

広報ひかり

HIKARI

2024年3月号

毎月25日発行

広報

Public
Relations

Vol.403



Contents 「目次」

- お子さんの予防接種はお済みですか 2
- 図書館協議会委員の募集／ひかりファミリー・サポート・センター会員の募集 3
- 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 4
- パブリックコメントの実施結果 5
- 周防の森ロッジを利用しませんか 18

虹ヶ浜海岸
松林保全ボランティア事業を実施

地域の宝を引き継ごう



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母子健康手帳などで改めて確認し、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、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

□「子ども予防接種週間」

協力医療機関

医療機関に、希望する予防接種の実施日、受付時間、予約の要否などを事前に確認してから受診してください。

下表の協力医療機関では期間中の土曜日（3月2日）に予防接種を受けることができます。

□予防接種相談（電話相談可）

■日時

3月2日（土） 9時～17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、予防票の再発行

■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、市が発行した予防票が必要です。

予診票の再発行は、事前にお問い合わせください。

■期限を過ぎると

全額自己負担となります
左記の予防接種は接種期限を過ぎると費用負担が発生します。

予防接種名	接種期限
麻しん風しん第2期（年長児）	3月30日（土）
二種混合	13歳の誕生日の前日

□「子ども予防接種週間」（3月2日（土）接種実施、原則午前中）協力医療機関一覧

地区	医療機関名	住所	電話番号
室積	たけなか医院	室積中央町 5-5	78-0074
	田村医院	室積大町 22-20	79-1231
	平岡医院	室積松原 4-7	79-1500
光井	市川医院	中央三丁目 2-26	72-5700
	広田医院（午後也可）	中央二丁目 15-1	71-0225
	松島こどもクリニック（午後也可）	光井三丁目 7-30	74-2552
島田	多田クリニック	島田一丁目 1-21	74-2960
	いのうえ内科クリニック	島田六丁目 13-26	74-2211

地区	医療機関名	住所	電話番号
浅江	佃医院	虹ヶ丘一丁目 13-10	71-0816
	ひかり皮フ科クリニック	木園一丁目 8-3	74-1112
	光内科消化器科（中学生以上）	浅江二丁目 12-3	72-0010
	守友医院（午後也可）	浅江一丁目 17-20	71-2010
	やまて小児科・アレルギー科	浅江一丁目 10-12	72-5041
	梅田病院（午後也可）	虹ヶ浜三丁目 6-1	71-0084
三井	みちがみ病院	光ヶ丘 2-5	72-3332
	河村循環器神経内科	三井六丁目 18-1	77-0606
周防	光武医院	小周防 1633-1	77-3800

※市外局番は 0833

※受付時間は各医療機関に確認してください。



図書館協議会の委員を募集します

利用しやすい図書館や、読書活動の活性化について考える、図書館協議会の公募委員を次のとおり募集します。

利用者の目線に立った運営や、利用者増加につながるサービスなど、図書館環境の改善に一緒に取り組んでみませんか。

□応募資格

18歳以上の市民で、図書館に利用登録があり、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

※国、地方公共団体の議員、公務員を除く。

□募集人数

1人

□任期

4月1日～令和8年3月31日（2年間）

□会議

年2回程度（平日）

□応募方法

「図書館に関する意見・提言」などをA4用紙1枚（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16日（土）（必着）

□選考

提出された意見・提言などを審査の上、決定します。



提出先・問合せ

図書館
〒743-0011
光井九丁目18-1
☎ 0833-72-1440
FAX 0833-71-3644
✉ library@edu.city.hikari.lg.jp



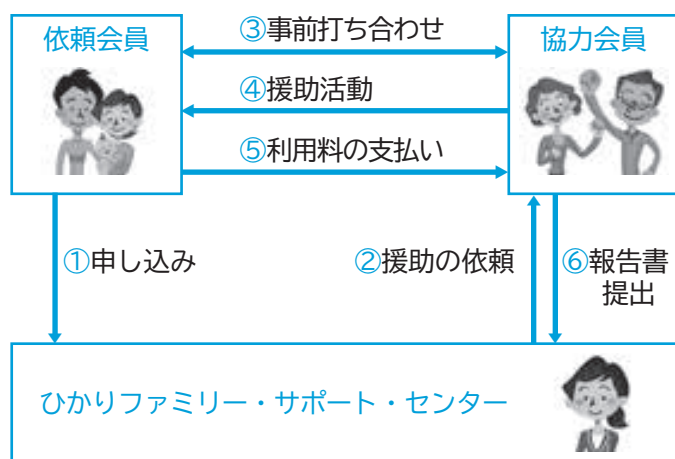
ひかりファミリー・サポート・センターの会員を募集します

（申請）ひかりファミリー・サポート・センター（あいぱーく光）
〒743-0011 光井二丁目2-1
☎ 0833-74-3016

ひかりファミリー・サポート・センターとは

育児の手伝いを受けたい人（依頼会員）と行いたい人（協力会員）が、お互いに会員になって、地域で子育てを支えあう相互援助活動を行う組織です。

【活動の流れ】



□会員の種類

1 依頼会員

市民または市内に勤務し、子ども（生後3か月以上の乳幼児～小学生）を育てている人

2 協力会員

子どもを自宅で預かることや送迎ができる20歳以上の健康な市民
※資格、経験、性別は問いません。

※1と2を兼ねた両方会員にもなれます。

□主な援助内容

■保育施設や学童保育、子どもの習い事などへの送迎
■保育施設や学校などの開所時間前や終了後の預かり
■学校行事や通院、冠婚葬祭、買い物など外出のときの預かり

□利用料（登録料は無料）

1時間当たり500円～800円

□登録方法

窓口でお申し込みください。



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。

余暇や空き時間などを活用して、農産物を生産し、直売所で販売しませんか。

□研修期間

4月13日(土)～令和7年

3月上旬

※月1～2回程度 土曜日

□研修場所

市農業振興拠点施設「里の厨」

□主な研修内容

■基本的な野菜の栽培方法や農薬に関する講義

■「里の厨」などの直売所への出荷方法や出荷品の規格に関する講義

■農地での実習

□講師

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人程度

□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。

□応募方法

農林水産課と「里の厨」に備え付け、または市(左記QRコード)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

□応募期間

2月26日(月)～3月22日(金)

※応募動機などによる選考を行います。

申し込み・問合せ

農林水産課農政係

〒743-8501

中央六丁目1-1

☎ 0833-72-1494

FAX 0833-72-6470

✉ nousei@city.hikari.lg.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(下記QRコード)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提出ください。



▲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



パブリックコメントの 実施結果をお知らせします

令和5年12月20日から1月19日までの期間にパブリックコメントを実施しました。お寄せいただいたご意見の概要および市の考え方をお知らせします。

計画名	提出	件数	問い合わせ
第4次光市障害者福祉基本計画（案）	なし	—	福祉総務課障害福祉係（あいぱーく光） ☎ 0833-74-3001
第7期光市障害福祉計画（案）	1人	1件	
光市高齢者保健福祉計画及び 第9期介護保険事業計画（案）	なし	—	高齢者支援課介護保険係（あいぱーく光） ☎ 0833-74-3003
第2期光市スポーツ推進基本計画（案）	2人	6件	スポーツ推進課（スポーツ館） ☎ 0833-74-3605

□ご意見と市の考え方の概要

第7期光市障害福祉計画（案）

ご意見	市の考え方
○ボランティアにより声の広報が発行されているが、長期的に取り組みを継続していくためには、予算を確保した上で事業化するべきではないか。	▼広報などの音訳、点訳については、視力障害のある人の情報取得手段として必要であるものと認識しています。 今後も継続できるよう、事業の実施方法について研究したいと考えています。

第2期光市スポーツ推進基本計画（案）

ご意見	市の考え方
○「第4章 計画推進のための取組 基本方針 3 スポーツ施設の整備・充実」の記載について、既存施設の維持管理や活用の記載以外に、市民のニーズや施設の効用も勘案した新規スポーツ施設の整備充実についても記載すべきではないか。	▼ご意見を踏まえ、文章を見直します。
○1人でもできるロッククライミング場や高齢者でも歩きやすいウォーキングコースを設置してはどうか。	▼ご意見は今後の参考とさせていただきます。
○施設に売店や飲食コーナーを設置してはどうか。	▼各スポーツ施設について、新たに売店などの区画を設けることは困難であるため、設置することは考えていません。
○雨天でも子どもを遊ばせることができる、相談支援コーナーを設置してはどうか。	▼総合福祉センターあいぱーく光内の子育て支援センターにおいて、育児不安などについての相談窓口や、子どもを見守りながら親子が遊びなどを通じて交流できる場を設置しておりますので、スポーツ施設に設置することは考えていません。
○若者から高齢者まで集える場所として、岩田駅から徒歩圏内の三輪小学校移転後を活用してはどうか。	▼ご意見は今後の参考とさせていただきます。
○大和地区には、体育館、運動場、テニスコートなどがあり駅からも近い。もっとアピールして活力ある光市を目指してほしい。	▼「第4章 計画推進のための取組 基本方針 3 スポーツ環境の整備・充実」において、「スポーツ情報の発信の強化」について記載しています。



まちの話題 HIKARI CITY TOPICS



予約制乗合タクシー導入実証実験

2月1日(木)～3月1日(金) 三井など

三井、上島田、周防地区でA I（人工知能）システムを利用した予約制乗合タクシー（デマンド型交通）の導入実証実験が始まりました。テスト運行では、「自宅前から乗れるので便利。通院などでも利用したい」との声がありました。

実証実験の結果を踏まえ、導入の可否を検討します。

ひかりエコくらぶでたき火に挑戦

2月4日(日) 周防の森ロッジ

遊びを通して自然とふれあう体験学習「ひかりエコくらぶ」が開催され、子どもたちがたき火に挑戦しました。

初めてマッチを使う子どもたちも、上手に起こした火で、竹串に刺したマシュマロをあぶり、ビスケットに挟んでスモアを作るなど、おいしく楽しく火の扱いを学びました。



室積学園キャリア・人権教育講演会

2月6日(火) 室積中学校

全盲のロックギタリスト田川ヒロアキさんが、キャリア教育の一環として室積中学校で講演とミニライブを行いました。

「皆さんも、あきらめない気持ちや人との縁を大切に頑張ってください」と、参加した室積小学校の5、6年生や中学生たちへ音楽とともにエールを送りました。

第37回梅まつり

2月11日(祝)～25日(日) 冠山総合公園

例年より早く見頃となった梅の花に囲まれて梅まつりが始まり、オープニングイベントの聖光高校箏曲部やひかり太鼓の演奏、もちまきに多くの人が集まりました。

うららかな陽気の下、約2,000本の梅の香りを感じながら散策し、早春の息吹を楽しんでいました。



市川市長が参加した行事の一部については市^市（右記QRコード）で紹介しています。

市長「わ」日記



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。
HP <https://www.city.hikari.lg.jp/>

人のうごき

(1 月末現在)
人口数 48,776 (-78)
男性数 23,327 (-40)
女性数 25,449 (-38)
世帯数 23,512 (-25)
※ () 内は
前月からの増減

お知らせ

Jアラートなどを

停止します

機器の移設に伴い、防災行政無線からの放送と震度の計測を一時的に停止します。

【全国瞬時警報システム (Jアラート)】

- 停止期間 3月12日～15日
- 内容 ミサイル発射情報、緊急地震速報について、防災行政無線からの放送を停止します。テレビ、ラジオや市メール配信サービスなどで確認してください。
- 火災のサイレン、ミュージックチャイム(教育サイレン)も停止します。

【震度情報】

- 停止期間 3月4日～6日
- 内容 震度の計測を停止します。地震発生時に光市の震度が発表されません。周辺市町の震度を参考にしてください。

【問】防災危機管理課防災危機管理係
☎ 0833-72-1403

新型コロナウイルス ワクチン接種について

新型コロナウイルスワクチンの全額公費による接種を、

市内医療機関では3月30日で終了します。希望する人は、期間内に接種してください。詳しくは市HP

(下記QRコード)をご覧ください。
▲市HP



【問】新型コロナウイルスワクチン接種予約・相談コールセンター(あいぱーく光)
☎ 0833-74-0567

小・中学生の就学援助制度(令和6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左記QRコードまたは教育総務課窓口で申請してください。
▲申込サイト



※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 3月1日(金)～4月30日(火)
- 【申問】教育総務課経理係(教育委員会)
☎ 0833-74-3601

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 6月13日、10月11日

※その後の支給日については改めてお知らせします。
※子どもの中学校卒業に伴

い、手当の支給が満了する世帯には5月に支給します。ただし、ほかに中学生までの子どもがいる世帯には定例の6月に支給します。

【申問】子ども家庭課子育て支援係(あいぱーく光)
☎ 0833-74-3009



物価高騰対応重点支援給付金の申請について

物価高騰対応重点支援給付

金の申請期限は3月31日(日)(消印有効)です。期限を過ぎると辞退したものととして給付を受けられませんので、申請を済ませていない人は早めに手続きをしてください。

【申問】福祉総務課福祉総務係(あいぱーく光)
☎ 0833-74-3000

相談



暮らしとくらしの相談会

(要予約)

●日時 3月3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

●申請 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

●申請 県精神保健福祉センター

☎083-902-2672

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 2区画(1区

画約30㎡)

●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(岩田)

●募集区画数 7区画(1区

画約15㎡)

●利用料 1区画1000円

●利用期間 4月1日(月)～令和7年3月31日(月)

※応募は1人2区画まで

●申込方法 農林水産課に備

え付けまたは市庁(左記QR

コード)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。

●申込期限 3月21日(木)

※申込多数の場合は抽選

●申請 農林水産課農政係

☎0833-72-1494

県健康福祉祭

美術展への出品

●対象 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、複数部門

の出品不可

●申込方法 高齢者支援課に

備え付けの出品票に必要事項

を記入の上、提出してください。

●申込期限 3月28日(木)

【展示会】

●期間 6月8日(土)～10日(月)

●場所 防府市地域交流セン

ター「アスピラート」(防府

市戎町一丁目1-28)

●申請 高齢者支援課高齢福祉係

(あいぱーく光)

☎0833-74-3012

学校で

働いてみませんか

教育委員会では、教壇に立

てる人、子どもたちをサポート

トできる人を広く募集してい

ます。今年度から、教員免許

状が不要なサポーターの任用

も始めました。詳しくはお問

合わせください。

●申請 学校教育課学務係(教育委

員会)

☎0833-74-3602



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7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庁

(左記QRコード)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8日(金)～4

月5日(金)必着

●申請 県環境生活部生活衛生課

☎083-933-2974

●消費生活センター

☎0833-72-5511

退職金づくりは「中退共」で

中小企業で退職金制度を設

ける場合は、国がサポートす

る「中小企業退職金共済制度」

をご利用ください。詳しくは

中小企業退職金共済事業本部

●(下記QR

Rコード)

をご覧ください。

●独立行政法人勤労者退職金

共済機構中小企業退職金共済

事業本部

☎03-6907-1234



▲中小企業退職金共済事業本部

みたらい保育園閉園の催し

昭和47年4月に開園し、長きにわたり地域の皆さんに愛されたみたらい保育園が、3月31日をもって閉園します。閉園にあたり、心温まる催しを実施します。詳しくは市^{HP}（右記QRコード）をご覧ください。



▲市^{HP}

- 日時 3月23日(土) 14時30分～17時
※園庭には14時15分から入ることができます。
- 場所 みたらい保育園（室積東ノ庄30-26）
- 内容
 - 集合写真撮影、バルーンリリース
 - キッチンカー（飲み物）
 - 思い出の品などの展示
 - 園内スタンプラリー
 - 「メッセージツリー」の作成
 - 園の歴史を振り返る画像や動画の放映
- 駐車場 いずれも14時から利用可能です。

- ①長安寺（室積東ノ庄20-15）
- ②田原石油店（ガソリンスタンド）の東側空地
- ③室積市場公園（①②が満車の場合）
- ※駐車スペースには限りがあります。乗り合わせなどにご協力をお願いします。

問 みたらい保育園 ☎0833-78-0939
子ども家庭課保育係（あいぱーく光）
☎0833-74-3005

催し



防災庁舎（防災指令拠点施設）の見学会

市民の皆さんを対象に見学会を開催します。

●日時 3月23日(土) 13～15時（申込不要）

●駐車場 市役所駐車場
●供用後の見学 3月25日の供用開始以降に、グループや

団体などで見学を希望する場合は事前にご相談ください。

問 防災危機管理課防災指令拠点整備係
☎0833-72-1406

キッチンカーの出店

市有地の活用について検討を行うため、冠山総合公園にキッチンカーを出店します。

●日時 3月15日(金)～3月17

日(日) 10時～16時

●場所 冠山総合公園西側市有地内（イベント時の臨時駐車場）

●内容 キッチンカーによる飲食物のテイクアウト販売

●その他 1日あたり12～15事業者が出店します。販売品目など詳しくは

市^{HP}（下記QRコード）の出店者一覧をご覧ください。



▲市^{HP}

ださい。

問 都市政策課都市計画係
☎0833-72-1574

なかよし広場

【おたのしみ会】

親子でふれあい遊びや手遊びなどを楽しみませんか。

●日時 3月15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

●申込方法 3月1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 問 子育て支援センター（あいぱーく光）
☎0833-74-3030

県自殺対策フォーラム 2024

●日時 3月3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 「こころの育ちを支えていくために わたしたちにできること」

●講師 青島真由さん（ころのクリニックのぞみ院長）

●入場料 無料

●その他 手話通訳、要約筆記あり

問 県精神保健福祉センター
☎083-902-2672

3月の納期

次の税、保険料の納期限は4月1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

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13日(水) 13時30分～15時30分

●内容 パソコンを使用する
とき気を付けること

●対象者 パソコン初心者

●持参物 パソコン

【スマホを安全に使う】

●日時 3月27日(水) 13時30分～15時30分

●内容 セキュリティ、詐欺
メールに注意することを学ぶ

●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(月)以降
に電話でお申し込みください。

●申込 生涯学習センター

☎0833-72-3447



●休館日 毎週月曜日、祝日、
第1火曜日

★平和写真展

写真集「平和PEACE2
021・2022」に掲載さ
れた県内写真愛好家の作品約
50点を展示します。

●期間 3月15日(金)～17日(日)
9時～17時(17日は16時ま
で)

★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27人と講師の作品を展
示します。

●期間 3月28日(木)～31日(日)
9時～17時(31日は16時ま
で)

★文化教室受講生募集

●募集開始日 3月1日(金)

●教室

※時間 9時30分～11時30分
(全教室共通)

○絵画

■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 デッサンや色の使い
方などを学び、親しみやすい
水彩絵の具で仕上げます。

■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
を使い、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。



●休館日 毎月第4木曜日
(祝日の場合は翌日)

★さくらウオーク

総合体育館をスタート、
ゴールとして、冠山総合公園
や文化センターの桜を見なが
ら歩きます(約8km)。ゴー
ル後はお楽しみ抽選会もあり
ます。

●日時 3月30日(土) 8時15
分～12時30分

●携行品 運動できる服装、
タオル、飲料

●参加料

○大人 800円

○小学生以下 400円

●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(月)～3
月18日(月)

●申込方法 申込書に必要事
項を記入し、FAX(083
3-72-9550)または
直接持参する

か、下記QR

コードからお

申し込みくだ

さい。



▲申込フォーム

●申込書設置場所 総合体育
館、大和総合運動公園、各コ
ミュニティセンター





◎入浴料 市内大人510円、市内65歳以上410円、市内小学生以下310円、3歳以下無料
◎休館日 毎週月曜日（祝日の場合は翌日）

★いきいき元気体操教室
楽しく体を動かし、ボールを使って美しい姿勢をつくる教室です。

●日時 第1、3、5火曜日 10時30分～11時30分
●受講料 1回650円
●講師 末永幸子さん

★ZUMBA

ラテン系の音楽とダンスを融合させた創作ダンスです。高齢者でも、自分のペースで参加できます。

●日時 毎週水曜日、土曜日 19時～20時
●受講料 1回650円
●講師 神徳信子さん

★光紙芝居定期上演
●日時 3月16日(土) 14時～15時

●演題 「しつちよるけどしらんで知らんけど知つちよる紙芝居」

●観覧料 無料（入浴は有料）
◎光紙芝居（末岡）
☎080-33891-8940



◎休館日 毎週火曜日

★家族ふれあいの日

in 周防の森ロッシ
毎月第3日曜日限定で、ロッシを無料で利用できます。家族で野外活動を楽しみましょう！

●日時 3月17日(日)

9時～16時

●対象 市民または市内通勤・通学者とその家族

●定員 15家族程度（先着）

※野外炊事施設などの利用のみも可能です。

【ピザづくり体験】

●日時 3月17日(日) 10時～12時30分

●対象 市民または市内通勤・通学者とその家族

●定員 15家族程度（先着）

●参加費 1家族1200円（1家族ピザ4枚）

●申込期間 2月28日(水)～3月15日(金)

●申込方法 電話でお申し込みください。

●その他 詳しくは市庁（左記QRコード）をご覧ください。

ド）をご覧ください。



▲市庁



◎休園日 第2・第4水曜日

★大田耕造作品展

浄瑠璃や風景の油彩画を約40点展示します。

●日時 3月1日(金)～3日(日)

9時～17時（3日は16時まで）

●場所 研修室

★第26回松涛窯作品展

●日時 3月9日(土)、10日(日) 10時～16時（10日は15時30分まで）

●場所 研修室

★春蘭・雪割草展

●日時 3月16日(土)、17日(日) 9時～17時（17日は16時まで）

●場所 研修室



★さくら坂2024

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30日(土) 10時～15時（雨天中止）

●場所 イベント広場ほか

★ 支払窓口

★ 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26日(火)

●時間 21時まで

●場所 水道局業務課

☎0833-711-0700

★ 相談窓口

★ 夜間収納相談窓口

●開設日 3月11日(月)、21日(木)、29日(金)

●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。

☎0833-721-1447



◎休館日 毎週月曜日

★令和6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 入会の日から令和7年3月31日まで

●申込方法 3月1日(金)以降

に、市民ホール、文化センタ―、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26日(日) 14時～

（開場13時30分）

●チケット（全席指定）

○一般 2500円

（3月16日(土)発売開始）

○障害者 2000円（3月16日(土)発売開始）

○高校生以下 1000円

（3月16日(土)発売開始）

○文高会員 2000円

（3月9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



★山崎パニラの弁活大絵巻

inひかり

国内に十数人しかいない活動写真弁士の山崎パニラさんが語る無声映画の世界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6年度会員証をご持参ください。

●日時 6月16日(日) 14時～

（開場13時30分）

●チケット（全席自由）

○一般 2000円（3月1日(金)発売開始）

●プレイガイド 市民ホール

ル、チケットぴあなど

★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23日(日) 14時～

（開場13時30分）

●チケット（全席指定）

○一般 2000円（3月23日(土)発売開始）

○文高会員 1500円（3月16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12日(火)、26日(火)

4月9日(火)、23日(火)

10時から開催

広告



◎入館料 260円／団体
(20人以上) 200円 (高校
生以下・障害者手帳持参の人
と介護者一人は無料)
◎休館日 毎週月曜日(祝日
の場合は翌日)、第1火曜日
★邦楽演奏会「春風にのせて」
光・邦楽虹の会の演奏で邦
楽に包まれた時間をお楽し
みください。
●日時 3月3日(日) 13時30
分～15時30分(荒天中止)
※入館無料



◎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】

フリーランス大全

(井戸美枝)



ビジュアルでわかる日本

(にゃんこそば)

文房具から始める勉強法入

門 (みおりん)

老いたら好きに生きる

(和田秀樹)

一線の湖

教養としての書道

(前田鎌利)

お餅の便利帖 (飛田和緒)



ジョン・レノン作曲術

(野口義修)

仕事のためには生きてない

(安藤祐介)

いちばんの願い

(トーン・テレヘン)



【児童書】

やってみよう卓球

(新井卓将)

トモルの海

ウォンカとチョコレート工

場のはじまり

(シベアル・パウンダー)

はたらくじどう車くらべ
くらしをささえる1

(はたらくじどう車くらべ
編集委員会)



とらまる、山へいく やま
の動物病院2

(なががわちひろ)



かえましてん (べかたろう)



ともだちのかたち

(ダニエラ・ソーサ)



あかいたまご? だれのたま
ご?

(ロジャー・デュボアザン)

ほか

能登半島地震・東日本大震災復興応援チャリティー

第12回 なぎさ復活コンサート

「東北を忘れない」は能登応援につながる

■詩「海よ(ラ・メール)」演奏・朗読

光市出身者(仙台市在住)の方から寄せられた、「生きる」をテーマにした
大津波の詩「海よ(ラ・メール)」の情景を楽器演奏と朗読により表現します。

■友廣裕さん追悼演奏

11回コンサートの17日後、交通事故で他界された「トリオ松原」のバイ
オリン奏者、友廣裕さんを偲び、「トリオ松原」のメンバーが追悼演奏します。

3月10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

主催: 第12回なぎさ復活コンサート実行委員会

チケット販売: 光市民ホールなど

問い合わせ ☎72・6109 (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

問 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5年度：1万6,520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す。付加保険料の納付は、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円が限度となっていますので、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、国民年金保険料免除を受けている人は、付加保険料を納めることはできません。



消費生活 相談



＊災害に便乗した不審な電話などに注意！

【相談】

市職員をかたり「地震の義援金を集めている。集金に行くので住所と名前を教えてほしい」と電話があった。怪しいと思いすぐに電話を切ったが不安だ。

【対応】

市職員が電話や訪問で義援金を求める事はなく、うそ電話詐欺であることを説明しました。留守番電話サービスなどを活用し、不審な電話には出ないように助言しました。

【ワンポイント講座】

義援金を募集するメールが個人情報の詐取を目的としたフィッシングメールだったという事例や、募金を募るSNSの投稿に書かれていたURLをタップしたところ、アダルトサイトの料金請求画面になったという事例もあります。災害に便乗した詐欺に注意してください。



問 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】

- 【51】 犬用キャリーケース
- 【52】 学習机

【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歳以上の方が利用できます。（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】



◀ 【89】 ジュニアシート



【90】 ジュニアシート▶

※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

「今日も1日ファイトパン！プレート」

●調理時間：約 15 分
【一人分栄養価】
エネルギー 486kcal
食塩相当量 1.8g



【作り方（材料1人分）】

- ①食パン（6枚切り1枚）、ブロッコリー（1房）、ベーコン（1枚）をそれぞれ1口サイズに切る。
- ②フライパンにバター（20g）を溶かし、①を炒める。
- ③卵（1個）、砂糖（小さじ1）、マヨネーズ（小さじ1）を混ぜ合わせ②に加え、塩コショウ（少々）で味を調え、炒める。

（光市朝ごはん部子ども部員
市内在住 小学生 藤井萌名さん）

あなたの健康プラスアップ

3月は自殺対策強化月間です

★こころのSOSサインに気づくことが大切です★

頑張っている時ほどストレスに気づきにくいものです。こころや体の不調に気づいたときや、つらい状態が続くときは、こころがSOSサインを出している可能性があります。

【こころの不調】

- 不安や緊張が高まり、イライラしたり怒りっぽくなる
- ちょっとしたことで驚いたり、急に泣き出したりする
- 気分が落ち込んで、やる気なくなる
- 人付き合いが面倒になって避けるようになる など

【からだの不調】

- 肩こりや頭痛、腹痛、腰痛などの痛みが出てくる
- 寝つきが悪くなったり、夜中や朝方に目が覚める
- 食欲がなくなって食べられなくなったり、逆に食べ過ぎてしまう など

★こころの体温計でストレスチェック★

市（市）（右記QRコード）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（市）

3月の健康カレンダー

行事名	日付	時間	場所	その他
1歳児・2歳児お誕生相談（要予約）	7日(木) 19日(火)	10:00～11:00 13:30～14:30	あいぱーく光	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
歯の健康相談（要予約）	7日(木) 19日(火)	10:00～11:00 13:30～14:30	あいぱーく光	内 容：歯科衛生士による歯科相談 持参物：使用中の歯ブラシ ※左記の日以外でも調整が可能です。
健康相談（要予約）	12日(火) 26日(火)	9:00～11:00	あいぱーく光	内 容：保健師による健康相談 持参物：健康手帳（お持ちの人）
食育相談（要予約）	7日(木) 19日(火)	9:00～11:00 13:30～15:30	あいぱーく光	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）
こころのホッと相談（要予約）	12日(火) 26日(火)	13:30～15:30	あいぱーく光	内 容：保健師などによる心の健康相談

※電話による相談も、随時受け付けています。（☎0833-74-3007）

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。

3月の診療日	診療科目（※）	
	内科系	外科系
3日(日)	内科	皮膚科
10日(日)	内科	外科
17日(日)	内科（小児科）	耳鼻科
20日(水)	内科（小児科）	外科
24日(日)	内科	外科
31日(日)	内科	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 (土)	●春蘭・雪割草展(9時～、17日まで、冠山総合公園) ●光紙芝居定期上演(14時～、ゆーぱーく光)	24 (日)	
17 (日)	●家族ふれあいの日(9時～、周防の森ロτζ)※要申込 ☎0833-77-5789	25 (月)	
18 (月)		26 (火)	●健康相談(9時～、あいぱーく光) ※要申込 ☎0833-74-3007 ●こころのホッと相談(13時30分～、あいぱーく光)※要申込 ☎0833-74-3007 ●水道夜間支払窓口(21時まで、水道局)
19 (火)	●食育相談(9時～、13時30分～、あいぱーく光)※要申込 ☎0833-74-3007 ●1歳児・2歳児お誕生相談、歯の健康相談(10時～、13時30分～、あいぱーく光)※要申込 ☎0833-74-3007	27 (水)	もの(下表参照)
20 (祝)		28 (木)	●水彩画教室展(9時～、31日まで、文化センター) ●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)
21 (木)	●夜間収納相談窓口(20時まで、市役所) 心配(下表参照)	29 (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) ●夜間収納相談窓口(20時まで、市役所)
22 (金)		30 (土)	●さくら坂2024(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)
23 (土)	●防災庁舎の見学会(13時～、市役所) ●みたらい保育園閉園の催し(14時30分～、みたらい保育園)	31 (日)	

【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	7日(木) 9時～12時 28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	7日(木) 9時～12時 21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	7日(木) 9時～12時 14日(木)、28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	13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

3月 お知らせカレンダー

1 (金)	●大田耕造作品展 (9時～、3日まで、冠山総合公園) ●行政書士無料相談 (9時～、市役所) ※要申込 ☎ 0833-74-5500	8 (金)	
2 (土)		9 (土)	●第26回松涛窯作品展 (10時～、10日まで、冠山総合公園)
3 (日)		10 (日)	
4 (月)		11 (月)	●夜間収納相談窓口 (20時まで、市役所)
5 (火)		12 (火)	●健康相談 (9時～、あいぱーく光) ※要申込 ☎ 0833-74-3007 ●こころのホッと相談 (13時30分～、あいぱーく光) ※要申込 ☎ 0833-74-3007
6 (水)	もの (右下表参照)	13 (水)	年金 もの (右下表参照)
7 (木)	●司法書士無料法律相談 (9時～、市役所) ※要申込 ☎ 0833-72-1452 ●食育相談 (9時～、13時30分～、あいぱーく光) ※要申込 ☎ 0833-74-3007 ●1歳児・2歳児お誕生相談、歯の健康相談 (10時～、13時30分～、あいぱーく光) ※要申込 ☎ 0833-74-3007 行政 心配 人権 (右下表参照)	14 (木)	人権 (右下表参照)
		15 (金)	●平和写真展 (9時～、17日まで、文化センター) ●なかよし広場 (10時30分～、あいぱーく光) ※要申込 ☎ 0833-74-3030

「見つけた！ひかりの“光”」
投稿作品の一部のご紹介

問 観光・シティプロモーション推進課
☎0833-72-1532 ✉kankou@city.hikari.lg.jp



▲@hikari_city



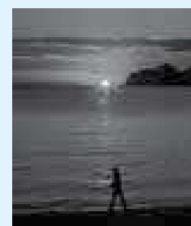
島田川
@habutsuru



冠梅園
@hideki_yamane_2021



伊保木
@tetuo2960



室積海岸
@mazijaneko

※Instagramに「#ひかりの光」を付けて投稿された画像の一部をご紹介します。ぜひ、光市公式Instagram (@hikari_city) でカラーの画像をご覧ください。

周防の森ロッジを利用しませんか

キャンプなどの野外活動、木工や健康体操などさまざまな催しを実施しています。
豊かな自然とふれあいながら、楽しく活動しませんか。

令和6年度の教室生を募集します。3月25日(月)までに電話でお申し込みください。
※対象者は、市内在住または市内に通勤・通学者とその家族です。

□英語でベビーヨガ教室（新規開講）

- 日時 第4月曜日（4月22日(月)～）
10時～11時
- 対象者 乳幼児（生後2か月～1歳
くらいまで）とその親

■募集人数 10組程度

■会費 1月500円



□木工教室

- 日時 第1・3木曜日（4月4日(木)～）
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

■指導者 木工熟練者

■募集人数 10人程度

■会費 ①②1回600円 ③1回1,000円

□生花教室

- 日時 第2・4木曜日（4月11日(木)～）
13時30分～15時30分

■流派 池坊

■募集人数 10人程度

■会費 1月700円（別途要花代）

□健康体操（水曜日）

- 日時 第1・2・4水曜日（4月3日(水)～）
10時～11時30分

■募集人数 若干名

■会費 1月400円

□健康体操（金曜日）

- 日時 第1・2・3・4金曜日（4月5日(金)～）
10時～11時30分

■募集人数 若干名

■会費 1月500円



※毎月第3日曜日限定で、ロッジを無料で利用できます。詳しくは11頁情報ひろばをご覧ください。

表紙の紹介

虹ヶ浜海岸松林保全 ボランティア事業を実施

▼散らばった松葉や枯れ枝などを拾い、虹ヶ浜海岸松林を保全する活動が1月28日に浅江地区コミュニティ協議会主催で実施されました。▼この取り組みは、地域の宝である虹ヶ浜海岸松林の機能などを知り、良好な状態で次世代に引き継ぐために行われています。▼多くの地域の人の加え、今回から小学5、6年生と中学1年生が学びの一環として参加しました。事前準備から一緒に取り組んだことで、当日は連携してスムーズに作業を行うことができたようです。▼このような活動を通して美しい海岸と地域のつながりが引き継がれていきます。

