

健康 & すくすく

心配ごと相談(無料・市民対象)

日 7月5日(火) 9:30～12:00
場 市総合福祉センター 2階会議室
内 家族、健康、福祉、医療などの
悩みごと相談
問 市社会福祉協議会 ☎②3800

7月の健康相談(要予約)

■健康相談の日

日 毎週(月)(水)(金) 9:00～11:30
※(火)は除く。

■乳幼児健康相談・栄養相談

日 7月13日(水) 9:30～10:30
場 いずれも市保健センター
申 問 前日までに予約してください。
市保健センター ☎③1190

大きく広げよう!!

子育て支援の輪(要申込)

日 7月4日(月) 10:00～11:00
／受付 9:30～
場 西福祉センター
内 たなばた飾りの製作、ラップの芯
を使ったおもちゃで遊ぼう
対 末就園児とその
保護者

定 6組
料 乳幼児 1人につき
100円(保険料等)

○主催 市母子保健推進協議会
○申込期限 6月30日(木)
申 問 市保健センター ☎③1190



やないファミリー・サポート・センター 親子でリラックス 子育て中のママ・パパの おしゃべりサロン♪(要申込)

子育てのことなど気軽にしゃべりませんか?

日 7月20日(水) 10:00～11:30
場 市総合福祉センター 2階
内 プラ板でキーホルダーを作ろう
対 定 末就園児の親子 10組
料 50円(材料費)
○申込期限 7月13日(水)
申 問 やないファミリー・サポート・
センター ☎③0668

Y B Bにここカラダトノエ塾 足腰ぶち元気コンディショニ ング3カ月講座(要申込)

足腰が楽になり、立ち姿も美しく
なるコンディショニング講座です。

日 7月13日(水), 8月10日(水), 9月
14日(水) 13:30～14:30

場 FUJIBO 柳井化学武道館
○講師 大海仁子 (NCA 認定プ
ロフェッショナルコンディショ
ニングトレーナー)

料 各日 500円
定 各日 20名
持 バスタオル、フェイスタオル
○申込開始 7月1日(金)～
申 問 FUJIBO 柳井化学武道館
☎⑤3383

アデリーホシパーク運動 教室(要申込)

■かんたんエアロ

日 8月10日(水), 24日(水),
9月14日(水), 28日(水)
／10:30～11:15

定 各回 15人
料 500円
持 室内シューズ
■ステップ教室

日 8月2日(火), 30日(火), 9月6日(火)
／13:00～13:45



定 各回 15人
料 500円
持 室内シューズ
■ストレッチ講座
日 8月4日(木), 25日(木), 9月8日(木),
22日(木) 13:00～14:00

定 各回 20人
料 1,000円
■共通事項

○申込開始

8月開催分: 7月1日(金)～
9月開催分: 8月1日(月)～

申 問 アデリーホシパーク
(柳井ウェルネスパーク)
☎④0025



第10回 MaMa 塾 (無料・当日申込可)

日 7月21日(木) 13:30～15:00

内 こどもと元気に過ごそう

～こんな症状の時!

やっていいこと・悪いこと～

○講師 近藤穂積先生
(キャプテンキッズクリニック)

場 市保健センター
対 妊娠中の人、0歳から
就学前の乳幼児とその
保護者

○主催 柳井医師会、市
申 問 市保健センター ☎③1190



体組成測定会(無料・申込不要)

体組成計で体のバランス、部位ご
との筋肉量などを測定します。

日 7月16日(土) 10:00～16:00

場 問 アクアヒルやない

☎④0025

にこにこ健康づくり (無料・申込不要)

笑顔のできる程度の運動をする活動です。市内各地でグループ活動があり、誰でも参加できます。

▼動きやすい服装で参加を

▼遠崎地区体育館、阿月地区体育館、大畠総合センターは室内用の運動靴が必要

▼複数の会場に参加可能

対医師に運動制限を受けていない人

問市保健センター ☎② 1190

○7月～9月の場所・日時

※天候等で中止・日程変更をする場合があります。

■遠崎地区体育館(サークル遠崎)

日 7月11日(月), 25日(月), 9月12日(月), 26日(月) / 各 9:00～

■中央公民館(市文化福祉会館)

日 7月5日(火), 19日(火), 8月2日(火), 9月6日(火), 20日(火) / 各 15:30～

■阿月地区公民館

日 7月27日(水), 8月24日(水), 9月28日(水) / 各 13:30～

■伊保庄公民館

日 7月27日(水), 8月24日(水), 9月28日(水) / 各 10:00～

■大畠総合センター

日 7月6日(水), 20日(水), 8月3日(水), 17日(水), 9月7日(水), 21日(水) / 各 10:00～

■日積公民館

日 9月21日(水) / 10:00～

■アデリーホシパーク

(柳井ウェルネスパーク)

日 7月14日(木), 28日(木), 8月11日(木), 25日(木), 9月8日(木), 22日(木) / 19:00～

■遠崎地区体育館
(健康づくり in 遠崎)

日 7月23日(土), 8月27日(土) / 各 9:00～

■市保健センター

日 7月22日(金), 8月19日(金), 9月16日(金) / 各 9:00～

■つなげ隊ツアー(市内で実施)

○ナイトジョグ

日 8月5日(金) 19:30～ / 集合: サンビームやない駐車場

○モーニングジョグ

日 9月10日(土) 7:00～ / 集合: アデリーホシパーク駐車場

後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ

お口の健康診査を受診しましょう

無料

○実施期間 ～令和5年1月31日(火)まで

○対象者

①前年度に75歳を迎えた人、もしくは障がい認定により新たに被保険者になった人

②上記以外で受診を希望する人(本年度の新規資格取得者を除く)

○受診券

対象者①の人 / 5月末頃に封書で送付しています。

対象者②の人 / 市民生活課に問い合わせてください。

○実施医療機関

山口県歯科医師会指定の歯科医療機関

※市内の実施歯科医療機関一覧を受診券に同封しています。

○健診項目

口腔状態、噛む力、舌の動き、のみこむ力の確認など

○必要なもの 受診券(桜色)、質問票(受診券に同封)、後期高齢者医療被保険者証

○予約・申込 健診を受ける歯科医療機関に事前に直接申し込んでください。

●問い合わせ

▼市民生活課 ☎② 2111 内線 168,169

▼県後期高齢者医療広域連合

☎ 083-921-7112 (業務課保健事業推進係)



集団検診を実施します

予約制



すこやか元気くん

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策を徹底するため、次の検診を予約制で行います。新型コロナウイルス感染症拡大状況により、やむを得ず中止する場合があります。

■胃がん(胃透視)検診、大腸がん検診、特定健診

○対象

▼胃がん検診(胃透視)

50歳以上の市民(54.3.31生まれまで)

※昨年度、市の胃がん検診(内視鏡検査)を受けた人は今年度の胃がん検診は受けられません。

▼大腸がん検診・特定健診

40歳以上の市民(55.3.31生まれまで)

○自己負担金額

検診内容	74歳以下	75歳以上
胃がん検診(胃透視)	2,800円	800円
大腸がん検診	400円	200円
特定健診 柳井市国民健康保険加入者・協会けんぽ被扶養者が対象	無料 ※特定健診のみの受診はできません。 胃がん検診または大腸がん検診を同日に受けることが特定健診の受診条件です。	

○会場/日時 いずれも 8:30～12:00

▼大畠総合センター／9月1日(木)

▼市保健センター／9月2日(金)、5日(月)～8日(木)

○申込期限 7月15日(金)

■共通事項

○申込方法

受診希望		申込先
集団がん検診(胃がん(胃透視)、大腸がん、結核・肺がん)のみ		市保健センター 電話で申し込んでください。 ☎② 1190
集団がん検診 + 特定健診	市国保加入者	全国健康保険協会 山口支部※
	協会けんぽ被扶養者	

※協会けんぽから対象者へ送付された案内付属の専用はがきで申し込んでください。

■結核・肺がん検診

○対象

40歳以上の市民(55.3.31生まれまで)

○自己負担金額 200円

○日時/会場

日付	午前 (8:30～11:30)	午後 (13:00～16:00)
10月11日(火)	市保健センター	
10月12日(水)	柳井中学校 第2体育館 (旧柳井南中学校 体育館)	柳東文化会館
10月13日(木)	伊陸出張所	日積出張所
10月14日(金)	市文化福祉会館※	阿月出張所※
10月17日(月)	大畠総合センター	
10月18日(火)	新庄出張所※	余田出張所※
10月19日(水)	市保健センター	

※実施時間が異なります(午前 8:30～12:30 / 午後 14:00～16:00)。

○申込期限 8月22日(月)

●問い合わせ

○がん検診に関すること

市保健センター ☎② 1190

○特定健診に関すること

▼市国民健康保険加入者

市民生活課 ☎② 2111 内線 151

▼協会けんぽ被扶養者

全国健康保険協会山口支部 ☎ 083-974-1501

歯と口の健康に気をつけましょう

歯と口の健康週間標語 ーいただきます 人生 100 年 歯と共にー

いつまでも自分の歯でおいしく食べ健康寿命を伸ばすため、歯と口の健康づくりを意識しましょう。また食生活の乱れは生活習慣病の要因となるだけでなく、感染症などの重症化のリスクを高めると言われています。免疫力を高めるためにも、1日3食バランスの良い食事を摂りましょう。

●問い合わせ 市保健センター ☎③ 1190

■なくそうむし歯・歯周病

食べ物をおいしく食べるためには自分の歯を20本以上残すことが必要です。歯を失う主な原因となるむし歯・歯周病を予防しましょう。



毎年1～2回歯科健診を受ける
食後は歯磨きをし、夜は特に丁寧に磨く
小さい子どもの歯は仕上げ磨きを行う

食べ物はよく噛んで味わって食べる
間食は1日1～2回まで、内容と量を考えて摂る
お茶など糖分を含まないもので水分補給をする

■6月は食育月間 規則正しい食生活で、むし歯を予防

糖分を含むものをダラダラ飲食すると、むし歯菌により口の中が酸性に傾く時間が長くなり、むし歯になりやすくなります。おやつは時間を決め、1日3度の食事がきちんと食べられる量におさえて楽しみましょう。

○オススメのおやつ

- ▼糖分が少なく噛み応えがあるもの
 - ▼歯にくっつきにくいもの
 - ▼口の中に残りにくいもの
- ⇒例 果物、小魚など



○控えたいおやつ

- ▼糖分が多いもの
 - ▼歯にくっつきやすいもの
 - ▼口の中に長く残りやすいもの
- ⇒例 あめ、クッキーなど



まちの出来事

5/11 ボーイスカウト柳井第3団が募金活動

ボーイスカウト柳井第3団（^{くわはらまこと}桑原 眞 団委員長・写真左から2人目）が、苦境にあるウクライナを支援しようと募金活動を行い、集まった62,516円を届けました。この活動は団員の発案により4月17日にゆめタウン柳井で行われ、代表して募金を届けた^{あきむらまさたか}秋村政孝さん（写真左から3人目）と^{あきむらひでたか}秋村英孝さん（写真左から4人目）は「多くの人に協力してもらった。ウクライナの人たちのために役立ててほしい」と話しました。募金は日本赤十字社山口県支部（柳井市地区長＝市長）を通じて人道支援に活用されます。



柳井地域における国衙領

柳井西中学校の北東側は大倉という地名で、そこから奈良時代に国家通貨であった和同開珎が入った壺が出土しています。和同開珎は庶民が使うものではなく、役人が公務等に使う銭でした。なぜ新庄の大倉で国家管理の通貨が出土したのでしょうか。



▲新庄大倉を示す看板

現代社会では土地に私有権が認められていますが、奈良時代の初めは土地は全て天皇の所有物でした。防府国衙の管理下にあったので国衙領と称し、また都へ送る租米を集荷した場所を屯倉と称しました。官吏が駐屯し、御倉があったことに由来します。田布施には三宅の地名がありますが、かつて屯倉であった名残りです。田布施の三宅の地は現在内陸に位置しますが、かつては海に面しており都に租米を送る船が発着していました。また各所に大倉・納所・名倉・納蔵などの地名がありますが、そこも租米の集荷場所でした。新庄の大倉で和同開珎が発見されたことから、そこには租米を格納する御倉が建てられ、官

市教育委員会 社会教育指導員 松島幸夫

吏が居宅を構えていたことが分かります。奈良の都と新庄の大倉は強く結びついていたのです。

さて柳井の余田は、古くは「与田保」と記述されていました。「保」とは、天皇の所有地である国衙領を意味します。防府の国庁は、租米徴収の現地担当者として与田村の有力者を公文職に任命しました。公文職には給与が支給されましたが、当時は現金給与の代わりに免田という租米を免除する稻田を与えました。現在も余田には由免・免弁・将基免などの地名がありますが、公文職の免田であった場所です。由免とは、都への租米の輸送が免除された田です。免弁は免田の訛りでしょう。また将基免の地名によって、将基という名の公文職がいたことが分かります。

なお、大畠の神代もかつては「神代保」と表記されていました。国衙領であった名残りです。そして神東には「公門所」という地名がありますが、「公文所」と同義です。公文職が、居宅を構えていた場所です。

●問い合わせ

文化財室 ☎2111 内線 332

休日夜間応急診療所 ☎29001

受付は診療終了時間の30分前まで／土曜日休診

○休日昼間：9:00～12:00, 13:00～17:00

○平日夜間：19:00～22:00

救急医療電話相談

こども(15歳未満)の相談 19:00～翌朝8:00

☎#8000 (つながらないとき／☎083-921-2755)

おとな(15歳以上)の相談 24時間365日対応

☎#7119 (つながらないとき／☎083-921-7119)

※緊急・重症の場合は迷わず119番に通報してください。

水道修理連絡先 ☎090-9505-1140

市指定水道工事協同組合加盟業者 (有)笹木設備、トオエ電気(株)、日昭住設(株)、ベルダ(株)、(株)一山電業

市の人口

30,338人 増

(前月比10人減)

5/31現在

男性 14,154人

女性 16,184人

15,396世帯

増 転入 87人

出生 12人

その他 0人

減 転出 66人

死亡 43人

その他 0人

7月のけんけつ(400ml限定)

○日程

3日(日) ゆめタウン柳井 9:30～12:00
13:15～15:3012日(火) 中国電力ネットワーク(株) 9:45～11:15
柳井ネットワークセンター

坂本病院 13:00～14:00

県柳井総合庁舎 15:00～16:30

●問い合わせ 市保健センター

☎21190



※令和4年4月30日現在の人口

(5/12号には発行時期の都合により未掲載)

30,348人(前月比24人減)

男 14,155人、女 16,193人、15,406世帯

増／転入 159人、出生 12人、その他 0人

減／転出 166人、死亡 29人、その他 0人

しらかべ ポリスニュース

柳井警察署 ☎③0110



大丈夫ですか？梅雨時期の防災対策

梅雨時期に備え、次のことに注意して災害から身を守りましょう。

■平素の心がけ

- 家庭で災害発生時の役割分担や集合場所、避難場所、避難ルートを確認しておきましょう。その際は市が作成しているハザードマップを活用しましょう。
- 非常持出品はリュックサックなどに入れ、避難時には両手が使えるようにしましょう。
- スマートフォンなどから最新の気象情報の入手に努めましょう。



■避難する際に

- 市から発令される避難勧告と避難指示が一本化され、避難指示のみとなりました。避難指示が発令されたら、危険な場所からすぐに避難しましょう。
- 氾濫した水の流れは、勢いが強く、水深が膝程度でも歩くのが困難になります。高く丈夫な建物に避難することを考えましょう。
- 身体の不自由な人、お年寄り、小さな子どもから目を離さず、安全な誘導を心掛けましょう。
- 避難所では感染予防対策を行いましょう。

表紙の説明

特集記事で紹介した柳井地区広域消防組合の職員さんと柳井市消防団の団員さんによる放水の様子です。この撮影や記事作成にあたっては、多くの人にご協力をいただきありがとうございました。



新刊情報 図書館だより

柳井図書館 ☎②0628 / 大畠図書館 ☎④52226

■休館日：毎週月曜日

柳井図書館／祝日の翌日、6月30日(木)

大畠図書館／祝日

新刊図書の一部をご紹介します。

このほか柳井市立図書館ホームページをご覧ください。

■一般書(柳井図書館)

アルツ村	南	杏子
ラムラム王	武井	武雄
土曜はカフェ・チボリで	内山	純
ショートケーキ。	坂木	司
タダキ君、勉強してる？	伊集院	静
端午のとうふ	山本	一力
図書室のはこぶね	名取	佐和子
開化の殺人	中央公論新社編	
さよならに反する現象	乙一	
はじめてのベジ・ガーデン	矢田	陽介
生きベタさん	釈	徹宗
瀬戸の島旅手帖	米山	俊哉

■一般書(大畠図書館)

風の港	村山	早紀
悪の包囲	堂場	瞬一
ひまわりは恋の形	宇山	佳佑
猫に教わる	南木	佳士
孤独を抱きしめて	下重	暁子

■児童書(柳井図書館)

神社のえほん	羽尻	利門
すずむし	黒井	健
ありんこトロッコ	おおいじゅんこ	
新美南古	谷	悦子
香君 上・下	上橋	菜穂子

※雑誌スポンサー（企業・個人）を募集しています。

編集後記

以前は花にあまり関心のなかった私ですが、最近
はふとした時に道端に咲く花に目が行くようになり
ました。6月に咲く
代表的な花の一種は
紫陽花。咲き誇る紫陽
花目当てに散歩をした
いと思います。(と)



見てるだけ いじめてないけど いじめてる

4/27 (株)山口県中央花市場 進出協定調印式

花専門の卸売市場の(株)山口県中央花市場（本社山口市・杉山 宏 代表取締役）が、(株)ホシファームの所有する余田の園芸施設団地に花の流通拠点を新たに開設することに伴い、進出協定調印式が行われました。杉山代表取締役は「県東部の花の流通拠点として、県内、さらには全国へ柳井の花を届けていきたい」と話しました。



▲左から杉山代表取締役、立会人の高橋博史県農林水産部長、井原市長

5/16 緑化推進運動功労者内閣総理大臣表彰 受賞を報告



里山再生活動をはじめ多岐にわたる活動を行う日積地区のボランティアグループ「Seeds」(西本利治会長・写真中央)が、今年度の緑化推進運動功労者の内閣総理大臣表彰を受賞し、市長に報告しました。西本さんは「結成から20年があったという間に過ぎたが、地道な活動の芽が出て日積が元気になり嬉しい。今後は新たな目標を模索しながら頑張りたい」と話しました。

◀ Seeds 関係者の皆さんと井原市長



フラワーランドで
奮闘中

地域おこし協力隊 内村隊員コラム

うっちーのやない散歩



▲ほのぼの
コラムも
更新中！

はじめまして。私、4月から地域おこし協力隊に着任した内村友美と申します。今月からこちらでコラムを書くことになりました。

着任してからあっという間に約2ヵ月が経ちました。その間多くの人に声をかけてもらいましたが、よくかけてもらったのは「何もないのによく来たね」という言葉です。でも、私は柳井に何もないとは思いません。キラキラ輝く田んぼ、美しい鳥の声、緑豊かな山々など、私の住んでいた場所では失われつつある美しい自然がここにはたくさんあると感じています。

まだまだ柳井のことは知らないことだらけです

ので、私の知らない柳井の魅力をたくさん教えてもらえると嬉しいです。そしてその魅力を皆さんと一緒に、多くの人に伝えていけたらと思っています。これからよろしくお願いします。



「音訳しらかべの会」の皆さんによる「声の広報(音訳版広報)」を市ホームページに掲載しています。