

HIKARI

2024 年 12 月号 毎月 25 日発行 広報 Public Relations Vol.412

ゆたかな社会

～人が輝き やさしさつながる 幸せ創造都市



Contents 「目次」

- 市長就任あいさつ 2
- 市長表彰・教育委員会選奨 3
- 令和 5 年度決算報告 4
- 令和 6 年度予算の執行状況 6
- ひかりの魅力を楽しみませんか／入札参加や
小規模修繕契約希望者登録の申請 7
- 省エネ活動キャンペーン 2024 ～冬季の部～ 18

芳岡市政がスタート

大好きな光市のために
全力投球！



芳岡統市長 就任あいさつ

継承、発展、そして未来へ

このたびの市長選挙におきまして、市民の皆様からの力強いご支援のもと、第6代光市長に就任いたしました。

先人から連綿と受け継がれた輝かしいまち、私自身が生まれ育った大好きなふるさとの舵取り役を担う重責に身が引き締まる思いであり、負託いただいた職責に全力で向き合っています。

現在、人口減少や少子高齢化

の進行をはじめ、自然災害の激甚化、デジタル社会の進展、厳しさを増す地方財政など、地方都市を取り巻く環境は目まぐるしく変容し、行政課題はますます多様化しています。

こうした中、光市では「第3次光市総合計画」に掲げた、災害に強いまちの構築、地域の絆再生、光駅などの公共交通の確保、地域産業活性化、教育・子育て応援など8つの「つながる

光・未来戦略プロジェクト」を進めており、「ゆたかな社会」人が輝きやさしさつながる幸せ実感都市「ひかり」の実現に向けたまちづくりに取り組んでいます。

私は、まちづくりを進める上で、まずはこの総合計画の理念を継承し、総仕上げをしっかりと行います。その上で、私が市民の皆様と交わした5つのお約束、

1 市民のいのちと暮らしを守る

2 子どもたちの成長と学びを支える

3 誰にも快適で機能的なまちをつくる

4 明日への活力と賑わいを生み出す

5 市民本位で持続可能な行政経営を進める

に込めたさまざまな取組を、と

きに柔軟に、ときに大胆に展開し、このまちのさらなる発展に全力で取り組みます。

私の小さい頃の夢は、父が経営するおもちゃ屋を継ぐことでした。そこは、こどもたちが目をキラキラさせ、家族の笑顔があふれる「みんなが大好きな場所」でした。自分の原点と言える幼少期の思い出を回想しつつ、私は今、市長として新たな夢を抱いています。

それは、「みんなが大好きになるまち 光」の実現。

このまちそのものを「みんなが大好きな場所」とするため未来へ皆様とともに歩んでまいります。

私は、「すぐ見る よく聴く」とことん話す」をモットーに、

これからの市政運営に全力を注いでまいりますので、皆様の温かいご支援とご協力をお願い申し上げます。

令和6年11月14日

光市長 芳岡 統



芳岡統市長

プロフィール

よしおか おさむ

昭和43年12月7日光市島田生まれ。

民間企業を経て、光市役所に入庁。

教育部長や経済部長を歴任後、退職。

このたびの市長選挙で初当選。



市長表彰・教育委員会選奨

市政や教育・文化の振興に貢献された皆さんを 表彰しました



市長表彰

市長表彰の交付式を行いました。
表彰は、地方自治や社会福祉、教育など、市政の振興に貢献または市民の模範となる善行をされた個人や団体を対象としています。
受賞された皆さん、おめでとうございます。

【表彰状】

農業委員会委員

城俊治

介護相談員

鶴岡妙子

母子保健推進員

小田八重子

金子節子

富田美和

相川美由紀

スポーツ推進委員

濱田匠

社会教育活動

福永知佐子

河村昌夫

寄附

永岡鋼業

【感謝状】

寄附

岩田小創立150

周年記念事業

実行委員会

大和更生保護

女性会

三輪善彦

（敬称略）

教育委員会選奨



教育委員会選奨の交付式を行いました。
表彰は、教育、文化、地域活動、スポーツなどに尽力し、功労が顕著な個人や団体を対象としています。
受賞された皆さん、おめでとうございます。

【表彰状】

生涯学習の推進

光市情報学習

推進協議会

文化活動の振興

ひかり吹奏楽団

大下章子

中川明子

廣川禎子

地域活動の推進

河野千之

林哲郎

實迫俊博

青少年の健全育成

田中美幸

スポーツの振興

矢倉茂生

秋本昌彦

岡村和昭

佐古敏行

田中朋美

田中秀子

廣政晴美

【感謝状】

寄附

山口県トラック協会

周南支部

PTA活動

羽嶋修

藤井雅義

（敬称略）

市民の皆さんに市の財政状況を知っていただくため、令和5年度決算と財政健全化法に基づく指標についてお知らせします。

問 財政課財政係 ☎0833-72-1412



令和5年度 決算報告

□令和5年度決算の概要

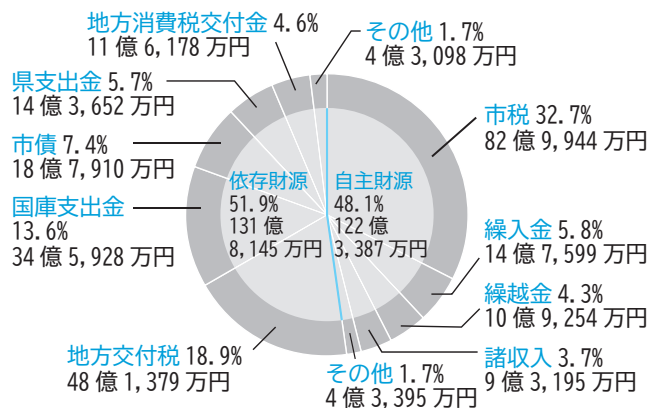
一般会計 歳入254億1,532万円、歳出244億1,621万円で、歳入歳出の差引額は9億9,910万円となりました。このうち翌年度に繰り越した事業に必要な2億1,279万円を差し引いた実質収支は7億8,632万円の黒字となりました。

特別会計 合計で歳入119億8,026万円、歳出115億4,771万円で、歳入歳出の差引額は4億3,255万円の黒字となりました。

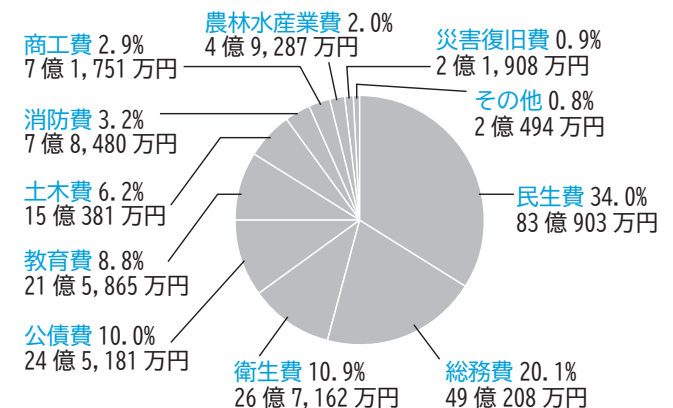
※金額などは単位表示未満を四捨五入しているため、内訳と合計が一致しない場合があります。

■一般会計の決算

■歳入総額 254億1,532万円（対前年度比4.7%増）



■歳出総額 244億1,621万円（対前年度比5.3%増）



■特別会計の決算

会計	歳入額	歳出額	差引
国民健康保険	51億2,855万円	49億7,621万円	1億5,234万円
介護保険	57億2,993万円	54億5,150万円	2億7,843万円
後期高齢者医療	11億2,178万円	11億2,000万円	178万円
合計	119億8,026万円	115億4,771万円	4億3,255万円

■市全体の借入金残高の状況

会計	令和5年度末残高
一般会計	211億2,959万円
公営企業	48億8,833万円 75億9,688万円 2億7,210万円 41億8,750万円
*一部事務組合	2億8,222万円 4億5,417万円 0万円
合計	388億1,079万円

*一部事務組合…ごみ処理や消防などの行政活動を効率的に行うため、複数の市町が負担金を出し合い、事務を共同で行う組織。市は光地区消防組合に58.75%、周南地区衛生施設組合に20.47%、周南東部環境施設組合に47.12%の割合で負担。

□市民一人あたりの決算額

■歳入（一人あたり523,013円）

決算額	主な内容
自主財源	251,757円 170,791円 市税 80,965円 その他（諸収入、繰入金など）
依存財源	271,257円 99,061円 地方交付税 133,526円 国庫補助金、交付金など 38,669円 市債

自主財源…市が自主的に調達できる財源
依存財源…国や県などに依存する形で調達する財源

■歳出（一人あたり502,453円）

区分	決算額	主な内容
総務費	100,878円	防災、戸籍、交通安全対策、コミセン運営など
民生費	170,989円	障害者福祉、子ども医療費、高齢者福祉など
衛生費	54,978円	がん検診、予防接種、廃棄物の収集や処理など
農林水産業費	10,143円	農業、林業、水産業の振興や有害鳥獣対策など
商工費	14,765円	商工業振興、観光振興など
土木費	30,946円	道路、公園、市営住宅の整備や維持管理など
消防費	16,150円	消防や救急、火災予防など
教育費	44,422円	小中学校の整備や文化・スポーツの振興など
災害復旧費	4,508円	災害復旧作業
公債費	50,455円	市債の元金償還や利子の支払い
その他	4,217円	議会の運営や労働者福祉など

■市債残高 434,819円

■積立金残高 86,324円（財政調整基金と減債基金の合計）

指標で見る光市の財政健全度

※順位は県内 13 市中の順位です。

指標	数値 (順位)
経常収支比率 市税のように自由に使える経常的な収入に対して、人件費や借金返済など、毎年必ず支出するお金がどの程度の割合を占めているかを示したもの	95.7% (11 位)
財政力指数 市の標準的な行政サービスに必要な財源を、どれくらい自力で調達できるかの割合を示したもの	0.614 (6 位)

健全化判断比率

指標	令和 5 年度	早期健全化基準	財政再生基準	令和 4 年度
1 実質赤字比率	- (赤字なし)	12.89%	20.00%	- (赤字なし)
2 連結実質赤字比率	- (赤字なし)	17.89%	30.00%	- (赤字なし)
3 実質公債費比率	5.9% (6 位)	25.0%	35.0%	6.0% (7 位)
4 将来負担比率	- (算定値なし)	350.0%	-	- (算定値なし)

5 資金不足比率

会計	令和 5 年度	経営健全化基準	令和 4 年度
・水道事業会計 ・病院事業会計 ・介護老人保健施設事業会計 ・下水道事業会計	- (全会計資金不足なし)	20.0%	- (全会計資金不足なし)

1 実質赤字比率 最も主要な会計である「一般会計等」に生じている赤字の大きさを財政規模（市税など自由に使える 1 年分の経常的な収入。市の年収に近いもの）に対する割合で表したもの

2 連結実質赤字比率 病院や下水道など、公営企業を含む市全体の会計に生じている赤字の大きさを財政規模に対する割合で表したもの

3 実質公債費比率 借入金（地方債）に対する返済額（公債費）の大きさを財政規模に対する割合で表したもの

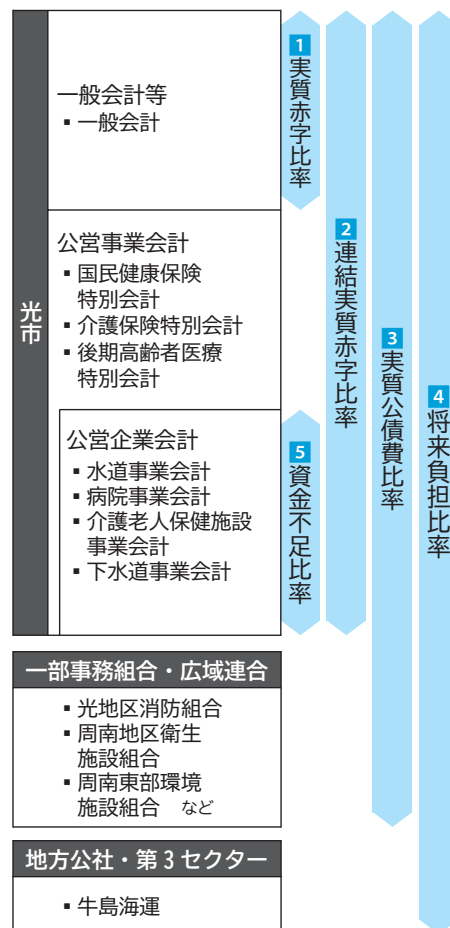
4 将来負担比率 借入金（地方債）など現在抱えている負債の大きさを財政規模に対する割合で表したもの

5 資金不足比率 病院や下水道などの公営企業に生じている赤字の大きさをそれぞれの企業の事業規模（料金収入）に対する割合で表したもの

健全化判断比率および

資金不足比率の対象範囲

部分が対象範囲です。



主な事業

総務費

- 市の全般的な管理事務の経費
- 基金積立金（財政調整基金・減債基金・未来創造基金・公共施設等整備基金・森林環境基金・庁舎整備基金）19 億 3,000 万円
- 防災指令拠点整備事業 5 億 5,000 万円
- コミュニティセンター整備事業 4 億 8,000 万円

民生費

- 児童・高齢者・障害者等の福祉などの経費
- 障害者福祉関連経費 15 億 8,000 万円
- 国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療特別会計への繰出金 14 億円
- 児童手当 6 億 2,000 万円

衛生費

- 各種健診、環境対策、ごみ処理などの経費
- 地域医療対策（病院事業会計繰出金）6 億 8,000 万円
- 可燃物・不燃物処理等負担金（周南地区衛生施設組合、周南東部環境施設組合）6 億 3,000 万円

農林水産業費

- 農林水産業の振興、漁港の維持・整備などの経費
- 海岸保全整備事業 7,000 万円
- 農村整備事業 3,000 万円

商工費

- 商工業の振興、観光などの経費
- 中小企業等金融対策事業 2 億 7,000 万円
- プレミアム付商品券発行事業 2 億 6,000 万円

土木費

- 道路、公園、市営住宅等の維持、建設などの経費
- 下水道事業繰出金 4 億 9,000 万円
- 市道整備事業 1 億 1,000 万円
- 公園整備事業 1 億円

教育費

- 学校などの教育、文化・スポーツ振興などの経費
- 小中学校施設整備事業 4 億 9,000 万円
- 学校給食センター管理運営 3 億 1,000 万円
- 小中学校運営 2 億 7,000 万円



令和 6 年度予算の執行状況などをお知らせします

市民の皆さんに本市の財政状況をご理解いただくために、毎年 2 回その内容をお知らせしています。

今回は、令和 6 年 9 月末日現在の令和 6 年度一般会計、特別会計の歳入歳出予算執行状況のほか、市債（借入金）、市有財産の状況についてお知らせします。

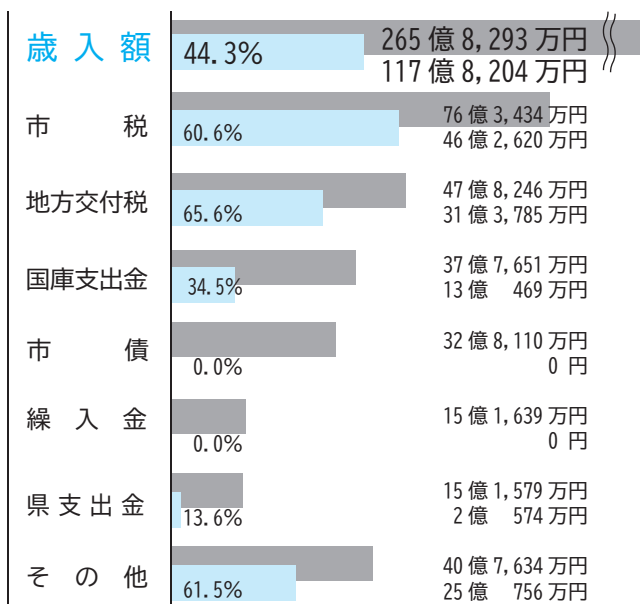
令和 6 年度一般会計の当初予算額は 245 億円でしたが、3 回の予算の補正を経て 9 月末日現在で 265 億 8,293 万円となりました。執行状況の内訳は下記のグラフのとおりです。

また、特別会計の執行状況および市有財産の状況は各表のとおりです。

※各項目についての計数は、単位表示未満を四捨五入しているため、内訳と合計が一致しない場合があります。

一般会計予算額 265 億 8,293 万円

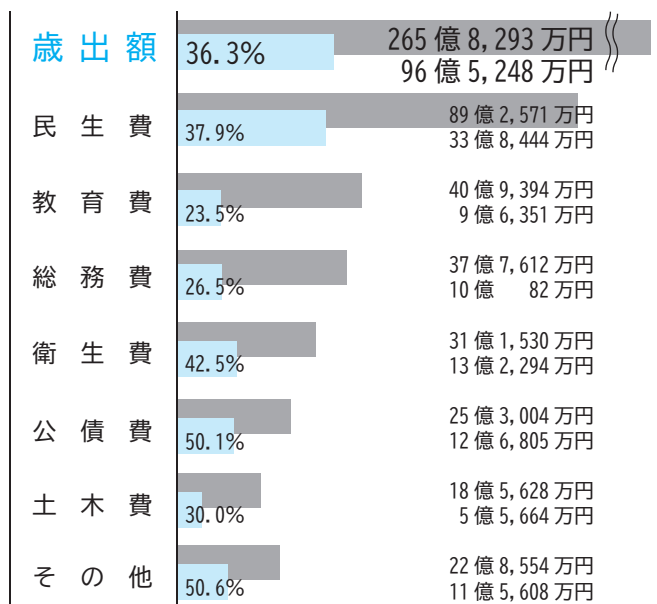
歳入の状況



※その他…地方消費税交付金、諸収入、繰越金など

■ 予算額 ■ 収入率・収入済額

歳出の状況



※その他…消防費、農林水産業費、商工費、議会費、災害復旧費、労働費など

■ 予算額 ■ 支出率・支出済額

□特別会計の状況

会計	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	54 億 3,562 万円	19 億 7,539 万円	21 億 536 万円
介護保険	59 億 456 万円	25 億 1,404 万円	22 億 5,132 万円
後期高齢者医療	13 億 4,138 万円	4 億 1,427 万円	4 億 545 万円

□市債（借入金）の状況

会計	現在高
一般会計	201 億 7,518 万円
一時借入金	0 円

□市有財産の状況

■ 土地 860 万 9,805 m²	■ 建物 21 万 4,869 m²	■ 有価証券等 37 億 7,856 万円 ■ 車両 135 台
--	---	---



ひかりの魅力発信・発見支援事業

ひかりの魅力を乐しみますか

☎観光・シティプロモーション推進課 ☎ 0833-72-1532

市の魅力を発信・発見する市民提案の実現を支援しました。

①「ヒカリde遊ぼう」クイズアプリ

市の魅力を楽しく学べるアプリができました。

□内容

・ヒカリdeクイズ

クイズを通して市の名所や歴史、特産品などを楽しく学ぶことができます。

□利用方法

11月25日(月)以降にアプリをダウンロードし、登録してご利用ください。



アプリ

(登録、利用は無料)

詳しくは

ダウンロード

手順をこ



ダウンロード手順

覧ください。

※期間限定！チャレンジクイズを実施します。(令和7年2月28日まで)

クイズの正解者の中から

ら抽選で市内特産品などの

景品をプレゼントします。

(1アカウントにつき

1回のみ回答可能)

1回のみ回答可能)

②普賢寺境内で絵画展

普段入ることができない

室積普賢寺内の経蔵を展示

スペースとして整備し、絵

画展を開催します。

□日時

11月30日(土) 10時～16時

□場所

普賢寺境内経蔵(入場無料)

※経蔵とは、寺院で經典な

どを納める蔵のことです。

□内容

室積2か所でウォール

アートを手掛ける磯中太志

さんによる絵画展

※今後も絵画展などを開催

する予定です。詳しくはお

問い合わせください。

問合せ

①「ヒカリde遊ぼう」クイズアプリについて

Regional Innovations

☎info@rnexti.com

②普賢寺境内の絵画展について
むろづみ空想計画舎

☎murozumi.yamaguchi@gmail.com



入札参加や小規模修繕契約希望者登録の申請について

申請区分		対象	受付期間	提出先・問合せ
市	①物品調達等	令和7年度も継続して入札に参加する市内業者	令和7年 2月3日(月) ～2月28日(金)	入札監理課 中央六丁目1-1 ①物品契約係 ☎0833-72-1405 ②③工事監理係 ☎0833-72-1404  市☎
	②建設工事、 測量・建設コン サルタント等	令和7・8年度の入札に参加する人		
	③小規模修繕 契約希望者登録 小規模修繕 …1件が10万円未満 の軽易な修繕	令和7・8年度の小規模修繕契約希望者登録名簿への登載を希望する人	令和7年 1月6日(月) ～1月31日(金)	
水道局	物品調達等	令和7・8年度の入札に参加する人	令和7年 2月3日(月) ～2月28日(金)	業務課庶務係 島田一丁目17-1 ☎0833-71-0700  水道局☎
	建設工事、 測量・建設コン サルタント等			

※年度の途中で入札に参加する場合は、随時受付を行っていますので、各☎をご覧ください。

市、水道局では、契約の相手方を競争入札などで決定しています。入札などに参加するためには、申請が必要です。詳しくは各☎をご覧ください。



虹ヶ浜菊植栽セレモニー

10月23日(水) 虹ヶ丘道路公園

浅江地区コミュニティ協議会が主体となり、光市文化財に指定された虹ヶ浜菊を地域全体に広げていく取り組みを始めました。

初回は道路横に作った花壇に、浅江小学校の児童36人と地域の人などが苗木を植えるセレモニーを行いました。多くの子どもたちや地域の皆さんに見守られながら育つことを願います。

新船「うしま丸」が就航

11月4日(休) 室積漁港

本土と牛島を結ぶ定期航路にお目見えした、新船「うしま丸」の就航式が挙行されました。この航路での新造船の航行は20年ぶりです。

船体のデザインは、海の青、自然の緑、牛島の天然記念物モクゲンジの花の黄をモチーフにしています。関係者によるテープカットは、新たな船出を祝福する万雷の拍手に包まれました。



ひかりふるさとまつり

11月10日(日) 大和総合運動公園

新市誕生20周年を記念した市内産の野菜や加工品の特別販売のほか、多彩なステージイベントやブース出店などが行われ、約2万人の来場者が山と海の恵みを満喫しました。

子どもたちも参加したもちまきやセリなどは大いに盛り上がり、市の農林水産品の魅力を堪能していました。



秋の叙勲および褒章の受章



瑞宝双光章

教育功労

このもといくお
木本育夫さん(70)



藍綬褒章

更生保護功績

みうら みわ こ
三浦美和子さん(75)

HIKARI CITY INFORMATION

情報ひろば

光市役所代表番号 ☎ 0833-72-1400
 ※平日 8 時 30 分～17 時 15 分の間は、各担当
 直通の電話番号をご利用ください。
 土・日曜日、祝・休日は閉庁日です。
 市HP <https://www.city.hikari.lg.jp/>

人のうごき

(10 月末現在)
 人口数 48,143 (-47)
 男性数 22,992 (-33)
 女性数 25,151 (-14)
 世帯数 23,444 (-17)
 ※ () 内は
 前月からの増減

お知らせ

マイナ保険証の

利用について

12 月 2 日(月)から、現行の
 保険証は新たに発行されな
 くなり、マイナ保険証の利

用が基本となります。

※国民健康保険・後期高齢者
 医療制度加入者が市指定鍼灸
 院で施術を受ける場合や、マ
 イナ保険証に対応していない
 医療機関で受診する場合は、
 資格確認書などの提示が必要
 です。詳し
 くは市HPを
 ご覧ください



市HP

申問 市民課国民健康保険係

☎ 0833-72-1426

申問 市民課年金・高齢者医療係
 ☎ 0833-72-1428

市国保・

協会けんぽ合同健診

●対象 市国民健康保険の特
 定健診対象者で本年度未受診
 の人(無料)

●健診日 令和 7 年 1 月 17 日

(金)

●場所 あいぱーく光 いき
 いきホール

●申込期限 12 月 26 日(木)

●申込方法 市HPまたは電話

でお申し込みください。

●その他 周南市、下松市の
 会場で受診することもできま
 す。詳しくは
 お問い合わせ
 ください。



市HP

申問 市民課国民健康保険係
 ☎ 0833-72-1426

新入学児童生徒

学用品費などの支給

経済的理由により就学が困
 難な小中学校の児童や生徒の
 保護者に学用品費などを支給
 する就学援助を行っています。

このうち「新入学児童生徒
 学用品費等」については、希
 望者には入学前に支給します
 ので、申請してください。

●申請期間 12 月 2 日(月)～令
 和 7 年 1 月 31 日(金)

●支給額

小学校 5 万 7 0 6 0 円

中学校 6 万 3 0 0 0 円

●支給予定日 令和 7 年 2 月
 28 日(金)

●申請に必要なもの 預貯金

通帳(印鑑不要)

※所得要件があります。
 ※給食費などに関する就学援
 助は、3～4 月に別途申請が
 必要です。

申問 教育総務課経理係(教育
 委員会)

☎ 0833-74-3601

AEDの屋外移設

夜間や土・日曜日など、施
 設が施錠されているときでも
 使用できるよう、11 月末まで
 に市立小中学校の玄関付近の
 屋外に AED を移設します。

緊急時にご活用ください。

※令和 6 年度末で閉校となる
 三輪、塩田、東荷小学校を除く
 ※室積、大和コミュニティセ
 ンターも屋外に AED を移設
 しました。

申問 教育総務課経理係(教育委
 員会)

☎ 0833-74-3601

問 地域づくり推進課地域づく
 り支援係

☎ 0833-72-8880

フィッシングパーク光 臨時休園

桟橋改修工事に伴い、次の
 期間は臨時休園となります。

●休園期間 12 月 1 日(日)～令
 和 7 年 1 月 31 日(金)

申問 農林水産課水産係

☎ 0833-72-1498

12月の納期

次の税、保険料の納期
 限は 12 月 25 日(水)です。

◎固定資産税 3 期
 ◎国民健康保険税 7 期
 問 収納対策課
 ☎ 0833-72-1447

◎後期高齢者医療保険料 6 期
 問 市民課年金・
 高齢者医療係
 ☎ 0833-72-1428

◎介護保険料 7 期
 問 高齢者支援課介護保険係
 (あいぱーく光)
 ☎ 0833-74-3003

お知らせ



LED防犯灯の

修理交換を実施

平成28年度に市が設置したLED防犯灯の一部で照度低下などの不具合が生じていますので、該当の防犯灯の修理交換を実施します。

※作業は日中に行います。

●実施時期 令和7年1月から順次

☎生活安全課交通防犯対策係
0833-72-1451

弁護士無料法律相談

(要申込)

●日時 12月4日(水) 9時〜12時(1人18分程度)

●場所 あいぱーく光

●定員 先着20人

●申込方法 11月27日(水)以降に電話でお申し込みください。

☎(申) 市社会福祉協議会(あいぱーく光)
0833-74-3020

建設工事などの

入札参加資格について

令和7・8年度において周南地区衛生施設組合が発注する工事および物品の購入などの入札参加資格審査の申請を受け付けます。

●受付期間 令和7年1月10日(金)〜2月10日(月) 9時〜16時30分

※期間内消印有効。持参の場合は土・日曜日、祝日を除く。

●申請方法 郵送または持参でお申し込みください。

※郵送する場合は受付票の発送のため、切手を貼ったほかきか封筒を、返送先を記入して、同封してください。

詳しくは周南地区衛生施設組合(申)をご覧ください

ただくか、お問い合わせ

ください。



市(申)

☎(申) 周南地区衛生施設組合総務課(下松市大字河内340)
0833-43-2636

募集



非常勤職員採用希望

登録者

令和7年4月1日以降に、市で非常勤職員(会計年度任用職員)として勤務することを希望する人を募集しています。希望者は登録が必要です。

勤務条件などを市(申)または市役所、あいぱーく光、大和支所、各出張所で確認の上、窓口履歴書

などを提出してください。



市(申)

なお、登録は随時受け付けますが、令和7年4月1日からの採用を希望する場合は、令和7年1月10日(金)までに登録をお願いします。

☎(申) 総務課人事係
0833-72-1402

ごみ収集カレンダー

広告掲載

令和7年度のごみ収集カレンダー

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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	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	1	2	3	4</
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	-----

市有財産の一般競争入札

虹川ライスセンターの土地と建物を売却します。

●土地

- 所在地 大字小周防 915 番 2 ほか 1 筆
- 地目 宅地
- 面積 523.59 m²

●建物

- 構造 鉄骨造スレートぶき平家建
- 築年数 47 年 (昭和 52 年築)
- 床面積 254.53 m²

●予定価格 15 万 4,000 円

●入札日時 12 月 26 日(木)
14 時～

●場所 市役所 3 階会議室

●申込方法 12 月 16 日(月)までに窓口へ備え付けの案内書または市(印)を確認の上、お申し込みください。

●現地見学会 12 月 2 日(月)

※要申込

【申問】農林水産課

農政係

☎ 0833-72-1494



市(印)

講座

スマホ講座 (要申込)

スマートフォン利用方法や詐欺などの予防、LINE の操作方法を学びます。

【安全講座】

●室積コミュニティセンター

令和 7 年 1 月 14 日(火) (10 人)

●大和コミュニティセンター

令和 7 年 1 月 17 日(金) (8 人)

【LINE 講座】

●三島コミュニティセンター

令和 7 年 1 月 15 日(水) (4 人)

●浅江コミュニティセンター

令和 7 年 1 月 16 日(木) (4 人)

●市役所 令和 7 年 1 月 20 日(月) (10 人)

【共通事項】

◎対象者 市民

◎時間 13 時 30 分～15 時

◎参加費 無料

◎申込方法 開催前日までに電話でお申し込みください。

(各回先着順)

【申問】情報・DX 推進課

☎ 0833-72-1419

スマホ・パソコン学習会

【エクセルで会計簿作成】

●日時 12 月 11 日(水) 13 時 30 分～15 時 30 分

●対象 文字入力のできる人

●内容 家計簿、会計簿などの収入と支出を計算する

●持参物 パソコン

【スマホで

ネット検索を楽しむ】

●日時 12 月 18 日(水) 13 時 30 分～15 時 30 分

●対象 スマートフォンを持っている人

●内容 スマートフォンによるネット検索の方法を学ぶ

●持参物 スマートフォン

【共通事項】

◎場所 地域づくり支援センター

◎定員 各回先着 8 人

◎参加費 1000 円

◎申込方法 11 月 26 日(火)以降に電話でお申し込みください。

【申問】生涯学習センター

☎ 0833-72-3447

健康教室

●日時 12 月 4 日(水) 13 時～14 時

●場所 大和総合病院 6 階大会議室

●テーマ 認知症との上手な付き合い方

●講師 土井望代さん(大和総合病院病棟看護師)

●参加費 無料

【問】大和総合病院

☎ 0820-48-2111

地域づくり市民講座

●日時 12 月 14 日(土) 13 時 30 分～15 時

●場所 地域づくり支援センター

●テーマ 笑う顔に健康来たる・生きがい来たる

●内容 心と体を健全に保ち、生活を豊かにしてくれる笑いと音楽の効果について考えます。

●講師 長谷英治さん(ハッピークローバー代表)

●定員 先着 40 人

●参加費 無料

●申込方法 12 月 12 日(木)までにお申し込みください。

【申問】ひかり市民活動ネットワーク(地域づくり支援センター)

☎ 0833-72-8880

☎ 0833-72-8133

✉ chikizukuri@city.hikari.lg.jp

【訂正】

広報ひかり令和 6 年 11 月号 14 頁「行政書士無料相談」の申込連絡先に誤りがあり、正しくは「県行政書士会 周南支部 ☎ 0833-77-3336」です。

催し



第20回光市文化祭

【芸能祭（ピアノ）】

●日時 12月8日(日) 13時30分～15時30分

【芸能祭（吹奏楽）】

●日時 12月15日(日) 14時～16時

【共通】

◎場所 市民ホール

問文化・社会教育課文化振興係（教育委員会）

☎0833・74・3607

なかよし広場

【クリスマス会】

●日時 12月13日(金)

①10時30分～11時30分

●場所 あいぱく光

●対象 市内在住の乳幼児とその保護者

●参加費 こども1人につき100円

●定員 30組

●申込方法 11月29日(金)9時

30分以降に窓口または電話でお申し込みください。

※定員になり次第締切

申問子育て支援センター（あいぱく光）

☎0833・74・3030



光紙芝居定期上演

●日時 12月21日(土) 14時～15時

●場所 ゆーぱく光

●演題 「永代橋の河童」(周防)

●観覧料 無料

※入浴は有料です。

問光紙芝居（末岡）

☎080・33891・8940

施設の 掲示板



市民ホール
☎0833(72)1441

◎休館日 毎週月曜日

★光市民ホール名画劇場

1990年以降に日本映画の新たな顔として活躍を続ける監督たちによる、さまざまな家族のドラマを描いた4作品を35ミリフィルムで上映します。

●日時 令和7年2月1日(土)、2月2日(日) 10時～(1日3本上映)

●場所 小ホール

●作品タイトル

○幻の光(1995年、出演：江角マキコ、浅野忠信ほか)

○愛を乞うひと(1998年、

出演：原田美枝子、中井喜一ほか)

○GO(2001年、出演：窪塚洋介、柴咲コウほか)

○ゆれる(2006年、出演：オダギリジョー、香川照之ほか)

●鑑覧料 一般 1日500円、文高会員 1日400円

※全席自由、12月7日(土)発売開始

●プレイガイド 市民ホール、文化センター、ふるさと郷土館、市役所受付など

◎休館日 毎週火曜日

周防の森ロッジ

☎0833(77)5789

◎休館日 毎週火曜日

★家族ふれあいの日

in周防の森ロッジ

●日時 12月15日(日)

①施設利用 9時～16時(受付9時～)

※施設が無料で利用できます。野外炊事施設などのみの利用も可能です。

②ミニ門松づくり 10時～12時

③しめ飾りづくり 13時～15時30分

●対象 市内在住または市内通勤・通学者とその家族

●定員 各先着10家族程度

●参加費 ①無料 ②門松1つにつき800円 ③しめ飾り1つにつき800円

●申込期間 11月28日(木)～12月12日(木)

★しめ飾りづくり教室

自作の玄関飾りでお正月を迎えませんか。親子での参加を歓迎します。

●日時 12月21日(土) 9時～12時(受付8時50分～)

●対象 市内に在住または通勤・通学する人

●定員 先着20人

●参加費 800円

●申込期限 12月18日(水)

【共通】

◎申込方法 電話でお申し込みください。詳しくは市HPをご覧ください。

市HP



人権を考えるつどい in ひかり

市民一人ひとりの人権が尊重された心豊かな地域社会の実現に向けて考えてみませんか。

●日時

12月21日(土) 13時30分～15時40分(受付13時～)

●場所

市民ホール 大ホール

●内容

- ・中学生人権作文コンクール授賞式
- ・人権講演会「ダンスで心のバリアフリーを」

●講師

奈佐誠司さん(日本初のプロ車いすダンサーとして「心のバリアフリー」をテーマに活動中)

●入場料

無料

●その他

人権パネルの展示、
「人権の花」育成記録展

☎人権推進課人権推進係

☎0833-72-1459



図書館

0833-72-1440

◎休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日、大和分館は祝日の場合は月曜日、その翌日ともに休館)、第2木曜日

★新刊案内(一部)

【一般書】

博物館DXと次世代考古学

(野口淳、村野正景)

読むだけコーチング

(三宅俊輝)

発光生物のはなし(大場裕二)

ドライキのこの美味レシピ

(真藤舞衣子)



手仕事の世界 伝承工芸職人紀行

(有吉玉青)

よむよむかたる(朝倉かすみ)

短物語

(西尾維新)

14歳のためのシェイクスピア

(木村龍之介)

【児童書】

13歳からのディベートスキル

(名和田竜)

迷子のトウモロコシ

(嘉成晴香)

しばらくあかちゃんになりま

すので(ヨシタケシンスケ)

天才デビッドの大実験!

(ダン・アリエリ)



文化センター

0833-72-5500

◎休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日まで)、祝日、第1火曜日

★池坊光支部花展

「今こそ光れ 花の道」を

テーマに43瓶を展示します。

●日時 12月7日(土)～8日(日)

9時～17時

★創美展

光市を中心に活動する絵画グループ「創美会」の作品展

です。洋画、日本画などを展

示します。

●日時 12月11日(水)～15日(日)

9時～17時(最終日は16時

まで)

★子ども科学教室

●日時 12月21日(土) 13時30

分

●参加費 無料

●申込方法 12月3日(火)～電

話でお申し込みください。

ひかり吹奏楽団
結成20周年記念
RainbowBrassShow2024
20歳のおまつり

12月15日(日) 光市民ホール(大ホール)
開場13:30 開演14:00

20
20歳のまつり

ご来場お待ちしております!!

光 HAPPYマルシェ クリスマス
大和地区北元と幸せも発信

●日時 12月15日(日) 10:00～15:00
●場所 大和総合運動公園体育館内
●内容 約90ブース(雑貨、ハンドメイド、革製品、服、陶芸、植物、イラスト、パン、焼き菓子など展示販売、移動販売車によるフード販売、整体など)

●問合せ 光 HAPPY マルシェ実行委員会
☎080-6310-6843 (寺尾)

年金

年金 & 消費生活 アドバイス



＊問合せ

- 市民課年金・高齢者医療係
☎0833-72-1428
- 消費生活センター
☎0833-72-5511

国民年金のお知らせ

☎徳山年金事務所国民年金課 ☎0834-31-2152
※電話は自動音声応答です。音声案内に従い、最初は「2」を押し、次も「2」を押してください。

11月30日（いいみらい）は「年金の日」です

日本年金機構では、毎年11月を「ねんきん月間」、11月30日を「年金の日」と位置付け、年金制度に対する理解を深めてもらうための周知、啓発活動を行っています。

「ねんきんネット」などを利用して、自身の年金の記録や年金受給見込み額を確認し、未来の生活設計を考えてみませんか？

【ねんきんネットとは】

年金加入者がインターネットで自身の年金情報を確認できるサービスです。（24時間利用可能）マイナンバーカードをお持ちの人は「マイナポータル」からねんきんネットと連携し利用することで、各種届出の電子申請が可能です。

※昭和61年4月1日以前に受給権が発生した老齢年金を受けている人は利用できません。

●ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル ☎0570-058-555（ナビダイヤル）

月曜日：8時30分～19時（月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日）火～金曜日：8時30分～17時15分 第2土曜日：9時30分～16時 ※祝日、12月29日～1月3日を除く。

消費生活 相談



＊代引きを悪用した送り付け商法にご注意！

【代引き（代金引換）とは】

インターネット通販などで購入した商品の代金を商品到着時に配送業者に支払い、引き換えに商品を受け取るサービスのことで、

【代引きを悪用したトラブル】

「身に覚えがない荷物が代引きで届き、家族が支払ってしまった。返金してほしいが、相手の連絡先がわからない」などの悪質な送り付け商法が発生しています。送り状に相手方の情報が記載されていない場合は、返金を依頼することもできず、被害回復が困難になります。

【アドバイス】

身に覚えのない荷物が代引きで届いた場合には受け取りを拒否しましょう。家族が間違えて受け取ることがないように、日頃から代引きを利用するときは、家族間で共有しておきましょう。



☎環境事業課ごみ・リサイクル対策係 ☎0833-72-1471

☎https://www.city.hikari.lg.jp/life_scene/lifescene_garbage/3r/index.html

【譲りたいものの一部を紹介】 【内は登録番号】

- 【17】 編み棒 【18】 抱っこひもバッグ（小型犬用）
- 【20】 ひな人形 【22】 電動介護ベット

【譲ってほしいものの一部を紹介】 【内は登録番号】

現在登録はありません。

※18歳以上の人利用できます。（営利目的不可）

※交渉が成立している場合がありますのでご了承ください。

＊リユースキッズひかり

【譲りたいものの一部を紹介】 【内は登録番号】



◀【67】ベビーカー



【68】チャイルドシート ▶

※上記以外にも、子ども服や絵本などがあります。

詳しくは



光の恵み de 朝ごはんレシピ

「ピーマンの塩昆布和え」

●調理時間：約 5 分
 【1 人分栄養価】エネルギー 20kcal、食塩相当量 0.2g

【作り方（材料 4 人分）】

- ①ピーマン（120g）を千切りにし、ごま油（小さじ 1）をまぶす。
- ②耐熱容器に①を入れてラップし、電子レンジ（500 W）で 1 分 30 秒加熱する。
- ③熱いうちに塩昆布（4 g）と煎りゴマ（適量）を加えて混ぜる。



（大和地区食生活改善推進員）

あなたの健康プラスアップ

ヒートショックを防ごう！

ヒートショックは何気ない行動で起こります。命の危険につながることもあるので、原因や対策などを知り予防しましょう。

□ヒートショックとは

急激な温度の変化で体がダメージを受けることです。

□主な原因と症状

「温かい部屋から寒い浴室に移動し、熱いお湯に浸かる」など、気温差が激しい場所を行き来することで、血圧が急激に上下し、心臓に負担がかかり、脳卒中や心筋梗塞につながります。

□対策

- 浴室や脱衣所などに暖房設備を設置し寒暖差を緩和する。
- 浴槽にお湯を張る時は、ふたを開ける。温度は 38 ～ 41 度に設定する。
- 夕食前に入浴する。



12 月の健康カレンダー

行事名	日付	時間	窓口	その他
1 歳児・2 歳児お誕生相談（要予約）	5 日(木) 17 日(火)	10:00 ～ 11:00 13:30 ～ 14:30	こども家庭課	内 容：身体計測、育児相談など 持参物：母子健康手帳、使用中の歯ブラシ、ご案内用紙
食育相談（要予約）	5 日(木) 17 日(火)	9:00 ～ 11:00 13:30 ～ 15:30	健康増進課	内 容：管理栄養士による栄養・食生活相談 持参物：健診結果や食事内容メモ（お持ちの人）
歯の健康相談（要予約）	5 日(木) 17 日(火)	10:00 ～ 11:00 13:30 ～ 14:30	健康増進課	内 容：歯科衛生士による歯の健康相談 ※左記以外の日程でも調整可能 持参物：使用中の歯ブラシ
健康相談（要予約）	10 日(火) 24 日(火)	9:00 ～ 11:00	健康増進課	内 容：保健師による健康相談 持参物：健康手帳（お持ちの人）
こころのホッと相談（要予約）	10 日(火) 24 日(火)	13:30 ～ 15:30	健康増進課	内 容：保健師などによる心の健康相談
3 歳児健康診査	19 日(木)	12:30 ～	こども家庭課	内 容：身体測定、医師の診察など 持参物：母子健康手帳、健康診査票、尿

※電話による相談も随時受け付けています。（こども家庭課 ☎0833-74-1108、健康増進課 ☎0833-74-3007）
 ※実施場所はあいぱーく光です。

急病で困ったときは

休日診療所

- 場所 あいぱーく光内（光井二丁目 2-1）
 - 診療時間 9 時～17 時
 - 受付 9 時～11 時 30 分
13 時～16 時 30 分
 - 持参物 健康保険証、診療代、お薬手帳
 - 問合せ ☎0833-74-1399
- ※変更する場合があります。
ご確認の上、受診してください。

12 月の診療日	診療科目（※）	
	内科系	外科系
1 日(日)	内科（小児科）	皮膚科
8 日(日)	内科	眼科
15 日(日)	内科	外科
22 日(日)	内科（小児科）	皮膚科
29 日(日)	内科	外科
31 日(火)	内科	眼科

※周南地域休日・夜間こども急病センター

- 場所 徳山中央病院内（周南市孝田町 1-1）
- 診療時間（夜間は日曜・祝日を含む毎日）
【夜間】19 時～22 時（受付 21 時 30 分まで）
【日曜・祝日】9 時～12 時、13 時～17 時
（受付各診療終了 30 分前まで）

- 対象 0 歳～15 歳までの内科的疾患
- 問合せ ☎0834-28-9650

※小児救急医療電話相談

- 相談時間 19 時～翌日 8 時
- 対象 15 歳未満の子ども
- 問合せ ☎083-921-2755

※プッシュ回線の固定電話、携帯電話は ☎#8000



16 (月)		24 (火)	
17 (火)		25 (水)	●水道夜間支払窓口 (21 時まで、水道局) もの (下表参照)
18 (水)	●マイナンバーカード申請・交付 臨時窓口 (19 時まで、市役所) もの (下表参照)	26 (木)	行政 人権 (下表参照)
19 (木)	●スマホ講座 (13 時 30 分～、周防コミュニティセンター) ※要申込 ☎ 0833-72-1419 心配 (下表参照)	27 (金)	●夜間収納相談窓口 (20 時まで、市役所)
20 (金)		28 (土)	
21 (土)	●人権を考える集い in ひかり (13 時 30 分～、市民ホール) ●子ども科学教室 (13 時 30 分～、文化センター) ※要申込 ☎ 0833-72-5800 ●光紙芝居定期上演 (14 時～、ゆーぱーく光)	29 (日)	
22 (日)		30 (月)	
23 (月)		31 (火)	

【相談窓口開設日時】

相談の種類	内容	日時	場所	問合せ
行政 行政相談	国などの行政機関に対する意見、要望など	5 日(木) 9 時～ 12 時 26 日(木) 9 時～ 12 時	大和コミュニティセンター あいぱーく光	生活安全課市民相談係 ☎0833-72-1452
心配 心配ごと相談	生活上の心配ごとなど	5 日(木) 9 時～ 12 時 19 日(木) 9 時～ 12 時	大和コミュニティセンター あいぱーく光	社会福祉協議会 ☎0833-74-3020
人権 人権相談	人権問題についての相談など	5 日(木) 9 時～ 12 時 12 日(木)、26 日(木) 9 時～ 12 時	大和コミュニティセンター あいぱーく光	人権推進課 ☎0833-72-1459
年金 年金相談	年金事務所職員による年金出張相談	11 日(水)※要予約 9 時 30 分～ 12 時、13 時～ 15 時 30 分	市役所 3 階会議室	徳山年金事務所 ☎0834-31-2152
もの もの忘れ相談	もの忘れ、健康、介護に関する相談など	毎週水曜日(祝日を除く)※要予約 9 時～ 12 時、13 時 30 分～ 15 時 30 分	あいぱーく光	基幹型地域包括支援センター ☎0833-74-3002
教育相談	教育、学校生活に関する相談など(電話相談)	月～金曜日 8 時 30 分～ 19 時 ※祝日を除く、水曜日は 17 時 15 分まで	相談受付電話 ☎0120-72-3749	青少年センター ☎0833-72-2245

2024 12月 お知らせカレンダー

1 (日)	●省エネ活動キャンペーン 2024 ～冬季の部～ (31日まで) ※要申込 ☎ 0833-72-1465	9 (月)	●スマホ講座 (13時30分～、市役所) ※要申込 ☎ 0833-72-1419
2 (月)		10 (火)	●スマホ講座 (13時30分～、伊保木コミュニティセンター) ※要申込 ☎ 0833-72-1419
3 (火)		11 (水)	●創美展 (9時～、15日まで、文化センター) 年金 もの (右下表参照)
4 (水)	●弁護士無料法律相談 (9時～、あいぱーく光) ※要申込 ☎ 0833-74-3020 ●スマホ講座 (10時～、島田コミュニティセンター) ※要申込 ☎ 0833-72-1419 ●健康教室 (13時～、大和総合病院) もの (右下表参照)	12 (木)	人権 (右下表参照)
5 (木)	行政 心配 人権 (右下表参照)	13 (金)	●スマホ講座 (13時30分～、東荷コミュニティセンター) ※要申込 ☎ 0833-72-1419
6 (金)		14 (土)	
7 (土)	●池坊光支部花展 (9時～、8日まで、文化センター)	15 (日)	●家族ふれあいの日 (9時～、周防の森ロッジ) ※要申込 ☎ 0833-77-5789 ●第20回光市文化祭芸能祭 (吹奏楽) (14時～、市民ホール)
8 (日)	●マイナンバーカード申請・交付 休日窓口 (9時～12時、市役所) ●光高校総合学科プロデュースイベント (11時～、17時～、周防の森ロッジ) ●第20回光市文化祭芸能祭 (ピアノ) (13時30分～、市民ホール)		

「見たい！ 知りたい！ 聞きたい！
ひかりのアレコレ」

☎観光・シティプロモーション推進課 ☎0833-72-1532

国の天然記念物～^{がびさん}峨嵋山樹林～



室積にある峨嵋山は標高117.3mで、その山容が中国四川省の峨眉山に似ていることから命名されたといわれています。

峨嵋山樹林は、シイやカシなど約380種類の樹種が自然な状態で残っており、瀬戸内海西部の本来の植物を知るうえで貴重なことから、昭和7年に国の天然記念物として指定されています。

南岸沿岸では、毎年5月上旬から7月上旬にかけてクサフグの産卵を見ることができ、産卵時に海水が白く濁る様子は生命の神秘を感じさせます。

省エネ活動キャンペーン2024 ～冬季の部～

冬は暖房などでエネルギーの使用量が増加する季節です。これまでのライフスタイルを見直し、電気の消費を抑えるなど、環境に配慮した行動に取り組みましょう。

12月1日から31日までの期間中、次の活動に取り組む家庭を募集します。無理のない範囲で楽しみながら参加してみませんか。

① エコ活動

- ノーマイカー
 - エコドライブ
 - 節水
 - 冷蔵庫の整理
 - こまめに消灯
 - 宅配物を1回で受取
 - 環境美化
 - ライトダウン
- などから3項目以上の活動

② 省エネ活動

前年同期と比べた電気使用量の削減

※電力契約期間が1年以内の家庭は前年同期との電気使用量の比較ができないため対象外

■特典

①を実践した家庭を対象として、②の削減率により順位を決定し、上位入賞10世帯のほか、削減できた世帯の中から抽選で20世帯に丸久グループ各店で利用できる商品券を贈呈します。

※市と丸久は地域活性化包括連携協定を締結しています。

■申込方法

詳しくは市HPをご覧ください。



市HP



エコスタイルガイドブック をご活用ください

ちょっとした工夫
でできるエコな活動
例などを掲載してい
ます。



エコスタイルガイドブック



ライトダウンに チャレンジしてみよう！

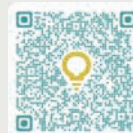
期間中にライトダウン（消灯）し、地球に優しい夜を過ごしてみませんか。

■期間

12月1日(日)～31日(火) 20時～22時
※12月21日(土)を重点取組日とします。

■その他

ライフスタイルやご都合に合わせて取り組んでください。



ライトダウン

表紙の紹介

芳岡市政がスタート

▼秋晴れの澄み渡る空の下、多くの市民や職員などに迎えられ、第6代光市長に就任した芳岡市長が11月14日に初登庁しました。

▼職員への訓示では、「引き続きそれぞれの立場や役割に応じた職務遂行と職責を果たしながら政策・施策に向き合っていたきた」と思いを伝えました。

▼事務引継ぎでは、円滑な市政運営に向けて、市川前市長から芳岡市長へ公務の引継ぎが行われました。▼

「みんなが大好きになるまち 光」の実現に向けて、市民の皆さんとともに取り組んでまいります。

ので、引き続きよろしくお願いいたします。

