

健康 & すくすく

心配ごと相談(無料・市民対象)

日 11月1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

11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

※(祝)は除く。

■乳幼児健康相談・栄養相談

日 11月9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 ☎②1190

アデリーホシパーク運動 教室(要申込)

■かんたんエアロ

日 11月9日(水)、12月14日(水)
／ 10:30～11:15

定 各回 10人

料 500円

持 室内シューズ

■スロージョギング® 倶楽部

日 11月14日(月)、28日(月)、12
月12日(月)、26日(月)
／ 10:00～10:45 ※雨天中止

定 各回 20人

料 300円

■ストレッチ講座

日 11月10日(水)、24日(水)、12月8
日(水)、22日(水) 13:00～14:00

定 各回 20人

料 1,000円

○申込開始(各コース共通)

11月開催分：10月1日(土)～

12月開催分：11月1日(火)～

申 問 アデリーホシパーク

☎②0025

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 11月19日(土) 10:00～16:00

場 問 アクアヒルやない

☎②0025

柳井市国民健康保険加入者の皆さんへ

特定健診は無料で受診できます

市では糖尿病などの生活習慣病予防のため、特定健康診査・特定保健指導を実施しています。特定健診は健康状態を確認する良い機会ですので、自身の健康のため年に1度は受診するようにしましょう。

○対象 柳井市国民健康保険に加入中で40歳から74歳までの人

▼受診券が手元にない人は、市民生活課に連絡してください。

▼3年間受診のない人には受診を勧奨するはがきを郵送します。

○無料受診期限 令和5年1月31日(火)

●問い合わせ 市民生活課 ☎②2111 内線151

「かかりつけ薬剤師」「かかりつけ薬局」 を選んでいきますか？



「いつでも」「気軽に」相談できます

▼現在利用しているすべての医療機関の処方せんの内容をチェックし、薬の飲み合わせや副作用を確認してもらえます。

▼薬局の営業時間外でも、薬などの電話相談ができます。

▼在宅療養でも、薬剤師が伺い残薬の管理や健康相談をします。

▼医療機関や地域包括支援センターなどの関係機関と連携し、総合的に支援します。

◆あなたの「かかりつけ薬剤師」「かかりつけ薬局」を見つけましょう

薬局の場所やサービスなどは県ホームページで公表してま
すので、積極的に活用し、健康づくりに役立てましょう。



●問い合わせ 県柳井健康福祉センター ☎②3631

母子手帳アプリ



「やなでこ by 母子モ」を利用しましょう

子育て世代が気軽に利用できる母子手帳アプリ「やなでこ by 母子モ」を使って皆さんにさまざまな情報をお届けしています。ぜひ利用してください。

●問い合わせ 市保健センター ☎②1190

○便利な機能が盛りだくさん！

▼予防接種のスケジュールの管理

▼子どもの成長を写真つきで記録

▼子どもの体重のグラフ化 など



◀ダウンロードは
こちらから

やまぐち健幸アプリで 楽しく健康づくりをしましょう

長く健康で過ごすためには、日ごろから体を動かして生活習慣病を予防することが大切です。毎日の歩数や健診受診などを記録することでポイントがたまるスマートフォン用アプリ「やまぐち健幸アプリ」を活用し、日々を元気に過ごしましょう。

●問い合わせ 市保健センター ☎②1190



ダウンロードは
こちらから▶



○ランキング

歩数にはランキング機能があり、全体・年代・地域・企業・なかよしグループの中で個人順位が表示されます。競い合って楽しくウォーキングを続けましょう。



○健康・体温記録

自身の体重・血圧・健康状態を記録することができます。毎日の体温(朝・昼・夜)も記録できますので、日々の健康管理に役立てましょう。



○グラフ

月間の歩数、距離、消費カロリー、体重の変化、血圧、平均ブレイク回数をグラフで知ることができます。データは過去1年分が表示されますので、健康管理に活用しましょう。



○ポイント

歩数や健診、健康教室への参加などでポイントがたまります。一定以上ポイントを獲得するとアプリ上に特典カードが表示され、県内200以上の協力店で割引などのサービスが受けられます。



まちの出来事

9/20 (株)トクヤマ 窒化アルミニウムフィラーの量産化に着手



総合化学メーカーの(株)トクヤマ(本社周南市・横田 浩 代表取締役社長執行役員・写真左)が、市内南浜の同社先進技術事業化センターで窒化アルミニウムフィラーの量産化に乗り出すことに伴い、山口県立ち会いのもと進出協定調印式が行われました。これは電子機器の高性能化に伴う発熱量の増加により機器の誤作動や短寿命化が課題となる中、放熱性の高いこの素材を使ってその改善を目指すもので、横田社長は「当社の製品の優位性が認められ、この事業に着手することとなった。当センターでの事業を通してカーボンニュートラルに貢献したい」と話しました。



▲窒化アルミニウムフィラー

9/21 スピーカーフォンの寄贈

長年柳井図書館への図書の寄贈などを行う柳井ライオンズクラブ(上林照雄会長・写真左から2人目)が、市内全13の小・中学校にスピーカーフォンを1台ずつ寄贈しました。これは同クラブの認証60周年を記念して行われたもので、寄贈を受けた西元教育長は「優れたものを寄贈いただいた。オンラインの授業や会議で活用したい」と感謝を述べました。



やないの先人たちの知恵と汗ー古代編 莊園の成立③・伊保庄

郷土史コラム

市教育委員会 社会教育指導員 松島幸夫

2回にわたり、市内のさまざまな地区がかつて莊園であったことを解説しました。今回は、伊保庄が京都の賀茂別雷神社(上賀茂神社)の莊園であったことについて考察します。

伊保庄の近長に賀茂神社があります。海から神域に向かって長い参道のある、莊嚴な雰囲気を持つ神社です。伊保庄の



▲伊保庄の賀茂神社

賀茂神社は、伊保庄や阿月がかつて賀茂別雷神社の莊園であったことに由来し、由来書には創建について寛治元(1087)年に京都から勧請(神の分霊を他所で祭ること)したと記されています。なお平生町の尾国や上関町の室津や八島などにも賀茂神社がありますが、それらの場所もかつては賀茂別雷神社の莊園でした。賀茂別雷神社の創建は神話の時代にまで遡り、皇室と密接な関係にありました。神社の祭礼である「葵祭(賀茂祭)」には、天皇の勅使である齋王が従者を連れて祭礼に参加していました。現在でも民間人が齋王代となって、

御所から下鴨神社や上賀茂神社へ多くの従者役を引き連れて参拝し、平安絵巻が繰り広げられます。なお、このところコロナ禍のため中止を余儀なくされています。

長きにわたり伊保庄や阿月からの租米が京都の上賀茂神社に送られましたが、その上納米は上賀茂神社で飼っている神馬の草餌代として使われていました。それらの神馬は毎年5月に開催される葵祭で、競馬神事に駆り出されて疾走しました。神馬を飼うために柳井地域の莊園からの租米が必要だったのです。今でも競馬を催す際には、古来の風習に従い「次は伊保庄の馬が疾走します」と紹介されるそうです。

さて、伊保庄の明力遺跡で、京都への租米を集荷する際に使用したと推察される室町時代の小型の硯が発見されました。伊保庄賀茂神社から800m北に行った場所です。住民が集荷場へ運び込んだ米を神職役人が立ちまわりながらチェックし、現場にて帳簿に記録していた姿が甦ってきます。

●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、トオル電気(株)、日昭住設(株)、

ベルダ(株)、(株)一山電業

11月のけんけつ日程(400ml限定)

13日(日)	ゆめタウン柳井	9:30～12:00 13:15～15:30
24日(木)	中国電力(株)柳井発電所	9:45～11:30
	坂本病院	13:15～14:15
	JA山口県柳井支所	15:15～16:30
30日(水)	柳井警察署	9:30～12:00
	恵愛会柳井病院	14:00～16:00

●問い合わせ 市保健センター ☎21190

市の人口

30,283人 増 転入 58人

(前月比25人減) 出生 12人

9/30 男性14,139人 減 転出 56人

現在

女性16,144人 死亡 39人

15,414世帯 その他 0人

しらかべ ポリスニュース

柳井警察署 ☎③0110



県内でサポート詐欺が 多発中！

サポート詐欺とは、パソコンなどでインターネットを使用中、突然「ウイルスに感染している」といった二セの警告画面や警告音を出して不安をあおり、画面に表示された電話番号に電話をかけさせ、有償サポートやセキュリティソフトなどの契約を迫る詐欺の手口です。

電話をかけると、実在するパソコン会社やセキュリティソフト会社などをかたる人物が応答し、電子マネーカードの購入を求められ、だまし取られる被害に遭います。

警告画面や警告音が出ても慌てず、記載された電話番号には連絡せず、すぐに最寄りの警察署や交番、駐在所へ相談してください。

「電子マネーカードを購入して、 番号を教えて、入力して」 の言葉は詐欺！



表紙の説明

中秋の名月前夜、山口県東部海域にエコツーリズムを推進する会（藤本正明会長）が、茶臼山古墳で竹灯籠 540 個に明かりを灯した様子です。当日は一帯が幻想的な雰囲気包まれ、藤本会長は「竹の活用の一環として企画した。今後もさまざまなところで行いたい」と話しました。



新刊情報 図書館だより

柳井図書館 ☎②0628 / 大島図書館 ☎④52226

■休館日：毎週月曜日

▼柳井図書館／祝日の翌日、11月1日(火)

▼大島図書館／祝日

新刊図書の一部をご紹介します。

このほかは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)

この場所、何かがおかしい・・・	さいとう たいち 最東 対地
レミは生きている・・・	ひらの いまお 平野威馬雄
あの子とQ・・・	まきめ まなぶ 万城目 学
月の三相・・・	いしざわ まい 石沢 麻依
文豪の素顔・・・	たかはしとしお 高橋敏夫監修
クリ粥・・・	やまもと いちりき 山本 一力
嘘つきジェンガ・・・	つじむら みづき 辻村 深月
汝、星のごとく・・・	ななし ゆう 凧良 ゆう
夜の道標・・・	あしざわ ふう 芦沢 央
あなたのなつかしい一冊・・・	いけざわなつ き 池澤夏樹編
恐竜超世界 IN JAPAN・・・	うさだ かずき 植田 和貴
きらわれ虫の真実・・・	たにもと ゆうじ 谷本 雄治

■一般書(大島図書館)

任侠楽団・・・	にんきやう こんの 敏
海の教場・・・	きやうしやう よしかわ えり 吉川 英梨
青く滲んだ月の行方・・・	にじ あおば ゆう 青羽 悠
下鴨料亭味くらべ帖・・・	しもがも かしわい ひさし 柏井 壽
悲愁の花・・・	ひしやう おかもと 岡本さとる

■児童書(柳井図書館)

たしますよ・・・	たごもりのりこ
タコとだいこん・・・	いさ 久美
ひつついた！！・・・	きど まや
僕らが学校に行く理由・・・	あしざ 敦志
やまの動物病院・・・	なかがわちひろ

※雑誌スポンサー（企業・個人）を募集しています。

編集後記

広報部門の取材用車両として導入した電気自動車を使い始めてはや1カ月。2人乗りの小さなフォルムが目を引くのか、光栄なことにさまざまな取材先で「それは電気自動車ですか!？」とお声掛けをいただいています。秋は多くのイベントが開催される時期。ますます取材に精を出したいと思います(12ページに電気自動車の紹介記事を掲載しています)。(と)

いじめる手 自分の価値を 下げる針

9/7 大畠小児童がみそ作りを体験

大畠小5・6年生がみそ作りを体験しました。この体験は伝統食であるみそへの理解を深め、その文化を次世代へ継承しようと株式会社シマヤ（本社周南市）が出前授業として行ったものです。児童は最初にもその歴史や作り方について学び、その後作業に取り掛かりました。それぞれ楽しみながら作ったみそは、今後5年生の家庭科の授業でのみそ汁作りに使われる予定です。



季節の
たより

9/13 柳井中バドミントン部女子が全国大会3位に輝く

8月に青森県で開催された全国中学校体育大会バドミントン女子団場で、柳井中バドミントン部女子が3位に輝き、市長に報告しました。この成績は団体戦での過去最高成績で、主将の田原さんは「目標の日本一に届かず悔しさもあるが、チーム一丸となって戦った。プレッシャーのかかる中、多くの応援をもらい感謝している」と話しました。



○メンバー紹介(順不同)

かしまきみやす 鹿嶋公康監督、たはらひまり 田原日葵さん、つきおきかほ 突沖花歩さん、ふみもとひな 文元日菜さん、ほんだはなえ 本田花笑さん、きまたののほ 木全希羽さん、にしかわかえで 西川楓さん、あなみめいさ 阿波芽衣咲さん、いのうえみほ 井上美穂さん



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

地域おこし協力隊の^{うちむらともみ}内村友美です。先月、市民花壇の管理をされている皆さんと「花のお弁当箱作り」をしました。花をご飯やおかずに見立て、吸水スポンジに挿していきます。白はご飯、赤は梅干し、黄色は卵焼き…花を使って世界にひとつのお弁当箱をつくりあげました。「久しぶりにお弁当を作った」と昔の話をしたり、お互いの作品を見て「性格が出るね」と笑いあったり、みんなで一緒に楽しい時間を過ごしました。

皆さんの近くに市民花壇はありますか？花壇の

前を通ったことがあるかも…という人は少し立ち止まって眺めてみませんか？梅干しやご飯として使われたケイトウにセンニチコウ、花壇いっぱい咲いた美しい花々が皆さんを待っています。明日持って行くお弁当のヒントも見つかるかも？かもしれませんよ。



▲ほのぼの
コラムも
更新中！

「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。