

健康 & すくすく

心配ごと相談(無料・市民対象)

日 令和6年1月9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

令和6年1月の健康相談(要予約)

健康相談の日

日 毎週(月)(火)(金) 9:00～11:30

※1月1日(月), 3日(火), 8日(月)祝は除く。

乳幼児身体計測会

日 1月10日(火) 9:30～10:30

場 いずれも市保健センター

申 前日までに予約してください。

市保健センター ☎ 231190

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 令和6年1月20日(土)

10:00～16:00

場 阿デリーホシパーク

☎ 240025

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、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 ☎ 231190

○令和6年1～3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 1月8日(月), 22日(月), 2月12日(月), 26日(月), 3月11日(月), 25日(月) / 各 9:00～

中央公民館(市文化福祉会館)

日 1月16日(火), 2月6日(火), 20日(火), 3月5日(火), 19日(火) / 各 15:30～

阿月公民館

日 1月24日(水), 2月28日(水), 3月

27日(水) / 各 13:30～

伊保庄公民館

日 1月24日(水), 2月28日(水), 3月27日(水) / 各 10:00～

大畠総合センター

日 1月17日(水), 2月7日(水), 21日(水), 3月6日(水) / 各 10:00～

日積公民館

日 3月20日(水) 10:00～

新庄公民館

日 1月10日(水), 24日(水), 2月14日(水), 28日(水), 3月13日(水), 27日(水) / 各 10:00～

アデリーホシパーク

日 1月11日(木), 25日(木), 2月8日(木), 22日(木), 3月14日(木), 28日(木) / 各 18:00～

遠崎地区体育館

(健康づくり in 遠崎)

日 1月27日(土), 2月24日(土), 3月23日(土) / 各 9:00～

市保健センター

日 1月19日(金), 2月16日(金), 3月15日(金) / 各 9:00～ ※市農業担い手センター(市保健センター隣)で実施の可能性あり。

つなげ隊ツアー(市内で実施)

○マップコースジョグ

日 2月10日(土) 9:00～

集合/翠が丘防災運動公園駐車場

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♪ (無料・要申込)

子育てのことなど気軽におしゃべりしませんか?

日 令和6年1月17日(水)

10:00～11:30

場 市総合福祉センター2階

内エプロンシアター

対 定 未就園児の親子10組

○申込期限 1月10日(水)

※12月29日(金)～1月3日(水)は留守番電話対応となります。

申 問 やないファミリー・サポート・センター ☎ 230668

アデリーホシパーク運動教室 (申込不要)

ステップ教室

日 令和6年1月9日(火), 23日(火) / 13:30～14:15

定 各回15人

持 室内シューズ

筋活教室

日 令和6年1月16日(火), 30日(火) / 13:30～14:15

定 各回20人

ストレッチ講座

日 令和6年1月4日(木), 11日(木), 18日(木), 25日(木) / 13:30～14:15

定 各回20人

共通事項

料 1回700円、共通回数券2,000円(4回分)

問 アデリーホシパーク ☎ 240025

母子手帳アプリ

「やなでこ by 母子モ」を利用しましょう

母子手帳アプリ「やなでこ by 母子モ」で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。

○便利な機能が盛りだくさん!

▼予防接種のスケジュール管理

▼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

問 市保健センター ☎ 231190



未就園児親子や妊婦さんへの「子育て支援センター情報」は

市ホームページ「子育て支援センター情報」をご覧ください。やないDE子育てFacebookをシェアすると、最新の情報がお手元に届きます。

●問い合わせ

こどもサポート課

☎ 22111

内線187,188



見てね!

こんなの食べた〜い！ かんたん野菜レシピ

今年度の料理コンクールでは、簡単で野菜がたっぷり食べられるオリジナル料理を募集しました。小学4年生から高校生が対象で、477作品の応募の中から小学生の部で4作品、中高生の部で6作品が入賞しました。また学校給食のメニューにふさわしい作品は「学校給食賞」に選ばれました。手軽に調理できるものや野菜をおいしくたっぷり食べられるものなど、工夫を凝らした作品がそろいました。

●問い合わせ
市保健センター
☎1190

◆**小学生の部** 子どもが描いた野菜料理のイラストをもとに、家族の人と一緒に作ってもらいました。

○最優秀賞「栄養満点 緑黄色野菜のはさみぎょうざ」^{かわもと あおり} 河本 碧莉さん(柳井小5年)



【材料(4人分)】

かぼちゃ 100 g、にんじん 80 g、オクラ 10 個、アスパラガス 6 本 (50g)、はんぺん 1 枚、A(かたくり粉 大さじ 1、塩 小さじ 1/8、こしょう少々、カレー粉小さじ 1/2、とりがらスープの素小さじ 1/2)、ぎょうざの皮 16 枚、油 小さじ 2、水(蒸し焼き用) 大さじ 2、たれ(しょうゆ大さじ 1、酢大さじ 1、砂糖小さじ 1、ごま油小さじ 1)

【作り方】
①かぼちゃ、にんじんは粗いみじん切りにし、電子レンジ

600w で 3 分加熱する。

②オクラ、アスパラガスも粗いみじん切りにし、電子レンジ 600w で 1 分半加熱する。

③はんぺんはビニール袋に入れてつぶして A を加えて混ぜ、野菜の粗熱がとれたら一緒に混ぜる。

④フライパンに油をしき、ぎょうざの皮 8 枚を隙間なく並べる。この上に③のたねを均等にのばし、残りのぎょうざの皮をかぶせる。蒸し焼き用の水を振って蓋をし、中火で 4 分焼き、裏返して 2 分焼く。

⑤タレの材料を別に混ぜておく。

⑥食べやすい大きさに切って、お皿に盛り付けたら完成！

◆**中高生の部** 時短料理の工夫を取り入れた野菜料理を考えてもらいました。

○最優秀賞「さといもサラダ」^{もうり あいか} 毛利 娃香さん(柳井西中2年)



【材料(4人分)】

さといも(下茹で済冷凍) 250 g、とうもろこし(冷凍) 75g、枝豆(冷凍さや付き) 90g、玉ねぎ中 1/2 個(85g)、ハーフベーコン 1 パック、マヨネーズ大さじ 2、ごまドレッシング大さじ 2、こしょう少々、塩少々

【作り方】
①さといもは耐熱皿に入れて電子レンジ強で 6 ~ 7 分加熱してつぶす。

②枝豆は水につけて解凍し、さやから出しておく。

③ベーコンは 7 mm 角くらいに切って中火で焼く。

④玉ねぎはみじん切りにし、電子レンジ強で 2 分加熱する。

⑤とうもろこしは電子レンジ強で 1 分半加熱する。

⑥①にとうもろこし、枝豆、玉ねぎ、ベーコンを入れてよく混ぜる。

⑦⑥にマヨネーズ、ごまドレッシング、こしょう、塩を加えて混ぜる。

⑧冷蔵庫で冷やして完成！

◆**その他の入賞作品** レシピなど詳しくは市ホームページをご覧ください▶



	小学生の部	中高生の部
優秀賞	サクサクごまマヨッコリー ／ ^{かわの わかな} 河野 和奏さん(柳井小4年)	ナッツでガッツリ夏野菜 ／ ^{やました のの} 山下 希羽さん(柳井西中2年)
	彩りマヨみそ炒め ／ ^{はしもと あんな} 橋本 杏南さん(小田小5年)	簡単サバ缶アレンジ ／ ^{ながお みさ} 長尾 美沙さん(柳井中2年)
優良賞	カルシウムたっぷりチーズグラタン ／ ^{みうら まゆ} 三浦 満友さん(伊陸小6年)	豆乳みそスープ ／ ^{ふくさわ そら} 福澤 昊輝さん(柳井学園高2年)
		夏野菜でごまみそぶっかけそうめん ／ ^{はまた ひな} 濱田 陽奈さん(柳井中2年)
		簡単ヘルシーはるさめスープ ／ ^{にしむら ゆまり} 西村 優茉莉さん(柳井学園高2年)

まちの出来事

小学生が柳井縞コースターの製作を体験

柳井小と大畠小の児童が柳井縞コースターの製作を体験しました。この体験は柳井縞の会（多治比輝明会長）が創立30周年を記念して行う事業「一からプロジェクト」の1つ「綿を育て、織る」として行われ、種まきから綿の収穫、糸紡ぎ、機織りなどの工程を体験したものです。児童らは会員の指導のもと、ひたむきに作業に取り組んでいました。



▲ 10/25・柳井小児童による糸紡ぎ



▲ 11/13・大畠小児童による機織り

10/28 柳井ファーマーズマーケットの開催



好天に恵まれたやまぐちフラワーランドで、地元の生産者農家などが集合し、農産物などを直接販売する柳井ファーマーズマーケットが開催されました。



15回目を迎えた今回は12団体が出店し、柳井産の新鮮野菜や米、ジャムなどの加工品、自然薯汁などの販売が行われ、訪れた多くの人が秋の1日を楽しんでいました。

11/6 県農山村振興賞受賞、指導農業士認定

農事組合法人いかちトラタン村（早馬健二代表理事・写真中央）が県農山村振興賞を受賞しました。この賞は地域の農林業・農山村振興に特に顕著な業績を上げた団体などが受賞するもので、早馬さんは「農地を荒らさないようにとの思いで活動してきた。後継者不足が課題だが今後も頑張りたい」と話しました。また伊陸のイチゴ生産者、藤弘顕司さん（写真左）が指導農業士に認定されました。これは優れた農業経営を実践し、青年農業者の育成指導に理解と情熱を持ち、かつ地域農業振興に貢献している40歳以上の農業者が認定されるもので、藤弘さんは「若い営農者の指導に携わりたい」と話しました。



11/6 明治安田生命保険(相)から市へ寄付

明治安田生命保険相互会社徳山支社から市へ、964,500円の寄付をいただきました。この寄付は同社が地域貢献をめざして展開する「地元の元気プロジェクト」の一環として行われ、石井盛智徳山支社長（写真左から2人目）は「有効に活用してほしい」と話しました。いただいた寄付は子育て支援などに使われる予定で、また同社からは過去4度にわたり、計222万100円の寄付をいただいています。

11/7 柳井南小で地域と合同避難訓練

柳井南小児童が地域住民と合同で避難訓練を行いました。この訓練は地域全体の防災意識を高めようと初めて実施され、児童や住民など約120人が参加しました。参加者は防災講話や避難訓練に意欲的に取り組んでおり、危機管理課職員からは「スムーズに避難できていた。実際の避難時は周りの人にも声をかけ、一緒に避難してほしい」と講評がありました。



11/10 全日本ソフトテニス選手権大会に出場



市内の晃和興産(株)に勤務する川崎彩弓^{かわさきあゆみ}さん(写真左)が、国内最高峰のソフトテニスの大会である第78回天皇賜杯・皇后賜杯全日本ソフトテニス選手権大会への出場を市長に報告しました。所属する岩国クラブのチームメイトとダブルス女子で全国の舞台に立つ川崎さんは「初出場の高校生の時は初戦で負けてしまった。まずは初戦突破を目指して頑張りたい」と話しました。

11/14 文部科学大臣表彰を受賞

柳東地区防犯組合(河村肇^{かわむらしはじめ}組合長・写真左から2人目)が、文部科学大臣表彰「学校安全ボランティア活動奨励賞」を受賞しました。この表彰は長年にわたる柳東小PTAと連携した児童の見守り活動や地域の安全パトロールなどが評価されたもので、河村組合長は「長く活動できているのは地域や学校、歴代組合長など皆さんのおかげ。子どもたちと接することが1番の楽しみ。今後も頑張っていきたい」と話しました。



やない白壁花香遊『十三参り』参加者募集

13歳を迎えたお子様の成長を祝い、厄を落とし智慧と福德を授かる地域行事「十三参り」の参加者を募集します。

○日時 令和6年3月17日(日)

11:00～12:30／受付10:30～

※同日は初春の恒例イベント「やない白壁花香遊」を開催予定です。

○場所 柳と井戸 湘江庵(柳井 3058-1)

○対象 数え年で13歳(小学6年生・中学1年生)の男女

○定員 5人(先着順)

○参加料 3,000円

○申込期限 2月29日(木)

●申込・問い合わせ 柳井市観光協会

☎②3655



柳井地域の海賊②・村上氏が築いた上関城

前回は大島海賊について考察しましたが、今回は上関海賊について見てみましょう。

大島瀬戸においては、地元の漁師たちが水先案内の組織を作り、やがて武装化したことを紹介しました。一方で上関海峡においては、遠方から海賊がやって来て海峡を占拠し、城を築きました。

村上海賊が上関にまで勢力を伸ばしたのです。村上氏は現在の「しまなみ海道」の因島、能島、来島の3島に分かれて拠



▲上関城跡の歴史公園

点を置き、連携しあって諸海峡を統治していました。最大勢力の能島村上氏が勢力範囲を拡大し、上関に閥銭の徴収基地を置いたのです。前回「大島太守 海賊大將軍 源朝臣芸秀」が朝鮮国に使者を派遣したことを紹介しましたが、その記載がある朝鮮国で書かれた「海東諸国記」には上関海賊について、村上義就と正吉が使者を派遣してきたと記されています。やはり朝鮮国との

市教育委員会 社会教育指導員 松島幸夫

交易を有利に運びたいとの意図が感じられます。海峡を見下ろす急崖の上に築かれた上関城には、石垣を巡らし、主郭だけでなく副郭を付属させて堅固な構えにしていたことが、発掘調査によって判明しました。しかしながら崩落防止のために城跡は削られて、現在では河津桜の名所として知られる歴史公園に改変され、春には多くの人出でにぎわっています。

さて上関海峡では、閥銭を払わず強行突破をする事件が天文20年(1551)に勃発しています。閥銭を払えば紳士的に対応しますが、払わず通過すれば襲いかかることになります。突破したのは陶晴賢の傘下にある海賊船団です。朝廷や室町幕府に2千石の米を献上するために、停船命令を無視して30隻の船団が通過しました。鉄砲を撃ちかけながら上関を突破したのです。上関村上海賊の怒りは尋常ではなく、本拠の能島海賊と協力して挟み討ちにし、積載米を残らず没収しました。

●問い合わせ 文化財室 ☎2111 内線 333

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

令和6年1月のけんけつ(400ml限定)

○日程

14日(日) ゆめタウン柳井 9:30～12:00
※はたちの献血キャンペーン 13:15～15:30

●問い合わせ 市保健センター

☎21190



市の人口

11/30
現在

29,694人 増 転入 76人
(前月比14人減) 出生 9人
その他 0人
減 転出 47人
女性 15,818人 死亡 52人
15,257世帯 その他 0人

広げよう えがおとかんしゃの 二刀流

しらかべ ポリスニュース

柳井警察署 ☎③0110



犯罪のない明るい年末年始を

年末年始特別警戒活動

12月11日(月)～令和6年1月3日(水)

年末年始を迎えるにあたり、金融機関や深夜営業店舗などを対象とした強盗事件をはじめめとする各種犯罪や重大交通事故、初詣などに伴う各種事件・事故の発生が危惧されます。「年末年始特別警戒活動」は、こうした事件事故を未然に防止し、年末年始における県民の皆さんの安全と平穏を確保しようという活動です。



年末年始は慌ただしくなります。何事にも余裕を持って行動し、自宅や自転車などの鍵のかけ忘れなどを防ぎましょう。

また、普段離れて暮らす家族が集まる時期でもあります。うそ電話詐欺の被害防止についても話題にあげて、防犯意識を高めましょう。



家族で防犯意識を
高めましょう！

表紙の説明

柳井まつり最大の見どころ「花傘おどり」の様子です。12団体総勢約350人が、柳井音頭に合わせて花傘を操りまつりを彩りました。この日は好天に恵まれ、まつりは約41,000人の人出で賑わいました。



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)、12/28(木)～1/4(木)

柳井図書館／祝日の翌日

大島図書館／祝日

新刊図書の一部をご紹介します。

このほかに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)

歌われなかった海賊へ・・・	逢坂 冬馬
照子と瑠衣・・・	井上 荒野
雨露・・・	梶 よう子
幽玄F・・・	佐藤 究
小公女たちのしあわせレシピ・・・	合 瑞恵
スピノザの診察室・・・	夏川 草介
喫茶おじさん・・・	原田 ひ香
肌馬の系譜・・・	山田 詠美
記憶の歳時記・・・	村山 由佳
日本の最も美しい図書館・・・	立野井一恵
どんマイナー武将伝説・・・	長谷川ヨシテル
我が家のおせち 決定版・・・	有本 葉子

■一般書(大島図書館)

粋な色野暮な色・・・	坂井希久子
逃れ者・・・	藤井 邦夫
顔面放談・・・	姫野カオルコ
がんばらなかった逆偉人伝・・・	加来 耕三
認知症大全・・・	斉藤 直子

■児童書(柳井図書館)

すしん・・・	たなかひかる
まるごとうちゅうカレー・・・	チョーヒカル
まほうのよるに・・・	マツ・タバレス
おしまい図鑑・・・	真山 知幸
なんとかなる本・・・	令丈ヒロ子

※雑誌スポンサー(企業・個人)を募集しています。

編集後記

光陰矢の如し、あっという間に今年も残り2週間余りとなりました。体調を崩すことなく新年を迎えたいものですが、巷ではインフルエンザが猛威を奮っているようです。私の周りには「インフルもコロナも酒を飲んで消毒だ！」などと言う強者がいますが、おそらく消毒にはならないので、手洗い・うがいをしっかり行い元気に新年を迎えましょう。(と)

しってるかい みてみぬふりも いじめだよ

11/11-15

第59回柳井市美術展覧会

第59回市美術展覧会が市文化福祉会館で開催されました。今回は131人から美術59点(内、絵画43点、工芸9点、デザイン7点)、書54点、写真41点の計154点が出品され、各部門において右の皆さんが市長賞を受賞しました。

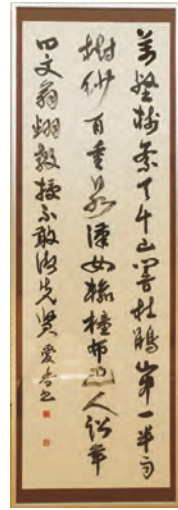
季節の たより



◀美術(絵画)・
「self-portrait 23-1」
平田 詩織さん



◀写真・
「クリスタルモンスター」
高津 貴子さん



書・「王維の詩」貞廣 愛子(愛香)さん▲

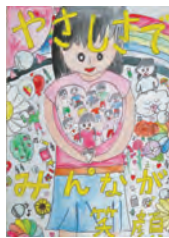
令和5年度

柳井市人権尊重推進作品ポスターの部優秀賞(敬称略)

◎：県作品展優秀／○：県作品展入選



柳井南小 4年
吉村 暁



新庄小 5年
原田 結渚



新庄小 5年
小田 陽鞠



日積小 5年
上原 笑佳



柳井小 5年
角 清花◎



柳井小 5年
長濱 愛希



伊陸小 6年
金丸 史佳



柳井小 6年
楠本 瑞歩○



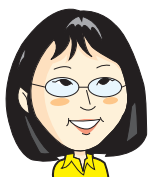
余田小 6年
津江 杏香



余田小 6年
内藤 真帆



柳井中 3年
安達 悠○



フラワーランドで
奮闘中！

地域おこし協力隊 内村友美隊員コラム

うっちーのやない散歩



▲ほのぼの
コラムも
更新中！

皆さん冬支度はお済みですか？私は大好きなコタツを出して準備万端です！フラワーランドの花壇も冬のお花たちに変わり皆さんを待っています。なかでもビオラやパンジーは色や模様、大きさなどが異なるさまざまな種類があるうえ、「ももか」「ミルクセーキ」「フラメンコ」など名前も魅力的で、思わず欲しくなってしまいます。

お花たちだけでなく、実は私にも「内村友美」以外の名前があります。「うっちー」に始まり「うっ

ちーさん」「うっちゃん」江戸時代にいそうな「うちのすけ」なんて名前も…。どの呼ばれ方も大好きで私にとっては大切な名前です。皆さんがつけてくれた、お花と同じくらい魅力的な名前に負けないため、まずはコタツで寝ないように気をつけよう！と私は思うのでした。



きで私にとっては大切な名前です。皆さんがつけてくれた、お花と同じくらい魅力的な名前に負けないため、まずはコタツで寝ないように気をつけよう！と私は思うのでした。

「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。