

市広報

# ほうふ

令和2年  
No.1812

# 3.1

(毎月1日・15日発行)

ありがとう、「のしま」

36年間 おつかれさま

「のしま」お別れ式  
2月11日(祝)三田尻港

はじめまして、

よろしく

「レインボーのしま」進水式  
2月7日(金)鈴木造船株式会社(三重県四日市市)



## Feel so KEIRIN

～競輪選手になりませんか～

**対** 中学生以上30歳以下

**時** 3月22日(日) 10時～13時頃

**所** 防府競輪場

(受付：防府競輪場正門)

**内** 現役競輪選手と生のレースを観戦／レースの裏側を覗けるバックヤードツアー／ピストレーサーに乗ってのバンク(競走路) 走行体験／選手用の昼食(通称・炭水化物ランチ) が食べられる 等

**定** 20人程度

※応募多数の場合、抽選

**申・問** 3月19日(木)までに住所・氏名・電話番号を直接(一社)日本競輪選手会 山口支部へ

(国分寺町 8-2・☎ 22-0682)

※土・日曜、祝日除く。

## きらきらびーんずクラブ



**内** 双子、三つ子ちゃんとその家族のサークル(妊婦さんも参加可能)

**時** 月1回 月曜 10時～11時30分

【次回:3月9日(月)】

**所** ほうふ子育て支援センター

(錦江保育園内)

**問** 市保健センター (☎ 24-2161)

## のほほん KIDS



**内** NICU・GCUを卒業した子どもとその家族のサークル

**時** 第3月曜 10時30分～正午

【次回:3月16日(月)】

**所・問** 市保健センター

(☎24-2161)

## 《令和元年度》防府市生涯学習フェスティバル

### メインテーマ「世界へチャレンジ! 『学び輪ピック 2020』」

**時** 3月15日(日) 10時～15時

**所** ルルス防府・アスピラート

#### セレモニー

**時** 正午～12時15分

**所** ルルス防府 わっしょい広場

★まちの達人表彰式

(ほうふ幸せます人材バンク

「指導者バンク」講師)

#### ステージ発表

**所** ルルス防府 わっしょい広場

#### ものづくり・体験・展示

**所** ルルス防府 2階

#### 学ぼうやコンテスト(作品展示)

**所** アスピラート 1階

東側市民スペース

《テーマ》

「世界の人々と一緒に

やってみたいこと」

#### 文化センター市民教養講座・

#### サークル作品展

**所** アスピラート 2階リハーサル室

**他** 令和2年度の市民教養講座

受講生の受付を行っています。

※詳しくは、ホームページをご確認ください。



●ルルス防府のわっしょい広場では、屋台の出店もあります。

●事前予約が必要な講座もあります。

●会場内ではスタンプラリーもやってるよ!

学ぼうやスタンプを集めて素敵な景品をゲットしよう!



**問** 防府市生涯学習フェスティバル実行委員会事務局(生涯学習課・☎23-3015)

※開催日当日の問合せ：市市民活動支援センター (☎ 38-4422)

## 消防フェア

**時** 3月8日(日) 10時～15時

**所** 消防本部庁舎

**内** 各種訓練展示、レスキュー体験、イケメン消防士コンテスト等

《はしご車体験搭乗》

**定** 各20組(午前・午後)先着順

※詳しくは、ホームページをご確認ください。



※雨天時内容変更有り

**注** 駐車場は、佐波小学校グラウンドをご利用ください。

**他** 授乳室、飲食コーナーあり

**問** 消防総務課 総務係

(☎ 23-9901)



### 『表紙の説明』



2月11日(祝)、三田尻・野島航路の予備船「のしま」の最後の雄姿を目に焼き付けようとたくさんの人が三田尻港に集まりました。

2月7日(金)には、新船「レインポーのしま」の進水式が、三重県四日市市の鈴木造船株式会社で厳かに行われました。この新船は、3月下旬から就航予定です。

**問** 市民活動推進課

(4号館3階・☎ 25-2253)

## 楽しい塩たき教室

～塩たきでできた

「にがり」で豆腐づくり！～



**対** どなたでも

※小学3年生以下は保護者同伴

**時** 3月20日(祝)～4月5日(日)

の土・日曜、祝日

9時30分～11時30分

**所** 三田尻塩田記念産業公園

**内** フライパンでの塩づくり、塩の観察、豆腐づくり、施設見学

**料** 大人310円、小・中学生200円

**定** 20人

**申・問** 前日までに、三田尻塩田記念産業公園へ (☎ 25-3510)

## ミュージックセラピー

**対** 視線が合わない、言葉が遅い、落ち着きがない、多動などの成長発達が気になる1歳以上3歳未満の子ども(療育機関を利用していない人)とその保護者

**時** 毎月第2土曜10時～正午

【次回:3月14日(土)】

**所** 市身体障害者福祉センター

**内** 親子で音楽を楽しみながら、コミュニケーションや社会性など子どもの成長・発達を支援します。

**師** 金澤 裕美子さん **定** 10組

**申・問** 電話またはFAXで市なかよし園へ

(☎ 22-7667 ☎ 22-7668)

<b>対</b> 対象者	<b>時</b> 日時
<b>所</b> 場所	<b>内</b> 内容
<b>師</b> 講師	<b>持</b> 持参品
<b>定</b> 定員	<b>料</b> 料金
<b>注</b> 注意事項	<b>他</b> その他
<b>申</b> 申込み	<b>問</b> 問合せ

## 介護予防教室

**対** 身体障害者手帳をお持ちの人、60歳以上で体力の低下が心配な人

**時** 3月12日(木)13時30分～15時

**所** 市身体障害者福祉センター

**内** 運動習慣について(バランス・持久力・瞬発力)

**師** 濱村 和幸さん(理学療法士)

**持** 運動できる服装

**申・問** 3月11日(水)までに電話またはFAXで市身体障害者福祉センターへ

(☎ 23-6625 ☎ 25-2864)

## 中小企業フォーラム

**時** 3月16日(月)

13時30分～15時30分

**所** アスピラート 展示ホール

**内** 「プレスリリースの広報術～お金をかけずに宣伝・PRする方法～」

**師** 大谷 芳弘さん(株)マジックマイスター・コーポレーション)

**問** 電話またはFAX、電子メールで商工振興課へ(1号館2階・☎ 25-2147 ☎ 25-2364)

☎ shoukou@city.hofu.yamaguchi.jp

## ボランティアデビュー応援講座

～何かを始めようと

思っているあなたに～

**時** 3月19日(木)13時30分～16時

**所** 市文化福祉会館3階9号

**内** ボランティア活動の基礎、活動を始める方法、最新情報等、活動報告、情報交換会

**定** 20人程度

**申・問** 3月13日(金)までに電話またはFAX、電子メールで市社会福祉協議会へ

(☎ 22-3907 ☎ 25-1388)

☎ fureai-net@hofushishakyo.jp

## 《企画展》

「響き合うことば

～山頭火句の広がり～」

**時** 3月13日(金)～5月31日(日)

**所** 山頭火ふるさと館 特別展示室

**内** ひとつの言葉で多様なイメージを喚起するような手法が使われた山頭火句を紹介。また、見る方向を変えることによってある文字が別の文字にも見えるアート「アンビグラム」も展示。

**問** 山頭火ふるさと館

(☎ 28-3107)

## ふれあいウォーク

桑山散策コース

**時** 3月15日(日)10時～正午

**所** JR 防府駅(観光案内所前集合)→桑山山頂→来目皇子仮埋葬地→JR 防府駅 ※小雨決行

**料** 500円 **定** 20人

**持** 歩きやすい服装・靴、飲み物

**申・問** 3月12日(木)までに電話または電子メールで(一社)防府観光コンベンション協会へ

(☎ 25-2148)

☎ info@hofu-kan.or.jp

## 短期集中介護予防サービス成果報告会

**時** 3月7日(土)13時30分～16時

**所** デザインプラザ HOFU 2階

イベントホール

**内・師** 《講演》「短期集中介護予防サービスが拓く新しい地域づくり」/服部 真治さん

《報告》虚弱高齢者が元気な生活を取り戻すまで/サービス実施事業所

《報告》サービス体験談/サービス利用者

**問** 高齢福祉課 地域包括支援センター

(1号館1階・☎ 25-2964)

## 手話奉仕員養成講座

**対** 高校生以上  
**時** 4月15日～令和3年2月10日の  
毎週水曜  
(昼の部) 10時～正午  
(夜の部) 19時～21時  
**所** 市文化福祉会館  
**料** 3,300円 (テキスト代)  
**申・問** 4月3日(金)【必着】  
までに、往復ハガキに住所・氏  
名・電話番号・希望の部を明記  
し、〒747-8501 寿町7-1 障害  
福祉課へ  
(1号館1階・☎25-2387)

## お悩み座談会「資金調達」

**時** 3月15日(日)13時～15時  
**所** 市地域協働支援センター  
**内** 助成金やクラウドファンディ  
ング等資金調達について  
※開催時間内出入り自由  
**問** 市市民活動支援センター  
(☎38-4422)

## ユネスコ講座

- 民謡教室  
**時** 毎週月曜  
13時30分～15時30分
- 詩吟教室  
**時** 第1・第3・第4木曜  
19時～21時
- いずれも  
**所** 市文化福祉会館  
**料** 3,000円/月  
※別途ユネスコ年会費3,000円  
**申・問** 直接、防府ユネスコ協会  
事務局(月・木曜10時～15時)へ  
(市文化福祉会館内・☎26-6851)

<b>対</b> 対象者	<b>時</b> 日時	<b>所</b> 場所
<b>内</b> 内容	<b>師</b> 講師	<b>持</b> 持参品
<b>定</b> 定員	<b>料</b> 料金	
<b>申</b> 申込み	<b>問</b> 問合せ	

## 各種技能講習

- 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** 学科 4月3日(金)  
実技 4月7日(火)～22日(水)  
の連続する3日間  
8時30分～17時30分  
**所** 三田尻中関港湾福祉センター  
**料** 29,810円  
**定** 40人  
**申・問** (一社) 県労働基準協会  
防府支部へ (☎22-6413)

## 職業訓練センター パソコン・スキルアップ講座

- 簿記【全12回】  
**時** 4月8日～7月8日の毎週水曜  
18時30分～20時30分  
※4月29日、5月6日除く  
**料** 16,940円 **定** 24人  
**申** 3月25日(水)まで
- ワード基礎【全2回】  
**時** 4月11日(土)・18日(土)  
9時～16時  
**料** 10,120円 **定** 24人  
**申** 4月1日(水)まで
- いずれも  
**所・問** 防府地域職業訓練センター  
(☎25-6659)

## 春季午前硬式テニス教室

**時** 4月9日～6月11日の毎週  
木曜9時～11時【全10回】  
**所** 向島運動公園 テニスコート  
**定** 20人 **料** 7,000円  
**申・問** 3月1日(日)からFAX  
で所定の申込用紙に記入し市体  
育協会へ  
(☎23-4510 ☎25-5578)



## サンライフ防府短期講座

- 絵画のきほん教室  
**時** 4～6月の第2・4金曜  
13時30分～15時30分【全6回】  
**師** 小田善郎さん  
**持** スケッチブック、定規、布、  
水彩用具、水入れ  
**料** 6,000円 **定** 8人
- ☆わたし流☆アクリル絵画教室  
**時** 4～6月の第2・4月曜  
(午前の部)10時～正午  
(午後の部)  
13時30分～15時30分  
**師** 小田善郎さん  
**持** スケッチブック、雑巾、汚れ  
防止用の敷物、アクリル絵具、  
カンバス、パレット  
**料** 6,000円 **定** 各8人  
※アクリル絵具セットを購入す  
る場合別途5～6千円必要。
- 親子リトミック教室  
**対** 子どもと保護者  
**時** ①4～9月の第2月曜  
②4～9月の第4月曜  
いずれも10時～11時30分  
**師** 中村典子さん **定** 各15組  
**持** 飲み物、タオル **料** 3,000円
- まますんヨーガ講座  
**時** 4～9月の第2・4火曜 及び  
6月30日(火)※8月除く  
10時～11時30分  
**師** 松崎織江さん  
**持** ヨガマット、飲み物、タオル  
**料** 5,500円 **定** 15人
- メゾチント技法で版画作品をつくる  
**対** 中学生以上  
**時** 4月18日(土)、5月16日(土)  
13時30分～15時30分  
**師** 戸嶋由香さん **定** 8人  
**持** 描きたいものの資料  
**料** 3,000円
- いずれも  
**所** サンライフ防府  
**申・問** 3月1日(日)から料金を添  
えてサンライフ防府へ  
(☎25-0333)



## 令和2年度高齢者等バス・タクシー運賃助成券の交付申請 問 政策推進課 交通政策係(4号館3階・☎25-2119)

市では、路線バス及びタクシーの運賃助成をしています。

令和2年度(4月～令和3年3月31日)にご利用いただける助成券の交付申請の受付を行います。これまでに申請をしたことがある人(助成対象者証をお持ちの人)と、はじめて申請する人では、手続きの方法や必要なものが異なります。各会場とも混雑が予想されますので、あらかじめご了承ください。

助成内容(助成券1枚につき)

- バス・タクシー共通利用助成券(年最大48枚)  
バス200円 / タクシー運賃の2割引(※)  
※運賃が1,000円未満の場合は、200円
- バス専用利用助成券(年最大96枚)  
100円  
※申請月に応じて、交付枚数が減りますのでご注意ください。



### 更新申請

これまでに助成券の申請をしたことがある人

**時** 3月6日(金)～

9時～正午

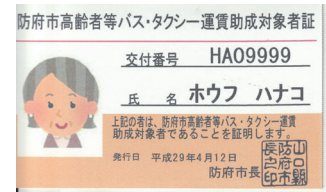
※市役所での受付は、3月26日(木)以降政策推進課で行います。(8時15分～17時)

3/6 (金)	3/7 (土)	3/9 (月)	3/10 (火)	3/11 (水)	3/12 (木)	3/13 (金)	3/14 (土)	3/16 (月)	3/17 (火)	3/18 (水)	3/19 (木)	3/23 (月)	3/24 (火)	3/25 (水)	3/26 (木)～	
華浦公民館	中関公民館	松崎公民館	富海公民館	華城公民館	野島漁村センター	玉祖福祉センター	小野公民館	牟礼公民館	右田公民館	向島公民館	西浦公民館	佐波公民館	大道公民館	勝間公民館	新田公民館	政策推進課 4号館3階

※野島漁村センター9時30分～正午

助成券の更新に必要なもの

- 助成対象者証  
※紛失された場合は、再発行の手続きが必要です。  
詳しくはお問合せください。
- 障害者手帳(お持ちの人のみ)
- 代理人の身分証明書 ※代理人が申請する場合



### 新規申請

はじめて申請する人

**時** 3月6日(金)～

8時15分～17時

**所** 市役所 政策推進課(4号館3階)のみ

※公民館では、新規申請の受付はできません。

助成対象者及び申請に必要なもの

助成対象者	必要なもの
70歳以上で運転免許証を持っていない人 ※小型特殊自動車の免許のみを持っている人は対象	身分証明書 (後期高齢者医療被保険者証等)
65歳以上で運転免許証を全て自主返納した人	身分証明書と 運転免許証の自主返納証明
福祉タクシー利用券の交付対象要件を満たしている人(※)	障害者手帳

※福祉タクシー利用券と両方は申請できません。

※代理人が申請する場合は、代理人の身分証明書、委任状、助成対象者の顔写真もお持ちください。

## 令和2年度福祉タクシー利用券の交付申請 問 障害福祉課 障害福祉係(1号館1階・☎25-2387)

市では、障害のある人の日常生活の利便と社会活動の範囲を拡大し、福祉の向上を図ることを目的として、タクシー運賃を助成しています。

令和2年度(4月～令和3年3月31日)にご利用いただける福祉タクシー利用券の交付申請の受付を行います。  
※高齢者等バス・タクシー運賃助成券と両方は申請できません。

**時** 3月16日(月)～ **所** 市役所 障害福祉課(1号館1階)

助成対象者及び申請に必要なもの

助成内容(助成券1枚につき)

- 福祉タクシー利用券(年最大50枚)  
500円  
※1,000円以上の場合、一度に2枚まで利用可能です。  
※7月以降に申請された場合は、申請月に応じて、交付枚数が減りますのでご注意ください。

助成対象者	必要なもの
身体障害者手帳1～3級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの人	障害者手帳

## ひとり親家庭 自立支援給付金

ひとり親家庭の雇用の安定、就業の促進を図るため、お母さん、お父さんに対して、給付金を支給します。

### ●自立支援教育訓練給付金

職業能力開発のため、雇用保険制度による教育訓練の指定講座等を受講した場合、受講料の一部を支給します。

### ●高等職業訓練促進給付金

看護師、准看護師、介護福祉士、保育士等の資格取得のため、養成機関で修業し資格の取得が見込まれる場合、修業期間（上限あり）において修業支援手当を支給します。

※各給付金の申請には、事前相談などの要件がありますので、詳しくはお問合せください。

☎ 子育て支援課 こども福祉係  
(1号館1階③番窓口・☎25-2348)

## 休日保育事業

☑ 市内の保育施設（保育所等）を利用している子ども  
※受入人数に限度有り

🕒 日曜・祝日※お盆・年末年始休み  
7時30分～18時

※保育短時間認定の場合の保育時間は、原則8時間以内

📍 所 右田保育園(大字下右田390-1)

📞 利用日6日前までに、右田保育園へ(☎21-6942)

[受付時間9時～16時]

📝 利用前に右田保育園に事前登録が必要です。(無料・年度更新)

📄 持 印かん、「子どものための教育・保育給付認定通知書」

※認定事由と異なる理由による申込みはできません。

☎ 子育て支援課 子育て支援係  
(1号館1階・☎25-2626)

## 【令和2年度】 病児保育の登録申請受付

病気のために、保育所・幼稚園など普通の通所施設での集団保育が困難な子どもを、保護者が勤務などの理由により家庭で保育できない場合、一時的にお預かりします。

☑ 生後6か月～小学6年生  
※山口県内に住民票がある場合は、市外の人でも利用可。

🕒 月～金曜 8時～18時  
土曜 8時～16時

※日曜・祝日・お盆・年末年始休み  
※初回ご利用時、前日または当日9時からくらしげ小児科での診察をお願いします。

📍 所 きららルーム(くらしげ小児科内・三田尻一丁目15-2)

📄 料 2,000円/日(一人につき)  
※4時間以内1,000円

※利用料が免除、または助成される制度があります。詳しくは、下記へご相談ください。

(予約受付)

月～土曜 6時30分～20時30分

日曜・祝日 17時～20時30分

【完全予約制】

📝 利用前に登録申請書をきららルーム(くらしげ小児科)、または子育て支援課に提出してください。(登録無料・年度更新)

☎ 子育て支援課 子育て支援係  
(1号館1階・☎25-2626)

## 高齢者はり・きゅう施術費受給資格者証の取扱いが変わります

4月から、後期高齢者医療被保険者は「市高齢者はり・きゅう施術費受給資格者証」が不要になります。治療を受ける際は、施術所に、直接印かんと「後期高齢者医療被保険者証」を持参してください。

※70歳以上の医療保険加入者(国民健康保険被保険者は除く)は今まで通り、「受給資格者証」が必要です。

☑ 市指定はり・きゅう施術所に、印かんを持参し、「後期高齢者医療被保険者証」または「市高齢者はり・きゅう施術費受給資格者証」を提示すると、1日1局所1回、1か月5回までの施術費の一部が減額されます。

### 市高齢者はり・きゅう施術費受給資格者の申請・更新

対象者	持参するもの
後期高齢者医療被保険者	申請は不要になりました。 治療を受ける際は、施術所に直接印かんと「後期高齢者医療被保険者証」を持参してください。
70歳以上の医療保険加入者 ※国民健康保険被保険者除く	高齢福祉課 在宅支援係(1号館1階⑥番窓口) または、各出張所で申請を行ってください。 ※各出張所での申請は、後日、受給資格者証をご自宅へ郵送します。即日発行はできません。
申請の場合	印かん、健康保険証
更新の場合	受給資格者証

☎ 高齢福祉課 在宅支援係(1号館1階⑥番窓口・☎25-2973)



☑ 対象者	🕒 日時
📍 場所	📝 内容
📄 資格	📄 持参品
👤 定員	📄 料金
💰 給料・報酬	📄 試験
📝 注意事項	📄 その他
📞 申込み	☎ 問合せ



## 《第7回 防府さかな祭り》 魚のつかみ取りイベント参加募集

**対** 小学3年生まで（4月時点）  
※足元のおぼつかないお子さんは参加不可

**時・定** 4月19日（日）

11時～ 小学1～3年生 50人  
13時～ 未就学児 30人

**所** 県漁協防府地方卸売市場  
道の駅 潮彩市場防府

**申** 3月27日（金）【消印有効】  
までに、往復はがきに必要な事項を記入し、〒747-8501 寿町7-1 防府さかな祭り実行委員会 魚のつかみ取り体験イベント係（農林水産振興課内）へ  
※申込多数の場合は抽選。

### 【往復はがきへの記入内容】

#### ● 往信用裏面…

参加児童氏名・年齢・保護者連絡先（当日連絡がつくもの）  
※はがき一枚につき1人まで

#### ● 返信用表面…

郵便番号・住所・保護者氏名

**他** 当日は、魚のつかみ取り以外にも活魚販売、模擬セリ、もちまき、福引大会、無料ふるまい等イベント満載です。



**問** 県漁業協同組合 吉佐支店  
(☎ 22-9112)  
道の駅 潮彩市場防府  
(☎ 28-2100)

## 「観光ボランティアガイドの会」 会員募集

**内** 「歴史のまち、防府」を訪れる多くのお客様に見どころ、素晴らしさをご案内しませんか？  
※どなたでも大歓迎

**申・問** 電話で、市観光ボランティアガイドの会へ  
(☎ 090-7128-6568)

## 少年少女発明クラブ員募集

**対** 小学4～6年生（4月時点）

**所** 市青少年科学館ソラール

**内** 電気及び化学の分野の専門家から指導を受けて、科学の基礎を学び実験や工作を行います。

**定** 15人 **料** 6,000円（年会費）

**申・問** 3月7日（土）から入会申込書に必要な事項を記入し、年会費を添えて直接、市青少年科学館ソラールへ（☎ 26-5050）

※電話受付や事前予約不可。  
※途中退会されても払い戻しは出来ません。

※入会申込書は市青少年科学館ソラール備付け。ホームページからもダウンロードできます。



## 市休日診療所臨時職員 （歯科衛生士）募集

**内** 歯科医師診療補助

**所** 市休日診療所 **資** 歯科衛生士

**時** 4月1日～令和3年3月31日  
8時30分～正午（日曜・祝日）

**料** 7,000円/日

**申・問** 電話または電子メールで、市保健センターへ（☎ 24-2161）

☑ kenkou@city.hofu.yamaguchi.jp

## 《第40回》緑花祭 フリーマーケット出店者募集

**時** 4月25日（土）・26日（日）

9時～15時

※出店時間帯については、相談可

**所** イオン防府店 西側駐車場

**料** 1,000円または1,500円/区画

**申・問** 3月19日（木）までに緑花祭実行委員会：みどり建設㈱（☎ 38-4059）へ



## （公財）市文化振興財団 契約職員募集

**内** 総務、経理、受付業務等

**資** パソコン（ワード・エクセル等）が取り扱える人/第一種普通自動車運転免許（AT可）を有する人

**時** 5月1日～令和3年3月31日  
8時45分～17時30分

※契約更新可

**所** 市青少年科学館ソラール

**料** 8,100円/日 ※社保、時間外勤務手当、通勤手当有り

**試** 4月12日（日）/面接

**申・問** 募集要項を確認のうえ、3月1日（日）～25日（水）までに直接または郵送で（公財）市文化振興財団事務局へ（☎ 23-2211）

※毎週月曜及び3月18日（水）～20日（祝）事務局休業。

※募集要項は、財団ホームページ、市青少年科学館ソラール等に備付け。

## 佐波川流域大平山ふれあいの森づくり ボランティア募集

**時** 3月14日（土）

9時30分～13時30分頃

**所** 大平山農村公園付近の山林

※市役所から無料送迎有

**内** 森づくりのための植栽や椎茸の菌打、キッズ体験学習

**持** 森林での軽作業ができる服装、水筒、タオル、手袋、帽子  
※金槌（お持ちの人）

**他** 昼食付き

**申・問** 3月9日（月）までに電話またはFAXで住所・氏名・年齢・電話番号・送迎の有無を農林漁港整備課 森林整備係へ（5号館2階・

☎ 25-2374 ☎ 25-2108）

《3月1日(日)～7日(土)》  
春季全国火災予防運動

2019年全国統一防火標語  
「ひとつずつ いいね！で確認  
火の用心」

市ホームページで、  
重点目標等を  
ご確認ください。



問 消防本部 予防課 予防係  
(☎ 23-9903)

【県交通安全学習館】  
おもしろ自転車に乗ってみよう

内 飛び跳ねて進む自転車や、ペ  
ダルのない自転車などのおもしろ  
自転車を体験してみませんか？

時 土・日曜及び祝日(月曜除く)  
(閉館日) 月曜・年末年始

料 30分 100円

他 他にも楽しく交通安全を  
学べる施設があります。

所・問 県交通安全学習館

(山口市小郡下郷・  
☎・☎ 083-973-1900)



時 日時	所 場所
内 内容	料 料金
他 その他	注 注意事項
申 申込み	問 問合せ

防府市向島の寒桜 《<sup>ほうらいざくら</sup>蓬萊桜》 見学についてお願い

山口県指定天然記念物  
防府市向島の寒桜は毎年  
3月上旬から中旬に見頃  
を迎えます。

見学時は児童の学校生  
活に配慮し、できるだけ  
土・日曜、祝日の見学を  
お願いします。



- 学校関係者等の指示、誘導には必ず従ってください。
  - 見学時には児童の活動の妨げとならないよう、場所や行動に十分配慮してください。
  - 児童の撮影や児童に対する写真のモデル依頼、記念撮影への参加依頼は、プライバシー保護の観点から絶対にしないでください。
  - 車でお越しの際は、見学者用に指定された駐車場所を厳守し、学校関係者用駐車場など他の場所には駐車しないでください。  
※体育の授業などでボールが車に当たることがあります。  
あらかじめご了承ください。
  - 学校敷地内は飲食禁止です。
  - 学校敷地内はペット入場禁止です。(盲導犬などの補助犬は除きます。)
  - 桜周辺の柵やロープの内側には入らないでください。
  - 枝を折ったり、花を取ったりしないでください。敷地内の他の木も同様です。
- 注 学校行事のため、以下の日時は関係者以外学校敷地内に入場できません。

3月10日(火) 11時～13時30分 お花見給食

3月19日(木) 7時～13時 卒業証書授与式

問 文化財課 (文化財郷土資料館 2階・☎ 25-2532)

※向島小学校への問い合わせはご遠慮ください。



～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 第12回 山口市  
公共交通ふれあいフェスタ

時 3月14日(土) 10時～15時

所 新山口駅 内 路線バス車両展示  
や公共交通に関するゲームなど公  
共交通を身近に感じるイベント

問 山口市 公共交通委員会  
(☎ 083-934-2729)

宇部市 花物語 ～第1章 さくら～

時 3月14日(土)～4月5日(日)

所 ときわ公園 内 約3,500本の桜  
が園内を彩ります。3月20日～夜桜  
ライトアップ/4月5日さくらまつり

問 宇部市 ときわ公園課  
(☎ 0836-54-0551)

美祢市 アートフェスティバル2020

時 3月14日(土)～15日(日)

所 秋吉台国際芸術村ギャラリー、  
カフェ、ホワイエ、中庭  
内 県内各地で活動する文化団体に  
よる展示と舞台の発表他

問 秋吉台国際芸術村(☎ 0837-63-0020)

萩市 萩城下の古き雛たち

時 開催中～4月3日(金) 9時～17時

所 萩市内の文化財施設15箇所

内 お雛様や、小萩人形など約1,200体  
を、萩市内の文化財施設などで展示

問 萩城下の古き雛たち実行委員会  
(☎ 0838-25-3139)

山陽小野田市 第10回 アートの  
“たまたまばこ”

時 3月5日(木)～8日(日) 10時～17時

所 不二輸送機ホール

内 書、生け花、写真、絵画など様々な芸術  
をコラボレーションさせた展覧会を開催

問 不二輸送機ホール  
(☎ 0836-71-1000)

津和野町 堀庭園 ひな人形展

時 開催中～4月5日(日)

9時～16時30分

内 堀庭園にたくさんのおひなさ  
まが集合！3月8日(日)は「ひ  
なまつり」イベント開催。

所・問 堀庭園(☎ 0856-72-0010)



## 【市道 勝間鐘紡自歩道線】 一部を供用開始しました



### 《位置図》



- 既供用開始区間
- 今回供用開始区間
- 来年度以降供用開始予定

鉄道の引込み線跡地を利用して整備を進めていた市道 勝間鐘紡自歩道線（自転車歩行者道路）の一部を供用開始しました。

☎ 道路課(3号館2階・☎25-2110)

市広報「ほうふ」は、音声版、点字版を作成しています。ご希望の方は、提供または貸出をしますので、障害福祉課へお越しください(無料)。

☎ 障害福祉課(1号館1階・☎25-2387)

## 「相続登記はお済みですか？」

不動産（土地・建物）の登記名義人（所有者）が亡くなったときは、不動産の所在地を管轄する法務局に相続登記（名義変更）の申請が必要です！

相続登記は、自分の権利を大切にするとともに、次世代の子どもたちのためにも非常に重要です。

☎ 山口地方法務局(☎083-922-2295)

【音声ガイダンス「3」→「1」】

※登記相談は、予約制です。

## 空き家の無料相談窓口

空き家だけではなく、現在居住している場合も相続整理や相続後の処分方法などを相談できます。

《相談対応者》

司法書士・宅地建物取引士

☎ 3月24日(火)14時～16時

【受付：14時30分まで】

☎ 市役所4号館1階会議室  
(法務局登記証明コーナーとなり)

☎ 生活安全課 空き家等対策室  
(4号館2階・☎25-2238)

## 不妊を考える集い 「もっと知りたい！不妊のこと」

☎ 3月15日(日)13時～17時

☎ 専門学校YICリハビリテーション大学校(宇部市)

☎ 不妊治療の専門医・公認心理士による講演／産婦人科医などによる個別相談会

【相談会 要予約】

☎・☎ 3月6日(金)までに県こども政策課へ(☎083-933-2947)

## 【市文化財振興財団】 事務所移転と臨時休業

《事務所の業務再開日》

3月21日(土)(予定)

※移転作業のため、3月18日(水)～20日(祝)は臨時休業  
《新住所》

〒747-0026 緑町一丁目9-1

防府市公会堂1階

※電話・FAX・メールアドレスに変更はありません。

☎ (公財)市文化振興財団事務局  
(文化福祉会館内・☎23-2211)

## ボランティア協働情報誌 「まなぼら 81号」

3月1日発行「まなぼら」は、市役所・各公民館等にありま。市ホームページからもご覧になれます。

★今月の特集

『ヘアドネーション』

～あなたの優しさ届けませんか？～

☎ 生涯学習課 生涯学習係

(☎23-3015)

## 未内定の新卒・既卒の皆様へ ハローワークで相談を

今春卒業の新卒者・既卒者の皆さん、ハローワークは、最後まで皆さんを支援します！

就職活動の進め方について知りたいこと、不安なこと、求人情報など、お気軽にお問い合わせください。

☎ ハローワーク防府 学卒担当  
(☎22-3855)

『現地嫌いなフィールド言語学者、かく語りき。』

吉岡 乾 著

## 今月の おすすめ図書

フィールド言語学とは、現地に赴いて言葉のデータを採集し研究する、言語学分野です。

著者は、パキスタン北部で話される七つの少数民族言語（その大半は文字を持たない）を研究対象にしています。現地の人々や環境に翻弄されながら調査を行い、「出発前から早く家に帰りたと思っ

ている」と述べたりもしますが、同時に、研究に対する地道で真摯な姿勢や言語を記録することへの情熱が伝わってくる、若き研究者のエッセイです。

(創元社・2019年刊)

☎ 防府図書館 (☎22-0780)



新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

## ① 手洗い

### 正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



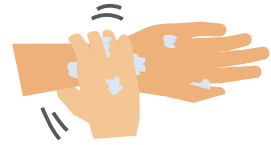
指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## ② 咳エチケット

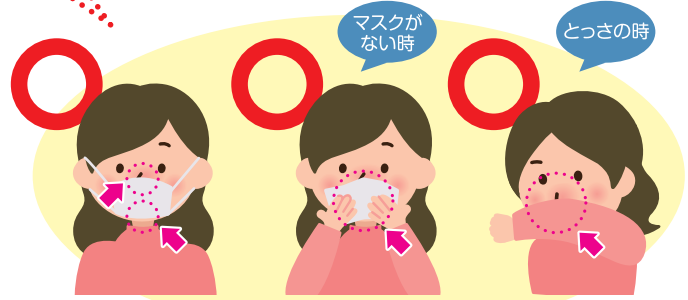
### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

### 正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索



出典：首相官邸ホームページ (<http://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>)  
「感染症対策」のチラシを加工して作成しています。



# 新型コロナウイルスの

中華人民共和国湖北省武漢市において、令和元年12月以降、新型コロナウイルス関連肺炎の発生が報告され、中国を中心に、世界各国からも発生の報告がされています。風邪や季節性インフルエンザなど一般的な感染予防のためにも、手洗いや咳エチケットを行い感染予防に努めましょう。

## 新型コロナウイルス感染症とは？

これまでにヒトで感染が確認されていなかった新種のコロナウイルスが原因と考えられる感染症です。

## コロナウイルスとはどのようなウイルス？

発熱や上気道症状を引き起こすウイルスで人に感染するものは6種類あることが分かっています。

そのうちの2つは、中東呼吸器症候群（MERS）や重症呼吸器症候群（SARS）などの、重症化傾向にある疾患の原因ウイルスが含まれています。残り4種類のウイルスは、一般の風邪の原因の10～15%（流行期は35%）を占めます。

## 日常的な対策のポイント

○流水と石けんを使ってこまめに手を洗いましょう。自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

※特に外出した後や咳をした後に口や鼻、目等を触る前には手洗いを行いましょう。

○くしゃみや咳が出るときは、マスクの着用や、鼻をティッシュやハンカチ、袖などでおおう等の咳エチケットを行い、周りの人への感染を予防しましょう。

※普段からの健康管理（十分な睡眠やバランスのとれた食事）や室内を適度な湿度に保つことも大切です。

## Q&A 新型コロナウイルスについて

**Q** ヒトからヒトへうつりますか？

**A** ヒトからヒトへの感染は認められていますが、日本国内で現在、流行が認められている状況ではありません。

**Q** どうやって感染するの？

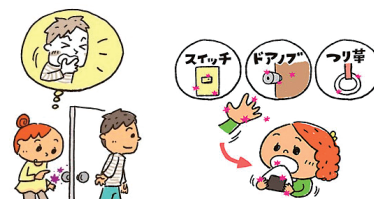
**A** 現時点では、次の2つが考えられています。

(1) 飛沫感染



感染者の飛沫と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。

(2) 接触感染



感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触るとウイルスが付きます。

他者がそれに触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って粘膜から感染します。

**Q** 潜伏期間はどのくらいですか？

**A** 潜伏期間は1～12.5日（多くは5～6日）とされています。

## 新型コロナウイルス相談窓口

**時** 9時～17時（土・日曜、祝日は山口県健康増進課のみ）

**問** 山口県山口健康福祉センター 防府支所（☎22-3740）／山口県健康増進課（☎083-933-3502）

- 発熱（37.5度以上）と呼吸器症状（せき、たんなど）がある。
- 「湖北省への渡航歴がある」または「湖北省への渡航歴があり、発熱と呼吸器症状がある人」と接触した。

**両方当てはまる人は・・・医療機関で診察を受ける前に、まずはお電話でご相談ください！**

※今後、変更されることがあります（2月12日現在、湖北省に加え浙江省を追加する方針が示されています。）。

2月12日時点の情報（厚生労働省／首相官邸）に基づいて記載しています。最新の情報、詳細な情報は厚生労働省のホームページを確認してください。

【イラスト：政府広報オンライン】

新型コロナウイルスに関する Q&A

検索

感染症対策特集

検索



# 健康診査

所・問 市保健センター(☎24-2161)

1歳6か月児 健康診査 (平成30年8月生)	
日付	対象児
3月 6日(金)	1歳7か月になる男児
3月13日(金)	1歳7か月になる女児

**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  
**注** 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 (平成28年9月生)	
日付	対象児
3月17日(火)	3歳6か月の男児
3月24日(火)	3歳6か月の女児

**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、  
 採尿済みの採尿容器  
 (受診票に同封)  
**注** 目の検査や聞こえの検査を、  
 ご家庭で行ってきてください。

乳幼児相談	
日付	対象児
3月 3日(火)	1～5か月児
3月10日(火)	6か月児～ 1歳未満児
3月11日(水)	1歳児～就園前

**時** 受付 9時30分～10時30分  
**持** 母子健康手帳 **内** 身長・体重測定、離乳食・育児相談等

《相談対応者》  
 3日 保健師・助産師 10日 保健師・栄養士  
 11日 保健師・栄養士・保育士・歯科衛生士

※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。

## 乳がん・大腸がん集団検診 問 市保健センター(☎24-2161)

●乳がん集団(検診車)検診

4月の開催はありません。



●大腸がん集団検診

4月の開催はありません。



乳がん集団検診については3月12日(木)実施分も募集中!

## 保健センターだより

3月1日(日)～8日(日)は  
**女性の健康週間です!**  
 何かと忙しい女性のみなさん、  
 定期的に、子宮がん・乳がん検診を受けていますか?  
 受けていない人は、  
 時間をつくってぜひ  
 受けてくださいね!  
 問 市保健センター(☎24-2161)



## 3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)	休日外科 診療時間 9:00～17:00	休日薬局
時 3月1日、8日、15日、20日、22日、29日	1日 桑陽病院(車塚町) ☎23-1781	いくも薬局 天神店(上天神町) ☎28-7474
診療受付時間	8日 三田尻病院(お茶屋町) ☎22-1110	そうごう薬局 三田尻店(お茶屋町) ☎23-8111
8時30分～11時30分 ○ ○ ○	15日 たかきクリニック(台道) ☎33-1050	椎木薬局(西浦) ☎29-1107
13時00分～16時30分 ○ ○ ○	20日 ながみつクリニック(中央町) ☎20-1230	新くわのやま薬局(中央町) ☎25-1810
所 市休日診療所(鞠生町・☎24-4172)	22日 防府整形・リウマチクリニック(新田) ☎25-1060	いちのみや薬局 防府店(華浦) ☎26-0551
	29日 松本クリニック(国衛四丁目) ☎25-2522	多々良薬局(多々良) ☎26-1400

### 夜間小児科(診察時間 19時～22時 毎日)

中学3年生までの軽度な内科系疾患の場合は…「山口・防府地域夜間子ども急病センター」へ

所 山口赤十字病院内(山口市八幡馬場53-1・☎083-921-8025)

注 外科、整形外科、耳鼻咽喉科、眼科等の疾患は診療できません。

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

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

時 休日 8:00～翌日8:00 平日夜間 18:00～翌日8:00

急な病気やケガ等で、救急車を呼ぶか、病院に行くか、迷った時は…

◎おとなの救急医療 電話相談(おおむね15歳以上)

#7119 (または☎083-921-7119) 【24時間対応】

◎こどもの救急医療 電話相談(おおむね15歳未満)

#8000 (または☎083-921-2755) 【夜間(19時～翌朝8時)】

無料健康相談 時 3/4・11・18・25(水) 13:30～15:00 所 野島漁村センター 内 保健師による健康相談など



## 統計情報

市の人口(2月1日現在) ( )は前月比

人口	115,721人	( -152)
男	55,976人	( -96)
女	59,745人	( -56)
世帯数	55,978世帯	( -88)

### 三田尻中関港貿易概況【12月分】

輸出	446億6,549万円(68.5%)
輸入	89億1,856万円(110.3%)
外国貿易船入港隻数	43隻(95.6%)
( )	は前年同月比

問 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】

## コズミックカレッジ in 防府

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～

☆防府市と周南市は  
観光振興協定を締結しています☆

★祝・開園60周年★

周南市 徳山動物園

時 3月20日(祝)

内 『開園60周年記念式典』を開催します。ポスターデザイン採用表彰式やタイムカプセルの掘り起こしのほか、企画展やトークイベントなど各種イベントを用意して皆様のご来園をお待ちしています。

LINEで情報発信中!



問 徳山動物園 (☎0834-22-8640)

## 各種相談日程

防府市民を対象とした  
無料法律相談(市)

時 3月13日(金)9時～正午

【受付:10時30分まで】

所 市文化福祉会館3階4号 大会議室

担 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

問 市政相談課

(1号館1階・☎25-2194)

### 防府人権擁護委員協議会

心配ごと相談～お気軽にどうぞ～

時 3月4日(水)・11日(水)・18日

(水)・25日(水)9時～正午

所 市文化福祉会館2階12号室

問 山口地方法務局

(☎083-922-2295)

高齢者・障がい者のための  
弁護士電話法律相談

時 3月10日(火)・24日(火)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)

防府市民を対象とした無料法律相談  
(社会福祉協議会)

時 3月4日(水)・18日(水)9時～11時

【受付:8時30分まで】 担 司法書士

時 3月11日(水)・25日(水)9時～11時

【受付:8時30分まで】 担 弁護士

所 市文化福祉会館1階16号室 冠8人

問 社会福祉協議会 (☎22-3907)

### 無料労働・年金相談会

時 3月22日(日)10時～正午

所 ルルサス防府2階 研修室1

時 4月7日(火)9時～11時

所 市社会福祉協議会 相談室

問 県社会保険労務士会 防府支部

(☎22-2959)

### 山口健康福祉センター 防府支所

(☎22-3740)【全て予約制】

●エイズ検査(HIV抗体検査)

時 3月3日(火)・17日(火)

9時30分～10時30分

●骨髄提供希望者登録受付窓口

時 3月17日(火)11時30分～正午

●心の健康相談

時 3月26日(木)14時～16時

## 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】

3月6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】

3月10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】

3月19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】

3月25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】

介護力向上! 家族会で話して聴いてスッキリ楽しく介護しましょう

時 3月12日(木)13時30分～15時30分 所 市文化福祉会館

内 認知症の介護者同士話し合い、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)

## 庁舎建設だより(第7号)

### ■設計業務の取り組み～市民ワークショップの開催～

新庁舎建設については、令和元年度～2年度の2か年にわたり、基本・実施設計に取り組んでいます。この過程で、新庁舎の設計に広く市民の皆様のご意見を取り入れることを目的として、昨年11・12月に「新庁舎建設市民ワークショップ」(全3回)を開催しました。

ワークショップには各回約60名の皆さんに参加いただき、主に新庁舎の市民利用スペースについて、あったらよいものや、やってみたいと思うこと等をテーマとして、たいへん熱心なグループワークが行われました。各グループの代表者による発表の際には、大きな拍手や歓声が上がリ、大いに盛り上がっていました。



また、昨年12月24日には市内の各種障害者団体等の代表者にお集まりいただき、新庁舎に求められる設備や機能等に関する意見交換会を実施しました。

このように、これまで様々な機会を通じてお寄せいただいた貴重なご意見等を、少しでも多く新庁舎の設計に反映できるよう、努めてまいります。

### ■庁舎建設調査特別委員会

1月23日に市議会の庁舎建設調査特別委員会が開催され、市民ワークショップの概要や、今後のスケジュール等について報告しました。



今後の予定としては、2～3月に基本設計案のパブリックコメントを実施した後、令和2年度には実施設計を行う予定です。また、令和3年度には新庁舎建設工事に着手し、令和6年の新庁舎供用開始を目指しています。

令和元年度 基本設計	令和2年度 実施設計	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度 供用開始(予定)
新庁舎建設工事					

### ■埋蔵文化財の試掘

新庁舎の建設予定地では、事前に埋蔵文化財の所在や内容を調査する必要があります。このため、現在、来庁者用駐車場の一部において試掘作業を行っています。

皆様にはご不便をお掛けしますが、ご協力をお願いいたします。代替駐車場については、敷地内に案内表示を行います。



問 庁舎建設室(1号館2階・☎25-2528)

※庁舎建設事業について、詳しくは市ホームページでも紹介しています。







防府市の高齢者を支える仕組み

いつも、「地域」から。ずっと、「地域」で。

今年度の市広報では、『防府市の高齢者を支える仕組み』を複数回に分けて紹介してきました。

今回は、要支援者等が“元の生活”を取り戻すことを目的として提供する、全国でも先進的な新しい『しくみ』をご紹介します。

## ◆新しい「しくみ」 ～短期集中介護予防サービス～の試行実施

『短期集中介護予防サービス』は、要支援認定等を受けた高齢者が、生活のしづらさを解消し、「自分らしいふつうの暮らし=元の生活」を取り戻すためのサービスです。

リハビリテーション専門職（理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等）との面談を通して、個別に定めた目標の進捗状況や身体の状態を確認し、**日々の生活の中での活動量を増やすことで、生活の自信を取り戻していく**支援を行いました。

このサービスは、従来のデイサービスのよ  
うに身体を動かすことを目的として通所施設を利用する点とは大きく異なり、「通所日以外の日をいかに過ごすか」という点に着目しています。週1回の通所日に専門職員と話し合い、毎日の生活の中で自分自身が取り組むことを決定し、実践（セルフマネジメント）します。



そして、サービス期間終了後もセルフマネジメントを継続できるよう、様々な地域資源へとつなぎます。いつまでも住み慣れた自宅や地域で、その人らしく生き生きとした生活を送ることを目的とした、**全国でも先進的な取り組みです。**

令和元年9～12月の試行期間にサービスを利用した人のうち、7割以上に運動機能の改善が見られ、意欲が向上し活動範囲が広がった人も多くいました。

短期集中介護予防サービス成果報告会を開催します。詳しくは3ページへ。

## ◆元気で明るい自分に！

石崎輝雄さん(74歳)は、せきさちゆうかんまようさくしゆう脊柱管狭窄症から、何をしても手足の激しい痛みで襲われ、一日中ソファに座りテレビを見るだけの暮らしが続いていました。

そんな中、地域包括支援センターの職員に勧められ、このサービスの利用を開始しました。



開始当初は、周りの人よりも上手に身体を動かさないことへの焦りや苛立ちを感じていましたが、リハビリ活動を継続することで、身体がよく動くようになったことを実感します。

それとともに、「**みんなに負けちゃおれん!**」、「**自分もまだまだこれから!**」と、気持ちも前向きになりました。

サービス期間終了後も、自宅でのリハビリを継続し、毎日の散歩や地域の活動へ活発に参加するようになるなど、活動範囲が大きく広がりました。



## ◆いつまでも、“私”らしく。

要支援者等が、新たな『しくみ』を利用して元の生活を取り戻し、地域住民との『活動』の中で毎日を健康に過ごし、ちょっとした困りごとは高齢者同士の『つながり』で解決しあう一。

防府市では、それぞれの要素をより密接に関連させながら、高齢者がいつまでも住み慣れた地域で、自分らしく、ふつうに暮らせる幸せを続けられるよう取り組みを進めていきます。

☎ 高齢福祉課 地域包括支援センター（1号館1階・☎ 25-2964）

## 日本セルビア映画祭 防府市上映会 セルビアからの映画便り



1月25日(土)、イオンシネマ防府で、日本セルビア映画祭が主催するセルビア映画の上映会が開催されました。

セルビア共和国出身の高橋ブランカさんによる解説もあり、映画を通じてセルビア共和国の歴史や文化に触れることができました。



【写真提供：防府日報(株)】

問 政策推進課 セルビアホストタウン推進室  
(4号館3階・☎25-2018)

## 「セルビア共和国を学ぶ」特別授業



1月21日(火)～23日(木)、市内の小学校5校において、在日セルビア共和国大使館 大使秘書の長門ティヤナさんを講師に迎え、小学生たちにセルビア共和国の自然の美しさや伝統・文化を伝えていただきました。



中関小学校の児童たちは、ティヤナさんとのセルビア給食交流を通じて、セルビア共和国を身近に感じていました。

問 学校教育課 (1号館3階・☎25-2490)

## セルビーに学ぶ

# セルビア語講座



今年7月から、待ちに待った東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が開催されます。

防府市では、セルビア共和国のホストタウンとして、女子バレーボールチームが事前合宿を行う予定です。

是非、選手の皆さんをセルビア語で応援しましょう！



2020.3.1 を基準としています。

- 「防府へようこそ」 = ドブドロシュリ ウ ホーフ (Dobrodošli u Hofu / Добродошли у Хофу)
  - 「元気ですか？」 = カコ ステ (Kako ste? / Како сте?) ⇒ 「元気です」= ドブロ (Dobro / Добро)
  - 「おはようございます」= ドブロ ユートロ (Dobro jutro / Добро јутро)
  - 「こんにちは」 = ドバル ダーン (Dobar dan / Добар дан)
  - 「ありがとう」 = フヴァーラ (Hvala / Хвала)
- 問 政策推進課 セルビアホストタウン推進室  
(4号館3階・☎25-2018)

※「日本語」=セルビア語での発音(ラテン文字表記/キリル文字表記)



東京 2020 オリンピック競技大会まで

東京 2020 パラリンピック競技大会まで

あと **145** 日

あと **177** 日

◆ 市内の聖火リレー実施日・コースが決定しました！！

時 2020年5月14日(木)

所 《コース》

聖火は、佐波小学校前を出発し、防府天満宮(走行距離 3.2 km)を目指します。

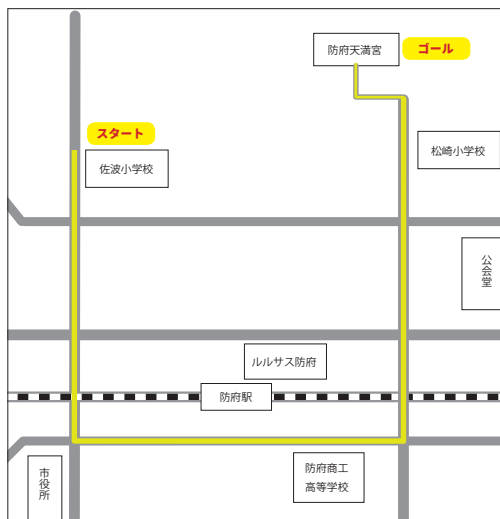
《山口県実行委員会が選定した聖火ランナー》

河村 桂子さん

日本が参加を辞退したモスクワオリンピック(1980年)の女子バレーボール日本代表に選ばれていた幻のオリンピック。

藤井 哉香さん

「山口県サイクリング協会理事」「ほうふ幸せますコンシェルジュ」として、サイクリングの普及や市の観光 PR に貢献されています。



【防府市内 聖火リレーコース】

◆ 道下 美里選手が世界記録を更新しました！！

昨年の第 50 回記念防府読売マラソン大会 IPC 登録の部で優勝した道下 美里選手(三井住友海上)が、2月2日(日)、別府大分毎日マラソンに出場し、自身の持つ世界記録を2分近く更新する2時間54分22秒で優勝しました。

道下選手は東京 2020 パラリンピックへの出場が内定しています。

問 文化・スポーツ課(文化財郷土資料館3階・☎ 25-2274)



【第 50 回記念防府読売マラソン大会】

市民文芸

自由律俳句

暗やみに三日月のみ冴える	三日月と木星がみつめあつて	久かたの語らいあかね色に染まる	遠い耳で笑顔の返事	背中に落ち葉の声立ちどまる	背すじをピンとききようを活ける
伊佐江	岡村町	奈美	奈美	迫戸町	田島
田中	叶屋香代子	松下	倉床	松葉	佐川智英実
律子	満江	節子	純治	和子	中司

短歌

すつきりとパンパスタグラスがさしてある墓前を見ては又ふりかえる	トラックを路肩に避けし折ならむズボンに付きし草の実あまた	発表会上手く出来たねうさぎさんばあはも心で踊っていたよ	病む目にもまばゆいばかりの青い空ぼんやり見ると涙が滲む	あしびきの山の傾りに石路の花見上げし禅寺夕陽に映ゆる	あしびきの山の傾りに石路の花見上げし禅寺夕陽に映ゆる
大道	重田	二枝	新田	大道	末永
天神	賊間由美子	華浦	田嶋キシコ	新田	弘重
和子	和子	和子	和子	和子	和子

俳句

ふるさとの山へと続く罫雲	運動会泣く子止まる子カメラ追う	晩秋や空席多きクラス会	跳ねまわる仔牛叱りて天高し	小春日や校庭狭し日曜日	膝の子の髪を編みをり冬ぬくし
華城中央	三戸志津江	奈美	自由ヶ丘	高倉	田島
三戸志津江	三戸志津江	三戸志津江	三戸志津江	三戸志津江	三戸志津江

川柳

知識より智恵を生かした半世紀	身の丈を認めて無理のない歩み	御夫婦天空段取り日本晴れ	近頃は勝敗のなくち喧嘩	声かけて逢った仲間と愚痴話	クリスマス年を取っても夢を見る
新田	坪郷英美子	田島	藤井	岡村町	磯部
新田	坪郷英美子	田島	藤井	岡村町	磯部

問 市文化協会 (☎ 26-6841)

# 元気な赤ちゃん大集合

3月で1歳になります。



すがのきょうすけ  
菅野 恭佑ちゃん  
(桑南)



せがわ  
瀬川 あかりちゃん  
(国衙)



なかむら みゆ  
中村 美結ちゃん  
(華園町)



かしわむらさり  
柏村 紗梨ちゃん  
(田島)



こむらつむぐ  
古村 紡ちゃん  
(岸津)



まつばら つき  
松原 都葵ちゃん  
(緑町)



いとう かなた  
伊藤 奏多ちゃん  
(鋳物師町)



すいず かなと  
水津 奏十ちゃん  
(伊佐江)



いなだ  
稲田 つきちゃん  
(東三田尻)



いよまさりつ  
伊與政 律ちゃん  
(石が口)



むらかみ ゆいと  
村上 結都ちゃん  
(千日)



まつもとかなで  
松本 奏ちゃん  
(古祖原)



いとう なこ  
伊東 那湖ちゃん  
(伊佐江)



さえき ひなた  
佐伯 光優ちゃん  
(江泊)



まつなが まいあ  
松永 莓明ちゃん  
(石が口)



なかつか りおな  
中司 湊奈ちゃん  
(田島)



みやもとさとる  
宮本 悟ちゃん  
(迫戸町)



みはら はると  
三原 悠翔ちゃん  
(勝間)



たかはし はやと  
高橋 隼斗ちゃん  
(高倉)



すみこう だん  
住香 暖ちゃん  
(高井)



よこざわ みか  
横澤 実佳ちゃん  
(新田)

## 募集!

市内在住で「令和元年5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。【応募締切】 3月31日(火)必着  
※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。 ※写真は返送しません。

申込み・問合せ 〒747-8501 防府市役所 情報政策課 情報発信係  
「元気な赤ちゃん大集合」写真コーナー(1号館2階・☎25-2240)



## 防府市公式 Instagram【@butchi\_stagram】大好評更新中!



ぶっちーの日々の活動の様子や、“ほうふ”の魅力を気ままに更新しています。ぜひ、ご覧ください。



☎ 情報政策課 情報発信係(1号館2階・☎25-2240)

市公式 Facebook も更新中!



連載『健やかほうふ21計画(第二次)』#23

## こころ、元気ですか？

～3月は自殺対策強化月間です～

3月から4月は、進学や就職、職場の異動などの環境の変化により、「こころ」と「からだ」のバランスを崩しやすい時期です。

「あれ？いつもと違うな？」という変化に気づき、早めに対応することで、「こころ」と「いのち」を守りましょう。

### ♡「こころ」のSOSに気づきましょう♡

以前と比べて、次のような変化はありませんか？

次の症状が2週間以上続いている場合は、専門の医療機関や相談窓口にご相談するなど、早めの対応が必要です。

#### あなたは大丈夫？

- 疲れやすい、元気が出ない
- 気力がわかない、何もする気がしない
- 今まで楽しんでいたことが楽しめない
- 理由もなく悲しい・憂うつな気持ち
- なかなか寝付けない、夜中に目が覚め眠れない

#### あなたの大切な人は大丈夫？

(家族、友人、同僚、ご近所さんなど)

- 表情が暗くなった、元気がなくなった
- 体調不調(頭痛・腹痛・肩こり・倦怠感など)の訴えが多くなった
- 人付き合いを避けるようになった
- 遅刻や欠勤(休み)が増えた
- 今まで楽しんでいたり外出をしなくなった

元気が出ない…



体調が優れない…



ボーっとすることが増えた…



最近、調子悪そうだけ大丈夫？  
ちょっと話聞こうか？

### ♡大切な「こころ」を守るために♡

#### 1人で抱えず、誰かに話してみませんか？

あなたが今悩んでいることはどんなことですか？誰かに話を聞いてもらうだけで、気持ちがすっきりしたり、解決方法が見つかることがあります。

#### ちょっと一息ついてみませんか？

最近、頑張りすぎたり、無理をしすぎていませんか？体やこころの疲れは、家事や仕事の効率にも影響を及ぼします。まずは、忙しい日々の中で、1時間でも半日でも休養をとりましょう。



#### 周囲の人の変化に気がいたら、

#### 声をかけてみましょう

「あれ？」「いつもと様子がちがうな？」と気づいた時は、ぜひ声をかけましょう。優しく温かい声かけは、悩みを話すきっかけにつながります。あなたの一言で、救われる人が必ずいます。

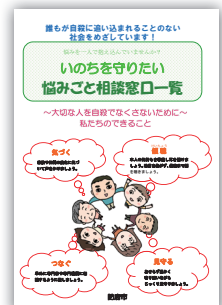
#### 声をかける時は・・・

「食べれてる？」「眠れてる？」など、体の様子から声をかけると、相手も答えやすいです。

★気づいた方も一人で悩まずに、困った時は相談機関へご相談ください。



←悩みごと  
相談窓口一覧



#### ●相談窓口一覧●

市保健センター (鞠生町12-1・☎ 24-2161)
市障害福祉課 (1号館1階・☎ 25-2967)
県山口健康福祉センター防府支所 (駅南町13-40・☎ 22-3740)

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】

# 3月 カレンダー


令和2年(2020年)子年 弥生 March

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 桑陽病院 (車塚町・☎23-1781)	2	3 乳幼児相談	4	5	6 1歳6か月健診(男)	7
8 三田尻病院 (お茶屋町・☎22-1110)	9	10 乳幼児相談	11 乳幼児相談	12 乳がん検診・ 大腸がん検診	13 無料法律相談 1歳6か月健診(女)	14
15 家庭の日 たかきクリニック (台道・☎33-1050)	16	17 3歳児健診(男)	18	19	20 ながみつクリニック (中央町・☎20-1230)	21
22 防府整形・リウマチクリニック (新田一丁目・☎25-1060)	23	24 3歳児健診(女)	25	26	27	28
29 松本クリニック (国衙四丁目・☎25-2522)	30	31	1	2	3	4


## ■防府競輪開催日程 競輪局(☎22-1212)

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
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	祝	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
3月	奈良記念	別府 S級(F I)	玉野 記念(G III)	防府 (F II) ♥	久留米 S級(F I)	松山 記念(G III)	高松 S級(F I)	防府 (F II) ♥	久留米 (G III) ♥	名古屋 S級(F I) ♥	福井 ウィナーズ カップ (G II) ♥	広島 S級(F I) ♥	豊橋 (F I)	静岡 (F I)	四日市 (F I) ♥	京王閣 (F I)	いわき平 (F I)	松戸 (F I)	玉野 (F I)	川崎 (F I)	別府 (F I) ♥									

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  
♥ ガールズケイリン  
☀ モーニングケイリン



## 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。)

<b>青少年科学館ソラール</b> 時 9:30~17:00 休 毎週月曜 ☎ 26-5050	<b>アスピラート</b> 時 9:00~17:00 休 毎週火曜 ☎ 26-5151	<b>防府図書館</b> (土・日曜、祝日は18時まで) 時 9:30~19:00 休 毎週火曜 ☎ 22-0780	<b>スポーツセンター</b> 時 8:00~22:00 休 第3火曜 ☎ 27-2000	市主催、共催以外の 体育行事はこちら 
--	--	---	--	--

### 司法書士 無料相続相談会

3月7日(土)・4月25日(土)・5月16日(土)

午前8時45分~11時半まで ※ご予約の方便先

**会場** サンライフ防府1階会議室(ゆめタウン防府イズミ前)

**相談内容** 名義変更、遺産分割、遺言書作成、相続放棄、遺産管理、生前贈与等相続手続きに関する内容、その他

長年にわたり培った相続に関する総合的な知識と経験をもとに、さまざまなご相談にじっくり丁寧にお応えいたします。

創業25年 司法書士 堀越政美 (防府市固定資産評価審査委員)  
 相続手続件数累計約900件 (年間約30~40件) ※相談日以外でも事務所に随時無料相談を行います。お気軽にお電話ください。

**堀越政美司法書士事務所** (☎21-7350)  
 防府市本橋町19-38 (佐波中近く)

## 墓

お任せ! 墓 終い

徳山みかげ 正規取扱店

国産・輸入新規建立  
 修理補正・苔垢除去  
 雑草・防草工事全般  
 納骨室底上・防水  
 墓石蘇生・磨き替え

押し売り営業一切なし  
 防府市 / 山口市 / 周南市

好評・人気! 予算定額建立コース60万・80万・100万

0120-28-0002

防府ヤマダ電機より西200m

最新設備自社工場製造  
 設計 | 製造 | 販売 | 修理 | 施工

年中無休: AM10:00~PM5:00 大駐車場完備  
 防府営業 〒747-0836 山口県防府市植松249-4

創業明治四〇年