

広報ひかり

HIKARI

2025 年 3 月号

毎月 25 日発行

広報

Public
Relations

Vol.415

Contents 「目次」

- 都市計画審議会委員の募集／お子さんの
予防接種はお済みですか 2
- 農産物の生産、販売を目指しませんか／
ふるさと納税協賛事業者の募集 3
- デジタルアート発表会／周防の森ロッジ
開催のイベントや教室を紹介 4
- 国勢調査員の募集 16

戸仲漁港（光井）で朝市を開催

来て見て知って！

おいしい光の海の幸



都市計画審議会の委員を募集します

審議会の一員として、光市の都市づくりについて考えてみませんか。

【都市計画審議会】

土地利用規制や主要な都市施設の計画など、都市計画に関することを審議する市長の諮問機関です。

市民の目線から意見などをいただくことを趣旨としていますので、都市計画に関する専門的な知識は必要ありません。

□応募資格

18歳以上の市民で、市が設置する他の審議会や協議会などの公募委員として委嘱されていない人

□募集人数

1人

□任期

4月15日～令和9年4月14日（2年間）

□会議

審議事項があるときに開催

□応募方法

「光市の都市づくりに関する意見・提言」を400字程度（任意様式）にまとめ、住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を記入の上、ご提出ください。

□応募期限

3月14日（金）（必着）

□選考

提出された意見・提言を審査の上、決定します。



提出先・問合せ

都市政策課都市計画係
〒743-8501
中央六丁目1-1
☎ 0833-72-1574
FAX 0833-72-1587
✉ toshi@city.hikari.lg.jp



お子さんの予防接種はお済みですか

3月1日から7日までは「子ども予防接種週間」です。この機会に子どもの接種状況を改めて確認し、入園や入学などに備えて必要な予防接種を済ませましょう。

□対象の予防接種

ロタウイルス感染症、Hib感染症、小児の肺炎球菌感染症、B型肝炎、5種混合、4種混合、BCG、麻しん風しん、水痘（みずぼうそう）、日本脳炎、二種混合、三種混合、ヒトパピローマウイルス感染症、麻しん、風しん、不活化ポリオ

□接種方法、接種医療機関

市を
ご覧ください。



市

□予防接種相談（電話相談可）

■日時

3月1日（土） 9時～15時

■場所

健康増進課健康増進係

（あいぱーく光）

■内容

予防接種に関する相談、
予診票の再発行

■持参物

母子健康手帳

※無料（公費負担）で予防接種を受けるには、市が発行した予診票が必要です。予診票の再発行は、事前にお問い合わせください。

■4月入学の小・中学校生の保護者へ

左記の予防接種はお済みですか。期限を過ぎると自費になります。

予防接種名	接種期限
麻しん風しん 第2期（年長児）	3月31日（月）
二種混合	13歳の誕生日の前日
日本脳炎	

問合せ

健康増進課健康増進係
（あいぱーく光）
☎ 0833-74-3007



農産物の生産、販売を目指しませんか

農産物販売農家育成研修の受講者を募集します。野菜の栽培や農薬に関する知識のほか、直売所への出荷方法などの講義や農地での実習を行います。

□研修期間

4月～令和8年3月
※月1～2回程度 土曜日

□研修場所

光市農業振興拠点施設「里の厨」

□講師

里の厨職員、市農産物生産技術指導員など

□科目

野菜類全般

□費用

1万円
※別途保険料（年間約3200円）が必要です。

□募集人数

10人

□応募資格

市内在住者または市内農地での耕作希望者で、農産物の生産、販売を目指す人
※農地の有無や経験、目標とする出荷規模は問いません。

※こども連れでの受講はできません。

□応募方法

農林水産課と里の厨に備え付け、または市^市掲載の応募用紙に必要事項を記入の上、ご提出ください。



市^市

※応募動機などによる選考を行います。

□応募期間

2月26日(水)～3月21日(金)
※毎週月曜日（祝日の場合は翌日）は里の厨の定休日です。



応募・問合せ

光市農業振興拠点施設「里の厨」
〒743-0105
大字束荷 2391-19
☎ 0820-49-0831
FAX 0820-49-0832
✉ satonokuriya@kvision.ne.jp

ふるさと光応援寄附金の協賛事業者を募集しています

ふるさと納税のお礼品として、全国に自慢の逸品を届け、光の魅力を発信しませんか。

□事業者のメリット

■登録料、手数料は不要です。

■ふるさと納税ポータルサイトで全国に向けて商品や事業所のPRができます。

■商品発送時に事業所のパンフレットなどを同封できます。

□事業者の役割

■お礼品の提案

■寄附者へのお礼品の発送
※送料は市が負担します。

□お礼品の要件

■市内で生産、製造、加工などを行っている地場産品
■市内で生産された原材料を多く含む商品

■市内で提供するサービス、体験チケット など

その他の要件もありますので、詳しくはお問い合わせください。

□申込方法

企画調整課に備え付けまたは市^市掲載の申込書および誓約書に必要事項を記入の上、商品の画像データと

ともにご提出ください。



市^市

【お礼品の例】

■市内で生産された米や野菜、果物、海産物
■市内で製造された菓子や日用品
■市内で使えるマリンスポーツ体験チケット など

申し込み・問合せ

企画調整課まちひとネットワーク係
〒743-8501
中央六丁目 1-1
☎ 0833-72-1409
✉ kikaku@city.hikari.lg.jp



ひかりの魅力発信・発見支援事業

デジタルアート発表会を開催します

光の魅力を表現したデジタル作品をぜひご覧ください。

【デジタルアート発表会】

□日時

3月20日(祝)
午前の部 10時～12時
午後の部 13時～15時

□場所

冠山総合公園研修室

【作品募集】

□対象者

18歳以下の市民や、市内に通学している人など

□定員

12人程度

※応募者多数の場合は審査を行います。

□募集作品

市の魅力を表現したデジタル作品(Minecraft、Scratch、micro:bit、Unity、Processing、動画など使用環境や言語は自由)

□応募方法

3月9日まで
にCoderDojo光の応募フォーム



CoderDojo光

問合せ

【デジタルアート発表会】

CoderDojo光

☎0833-71-3651

【ひかりの魅力発信・発見支援事業】

観光・シティプロモーション推進課

☎0833-72-1532

デジタルアートとは

パソコンやタブレットなどのデジタルデバイスで制作されたアート作品のことです。写真など既存の素材を加えたものや、動画、ゲーム、音楽なども含まれます。

からお申し込みください。詳しくはCoderDojo光をご覧ください。



周防の森ロッジ開催のイベントや教室を紹介します

【周防の森ロッジ】
☎0833-77-5789



周防の森ロッジ

豊かな自然とふれあいながら楽しく活動しませんか。市民や市内通勤・通学者とその家族が対象です。

【家族ふれあいの日】

in周防の森ロッジ

毎月第3日曜日は先着10組に限り、ロッジを無料で利用できます。詳しくは周防の森ロッジをご覧ください。

□そば打ち体験

■日時 3月16日(日) 10時～13時

■参加費 1家族1500円(1家族4人分 かけそばやざるそば試食)

■募集組数 10組程度

※定員になり次第締切

■申込方法 2月28日(金)から3月14日(金)までの間に申し込みください。

【令和7年度教室生募集】

3月26日(水)までに電話でお申し込みください。

□木工教室

■日時 4月3日(木)～

毎月第1・3木曜日

①午前の部 9時～12時

②午後の部 13時～16時

③1日の部 9時～16時
■会費
①②1回600円
③1回1000円

■募集人数 10人程度

□生花教室(池坊)

■日時 4月10日(木)～

毎月第2・4木曜日 13時30分～15時30分

■会費 1月700円(別途花代が必要)

■募集人数 10人程度

□健康体操(水曜日)

■日時 4月2日(水)～

毎月第1・2・4水曜日 10時～11時30分(原則)

■会費 1月400円

■募集人数 若干名

□健康体操(金曜日)

■日時 4月4日(金)～

毎月第1・2・4金曜日 10時～11時30分(原則)

■会費 1月400円

■募集人数 若干名

□英語でリトルキッズヨガ教室

■日時 4月28日(月)～

毎月第4月曜日 10時～11時(原則)

■対象者 乳幼児(生後2か月～3歳まで)の親子

■会費 1月500円

■募集組数 5組程度

□木工教室

■日時 4月3日(木)～

毎月第1・3木曜日

①午前の部 9時～12時

②午後の部 13時～16時

■会費 1月500円

■募集組数 5組程度



まちの話題 HIKARI CITY TOPICS



災害伝言ダイヤル 171 体験会

1月17日(金) 市役所

災害時に電波状況などが不安定な状況下でも、安否確認を無料で行うことができる伝言ダイヤルの体験会が実施されました。

阪神淡路大震災の発生から30年が経ちましたが、この間にも大きな地震が起きています。避難方法や非常用品の確認など、このような機会を契機に日頃から備えることが大切です。

第19回光市女性のつどい

1月18日(土) 市民ホール

まちづくりに女性の視点や感性を生かすための催しを開催し、大行寺住職の英月さんが記念講演を行いました。

ご自身の体験など軽妙なトークに会場は笑いや拍手に包まれ、「過去は変えることはできなくても、過去の意味が変えられる」というメッセージに多くの人が頷き、聞き入っていました。



みんなのウォーキング事業表彰式

1月23日(木) あいぱーく光

「誘い合ってみんなで歩こう!」を合言葉にみんなで健康の増進を図るウォーキング事業で仲間部門と職場部門で優秀な成績を収めた3グループと4企業を表彰しました。

「歩くことで心も体もリフレッシュできた」などの感想も寄せられており、みなさんも隙間時間にウォーキングしてみてはいかがでしょうか。

PBL成果報告会

2月6日(木) 市役所

周南公立大学の学生12人とゼミ担当教員が「子育てしやすいまち光」の発信をテーマとしたPBLの成果を市長に報告しました。

こどもと楽しめるお店を掲載した子育て応援マップの作成や情報発信方法について発表し、市長やまちづくり市民協議会委員と意見交換を行いました。 ※PBL…プロジェクト型課題解決学習



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、祝日は閉庁日です。
 市 ☎ <https://www.city.hikari.lg.jp/>

人のうごき

(1 月末現在)
 人口数 47,919 (-96)
 男性数 22,897 (-27)
 女性数 25,022 (-69)
 世帯数 23,350 (-36)
 ※ () 内は
 前月からの増減

お知らせ

盛土規制法の運用開始

盛土などによる災害から生命・財産を守るため、4 月 1 日から盛土などを行う場合は許可や届け出が必要となります。

す。

※土地所有者は盛土などが行われた土地を常時安全に維持する努力義務が生じます。手続きなど詳しくはお問い合わせください。



市 ☎

問 県建築指導課
 ☎ 0833-933-3866

転出・転入などの際は 児童手当の手続きを

転出・転入や世帯状況に変更(単身赴任や離婚、児童の別居など)があったときは、15 日以内に児童手当の手続きが必要です。公務員になったときや退職したときにも手続きが必要です。

期限内に手続きがない場合は、手当を支給できないことがありますので、必ず手続きをお願いします。

● 手当支給日 偶数月の 13 日
 ※13 日が土・日曜日、祝・休日の場合はその直前の平日

● 令和 6 年 10 月の制度改正に伴う申請期限 3 月 31 日(月) 17 時 15 分(必着)

※所得制限撤廃や高校生年代への支給対象年齢拡充など、制度改正に伴う申請が済んでいない人は、期限までに手続きすること。令和 6 年 10 月から遡って受給できます。



市 ☎

詳しくは市 ☎ をご覧ください。

申 問 こども政策課 こども政策係(あいぱーく光)

☎ 0833-74-3009

小・中学生の就学援助 制度(令和 7 年度分)

経済的な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しています。

支給を希望する保護者は市 ☎ または教育



市 ☎

総務課窓口で申請してください。

※所得要件があります。

※現在支給を受けている保護者、新入学児童生徒学用品費などの入学前支給を申請した保護者も、改めて申請が必要です。

● 持参物 預貯金通帳

● 申請期間 2 月 28 日(金) 4 月 30 日(水)

申 問 教育総務課経理係(教育委員会)

☎ 0833-74-3601

障害者控除対象者 認定書の交付

障害者手帳の交付を受けていない人でも、障害者に準ずる者と認められる場合には、所得税などが控除される「障害者控除対象者認定書」を交付します。

● 対象者 次のいずれかに該当する 65 歳以上の要介護認定 2 以上の人

○ 身体障害者手帳の交付を受けている人と同等の障害程度にある人

○ 療育手帳の交付を受けている人と同等の障害程度にある人(認知症の状態にある高齢者を含む)

○ 6 か月以上寝たきりの状態にあり、食事や排泄などの日常生活に支障のある人

申 問 福祉総務課障害福祉係(あいぱーく光)

☎ 0833-74-3001

JR 運賃の精神障害者 割引制度

4 月 1 日から精神障害者手帳を所持する人の JR 運賃割引制度が開始します。割引を利用するには、手帳に「旅客鉄道株式会社等旅客運賃減額」の記載が必要です。記載を希望する人は窓口到手帳をご持参ください。

※手帳に顔写真がないものは利用できません。

● 手続き開始日 3 月 3 日(月)

申 問 福祉総務課障害福祉係(あいぱーく光)

☎ 0833-74-3001

募集



市民農園利用者

●対象 農業者以外の市民
(営利目的の利用は不可)

●募集内容

①市民いきいき農園(三井)

■募集区画数 4区画(1区画約30㎡)

■年間利用料 1区画4150円

※応募は1人1区画まで

②市民ふれあい農園(大和)

■募集区画数 8区画(1区画約15㎡)

■年間利用料 1区画1000円

※応募は1人2区画まで

●利用期間 4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

●申込方法 農林水産課に備え付けまたは市[印]掲載の申込書に必要事項

を記入の上、お申し込みください。



市[印]

●申込期限 3月17日(月)

※申込多数の場合は抽選

●[申]農林水産課農政係

☎0833-72-1494

なかよし広場

【おたのしみ会】

親子でリボンのトピアリーを作ってみませんか。

●日時 3月14日(金) 10時30分～11時30分

●場所 あいぱーく光

●対象 市内在住の乳幼児とその保護者

●定員 先着20組

●講師 風間真依さん(baby school mermaid)

●申込方法 2月28日(金)9時30分以降に電話または窓口でお申し込みください。

●[申]子育て支援センター(あいぱーく光)

☎0833-74-3030



ねんりんピック山口

シニア美術展出品作品

●対象者 県内在住の60歳以上のアマチュアの人

●募集作品 日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真

※未発表作品1点のみ。複数部門の出品不可。

●募集期限 3月27日(木)

●展示会

○会期 6月7日(土)～9日(月)

○場所 防府市地域交流センター「アスピラート」(防府市戎町1-1-28)

●[申]高齢者支援課高齢福祉係(あいぱーく光)

☎0833-74-3012

食の安心モニター

●対象 18歳以上の市民

●主な仕事内容 食品表示や衛生管理などのモニタリングとその定期報告など

●任期 委嘱日から令和8年3月31日まで

●募集人数 1人

●応募方法 消費生活センターに備え付けまたは県[印]掲載の申込書

に記入の上、お申し込みください。

●応募期間 3月7日(金)～4月4日(金)必着

●[問]生活衛生課

☎083-933-2974

●[申]消費生活センター

☎0833-72-5511



県[印]

自衛官の採用試験

自衛官の採用試験を次のとおり実施します。

●採用種目 ①一般曹候補生

②一般幹部候補生 ③歯科・薬剤幹部候補生 ④キャリア採用幹部

●受付期限 ①5月7日(水)

②③4月4日(金) ④5月16日(金)

●一次試験日 ①5月17日(土) ②5日(日)のうち任意の1日を指定 ②4月12日(土)、13日(日)

③4月12日(土) ④6月9日(月)

～13日(金)のうち任意の1日を指定

●その他 自衛官などの採用試験を年間を通して実施しています。

●応募資格も

含め[印]をご確認ください。

●[申]自衛隊山口地方協力本部 柳井地域事務所

☎0820-22-8199



自衛隊山口地方協力本部[印]

海上保安官の採用試験

海上保安官の採用試験を次のとおり実施します。

●採用種目 ①海上保安学校学生 ②海上保安大学校学生

●受付期限 ①3月13日(木)

②3月24日(月)

●一次試験日 ①5月11日(日)

②5月25日(日)

●応募資格

などは[印]をご覧ください。



海上保安庁[印]

●[申]徳山海上保安部

☎0834-31-0111

催し

閉校式典と開校式典

大和地域の小学校再編により、3月末をもって閉校となる塩田、三輪、岩田、束荷の4小学校の閉校式典と4月に開校する大和小学校の開校式典を開催します。

※閉校式典は、各校の卒業証書授与式に続いて行います。

【岩田小学校（閉校式典）】

●日時 3月15日(土) 10時35分

【束荷小学校（閉校式典）】

●日時 3月15日(土) 14時35分

【三輪小学校（閉校式典）】

●日時 3月16日(日) 10時15分

【塩田小学校（閉校式典）】

●日時 3月16日(日) 14時35分

【大和小学校（開校式典）】

●日時 4月7日(月) 8時45分

※現在の岩田小学校が4月から大和小学校となります。

【開】ひかり学園推進課（教育委員会）

☎0833-48-4051

光紙芝居定期上演

●日時 3月15日(土) 14時～15時

●場所 ゆーぱーく光

●演題 雨桑の石仏（岩田）

●観覧料 無料

【開】光紙芝居（末岡）

☎080-3891-8940

講座

スマホ・パソコン学習会

【パソコンを

安心安全に使う】

●日時 3月12日(水) 13時30分～15時30分

●内容 パソコンを使用するときに気を付けることを学ぶ

●対象者 パソコン初心者

●持参物 パソコン

【スマホを安心安全に使う】

●日時 3月26日(水) 13時30分～15時30分

●内容 セキュリティ、詐欺

●メールの注意事項を学ぶ

●対象者 スマートフォンを持っている人

●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

●募集人数 各回先着8人

●参加費 1000円

●申込方法 2月26日(水)以降

に電話でお申し込みください。

【開】生涯学習センター

☎0833-72-3447

県自殺対策フォーラム

2025

●日時 3月9日(日) 13時30分～15時30分（受付13時～）

●場所 県総合保健会館（山口市吉敷下東三丁目1-1）

●講演 「こころをつなぐコミュニケーション」相手と繋

がる会話のコツ」

●講師 坂本真佐哉さん（神戸松陰女子学院大学・大学院教授）

●入場料 無料

●その他 手話通訳、要約筆記あり

【開】県精神保健福祉センター

☎083-902-2672

相談



暮らしの中の相談会（要予約）

●日時 3月9日(日) 10時～16時

●場所 県総合保健会館（山口市吉敷下東三丁目1-1）

●内容

○弁護士による相談 多重債務、労働、DVなど

【開】県弁護士会 宇部地区会

☎0836-21-7818

○こころの健康相談 こころ

の病気や心身の不調など

【開】県精神保健福祉センター

☎083-902-2672



夜間収納相談窓口

●開設日 3月31日(月)

●時間 20時まで

●場所 市役所収納対策課

●取扱業務 市税等の収納および納付相談

郵便局で市税等を納付する場合の郵便振替用紙は、収納係に備え付けています。

【開】収納対策課

☎0833-72-1447



水道夜間支払窓口

昼間、金融機関などに行くことができない人は、夜間でも水道料金の納付ができます。

なお、納期限までにお支払いいただけないときは、給水を停止します。

●開設日 3月25日(火)

●時間 21時まで

●場所 水道局業務課

☎0833-711-0700



◎休館日 毎月第4木曜日
(祝日の場合は翌日)

★さくらウォーク

総合体育館をスタート、
ゴールとして、光井、島田地
区の桜を見ながら歩きます。
ゴール後はお楽しみ抽選会も
あります。

●日時 4月5日(土) 8時45
分～12時30分

●コース 4キロコース(光
井小経由)、10キロコース(島
田川経由)から選択

●携行品 運動ができる服
装、タオル、飲料

●参加料



- 大人 800円
- 小学生以下 400円
- 募集人数 200人
- 賞品
- お楽しみ抽選会(当選者に
特産品)
- 参加者全員に参加賞(桜餅)
- 完歩した人には完歩証
- 申込期間 2月26日(水)～3
月13日(木)
- 申込方法 申込書に必要事
項を記入し、FAX(083
3-7219550)または
直接持参するか、申込フォー
ムからお申し込みくだ
さい。
- 申込書設置場所 総合体育
館、大和総合運動公園、ス
ポーツ館、各コミュニティセ
ンター



申込フォーム



◎休館日 毎週月曜日、祝日、
第1火曜日

★水彩画教室展

文化センターで開講してい
る水彩画教室の作品展です。
教室生23人と講師の作品を展
示します。

●期間 3月20日(祝)～23日(日)
9時～17時(23日は16時ま
で)

★文化教室受講生募集

●募集開始日 3月1日(土)

●教室

※時間 9時30分～11時30分
(全教室共通)

○絵画(滯美会)

- 内容 多彩な手法で人物、
風景などを描いています。
- 講師 河村純一郎さん
- 開催日 毎週木曜日
- 年会費 1万2000円
- 水彩画
- 内容 絵を描く楽しさを体

験し、技術の向上を目指しま
す。

■講師 岡村毅さん

■開催日 第1、3日曜日

■年会費 6000円

○彫塑

■内容 扱いやすい加工粘土
で人物像を制作しています。

■代表 下川正孝さん

■開催日 第2、4土曜日

■年会費 6000円

○陶芸

■内容 生活に即した器など
を制作しています。

■講師 村山嘉憲さん

■開催日 第1、3水曜日

■年会費 6000円

●その他 初心者から受講で
きます。画材費などは別途自
己負担です。



◎休園日 第2・第4水曜日

★第27回松涛窯作品展

●日時 3月8日(土)、9日(日)

10時～16時(9日は15時30
分まで)

●場所 研修室

★春蘭・雪割草展

●日時 3月15日(土)、16日(日)
9時～17時(16日は16時ま
で)

●場所 研修室

★ツリークライミング体験会

●日時 3月16日(日) 12時30
分～14時(雨天中止)

●集合場所 イベント広場

●定員 各回8人

●参加費 小学生800円、
中学生以上1500円

●服装 動きやすい服装(半
ズボン、スカート、サンダル
は不可)

★さくら坂2025

ゲームコーナーやMr.カ
エルさんによるバルーンア
ートなどがあります。

●日時 3月29日(土) 10時～
15時(雨天中止)

●場所 イベント広場ほか



◎休館日 毎週月曜日

★令和7年度光の文化を

高める会会員募集

文化に関心がある人ならどなたでも入会できます。

●年会費（1人当たり）

○個人会員 1500円

○賛助会員 5000円

○団体会員（10人以上）1300円

○老人クラブ会員（光市老人クラブ連合会会員に限る。）950円

●特典 主催事業の入場料割引、先行販売、主催事業開催案内を送付します。

※会員証1枚につきチケット1枚が購入できます。（賛助会員は3枚まで購入可）

※賛助会員には、市民夏季大学の無料招待などの特典があります。

※先行販売、割引ができない事業もあります。

●有効期限 入会日より令和8年3月31日

●申込方法 3月1日(土)以降に、市民ホール、文化センター、ふるさと郷土館、市役所受付、大和支所、各出張所でお申し込みください。

★精華女子高等学校
吹奏楽部コンサート

高校吹奏楽部の国内最高峰といわれる精華女子高校吹奏楽部（福岡市）のコンサートです。精華サウンドと圧巻のパフォーマンスをご鑑賞ください。

●日時 5月25日(日) 14時～

（開場13時30分）

●チケット（全席指定）

○一般 2500円

○障害者 2000円（3月15日(土)発売開始）

○高校生以下 1000円（3月15日(土)発売開始）

○文高会員 2000円

（3月8日(土)先行発売開始）

※当日500円増

●プレイガイド 市民ホール、チケットぴあ、ローソンチケットなど



★トム・バノツプヘム

オカリナ&ピアノコンサート
ベルギー出身のオカリナ奏者による演奏をお楽しみください。

※光の文化を高める会の会員招待公演です。会員は無料となりますので、令和7年度会員証をご持参ください。

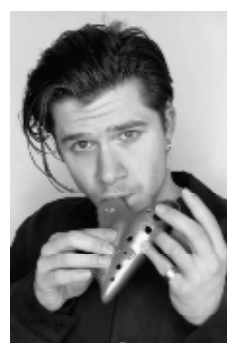
●日時 6月8日(日) 14時～

（開場13時30分）

●チケット（全席自由）

○一般 2500円（3月1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



★横田神楽団特別公演

神楽の聖地、広島県安芸高田市の横田神楽団による伝統の舞をお楽しみください。

●日時 6月29日(日) 14時～

（開場13時30分）

●チケット（全席指定）

○一般 2000円（3月22日(土)発売開始）

○文高会員 1500円（3月15日(土)先行発売開始）

※当日500円増

●プレイガイド 市民ホール、ローソンチケットなど



会員を募集しています

生涯現役、経験を活かし

地域社会で働きませんか。

公益社団法人

光市シルバー人材センター

光市中央五丁目12-1 TEL(0833)71-0940



60歳以上の健康で働く意欲のある方

【入会説明会】毎月第2・第4火曜日

3月11日(火)、25日(火)

4月8日(火)、22日(火)

10時から開催

広告



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

★新刊案内（一部）

【一般書】

捨てるコッ （二見文直）



老いてもヒグチ。 （樋口恵子）



バツタを倒すぜアフリカで

（前野ウルド浩太郎）

神シンキング （柏原竜二）



「人は右、車は左」往來の日
本史 （近江俊秀）

友が、消えた （金城一紀）



まだまだ日本のおいしい旅 添
乗員 a r i k o （a r i k o）

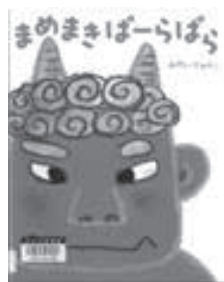


さよなら校長先生（瀧羽麻子）

考え方ひとつで明日はもっと
うまくいく （内藤誼人）
なんでも世界一図鑑 （佐藤幸夫）

【児童書】

まめまきばーらばら （おおいじゅんこ）



自分につながるアート

（池上英洋）

つめたいこおりどんなかた
ち？ （細島雅代、伊地知英信）



おぼけずし （柴田ケイコ）

世にもあいまいなことばの秘
密 （川添愛）

引きこもり姉ちゃんのアルゴ
リズム推理 （井上真偽）
今日も誰かの誕生日 （二宮敦人）



猫と考える動物のいのち

（木村友祐）

もりのなかをとるのはだあ
れ？ （ロジャー・デュボアザン）

ぼくらにできないことはない
（エーヴァ・リンドストロム）



など

3月の納期

次の税、保険料の納期
限は3月31日(月)です。

◎国民健康保険税 10期
問 収納対策課

☎0833-72-1447

◎後期高齢者医療保険料 9期
問 市民課年金・高齢者医療係

☎0833-72-1428

◎介護保険料 10期
問 高齢者支援課介護保険係

（あいぱーく光）
☎0833-74-3003

東日本大震災復興応援チャリティー

第13回 なぎさ復活コンサート

「継承」～震災の記憶を次の世代につなげる～

■メンスコール光

被災した中学生が詩を綴り教師が曲をつけた名曲「群青」などを合唱します。

■子ども未来応援団 N-Dance moving

津波フラッグを使ったダンス/パフォーマンスを繰り広げます。

■トリオ松原（スペシャルゲスト・河本真樹子）

一昨年に交通事故で他界されたヴァイオリニスト・友廣裕さんの想いを継承し演奏します。

3月16日(日) 13時30分～（開場13時） 光市民ホール 小ホール

一般1000円 小中高生300円

チケット販売：光市民ホールなど

主催：第13回なぎさ復活コンサート実行委員会
問い合わせ ☎090・2829・6866（事務局）

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。

付加保険料制度について

国民年金第1号被保険者または任意加入被保険者（65歳以上の人を除く。）は、国民年金の定額保険料（令和6年度：1万6,980円）に付加保険料を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やすことができます。

付加保険料を納めるためには申し込みが必要で、納付は申し込んだ月の分からとなり、さかのぼっての加入はできません。個人型確定拠出年金（iDeCo）との同時加入は可能ですが、iDeCo掛金と付加保険料を合わせた月額が6万8,000円が限度になっていますので、ご注意ください。

- 付加保険料の月額 400円
 - 付加年金額（年額）200円×付加保険料納付月数（2年以上の受給で納めた付加保険料以上の年金を受け取れます。）
- ※国民年金基金に加入している人、国民年金保険料の納付を免除、猶予されている人は、付加保険料を納めることはできません。



消費生活 相談



＊排水管の点検や洗浄の勧誘に注意！

【事例】

突然自宅に事業者が訪問し「排水管の無料点検を行っている」と勧誘され、無料ならと点検を依頼した。

点検後、「詰まっているのでこのままだと大変なことになる。今日までこの地域を回っており、今なら安く洗浄できる」と言われたため、洗浄を依頼したところ、「予想以上につまりが酷かったので、高圧洗浄を実施した」と高額な料金を請求された。

【トラブルに遭わないために】

点検を口実に来訪し、商品やサービスを契約させることを「点検商法」といい、「突然の訪問」「不安をあおる」「最初の提示額より高額な請求をされる」などの特徴があります。

無料点検につられて安易に応じないようにしましょう。訪問販売はクーリングオフが可能です。お困りの際は消費生活センターにご相談ください。



☎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】

【28】 木目込みひな人形 【36】 ホットカーペット省エネシート 【37】 折りたたみテーブル 【39】 たこ焼き器

【譲ってほしいものの一部を紹介】 【内は登録番号】

【16】 ミニ耕運機

※18歳以上の人が利用できます。（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】



◀ 【86】 ベビーチェア



【90】 ベビーカー→

※上記以外にも、子供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

「ブロッコリースープ」

●調理時間：約 20 分
 【一人分栄養価】
 エネルギー 193kcal
 食塩相当量 1.7g

【作り方（材料 3 人分）】

- ①ブロッコリー（1 株）、を小房に切り分けて茹でる。
- ②タマネギ（1/2 玉）を薄切りにする。
- ③鍋でオリーブオイル（少々）を熱し、②を炒める。
- ④③に水（400 c c）、ウインナー（6 本）、コーン缶（30 g）、固形コンソメ（1 個）と①を加えて中火で煮る。
- ⑤塩、黒こしょう、しょうゆ（各少々）で味を調える。



【おすすめポイント】

栄養豊富なブロッコリーをスープにすることで、朝から元気が出ます！

（光市朝ごはん部 こども部員
市内高校生 すんすんさん）

あなたの健康プラスアップ

ストレスと上手に付き合ひましょう

3 月は自殺対策強化月間です。

ストレスは自殺の原因の 1 つですが、受けずに日常生活を送ることは難しいため、ストレスを感じた時に自分でのケアや向き合い方を考えることが重要です。

【ストレスへの対処 3 つの「R」】

- 1 レスト（Rest）：休息、休養、睡眠
疲労が蓄積する前に休息しましょう。
- 2 レクリエーション（Recreation）
：運動や旅行、趣味、娯楽、気晴らし
好きなことに打ち込み、ストレスから気をそらすよう心がけましょう。
- 3 リラックス（Relax）
：ストレッチ、音楽、家族や友人との団らん
呼吸を落ち着かせる、緊張を解くなどで精神を落ち着かせましょう。

こころの体温計でストレスチェック

市HP掲載の「こころの体温計」では、簡単な質問に答えるだけでストレス度や落ち込み度のチェックができます。



市HP

3 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	6 日(木) 18 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	6 日(木) 18 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	6 日(木) 18 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	11 日(火) 25 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	11 日(火) 25 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
離乳食教室	19 日(水)	10:30 ~ 11:45	健康増進課	内 容：管理栄養士による離乳食のお話 持参物：母子健康手帳、汁物（希望者のみ）

※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）

※実施場所はあいばーく光です。全て予約が必要です。

急病で困ったときは

休日診療所

- 場所 あいばーく光内（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 マイナ保険証など、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。

3 月の診療日	診療科目（※）	
	内科系	外科系
2 日(日)	内科	外科
9 日(日)	内科	外科
16 日(日)	内科（小児科）	外科
20 日(木)	内科	外科
23 日(日)	内科	眼科
30 日(日)	内科（小児科）	外科

＊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 歳未満のこども

■問合せ ☎083-921-2755

※プッシュ回線の固定電話、携帯電話は ☎＃8000



16 (日)	●家族ふれあいの日（9時～、周防の森ロッジ）※要申込 ☎0833-77-5789 ●閉校式典（10時15分～、三輪小学校） ●閉校式典（14時35分～、塩田小学校）	24 (月)	
17 (月)		25 (火)	●水道夜間支払窓口（21時まで、水道局）
18 (火)		26 (水)	もの（下表参照）
19 (水)	もの（下表参照）	27 (木)	●野菜栽培指導教室「楽農塾」（13時30分～、三島コミュニティセンター） 行政 人権（下表参照）
20 (祝)	●水彩画教室展（9時～、文化センター） ●デジタルアート発表会（10時～、13時～、冠山総合公園）	28 (金)	●野菜栽培指導教室「楽農塾」（10時～、光井コミュニティセンター） ●野菜栽培指導教室「楽農塾」（13時30分～、室積コミュニティセンター）
21 (金)		29 (土)	●さくら坂 2025（10時～、冠山総合公園） ●野菜栽培指導教室「楽農塾」（13時30分～、里の厨）
22 (土)		30 (日)	
23 (日)	●HIKARIリレーマラソン 2025（9時15分～、大和総合運動公園）※要申込 ☎0833-74-3605	31 (月)	●夜間収納相談窓口（20時まで、市役所）

【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	6日(木) 9時～12時 27日(木) 9時～12時	大和コミュニティセンター あいばーく光	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	6日(木) 9時～12時	大和コミュニティセンター	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	6日(木) 9時～12時 13日(木)、27日(木) 9時～12時	大和コミュニティセンター あいばーく光	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	12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	あいばーく光	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

2025

3月 お知らせカレンダー

1 (土)	●邦楽演奏会「春風にのせて」(13時30分～、ふるさと郷土館)	9 (日)	
2 (日)		10 (月)	
3 (月)		11 (火)	
4 (火)		12 (水)	年金 もの (右下表参照)
5 (水)	もの (右下表参照)	13 (木)	
6 (木)	●司法書士無料法律相談 (9時～、市役所) ※要申込 ☎ 0833-72-1452 行政 心配 人権 (右下表参照)	14 (金)	●なかよし広場 (10時30分～、あいぱーく光) ※要申込 ☎ 0833-74-3030
7 (金)		15 (土)	●春蘭・雪割草展 (9時～、16日まで、冠山総合公園) ●日本語交流サロン (10時～、三島コミュニティセンター) ※要申込 ☎ 0833-72-1407 ●閉校式典 (10時35分～、岩田小学校) ●光紙芝居定期上演 (14時～、ゆーぱーく光) ●閉校式典 (14時35分～、東荷小学校)
8 (土)	●松涛窯作品展 (10時～、9日まで、冠山総合公園)		

「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

市民の憩いの場「三島温泉」の歴史



昭和48年当時の三島憩いの家

昭和36年に営業を開始した三島温泉は、リウマチや胃腸病、皮膚病に効能がある温泉で、昭和48年から平成18年まで三島憩いの家の複合施設として運営していました。その後、島田川河川改修の影響により惜しまれつつ閉館しましたが、平成24年に三島温泉健康交流施設「ゆーぱーく光」が開館して以来、交流と憩い、健康づくりの場として、約120万人が来場する人気の温泉施設となっています。

国勢調査の調査員を募集します

- 国勢調査は、5年に一度、日本に住むすべての人と世帯が対象となる重要な統計調査で、生活環境の改善や防災計画の立案など、わたしたちの生活に欠かせないさまざまな行政施策などに役立てられます。
- 調査を実施するため、市民の皆さんの応募をお待ちしています。

●応募資格

次のすべてを満たす人

- ・ 20歳以上で健康で責任を持って調査活動を遂行できる人
- ・ 調査で知り得たことなど秘密が保持できる人
- ・ 警察・選挙活動に直接関係のない人
- ・ 暴力団員その他反社会的勢力に該当しない人

●主な仕事内容

-  説明会への出席
-  調査区内地図と世帯一覧の作成
-  書類の配布と回収
-  書類の審査、整理
-  市への書類提出

●任命予定期間

8月8日～11月7日

※調査員業務の主な期間は、8月下旬～10月下旬

●応募方法

市HP掲載の申請書に必要事項を記入の上、お申し込みください。

※現在、統計調査員として登録されている人は応募の必要はありません。

●報酬

調査終了後にお支払いします。(目安としては2調査区あたり8万3,000円程度)

●応募期限

4月21日(月)

応募先・問合せ

企画調整課統計係

〒743-8501

中央六丁目1番1号

☎ 0833-72-1411

✉ toukei@city.hikari.lg.jp



市HP

表紙の紹介

戸仲漁港(光井)で朝市が開催

▼1月25日、戸仲漁港で朝市が開催されました。レンチョウ、ヒメガイ、ナマコ、アカアシエビ、ツンコ、コウイカなど多くの海の幸が所狭しと並んだ会場を訪れた多くの人たちは、おすすめの食べ方を聞くなど、漁師との掛け合いを楽しんでいました。▼光の海では魅力的な魚介類が獲れます。今後も開催予定の朝市のほか、漁業関係者が皆さんに知り味わってもらうための取組を行っていますので、詳しくは県漁協光支店(☎0833-17810130)にお問い合わせください。

