### ●江泊山一周 88ヶ所お大師めぐり・ 瀬戸内の眺望を楽しむウォーキング

**時** 5月21日(火)8時45分～15時頃  
**所** 防府駅→末田バス停→江泊山  
一周88ヶ所お大師めぐり→築留  
自治会館(昼休憩・接待有)→末田  
登窯見学→末田バス停→防府駅  
**注** 末田バス停から参加する人は9  
時20分に集合。

**料** 600円(別途バス代) **定** 30人  
**申** 5月17日(金)まで

### ●黒山古墳群と中浦緑色片岩をみる

**時** 5月25日(土)9時50分～12時40分頃  
**所** 防府駅→新地バス停→黒山古墳  
群→中浦海岸→中浦バス停→防府駅  
**料** 500円(別途バス代) **定** 20人  
**申** 5月22日(水)まで

### ●いずれも

**持** 歩きやすい服・帽子、タオル、  
飲物など  
**申・問** (一社)防府観光コンベンショ  
ン協会(☎25-2148)

## 《第2回》市消費生活講座

**時** 5月22日(水)13時30分～15時  
**所** 文化福祉会館 3階 4号室  
**師** 中村 久枝さん **他** 託児希望の  
場合、5月8日(水)までに申込  
**申・問** 市消費生活センター  
(1号館1階・☎25-2129)

**対** 対象者(記載がない場合、  
どなたでも参加頂けます)

**時** 開催日時 **所** 開催場所

**内** 内容 **師** 講師

**料** 料金

(記載がない場合、参加料無料)

**持** 持参品 **定** 定員 **他** その他

**申** 申込み **問** 問合せ

## ゆっくり子育て学び塾 ～子どもの寝め方・叱り方～

**対** 1歳から就学前までのお子さん  
をお持ちの保護者

**時** 5月24日(金)9時30分～11時30分

**所** 市保健センター **師** 新保 真理  
さん **持** 筆記用具、託児が必要  
な人はお子さんの託児用品

**定** 20人【託児：先着20人】

**申・問** 5月7日(火)8時30分から  
電話で市保健センターへ  
(☎24-2161)

## 健康ボウリング 憩いのボウリング広場

### ●健康ボウリング

**時** 5月28日～6月25日の毎週火曜  
【全5回】10時15分～正午  
**料** 3,000円(シューズ付/  
マイシューズ持参の場合1,500円)

### ●憩いのボウリング広場

**対** 55歳以上の男女 **料** 2,160円  
**時** 6月6日～27日の毎週木曜  
【全4回】13時30分～15時

### ●いずれも

**所** ゴールデンボール  
**申・問** ボウリング協会(イオンタ  
ウン防府2階[山下]・☎22-4915)

## サンライフ短期講座

### ●ハーブでウイナー作り

**時** 6月12日(水)13時30分～15時30分  
**師** 熊安 悦子さん **持** エプロン、  
三角巾、容器 **料** 1,300円  
**定** 10人

### ●裸婦デッサン教室

**時** 6月9日(日)・7月14日(日)  
10時～15時 **師** 原井 輝明さん  
**持** スケッチブック、イーゼル(お  
持ちの人) **料** 5,000円(2回分)  
**定** 15人

### ●いずれも

**申・問** 5月1日(水)からサンライ  
フ防府へ(☎25-0333)

## 初心者ゴルフ教室

**対** 今からゴルフを始めたい18才  
以上の人 **料** 4,500円

**時** 6月1日～29日の毎週土曜

【全5回】14時～16時

**所** シティーゴルフセンター防府  
**申・問** 市体育協会(市文化財郷  
土資料館3階【文化・スポーツ  
課内】・☎23-4510)

## 甲種防火管理新規講習(前期)

**対** 防火対象物において防火管理  
上必要な業務を適切に遂行するこ  
とができる管理的または監督的な  
地位にある者

**時** 6月13日(木)9時～17時、  
6月14日(金)9時～正午

※2日間の受講が必要です

**所** 市消防本部 3階 講堂

**師** 消防職員 **料** 3,700円

**持** (講習2日目)運動のできる服  
装で受講 **定** 60人

**他** 講習の一部免除を希望する場  
合は申込時に連絡/講習全課程を  
修了した者に対して修了証を交付  
します。【駐車場】佐波公民館  
**申・問** 直接、市消防本部 予防課  
指導係へ(郵送・FAX不可)

(市消防本部 3階・☎23-9902)

## 山頭火ふるさと館

●自由律句を学ぶ会 **時** 6月～10月  
の第1または第2水曜13時30分～  
15時 **師** 富永 鳩山さん

●自由律句で遊ぼう **時** 6月～令和  
2年3月の第3または第4土曜13時  
30分～15時 **師** 門田 美和子さん

●山頭火を学ぶ会 **時** 6月～10月の  
第3または第4水曜 13時30分～  
15時 **師** 窪田耕二さん・橋本隆  
道さん・西田稔さん・当館学芸員

●いずれも **所** 山頭火ふるさと館  
ふるさと展示交流室 **定** 20人  
**申・問** 山頭火ふるさと館  
(☎28-3107☎28-3113)

## 各種技能講習

(一社) 県労働基準協会 防府支部

### ●玉掛け技能講習

**時** 6月3日(月)～13日(木)のうち  
の3日間 8時～18時30分

**料** 資格区分で異なる

### ●フォークリフト運転技能講習

**対** 自動車運転免許取得者

**時** 6月17日(月)～7月10日(水)のうち  
の4日間 8時～17時30分

**料** 29,250円

### ●いずれも **定** 60人【先着順】

**所** 三田尻中関港湾福祉センター

**申・問** (一社) 県労働基準協会 防  
府支部 (☎ 22-6413)

## 建設業労働災害防止協会防府分会

### ●高所作業車運転技能講習

**時** 5月28日(火)～31日(金)

**料** 普通免許所持者 39,850円  
移動式クレーン所持者 37,850円

### ●足場の組立て等作業主任者技能講習

**時** 6月11日(火)・12日(水)

**料** 全科目受講者 10,650円  
一部科目免除者 8,650円

### ●いずれも **定** 60人【先着順】

**所** 三田尻中関港湾福祉センター

**申・問** 建設業労働災害防止協会  
防府分会(☎ 24-3003)

## 県立東部高等産業技術学校 在職者訓練

### ●パソコン ワード(基礎)講習

**対** ワードを初めて操作する人

**時** 5月25日(土)・26日(日)、6月1日  
(土)9時～16時 **料** 8,000円

**定** 15人 **申** 5月9日(木)【必着】

### ●パソコン Jw\_cad(初級)講習

**時** 6月8日(土)・9日(日)・15日(土)  
9時～16時 **料** 10,000円

**定** 12人 **申** 5月23日(木)【必着】

### ●パソコン エクセル(基礎)講習

**時** 6月22日(土)・23日(日)・29日(土)  
9時～16時 **料** 8,000円

**定** 15人 **申** 6月6日(木)【必着】

### ●いずれも

**所・申・問** 往復はがきに応募講習  
名・住所・氏名・職業・電話番号を記  
入し、〒745-0827 周南市 瀬戸  
見町 15-1 県立東部高等産業技術  
学校へ (☎ 0834-28-2233)

## 職業訓練センター パソコン講座

### ●パワーポイント【全2回】

**時** 6月22日(土)・29日(土)9時～16時

**所** 防府地域職業訓練センター

**料** 9,936円 **定** 20人

**申・問** 6月12日(水)までに防府地  
域職業訓練センターへ

(☎ 25-6659)

## 要約筆記者養成講座

**対** 要約筆記による聴覚障害者等  
のコミュニケーション技術の習得  
に熱意のある人

**時** 6月8日(土)～11月16日(土)  
毎週土曜(全24回)10時～17時

**所** 県聴覚障害者情報センター他

**持** 手書きコース ロール用ペン、  
ノートテイク用ペン、手袋  
パソコンコース ノートパソコン  
(Windows7以上)、LAN ケーブル

**料** 3,600円 **定** 20人程度

**申・問** 5月27日(月)【必着】までに、  
所定の申込書と返信用封筒を

〒747-1221 山口市鑄銭司南原  
2364-1 県聴覚障害者情報セン  
ターへ (☎ 083-985-0611)

※申込書は市障害福祉課(1号館  
1階⑤番窓口)に備付け。

## 職業訓練～オフィス事務実践科～

**対** ハローワークで求職申込(登録)を  
行い、訓練の必要性が認められた人

**時** 6月25日(火)～9月24日(火)

**所** YIC 看護福祉専門学校石川ビル教室

**料** テキスト代等実費

**申・問** 5月16日(木)までに、ハロー  
ワーク防府へ (☎ 22-3855)



## 山口ゆめ回廊

～山口県央連携都市圏域の情報をお届けします～  
市内のイベントと合わせて、お出かけしてみませんか？

圏域内のその他  
イベント情報は  
→→→



### 山口市 湯田温泉スリッパ卓球大会

**時** 5月25日(土)10時～19時

**所** やまぐちリフレッシュパーク 他

**内** ラケットをスリッパに持ち替えて、「遊  
びを極めた真剣勝負」が繰り広げられます。

**問** 湯田温泉スリッパ卓球大会  
実行委員会(☎ 083-925-6843)

### 萩市 萩焼まつり

**時** 5月1日(祝)～5日(日) 9時～17時30分

**所** 萩市民体育館

**内** 萩の特産品の販売、ろくろ体験コー  
ナー、テーブルコーディネート展など

**所・問** 萩商工会議所  
(☎ 0838-25-3333)

### 宇部市 半崎美子・小原孝デュオコンサート

**時** 5月23日(木)18時30分

**所** 宇部市渡辺翁記念会館

**内** NHKみんなのうたでおなじみの歌  
手とピアニストのデュオコンサート

**問** 宇部市文化創造財団  
(☎ 0836-35-3355)

### 山陽小野田市 復活!!住吉まつり

**時** 5月25日(土)16時30分～21時

26日(日)10時～16時

**所** 住吉神社および周辺

**内** 市の発展につくした小野田セメントと  
その創設者笠井順八翁の功績を讃えます。

**問** 山陽小野田市シティセールス課  
(☎ 0836-82-1151)

### 美祿市 豊田前愛のまごころ矯正展2019

**時** 5月26日(日)9時～15時

**所** 美祿市 社会復帰促進センター

**内** 矯正処遇の紹介、作業製品の展示・販売  
コーナー、飲食店、ステージイベントなど

**問** 美祿社会復帰促進センター  
(☎ 0837-57-5131)

### 津和野町 石見神楽公演

**時** 5月5日(日)、19日(日)

11時～、14時～(各約1時間)

**内** 毎月2回日曜に午前と午後の神  
楽を披露します。

**所・問** 道の駅つわの温泉なごみの里  
(☎ 0856-72-4122)

## 防府市職員募集【大学卒業程度：A方式】

区分・採用予定人数	一般事務 2人程度	
募集資格	平成2年4月2日～平成10年4月1日に生まれた人	
試験方法・試験日		
第一次試験	教養試験、適性検査	6月23日(日)
第二次試験	面接	第一次試験合格通知の際に通知
第三次試験	面接・小論文	第二次試験合格通知の際に通知
試験会場	市文化福祉会館ほか	

**申・問** 5月1日(祝)～21日(火)【消印有効】に、  
〒747-8501 寿町 7-1 職員課へ(1号館2階・☎25-2217)  
※受験申込書は、職員課及び市役所1・4号館案内で配布しています。  
また、市ホームページからもダウンロードできます。

**一般事務職(大卒程度)採用試験**  
2つの方式(A方式・B方式)で実施しています。

**A方式**…民間企業を志望されている学生の人等でも受験しやすいよう、従来の公務員試験対策が不要な筆記試験内容です。

**注** A方式とB方式の併願は出来ません。※B方式で行う一般事務職を含む他の職種(技術職等)については、後日、市広報及びホームページでお知らせします。

## 軽自動車税の減免申請

**対** 4月1日現在、障害者手帳等の交付を受けている人が所有する軽自動車、またはその人のために使用する軽自動車

**注** 障害の程度などにより対象にならない場合がありますので、市課税課へお問合わせください。

**申・問** 5月31日(金)【納期限】までに必要書類を持参のうえ、課税課 諸税係へ  
(4号館2階・☎25-2169)

## 在宅寝たきり高齢者等紙おむつ給付の申請

**対** 5月1日現在、在宅で生活している人で、次の全てに当てはまる人  
①紙おむつ使用者及び同居者全員が住民税非課税であること  
②次のいずれかに当てはまる人  
・満65歳以上で寝たきりの高齢者等  
・満65歳未満で特定疾病のため介護保険の認定を受けている人  
③常時失禁状態にあり、排泄のたびにおむつの交換が必要な人

**他** 6月中旬頃、審査のうえ給付の可否、方法を文書で通知。

**持** 印かん **申・問** 5月17日(金)までに、高齢福祉課 在宅支援係へ  
(1号館1階⑥番窓口・☎25-2973)

## 県営住宅 入居者募集

**《団地名》** 西田中、大平山、高井、大道、北山手、中央

**入居予定時期** 7月下旬頃

**資** 申込書に記載

**申・問** 5月20日(月)～31日(金)【消印有効】に入居申込書を郵送で〒753-0082 山口市水の上町 1-7 (一財) 山口県施設管理財団 県営住宅管理事務所 山口支所へ  
(☎083-934-2004)  
※申込書は防府立寄所【県防府総合庁舎1階】に備え付け。

## 就労支援員募集

**期** 12か月以内 8時15分～17時  
(月～金曜：月15日)

**所** 社会福祉課

**内** 生活保護受給者の就労に関する相談、助言及び指導等

**¥** 134,400円/月  
※社保・雇保・通勤手当有。

**試** 5月27日(月) 面接

**申・問** 5月17日(金)【必着】までに履歴書(市ホームページからもダウンロード可)に必要な事項を記入、写真貼付のうえ、〒747-8501 寿町 7-1 社会福祉課 保護係へ  
(1号館1階・☎25-2289)

## 《防府市協働事業提案制度》 「協働による事業」募集

**内** 令和2年4月1日～令和3年3月31日に実施・完了する事業で、市と提案団体が協働することで、より良い成果が見込める事業

**注** 事前確認を行うため、5月31日(金)までに『協働事業提案概要書』を提出してください。

**申・問** 5月20日(月)～6月28日(金)に、市民活動推進課へ  
(4号館3階・☎25-2253)

## ボーイスカウト募集

ボーイスカウトは、健全な青少年の育成を目的とした世界的な社会教育運動です。正しい生活態度を身につけ、心身ともに健全な、明日の日本を担う、立派な青少年・人から信頼される善良な公民を育てる教育機関です。

大自然を教場として、学校では習わない科目『自立』と『体験』を学び、『生きる力』や『思いやりの心』を育てます。

**申・問** 生涯学習課 生涯学習係  
(☎23-3013)



## 《5月11日(土)～20日(月)》 春の全国交通安全運動

～住みよい山口 いつも心に 交通安全～  
道路を利用する一人ひとりが交通ルールとマナーを守り、事故のない毎日を過ごしましょう。

**重点目標** 子供と高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止／自転車の安全利用の推進／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／反射材・ハイビームの活用促進

### 運動期間中の主な行事 【★】…反射材配布

日時	場所	内容
13日(月)10時～	防府駅周辺、イオン交差点	交通安全で幸せますキャンペーン【★】
15日(水)16時～	アルク三田尻店	交通安全キャンペーン【★】
16日(木)7時40分～	防府駅周辺	自転車安全利用キャンペーン(雨天中止)
17日(金)17時～	市内主要交差点	スパイダース作戦(雨天中止)
18日(土)10時～	山口県高等自動車学校	高齢ドライバー炎のチャレンジパート22
20日(月)10時30分～	交通機動隊本部前	幼児による交通安全キャンペーン(雨天中止)

☎ 生活安全課 生活・交通安全係 (4号館2階・☎25-2165)

## 5月6日(月・休)のごみ収集

通常どおり、  
ごみの収集を行います。

詳しくは、2019年度家庭ごみ分別収集カレンダーをご覧ください。

**注** クリーンセンター及び最終処分場への持込みはできません。

**問** クリーンセンター  
(☎22-4742)



## 農業用ため池の点検を

梅雨、台風時の豪雨などにより、ため池が決壊するおそれがあります。

このような事態を防ぐためには、日頃の適切な維持管理が大切です。適切な維持管理を行うために、「ため池点検マニュアル」をご活用ください。

※「ため池点検マニュアル」は農林漁港整備課で配付しています。

**問** 農林漁港整備課 農村整備係  
(5号館2階・☎25-2133)

## 赤十字事業にご協力ください

### —5月は赤十字運動月間—

日本赤十字社では、災害救護や血液事業、国際救援活動などの各種事業を行っています。

これらの事業は、皆さんから寄せられる活動資金に支えられています。赤十字活動へのご理解と活動資金支援へのご協力をお願いします。

**問** 日本赤十字社防府市地区事務局  
【社会福祉課内】  
(1号館1階・☎25-2349)

## 全国一斉情報伝達試験

**時** 5月15日(水)11時

**全国瞬時警報システム(Jアラート)**により国から送られてくる緊急情報を確実に伝えるため、防災行政無線を用いた情報伝達試験を行います。

**内** 国からJアラートの試験情報を受信→防災行政無線屋外スピーカー(市内60か所)・戸別受信機・緊急告知防災ラジオから放送、市メールサービスの配信

### [放送内容及び]

市メールサービス配信内容]

「これはJアラートのテストです。」

**問** 防災危機管理課 企画対策係  
(1号館2階・☎25-2115)

## パブリックコメント結果公表

防府市歴史文化基本構想(案)
<b>実施期間</b>
2月15日(金)～3月17日(日)
<b>意見提出者数</b>
なし
<b>問合せ</b>
文化財課 文化財計画係 (市文化財郷土資料館2階・ ☎25-2237)

## 《令和元年度》高齢者実態調査

**対** 5月1日現在で次のいずれかに該当する人

満65歳以上のひとり暮らし高齢者／満65歳以上の寝たきり高齢者／満75歳以上の高齢者ふたり暮らし世帯

**期** 5月7日(火)～6月14日(金)

**内** 世帯状況、緊急時連絡先などの調査(各地区の担当民生委員がご自宅を訪問します)

**問** 高齢福祉課 在宅支援係  
(1号館1階・☎25-2973)

**対** 対象者 **資** 必要資格 **時** 実施日 **持** 持参物 **所** 場所  
**期** 任期・雇用期間 **¥** 報酬・補助金額 **内** 手続き等の内容 **試** 試験日  
**他** その他 **申** 申請・申込先 **問** 問合せ先

## 乳がん集団（検診車）検診

**対** 職場などで検診機会のない40歳以上の女性  
 ※平成30年度に市の乳がん検診を受けていない人  
**時** 5月16日(木)、6月13日(木)13時30分～15時  
**所** 休日診療所 **内** マンモグラフィ **料** 2,100円  
**定** 36人 **注** 妊娠中・授乳中・断乳後1年以内の人、豊胸手術を受けたことのある人、ペースメーカーを挿入している人は受診できません。  
**申・問** 市保健センター (☎24-2161)

## 大腸がん集団検診

**対** 職場などで検診機会のない40歳以上の人  
**時** 5月16日(木)、6月13日(木)8時30分～11時  
**所** 休日診療所へ提出 **内** 便潜血検査  
**料** 500円 **注** 生理中の方は受診できません  
**申・問** 5月8日(水)17時までに電話で市保健センターへ【キット等を直接受け取る場合は5月10日(金)17時まで】 (☎24-2161)  
 【6月13日(木)実施分受付…6月3日(月)17時まで】

## 《5月12日》 民生委員・児童委員の日

～あなたの身近な相談相手～  
 民生委員・児童委員は国から委嘱されたボランティアです。皆さんの悩みごとや心配ごとなどの相談に応じ、問題解決の支援をしています。困っていることがあれば、地域の民生委員・児童委員にお気軽にご相談ください。  
**問** 社会福祉課  
 (1号館1階・☎25-2349)

## 子育て短期支援事業 ～お困りの際に、お子さんを預かりします～

- **ショートステイ事業**  
 保護者の病気や出産などで家庭での養育ができない場合／出張や冠婚葬祭などの場合【原則、7日以内】  
**2歳未満**…乳児院なかべ学院 (下関市古屋町)  
**2歳以上**…防府海北園(大字高井) 山口育児院(山口市水の上町) 吉敷愛児園(山口市吉敷佐畑)
- **トワイライトステイ事業**  
 保護者が夜間や休日に不在となる場合 **注** 保護者による送迎が困難な場合、施設による送迎可。  
**2歳以上**…防府海北園(大字高井)  
 夜間 17時～21時  
 宿泊 21時～翌朝 8時  
 土・日曜、祝日 8時～17時  
**申・問** 子育て支援課 こども相談室 (1号館1階・☎25-2414)

## 不妊治療費助成制度

不妊治療費の一部を助成しています。【所得制限有】

### ●一般不妊治療費助成制度

**対** 医療保険適用の不妊治療  
**料** 5万円以内／1年度  
**期** 通算5年 **申** 治療を受けた日の属する年度内

### ●人工授精費助成制度

**対** 医療保険適用外の人工授精  
**料** 3万円以内／1年度  
**期** 通算5年 **申** 治療を受けた日の属する年度内

### ●特定不妊治療費助成制度

**対** 医療保険適用外の体外受精・顕微授精(妻の年齢制限有)  
 ※指定医療機関による治療に限る  
**料・期** 諸条件により異なる。  
 【上限25万円／治療1回 (市単独助成分10万円を含む)】  
**申** 治療を終了した日の属する年度内

### ●男性不妊治療費助成制度

**対** 特定不妊治療の一環として行われる、医療保険適用外の採精手術(妻の年齢制限有)  
 ※指定医療機関による治療に限る  
**料・期** 諸条件により異なる。  
 【上限15万円／治療1回】  
**申** 治療を終了した日の属する年度内  
**注** 特定不妊治療費助成金と併せて申請した場合に助成

### ●いずれも

**申・問** 市保健センター (☎24-2161)  
 山口健康福祉センター防府支所 (☎22-3740)

## 《令和元年度》 児童福祉月間標語

『未来ってドキドキ  
ワクワク楽しそう』

**問** 子育て支援課 子育て支援係  
 (1号館1階・☎25-2414)

**対** 対象者 **時** 実施日 **所** 場所 **期** 助成期間 **料** 料金  
**定** 定員 **料** 報酬・補助金額 **内** 手続き等の内容 **注** 注意事項  
**申** 申請・申込先 **問** 問合せ先

## 統計情報

市の人口(4月1日現在) ( )は前月比		
人口	115,990人	( - 293)
男	56,105人	( - 157)
女	59,885人	( - 136)
世帯数	55,888世帯	( + 58)

三田尻中関港貿易概況(2月分)		
輸出	635億3,570万円	(155.0%)
輸入	117億305万円	(152.4%)
外国貿易船等入港隻数	41隻	(80.4%)
( )は前年同月比		
<b>問</b> 徳山税関支署 防府出張所	(☎22-2385)	
密輸ダイヤル	☎0120-461-961	
[24時間受付]		

## 防府市の行政情報番組

《CATV(12ch)》  
 「ほうふほっとライン」【20分間】  
 防府の水路をてくてくたどって  
 ～防府平野を潤す佐波川の恵み(後編)～  
 1日～15日  
 ◆月・水・金・日 12:10～  
 ◆火・木・土 7:40～、22:10～  
 16日～31日  
 ◆月・木・日 22:10～  
 ◆火・金 12:10～  
 ◆水・土 7:40～  
 《FMわっしょい(77.3MHz)》  
 「防府市からのお知らせ～情報モリモリ」  
 【15分間】  
 ◆月曜～金曜 12:45～



## 今月の おすすめ図書

『夢をかなえるゾウ』水野 敬也 著

変わりたいけどどうせ自分是不変われないと思っている「僕」の前に、ガネーシャという象に似た神様が現れます。

人生を変えてやろうと言うガネーシャは何とも胡散臭い存在で、一日で実行できる課題を次々に出してきます。

その課題を実践していく「僕」は、果たして変われるのでしょうか？ 2008年上半期にベストセラーとなった本書は、現在第三弾まで刊行されています。実践を継続することの大切さを説く、啓発的ユーモア小説です。

(飛鳥新社・2007年刊)

問 防府図書館 (☎22-0780)

### 《子育て世代包括支援センター》 子育て応援室『まんまるほうふ』



妊娠・出産・子育てについて、専門の相談員（保健師・助産師）が相談をお受けしています。

所・問 子育て応援室『まんまるほうふ』【鞆生町 12-1  
(保健センター内・☎24-8811)】

### 健康相談のお知らせ



市保健センターでは随時、保健師や栄養士による健康相談(面接・訪問など)を行っています。ご希望の人は、下記へご連絡ください。

所・問 市保健センター  
(☎24-2161)

### 愛の献血にご協力を！



時 毎週水曜 午前中

所 市役所から県赤十字血液センターへ送迎

申・問 前日までに要予約  
市保健センターへ(☎24-2161)

## 子育て支援センター

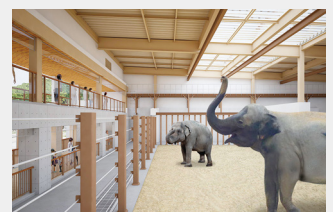
子育てに関する悩み事など、お気軽にご相談ください。

	ほうふ子育て支援センター	子育てひろば“トトロ”	どんぐり	なかよしポケット	右田子育て支援センター	おひさま	たけのこくらぶ	ありんこクラブ
	錦江保育園 24-1436	錦江第二保育園 29-0400	東牟礼保育園 38-1206	西佐波保育園 23-5538	右田保育園 21-6942	牟礼保育園 38-0768	小野保育園 36-0011	新田保育園 23-8611
保育士による 面接、電話相談	月～金 9:00～17:00	月～金 10:00～15:00	月・木・金 9:30～14:30	月～土 10:00～15:00	火～木 9:00～14:00	火～木 9:30～14:30	月・水・金 10:00～15:00	月～金 9:30～16:00
園庭開放	木 10:00～11:30	火・金 10:00～11:30	月・木・金 9:30～14:30	月～土 10:00～15:00	木 9:00～14:00	火～木 9:30～14:30	月・水・金 10:00～15:00	水 10:00～11:00
支援室開放 (子育てサロン)		水 10:00～11:30	月・木・金 9:30～14:30	月～金 10:00～15:00	火～木 9:00～14:00	火～木 9:30～14:30	月・水・金 10:00～15:00	月～金 9:30～正午 13:00～15:30
なかよしポケット活動				月～金 10:00～15:00				
ちびっこサロン ひよこ(予約制)	火・水 (月・金不定期) 10:00～11:30	※トイライブラリー ハローライブラリー(予約制)			時 土曜 10:00～11:30	時 月～金 10:00～16:00		
ほうふ子どもの城	※				問 子育て支援課 子育て支援係(1号館1階・☎25-2626)			

### ☆防府市と周南市は観光振興協定を締結しています☆ ★新ゾウ舎リニューアルオープン！ ～徳山動物園～★

4月26日(金)にリニューアルオープンした新ゾウ舎は、国内最大級の大きさです。雄のミリンダと雌のナマリーの間に赤ちゃんが産まれてもゾウたちが快適に暮らせるようなつくりになっています。2階建てで屋内にも観覧通路があるので、天候を問わず、いつでもゾウたちを楽しく観察することができます。

問 徳山動物園 (☎0834-22-8640)



# 乳幼児相談・健康診査日程

所・問 市保健センター(☎24-2161)

## ◆1歳6か月児 健康診査

日付	対象児	生年月
5/10(金)	1歳7か月になる男児	平成29年10月
5/17(金)	1歳7か月になる女児	

内 保健センターで集団健診を受けた後、1か月以内に小児科で診察を受けていただきます。

## ◆3歳児 健康診査

日付	対象児	生年月
5/21(火)	3歳6か月の男児	平成27年11月
5/28(火)	3歳6か月の女児	

内 目の検査や聞こえの検査を、ご家庭で行っててください。また、問診票に同封の採尿容器に尿を入れてお持ちください。

◆いずれも 時 受付 12時45分～13時30分  
持 母子健康手帳、健康診査受診票



## ◆乳幼児相談

日付	対象児
5/8(水)	1～5か月児
5/15(水)	6か月児～ 1歳未満児
	1歳児～就園前

時 受付 9時30分～10時30分

持 母子健康手帳

### 《相談対応者》

8日:保健師・助産師・栄養士  
15日:保健師・栄養士・保育士・  
歯科衛生士

内 身長・体重測定、離乳食・育児相談等  
※5/8(水)のミニ離乳食教室参加者を募集中です。

# 5月の休日・夜間診療

## 1次救急(比較的軽いと思われる症状)

### 休日内科・小児科・歯科 (日曜・祝日)

5月開設日… 1～6日、12日  
19日、26日

所 市休日診療所(鞠生町)  
☎24-4172

診療受付時間	内科	小児科	歯科
8時30分～11時30分	○	○	○
13時00分～16時30分	○	○	

### 休日外科

診療時間 9:00～17:00

- 1日 しみず医院(栄町一丁目) ☎38-8883
- 2日 たかきクリニック(台道) ☎33-1050
- 3日 三田尻病院(お茶屋町) ☎22-1110
- 4日 松本外科病院(天神二丁目)  
☎22-1409
- 5日 防府胃腸病院(駅南町) ☎22-3339
- 6日 ながつクリニック(中央町) ☎20-1230
- 12日 緑町三祐病院(緑町一丁目) ☎22-3145
- 19日 防府整形・リウマチクリニック  
(新田一丁目) ☎25-1060
- 26日 松本クリニック(国衙四丁目)  
☎25-2522

### 休日薬局

- 1日 いくも薬局 戒町店(戒町一丁目)  
☎24-5671
- 2日 天神薬局(天神二丁目) ☎26-5140
- 3日 そうごう薬局 三田尻店(お茶屋町)  
☎23-8111
- 4日 天神薬局(天神二丁目) ☎26-5140
- 5日 フタミ薬局 駅南店(駅南町)  
☎28-7876
- 6日 新しくわのやま薬局(中央町) ☎25-1810
- 12日 緑町薬局(緑町一丁目) ☎20-1856
- 19日 いちのみや薬局 防府店  
(華浦二丁目) ☎26-0551
- 26日 多々良薬局(多々良二丁目)  
☎26-1400

## 2次救急(比較的重傷で入院を要すると 思われる患者)及び夜間の急患

受付時間

休日 8:00～翌日8:00 平日夜間 18:00～翌日8:00

病院名	場所・電話番号	開設日
桑陽病院	車塚町 ☎23-1781	1 6 11 16 21 26 31
緑町三祐病院	緑町一丁目 ☎22-3145	2 7 12 17 22 27
三田尻病院	お茶屋町 ☎22-1110	3 8 13 18 23 28
松本外科病院	天神二丁目 ☎22-1409	4 9 14 19 24 29
防府胃腸病院	駅南町 ☎22-3339	5 10 15 20 25 30

## 保健センターだより

あなたの禁煙、応援します!

～5月31日は世界禁煙デー～



「あなたのために、周りの大切な人のために」タバコをやめて、健康な身体を手に入れよう!

～禁煙成功ポイント～

- ①失敗しても諦めない! ②何歳からでも効果は大! ③禁煙の理由を確認し、禁煙開始日を宣言しよう!

◎お父さん、お母さんが覚えておくと便利な電話番号 #8000 (または☎083-921-2755) 19時～翌8時 毎日実施  
夜間・休日の急な子どもの病気やケガに困ったら、まずは小児救急電話相談(#8000)へお電話を!

無料健康相談 時 5/8・15・22(水) 13:30～15:30 所 野島漁村センター 内 保健師による健康相談など

## 各種相談日程

### ◆防府市民を対象とした無料法律相談(市)

問 市政相談課(1号館1階・☎25-2194)

相談対応者	日 時		相談会場
弁護士、司法書士、税理士、公証人、 行政相談委員、人権擁護委員	5/10(金)	9時～正午 受付:10時30分まで	文化福祉会館 3階4号 大会議室

### ◆防府市民を対象とした無料法律相談(社会福祉協議会)

問 市社会福祉協議会(☎22-3907)

相談対応者	日 時		相談会場	定 員
司法書士	5/15(水)	9時～11時 受付:8時30分まで	文化福祉会館 1階16号室	8人
弁護士	5/8(水)・22(水)			

### ◆無料労働・年金相談会

問 県社会保険労務士会 防府支部(☎22-2959)

日 時	相談会場
5/26(日) 10時～正午	ルルサス防府2階 研修室1
6/ 4(火) 9時～11時	市社会福祉協議会 相談室

### ◆防府人権擁護委員協議会

心配ごと相談～お気軽にどうぞ～

問 山口地方法務局(☎083-922-2295)

日 時	相談会場
5月8日(水)、15日(水)、 22日(水)、29日(水)9時～正午	文化福祉会館 2階 12号室

## 地域包括支援センターからのお知らせ

### 認知症カフェ

認知症の人やその家族、地域の人など誰でもお茶を飲みながらほっとできる集いの場です。お気軽にお越しください。

カフェためき【毎月第1金曜】		
5月10日(金)13時～15時	特別養護老人ホーム まめ舎 地域交流センター	☎070-5053-6926
生きいきカフェ【毎月第2火曜】		
5月14日(火)14時～16時	コミュニティプレイス 生きいき	☎25-4774
華カフェ【毎月第3木曜】		
5月16日(木)10時～正午	ヘスティア伊佐江 小規模多機能型 居宅介護・有料老人ホーム	☎27-2277
カフェ 自由の杜【毎月第4水曜】		
5月22日(水)14時～16時	特別養護老人ホーム 自由の杜	☎27-5505

### 防府市認知症を支える家族の会 あじさいの会【毎月 第2木曜】

時 5月9日(木)13時30分～15時30分 所 文化福祉会館

内 認知症の介護者同士語り合い、心をリフレッシュしましょう。

問 高齢福祉課 地域包括支援センター(1号館1階・☎25-2964)

### 高齢者・障がい者のための 弁護士電話法律相談

時 5月14日・28日、6月11日・25日  
いずれも10時～正午

内 消費者被害、遺言・相続、成年後見、財産管理、介護、虐待等

【☎083-920-8730】

問 山口県弁護士会

(☎083-922-0087)

### 山口健康福祉センター 防府支所だより

#### ●心の健康相談

時 5月23日(木)14時～16時  
5月17日(金)(予約締め切り)

#### ●エイズ抗体検査

時 5月7日(火)・21日(火)  
9時30分～10時30分

#### ●骨髄提供希望者登録受付窓口

時 5月21日(火)11時30分～正午  
所・問 山口健康福祉センター  
防府支所 (☎22-3740)

## 新緑の美しさを堪能する

若葉のみじとツツジ

# 毛利氏庭園散策会

新緑の青もみじや若葉に包まれた庭園は1年を通してもっともおすすめる季節です。様々な庭園の見どころをご案内します。  
過去の散策会資料は「石本造園」で検索し、当社HPをご覧ください。

**開催日** 5月11日(土) 10:30～11:30  
雨天決行 ※10:15に駐車場広場に集合

**参加費** 無料 (但し、入園料の大人400円・小中学生200円は参加者負担)

**定 員** 10名 ※必ず事前にお申し込みください。

**案内人** 石本真司 樹木医 1級造園技能士

**申し込み・お問合せは** 0120-56-4128 (有)石本造園 防府市台通356-17  
電話受付時間 8:30～19:30

広告



# 徳山みかげ

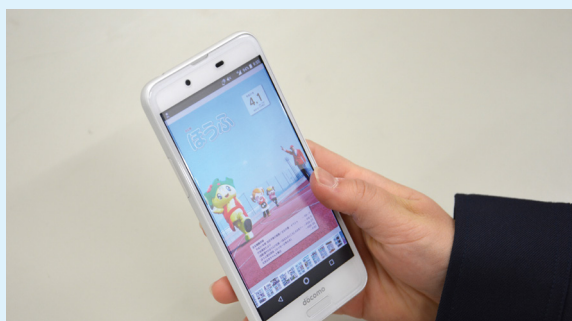
## 墓石・石材関係一式

# 山根石工店

防府市警固町1-11-1  
TEL(0835)22-1673  
FAX(0835)22-2500

広告

## 市広報「ほうふ」の アプリ配信を開始しました



市広報「ほうふ」を時間・場所を問わずより身近に・気軽にご利用いただくため、スマートフォン向けアプリ「マチイロ」での配信を開始しました。市広報「ほうふ」発行時、プッシュ通知でお知らせします。実際の紙面のように『めくって』閲覧できるだけでなく、画面上での拡大・縮小も可能です。ぜひ、ご利用ください。



問 情報政策課(☎ 25-2242)

## 上下水道局に 「お客様センター」を開設しました



4月1日(月)、業務の効率化とお客サービス向上を図るため、「お客様センター」を開設しました。これまで業務委託してきた検針などの業務に加えて、平日の料金収納や各種受付業務などを民間業者《フジ地中情報(株)》へ委託します。  
(電話番号、受付窓口の場所などに変更はありません。【お客様センター(☎ 23-2511)】)

問 上下水道局 総務課(☎ 23-2512)

この他、市政に関する情報は、市公式 Facebook や、ほうふ宣伝部長ぶっちーの公式 Instagram アカウント「butchi\_stagram (ぶちすたぐらむ)」で公開しています。

イベントや行事に限らず、市内各地の花の見ごろなど、最新情報をお届けしています。

ぜひご利用ください。

### 市公式 SNS アカウント

Facebook



Instagram



## 新規採用職員 入所式



防府市役所に新規採用職員 29 人が入所しました。

4月1日(月)に開催された入所式では、池田 豊市長から直接辞令が手渡されました。

防府市を盛り上げるため、フレッシュな新人の皆さんと共に、全力で頑張っていきます!!

## 平成30年度 防府市市民栄光賞



スポーツ・文化等の各分野における全国規模の大会等において、優秀な成績を収められ、防府市の名声を全国的に高め、市民に明るい希望を与えることに顕著な功績があった個人または市内の団体に対し、その功績を称えるため表彰するものです。平成30年度の受賞者は次の皆さんです。

### 安村 恒輝さん

第64回青少年読書感想文全国コンクール  
◇読書感想文 毎日新聞社賞(優秀作品)

### 瀧澤 佳奈実さん

第38回全国中学生人権作文コンテスト  
中央大会 ◇人権作文 文部科学大臣賞

### 河野 友美さん

第39回全日本マスターズ陸上競技  
選手権大会 ◇陸上 女子 100 m 第1位

### 福田 怜乃磨さん

第18回全国障害者スポーツ大会  
◇卓球 第1位

### 山村 実久さん

第56回技能五輪全国大会  
◇曲げ板金 金賞 厚生労働大臣賞

### 財満 いずみさん

インドネシア2018アジアパラ競技大会  
◇車いすバスケットボール女子銀メダル

### 岡本 貴志さん

第38回全国障害者技能競技大会  
◇パソコンデータ入力 金賞  
厚生労働大臣賞

### 出戸端 望さん

第29回日本パラ陸上競技選手権大会  
◇陸上 100m 第1位 ◇陸上 走幅跳 第1位  
2018 ジャパンパラ陸上競技大会  
◇陸上 100m 第1位 ◇陸上 走幅跳 第1位  
第23回関東パラ陸上競技選手権大会  
◇陸上 100m 第1位 ◇陸上 走幅跳 第1位

### 新藤 洋平さん

第39回全日本マスターズ陸上競技  
選手権大会 ◇陸上 やり投 第1位  
2018 国際ゴールドマスターズ奈良大会  
◇陸上 やり投 第1位

### 村田 純一さん

第29回全日本マスターズ混成競技  
選手権大会 ◇陸上 十種競技 第1位

### 山崎 敏満さん

第26回全国障がい者ボウリング大会  
◇ボウリング 個人戦 第1位

### 田村 忠照さん

平成30年度第63回全国教職員卓球  
選手権大会  
◇男子ベテラングラブルス 第1位  
◇男子ハイセブンティシングルス 第1位

### 笹原 幸式さん

第1回アジアマスターズ水泳選手権大会  
兼第35回日本マスターズ水泳選手権大会  
◇競泳 50m 自由形 第1位

### 防府市立松崎小学校 吹奏楽部

第7回日本学校合奏コンクール2018  
全国大会グランドコンテスト  
◇金賞 文部科学大臣賞

### 防府市立桑山中学校 吹奏楽部

第66回全日本吹奏楽コンクール  
◇金賞

### 防府市立華陽中学校 吹奏楽部

第7回日本学校合奏コンクール2018  
全国大会グランドコンテスト ◇金賞

### 山口県立防府西高等学校 吹奏楽部

第41回全日本アンサンブルコンテスト  
◇金賞

第7回日本学校合奏コンクール2018  
全国大会グランドコンテスト ◇金賞

福島県教育委員会教育長賞

### 山口県立防府高等学校 登山部女子

平成30年度全国高等学校総合体育大会  
登山大会 第62回全国高等学校登山大会  
◇登山競技 団体女子 第1位

### 西京倶楽部

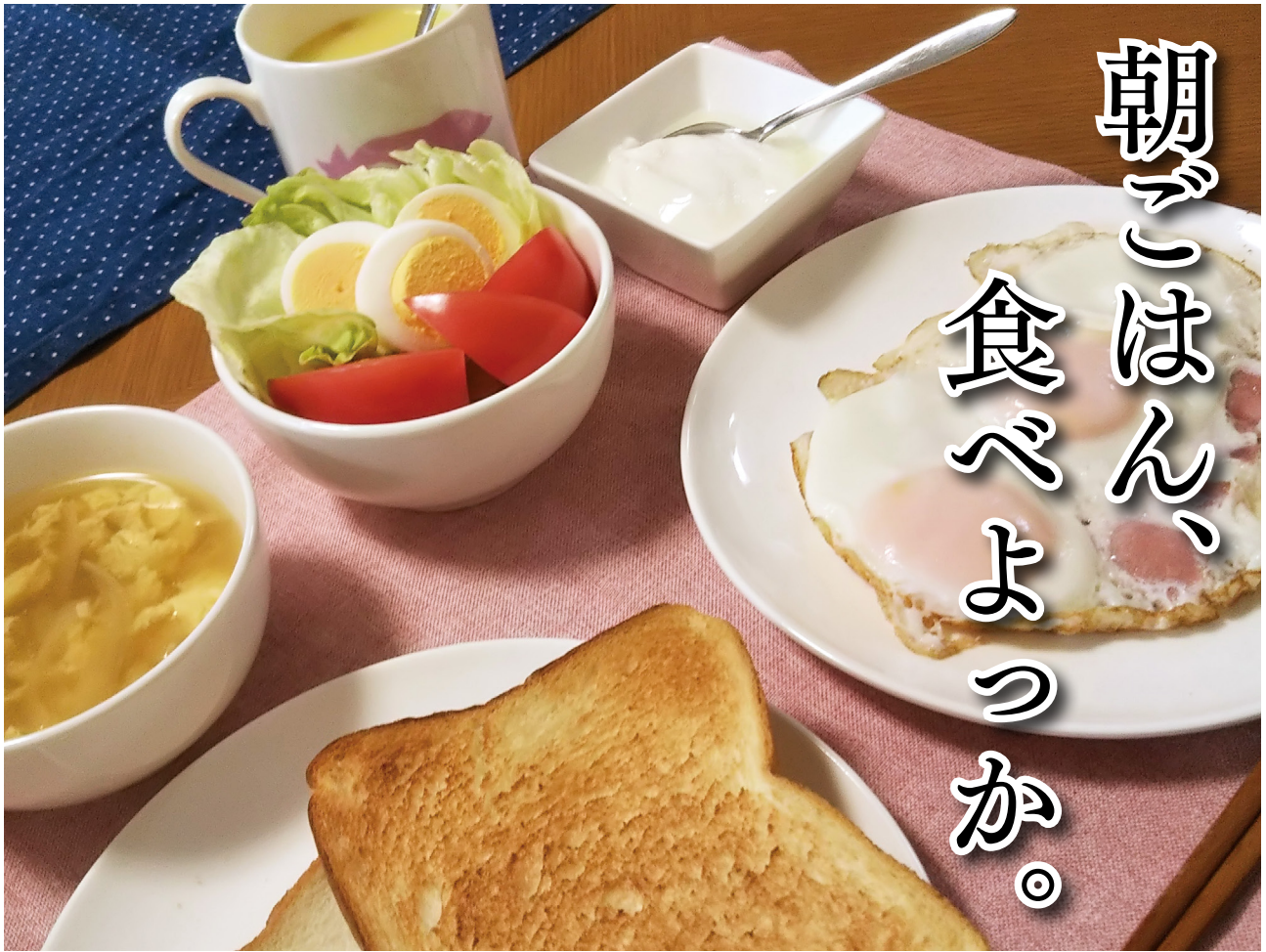
平成30年度全日本9人制バレーボール  
クラブカップ男子選手権大会 ◇第1位

### SSS防府 混合フリーリレーチーム

第1回アジアマスターズ水泳選手権大会  
兼第35回日本マスターズ水泳選手権大会  
◇混合4×50mフリーリレー 第1位

問 総務課

(1号館2階・☎25-2114)



# 朝ごはん、食べよっか。

## ■ みんなでおいしく朝ごはん！

みなさん、毎日朝ごはんを食べていますか？

人間の体内時計は、1日25時間と言われています。1日24時間で過ごしている私たちの生活と、1時間のズレがあります。「体内リズム」と「生活リズム」のズレをなくするためのカギが、「朝ごはんを食べること」です。

防府市で「毎日朝ごはんを食べている人」を調査すると、いわゆる「働き盛り」、そして「子育て真っ最中」世代の割合が低いことが分かりました。

朝の時間帯はどうしても忙しく、朝ごはんの準備が疎かおそになりがちですが、朝ごはんには「脳が働きます」「体温があがる」「目が覚める」「腸が刺激される」「体のエネルギーになる」など、良いことがたくさんあります。

慌ただしく、忙しいときこそ、朝ごはんを食べて、一日の活力となる栄養をしっかりと補給しましょう。

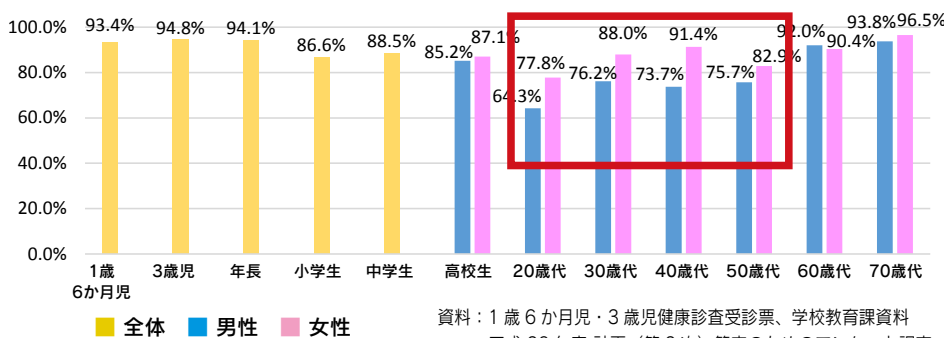
問 健やかほうふ21計画(第二次)

推進委員会事務局

「市保健センター」

☎ 24-2161

毎日朝ごはんを食べている人の割合



資料：1歳6か月児・3歳児健康診査受診票、学校教育課資料  
平成26年度計画(第2次)策定のためのアンケート調査



「朝ごはんを食べること」の大切さは、誰もが分かっているしながら、なかなか実現できない方も多いはず。皆さんからよく耳にする『困った』声にお答えします。

本当に食べないといけないの？  
今、健康なんですけど…。

(20代会社員)

Q.朝ごはんを食べる習慣がないので、お腹も空かないし、特に食べなくても問題なく感じます。なぜ、朝ごはんを食べないといけないのでしょうか？

A.朝ごはんを食べないと、日中、脳へ送られるエネルギーが不足して集中力が低下したり、夜に眠りを誘うホルモンが不足し、睡眠不足になるなど、自分の気づかないところで、身体からSOS信号が出ているかもしれません。

寝起きの子どもがご飯を  
食べてくれませんか…。

(30代・主婦)

Q.子ども達は、朝から食欲が無いようです。何か食べさせたほうがいいとは思っているのですが…。

A.朝の慌ただしい時間、お子さんになんとか朝ごはんを食べさせるのって、難しいですよ。でも、お子さんには大人以上に栄養をしっかりと摂ってほしいところ。お子さんを少し早く起こしてみたりと、朝からご飯を食べる習慣をつけさせましょう。

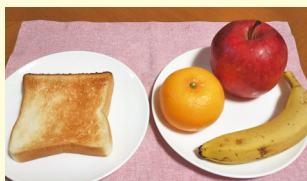
どうしても朝ごはんを  
用意する時間がありません…。

(30代・会社員)

Q.毎日、夜遅くまで働いています。朝は出勤ギリギリまで布団で休んでいたいんです…。

A.いわゆる「働き盛り」世代の方から多く寄せられるのが、こういったご相談。身体を休めることも大切ですが、朝にしっかりと栄養を補給してあげることも、とっても大切です。毎日の仕事の活力にするために、まずは簡単なものから口にしてみましょう。

### いつもはパンだけのあなたは…



フルーツから糖分や食物繊維を補給してみましょう。お口もさっぱりするかも！

### たまのお休みは…。



親子で一緒に盛り付け！楽しく・美味しく食べられると、朝から気分も↑↑。

### 子育ては忙しい！！



ミニおむすび

すぐ出せるものを冷蔵庫に準備しておきましょう。

### 時間がないときでも…



ヨーグルトにグラノーラをふりかけて元気な一日を。

## 食生活改善推進協議会



宇野 武子会長

市から依頼を受けて、食を通じた健康づくりの輪を、地域、家庭、学校等へ広めるボランティア団体です。

### 食生活改善推進員

～愛称はヘルスメイト！～



「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、地域の公民館を主な活動拠点として、食を通じた健康づくりの輪を広げる活動を行っています。

いつまでも食べることを楽しみ、元気に動ける人が増えるといいなと思います、活動しています。

夜型の生活になると、朝ごはんにかける時間や手間がなくなりがちです。ちよつとした時間のすきまを見つけて、朝ごはんを食べませんか？



よしもと いつき  
吉本 樹希ちゃん  
(泉町)



さえき つきは  
佐伯 月華ちゃん  
(新田)



しみず ゆうと  
清水 雄斗ちゃん  
(岩島)



もりかのね  
森 奏ノ音ちゃん  
(佐野)



かくだ しおり  
角田 詩織利ちゃん  
(西仁井倉)



こうちやまりお  
河内山 莉央ちゃん  
(石が口)



しもかわ かいと  
下川 魁士ちゃん  
(勝間)



いほり ゆうせい  
井堀 雄歳ちゃん  
(岸津)



しげなが ゆづき  
重永 柚月ちゃん  
(勝間)



やまだ ゆうり  
山田 結羽李ちゃん  
(桑南)



すみだ たいせい  
隅田 大晴ちゃん  
(今市町)



かねこ まほ  
金子 眞歩ちゃん  
(浜方)



やまと かいり  
大和 快凌ちゃん  
(高井)



あいかわ ようた  
相川 陽太ちゃん  
(中西)



まつもと ひまり  
松本 陽葵ちゃん  
(下右田)



かつき はるね  
勝木 陽音ちゃん  
(田島)



ひらさ こはる  
平佐 心悠ちゃん  
(田島)



つちや  
土屋 めいちゃん  
(国衙)



たなか みわこ  
田中 美和子ちゃん  
(多々良)



つみ ももか  
堤 百華ちゃん  
(牟礼今宿)



なかむら みづき  
中村 美月ちゃん  
(高井)



# 元気な赤ちゃん大集合

5月で1歳になります。

## 募集!

広報の毎月1日号で、その月に満1歳の誕生日を迎えられるお子さんをご紹介します。

**市内在住で「平成30年7月生まれ」の赤ちゃんの写真を募集します。**

【応募方法】掲載を希望する写真を郵送、またはお持ちください。

※裏面に赤ちゃんの氏名、ふりがな、住所、連絡先を書いてください。

【応募締切】 5月27日(月)必着

※応募数が多く、その月に掲載できなかった赤ちゃんについては、翌月号以降の掲載とします。また、写真は返送いたしません。ご了承ください。

【応募写真について】

赤ちゃんの顔の大きさは、広報紙の掲載サイズよりも大きく、頭・髪の全体が写っているもので応募ください。

申込み・問合せ 〒747-8501

防府市役所 情報政策課

「元気な赤ちゃん大集合」コーナー(1号館2階・☎25-2240)



# ぶっちーのお散歩日記 #2 今年の桜もきれいに咲いたよ。



向島運動公園



毛利氏庭園



春日神社

3月下旬から4月上旬にかけて、いつも増して笑顔のぶっちー。ねえねえぶっちー、どうしたの？ …どうやら、市内各地の桜が見ごろを迎えたことが嬉しかったみたいです。

特に4月6日(土)は、桜の満開時期と、春の暖かな天気ベストマッチ。市内外から多くの方が各地のお花見スポットへ足を運ばれました。とってもきれいな桜と、みんなの賑わいに元気をもらったぶっちー。今年もいろんな花に出会えることを楽しみに、歩き始めるのでした。

つづく



防府天満宮



桑山

## 市民文芸

### 自由律俳句

穴だらけの白菜で夕食がにぎやかに	仁井令	山本美紀子
せいくらべつま先立ちして勝っている	奈美	松下 満江
豆ひろう あと十年は生きるぞと	岡村町	叶屋香代子
冷えきった墓に湯をかけて手を合わす	東三田尻	財間 香苗
足音によりそう君がいる	桑南	西岡 悦子
ピースして垣根で待つてる片方の手袋	警固町	田中 里美

### 短歌

健やかに生きてこの手で確実に埋めよう五年連続日記	大道	重田 二枝
どんと焼きみんなで戴く七草がゆ今年も元氣神に祈りて	大道	蓑島美佐子
病窓に伏せる妻を写しつ、胸の揺らぎのおさえ難し	江泊	石井 弘一
畝作り終えて冬晴れの畔の道お茶飲む夫の傍ら安し	富海	江川 詳子
幼日の冬の記憶は冷えた手をそっと包んだ母のあかぎれ	天道	末永 敦子
年の瀬の朝の畠の冬菜には雪がうつつら朝日に耀ふ	大道	末永 敦子

### 俳句

診療所マスクの人であふれおり	奈美	田中 恵子
海浴ひを端から端へ冬ぬくし	富海	藤田 玲子
初鏡八十路へ背筋伸ばしけり	自由ヶ丘	春吉 智子
接待の七草粥や湯気やさし	宮市町	村瀧 富子
木洩日とじゃれる仔猫や冬ぬくし	高倉	新山王 哲

### 川柳

身の丈に合った幸せ老の日々	新田	坪郷英美子
不細工な母の手作り暖かい	華城中央	藤井 絹枝
グツグツと鍋のおしゃべり聞く夕べ	敷山町	岡田 芳江
来ぬ年賀友の安否が気にかかる	田島	田邊千寿子
人生に必要なのは笑顔です	岡村町	松村 玲子
	田島	山根 利正
	国衛	田中 裕子

# 5月 カレンダー

令和元年(2019年)亥年 皇月 May

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
28 防府天満宮大石段 花回廊~5/6 三田尻病院 (お茶屋町・☎22-1110)	29 くらげ整形外科クリニック (田島・☎25-0076)	30 黒田クリニック (田島・☎24-9090)	1 しみず医院 (栄町一丁目・☎38-8883)	2 たかきクリニック (台道・☎33-1050)	3 三田尻病院 (お茶屋町・☎22-1110)	4 松本外科病院 (天神二丁目・☎22-1409)
5 防府胃腸病院 (駅南町・☎22-3339)	6 ながみつクリニック (中央町・☎20-1230)	7	8 乳幼児相談	9	10 無料法律相談 1歳6か月健診(男)	11
12 緑町三祐病院 (緑町一丁目・☎22-3145)	13	14	15 乳幼児相談	16	17 1歳6か月健診(女)	18 鉄道高架25周年 記念セレモニー 13時~右田お田植え祭 (JA 山口防府北支所そば)
19 家庭の日 防府整形・リウマチクリニック (新田一丁目・☎25-1060)	20	21 3歳児健診(男)	22	23	24	25 佐波川総合水防演習
26 松本クリニック (国衙四丁目・☎25-2522)	27	28 3歳児健診(女)	29	30	31	その他の イベント情報は 「たびたびほうふ」へ! 

☎ 休日外科(1次救急)…詳しくは12ページへ

## 各施設情報

開館時間及び休館日が変更になる場合があります。詳しくは、各施設のホームページをご確認ください。

<b>青少年科学館ソラール</b> ☎ 26-5050 所 寿町 6-41 時 9:30~17:00 休 毎週月曜 	<b>地域交流センターアスピラート</b> ☎ 26-5151 所 戎町 1-1-28 時 9:00~17:00 休 毎週火曜 	<b>防府図書館</b> ☎ 22-0780 所 栄町 1-5-1 時 9:30~19:00 (土・日曜、祝日は18時まで) 休 毎週火曜 	<b>スポーツセンター</b> ☎ 27-2000 所 浜方 174-1 時 8:00~22:00 休 第3火曜 
--	--	---	---

## 防府競輪開催日程 競輪局(☎22-1212)

		防府競輪																														
		特別競輪等場外																														
		記念競輪場外																														
		S級・普通競輪場外																														
		ナイター競輪場外																														
		☀ モーニングケリン																														
		♥ ガールズケリン																														
5月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	祝	休	祝	祝	祝	休	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
	松戸♥ 日本選手権(GI)				奈良 S級(FI)			平塚 記念 (GIII)		高松♥ S級(FI)		宇都宮 記念 (GIII)		高知 S級(FI)		伊東温泉 S級(FI)		松山 全プロ		高知 S級(FI)		小松島 FI										
ナイター	玉野♥ (FI)								函館 (FI)				久留米 (FI)																			

