

おおうちだより



地区旗

発行/山口市大内地域交流センター(旧公民館)
山口市大内矢田北一丁目10番11号
TEL 083-927-0473/FAX 083-927-0475

★レノファ山口スポーツクラブ×小鯖・大内地域交流センター★

講座 ボール遊び教室

小鯖にあるフットサル場「オレンジフィールド」からレノファ山口のアカデミーコーチが来てくれます！ボールを使って楽しく体を動かしてみませんか！

- ◆日時 10月6日(日) 14:00~15:30 ◆場所 小鯖小学校体育館 ◆参加費 子ども1人500円
- ◆講師 レノファ山口FCアカデミーコーチ
- ◆対象 小鯖・大内地域の方 ※申込みの際に、①②どちらの部かお知らせください。
①キッズの部：年中～小学校1年生(原則保護者同伴) ②小学生の部：小学校2～6年生
- ◆定員 各部20人程度(先着順) ◆持参物 室内シューズ、飲み物、タオル
- ◆申込 大内地域交流センター ☎927-0473 ※申込締切 10月1日(火)
- ◆主催 小鯖・大内地域交流センター活動推進委員会 ※お車は小鯖地域交流センター駐車場をご利用ください。



講座 「手形・足形アート～カレンダー作り～」のご案内



- お子さまの手形や足形をかわいく変身させて、2025年度の年間カレンダーを作ってみませんか？お家で使われても良いし、おじいちゃんやおばあちゃんにプレゼントされても喜ばれると思います！この機会にぜひご参加ください♪
- ◆日時 10月16日(水) ①10:00～1時間程度(先着5組) ②11:00～1時間程度(先着5組)
 - ◆場所 大内地域交流センター 2階和室 ◆講師 non_petapeta 植杉結香 先生
 - ◆対象 未就園児とその保護者(①②各5組ずつ) ※申込みの際に、どちらかの時間をお選びください。
 - ◆持参物 水分補給できるもの、汚れてもいい服装 ◆参加費 300円 ◆主催 子育てサロン大きなあれ
 - ◆申込 大内地域交流センター ☎927-0473 ※申込締切 10月9日(水)



講座 スマホ講座のお知らせ ～初心者向け基本操作を学びます～



- ★日時：10月12日(土)・26日(土) 両日とも 10:00～12:00
- ★場所：大内地域交流センター 2階講堂
- ★定員：14名(予約必須、先着順)
- ★参加費：無料 ※山口市のデジタル活用支援事業で開催します。
- ★その他：スマホ持参(AppleID又はGoogleアカウントパスワードをご準備ください。)
- ★申込：大内地域交流センター ☎927-0473

～内容～

- スマホの基本操作・スマホでよく言うアプリとは？・Googleレンズを試してみましよう・写真を家族等に送る、保存するには？・Googleマップを使ってみましよう 等
- (講座の最後に相談会があります)

講座

親子で一緒に魚をおいしく食べよう！

地元の新鮮な魚を使った、子どもが食べやすい魚の種類や調理方法について、実習を交えてお伝えします。プロが魚をさばくところを見てみませんか？お父さんの参加もお待ちしています！見学のみも可能です。

★日 時：10月8日（火）10：00～12：00

★場 所：大内地域交流センター 1階調理室

★対 象：未就学児とその保護者

★参加費：無料

★講師：キッチンCafeさわ フードコーディネーター 佐々野 恭子さん

★定 員：親子8組程度（託児あり、概ね1歳以上のお子さんは保護者と一緒に調理可能）

★持参物：エプロン、三角巾、手拭きタオル（親子）、室内シューズ（子のみ）

★申 込：大内地域交流センター ☎927-0473

★申込締切：9月25日（水）※申込時にお子様の年齢（月齢）をお知らせください。

※調理したものはお持ち帰りいただきます。

★主 催：山口市母子保健推進協議会大内地区、山口市水産港湾課



お知らせ

大内地域母子保健推進員のご紹介

山口市から委嘱を受け、保護者の皆さんと乳幼児の健康を守るために市保健師とのパイプ役として活動しています。妊娠中や赤ちゃん誕生後等に家庭訪問をします。妊娠や育児に関する心配事など、お気軽にご相談ください。各地域での育児学級の開催、育児相談や1歳6か月・3歳児健康診査の補助等も行っています。



氏名	担当地区	氏名	担当地区
浅井 早苗	上矢田、茅野神田	山本 佐登美	小京都ニュータウン、姫山台、問田
小林 尚美	御堀、御堀団地、御堀ヶ丘、東御堀	町田 みちよ	殿河内、大道、長野の一部
牧尾 由加里	氷上、金成団地	松田 朱美	下千坊、姫山団地、宮島町
徳永 三津子	中村、菅内、菅内団地、菅内台、大内畑	寺田 昌子	小野
長瀬 悦子	中矢田、新矢田	田中 弘美	下矢田、上千坊、千坊北
稲葉 いづみ	宮ノ馬場、長野グリーンタウン、長野の一部	案野 芳子	高芝

*問合せ 山口市子育て保健課 ☎921-7085

講座

健康講座「身近に潜む呼吸器疾患」

息切れや咳でお悩みの方はいませんか？身近に潜む呼吸器の病気について一緒に学びましょう。実際に簡単な検査やリハビリもやってみます！ぜひご参加ください。

◆日 時：10月24日（木）14：00～14：30 講演、14：30～15：00 質疑応答

◆場 所：大内地域交流センター 2階講堂

◆対 象：呼吸器疾患・呼吸器リハビリに興味のある方

◆内 容：呼吸器疾患のお話、呼吸器リハビリ、呼吸器疾患の検査

◆講師：山口大学医学部附属病院 平野 綱彦 先生、柴田病院リハビリスタッフと臨床検査技師

◆定 員：20名程度 ◆参加費：不要 ◆申 込：大内地域交流センター ☎927-0473

リハビリでは、
息切れや咳などの
症状を軽減するために
呼吸を整える方法や
運動をやってみます！



お知らせ

健康チェック・相談会

「今から気を付けたい！脂質異常症対策」

- ◆日時：10月11日（金）（受付：9：30～10：30） ◆場所：大内地域交流センター 2階講堂
- ◆対象：健康づくりに関心のある方、健康診査結果についてご相談がある方など
- ◆内容：血管年齢測定、体組成測定、保健師・管理栄養士による健康相談など
※山口市保健センター会場10月9日（水）、10日（木）と内容が異なります。
- ◆申込：不要 受付時間内に会場へお越しください
- ◆持参物：各種健康診査結果（お持ちの方）
※体組成測定希望の方は裸足になれる服装でお越しください。
※体調の悪い方は参加をご遠慮ください。
- ◆問合せ：山口市保健センター 健康増進課 ☎921-2666



お知らせ

～運動を始めたいあなたへ提案です！歩く習慣をつくりませんか？～

「歩数アップサポート」に参加しませんか？

期間限定の取り組みで、生活の中で、無理なく歩数アップできるよう応援します。やまぐち健幸アプリでの参加で、簡単にチャレンジ！

- ◆期間：10月1日（火）～12月31日（火）の3か月間
- ◆対象：新規参加者限定
（18歳以上の市民及び市内に在勤・在学の方のうち、定期的な運動習慣がない方）
- ◆参加費：無料（ただし、アプリ利用に係る通信料、記録の提出に係る料金は参加者負担）
- ◆申込締切：9月30日（月）
- ◆申込方法：右記の二次元コードか、受付窓口に設置の申込書に必要事項を記入し提出
- ◆受付窓口：各保健センター、各地域交流センターおよび分館
- ◆問合せ：山口市保健センター 健康増進課 ☎921-2666

健幸アプリ



申込フォーム



詳しい取り組み方法や
プレゼントの条件は
「歩数アップサポート」
で検索♪



お知らせ

山口市スポーツフェスタ2024開催！

さまざまなスポーツを体験することができるイベントを通じて、楽しく体を動かしてみませんか？もちまきやスタンプラリー、キッチンカー等の出店もあります！

- ◆日時：9月29日（日）10：00～15：30
- ◆場所：やまぐちリフレッシュパーク
- ◆内容：①スポーツ体験
（インディアカ、空手道、サッカー、卓球、テニス、なぎなた等）
②健康クイズコーナー ③筋肉量測定コーナー ④トレーニングルーム無料開放
- ◆問合せ：山口市スポーツ交流課 ☎934-2874 ✉sports@city.yamaguchi.lg.jp

同日開催のニュースポーツ大会
（クッフ）に大内代表チームが
出場予定！応援待ってます♪



詳細はこちら→

絵本の
おはなし会

- ◆日時 10月10日（木） 10：30～12：00 ◆対象 未就学児とその保護者
- ◆場所 大内地域交流センター 2階和室 ◆申込 不要
- ◆問合せ 大内地域交流センター ☎927-0473

自由に参加できます

お知らせ

肺がん(結核)検診のお知らせ



がんの早期発見に向け、集団検診を実施します。早期のがんは自覚症状がないことが多いため、定期的な検診受診が必要です。40歳以上で、職場等で検診や人間ドック等を受ける機会のない方はぜひ受診しましょう。受診の際は必ず、がん検診等受診券(5月下旬発送)をご持参ください。

日にち	検診	予約	受付時間	場所	自己負担
10/23 (水)	肺がん (結核)	不要	9:00~16:00 (12:00~13:00は除く)	大内地域交流 センター	300円 (R6.4.1時点で、40、45、50、55、 60歳の方、65歳以上の方は無料)

○喀痰(かくだん)検査【負担金700円】(肺がん検診と同時に受診できます。)

■対象：肺がん検診受診者のうち、50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方
※70歳以上の方、「後期高齢者医療被保険者証」を提示された65~69歳の方、70歳未満で市民税非課税世帯の方(要事前申請)は自己負担金が500円です。

※例年9:00~10:00頃までは大変混雑するため、10:00以降または午後からの受診がお勧めです。

※荒天時は、延期または中止となる場合があります。

■問合せ：山口市保健センター ☎921-2666

お知らせ

旧農業試験場敷地内解体 工事(第2期)の実施について

- 工事期間：令和6年9月中旬~令和7年1月上旬(予定)
- 作業時間：8:30~17:30
- 工事内容：建築物の解体工事
- 問合せ：山口県土木建築部建築指導課
☎933-3847

お知らせ

やまぐちTAXIアプリ

近くのタクシーをワンタッチで呼べる仕組みを山口市内限定で実施中！電話するより簡単なので、試してみませんか？

●問合せ：山口市交通政策課 ☎934-2729

アプリはこちらから



LINEはこちらから



スマホからAIが配車!



新刊図書

うちゅういちのたかいたかい	ホッシーナッキー
六月のぶりぶりぎっちょう	万城目 学
東京ハイダウェイ	古内 一絵
キレイはこれで作れます	MEGUMI
現代語訳 論語と算盤	渋沢 栄一/守屋 淳

〈編集後記〉朝晩少し涼しくなって、もう夏が終わるなど感じています。夏休みの講座の写真を表紙に掲載したかったのですが、今月もお知らせが盛りだくさんで載せられませんでした。(インスタの更新出来なくてすみません！(泣)頑張ります！)今まで講座のアンケートがあまりなかったの、回答フォーム(右の二次元コード)を作成しました！こんな講座があったらいいなとか、私の得意なことを教えられますよという案があったら、ぜひ教えてください→



【発行・編集】

大内地域交流センター

大内地域交流センター(地域担当) TEL 083-927-0473

FAX 083-927-0475

(行政窓口) TEL 083-927-0301

大内まちづくり協議会事務局 TEL 083-996-5798

≪住所：〒753-0221 山口市大内矢田北一丁目10番11号≫

Check it!!

大内地域交流センター

Instagram

(行事の開催・中止情報も掲載しています)

大内まちづくり協議会HP

<http://www.ohuchi-machizukuri.com/>

大内まちづくり協議会

【カラー版おうちだよりが見えます！】



OHUCHI-KOURYUCENTER

