

HIKARI

2020年1月号

毎月25日発行

広報

Public Relations

Vol.353



Contents 「目次」

- 新年のごあいさつ 2
- 元旦登山／梅まつりコバルト・ウォーク 3
- 民生委員・児童委員、主任児童委員の決定 4
- 平成30年度企業会計決算報告 6
- パブリックコメントを実施します 10
- 年末年始の業務 22

里の厨 「干支づくり教室」

来年の幸せを

願いマウス！



▲日本の白砂青松100選にも選ばれている虹ヶ浜海岸を舞台とした「光と虹のまちぐるみWedding」

迎春

新春にあたり、謹んでご挨拶を申し上げます。

本年は、オリンピック・パラリンピックが日本で開催される記念すべき年です。自身の限界に挑む選手たちの姿から、皆様がさまざまな分野で自らの挑戦をはじめます。そのような情熱あふれる一年になることを期待しています。

私たちは今、誰もが心から幸せを実感することができ、あらゆるところに人々の笑顔があふれている理想社会、すなわち「ゆたかな社会」を実現するために幾つかの種を蒔こうとしています。

その一つは、平成30年7月豪雨災害を教訓とした防災指令拠点施設の整備です。この施設を中心に、災害時の初動体制や災害対応活動の継続性を確保し、頻発する自然災害から市民の皆様の安全・安心を守ってまいります。

もう一つは、本市が目指すコンパクト・プラス・ネットワークのまちづくりの拠点となる光駅の整備です。誰もが使いやすい駅となるよう、交通結節点としての機能向上などの課題を踏まえ、駅南北自由通路や駅前広場の在り方について検討を進めてまいります。

このほか、昨年にオープンした光総合病院、大和総合病院を中心に、いつまでも良質で心温まる医療を提供するなど、「ゆたかな社会」の実現に向けた挑戦を続けてまいります。

皆様におかれましては、引き続き、市政にご参画いただきまますようお願いいたします。すとともに、本年が皆様にとりまして、幸多き年となりますよう心からお祈り申し上げます。

令和二年 元旦

光市長

市川 颯





元旦登山にでかけてみませんか

元旦登山一覧表

名称	集合時間	集合場所	内容 (数に限りあり)	問合せ
岩屋	7時～受付	各自登山し、現地受付	ぜんざい、福引き	伊保木コミュニティセンター ☎0833-79-0934
象鼻ヶ岬	6時20分	室積コミュニティセンター	ぜんざい、レモンティー	室積コミュニティセンター ☎0833-78-0267
千坊山	6時	スポーツ公園入口駐車場 または冠天満宮下駐車場	ぜんざい、コーヒー、福引き	光井コミュニティセンター ☎0833-72-1446
鶴羽山 (五坊山)	6時15分	新幸町児童公園	お神酒、ぜんざい、福引き	島田コミュニティセンター ☎0833-72-1443
鶴羽山	6時30分	中島田コミュニティセンター	ぜんざい、福引き	中島田コミュニティセンター ☎0833-77-4066
浅江小学校	7時	浅江小学校グラウンド ※ 茶臼山登山道工事のため変更	福引き	浅江コミュニティセンター ☎0833-72-1438
定光寺	6時30分	岩狩公園	ぜんざい、福引き	三島コミュニティセンター ☎0833-77-0412
岩嶽展望台	6時	溪月院	ぜんざい、福引き、記念バッジ	周防コミュニティセンター ☎0833-77-0848
石城山	6時～受付	各自登山し、 山頂キャンプ場で受付	ぜんざい、粗品	大和コミュニティセンター ☎0820-48-2411

※ 東苅コミュニティ協議会が主催する元旦登山については、登山道の崩落・崩土のため中止です。

コミュニティ協議会が主催する元旦登山が次のとおり行われます。各会場では、趣向を凝らしたイベントや温かい飲み物、ぜんざいなどがふるまわれます。
地域のみなさんと一緒に新年のスタートを迎えませんか。



第20回 梅まつりコバルト・ウォーク に参加しませんか

室積海岸と象鼻ヶ岬が一望できるコバルトラインと、梅の里でのウォーキングを楽しみませんか。
天候が良い日には、九州や四国まで見渡せます。

□開催日

令和2年2月22日(土)

□受付場所・時間

総合体育館 8時～受付
(開会式 8時45分)

□スタート／ゴール

総合体育館／冠梅広場

□コース内容

- コバルト台地折り返し(13km)
- 幸いの森折り返し(8km)
- 市民の森折り返し(6km)
- ※ 6kmコースは、萩の平で折り返し可(距離4km)。

□参加費

中学生以上 1000円
小学生 500円
※ 未就学児童は無料

□申込方法

① 直接申込：参加申込書と参加費を添えて体育課へご提出ください。(祝日を除く月～金曜日 8時30分～17時15分)

② 郵便振替：要項に付属の払込取扱票でお支払いください。

※ 参加申込書および要項は体育課、各コミュニティセンター、総合体育館などに備えています。

□参加賞

■ 参加記念ワッペン(当日に限りワッペン提示で冠山総合公園入園無料)

■ 完歩証

■ 冠梅広場お食事券(しよ うゆ焼きそば、うどん他)

■ 「かんぽの宿光温泉」

「ゆーぱーく光」いずれかの入浴券(有効期限あり)

■ ミニタオル

■ お楽しみ抽選会で特産品プレゼント

□申込期間

令和2年1月6日(月)から

□申し込み・問い合わせ

体育課(スポーツ館内)

☎0833-74-3605

☎0833-72-4850



民生委員・児童委員、主任児童委員が決定しました



▲委嘱式では、市川市長が122人に厚生労働大臣の委嘱状を伝達しました。

11月30日
□任期 12月1日～令和4年

12月2日(月)、民生委員・児童委員、主任児童委員の一齐改選による委嘱状伝達式を行いました。
委員の皆さんは、地域住民の皆さんの身近な相談相手となり、支援を必要とする人と行政や専門機関をつなぐ架け橋となります。高齢者や障害のある人への支援が必要など、子育てや介護での心配ごと、生活で不安や困ったことなどがあるときはお気軽にご相談ください。

✿ 光井地区

(市外局番 0833)

担当地区	氏名	電話番号
八海、家近、瀬越、光井五丁目1	坂根 幸夫	72-2238
室積鮎島上・下、光井鮎島、新畑、立田	中村 直美	72-6178
光井五丁目2～4、7～24	上村 孝代	72-3920
光井四丁目9～17、22、五丁目5、6、25～35、六丁目1	戸本 光男	72-6824
光井三丁目、四丁目1～8、四丁目30～34、36～43	井上 誠子	71-4814
光井六丁目2～15、七丁目1～10、七丁目12～13、40、八丁目1、4～6	野村 明美	72-7152
光井七丁目24～29、38、39	浅村 隆	71-1481
光井七丁目11、30～37、41～50	前田 武志	72-4061
光井一丁目、二丁目1～4	倉益 久江	72-4479
光井二丁目5～16	山信 正代	72-0972
光井四丁目19、20、23～29、35 七丁目15～23	河合 順子	71-0967
中央一丁目	金光 真澄	72-6516
中央二丁目、光井九丁目1～5	御前 由美子	72-6387
中央三丁目、光井九丁目6～12、14～16	西崎 京子	71-1580
中央四丁目、五丁目11	谷口 良子	090-3633-7063
光井八丁目2,3,7～29、九丁目13,17	木本 秀男	71-0939
中央五丁目1～10、六丁目、光井九丁目19～21	兼清 英則	57-4718
主任児童委員	市山 暁子	72-5798
	阿武 みどり	090-8603-1009

✿ 室積地区

(市外局番 0833)

担当地区	氏名	電話番号
五軒屋、東伊保木	友光 幹司	78-0530
西伊保木、岩屋	南 由美子	78-0456
室積東ノ庄、室積市延	中村 文夫	78-0655
室積西ノ庄	川津 勝徳	78-1599
室積神田	本城 ミチ子	78-2083
室積沖田、室積中央町1～3、10、11、17、18	久永 清子	78-0891
室積二丁目1～9	元森 洋子	79-1371
室積二丁目10～17、三丁目1～6	松原 正太	79-0843
室積一丁目、室積中央町4～9、12～16	藤本 恵子	080-5753-0962
室積三丁目7～9、12～16、四丁目1,2	原田 涼子	78-1884
室積三丁目10、11、四丁目3,4 五丁目10、11、17～20	林 敏博	79-0799
室積五丁目14、15、六丁目16、七丁目18～23	宇都宮 有伊子	79-3497
室積五丁目1～9、12、16 七丁目1,2,4,10～12	奥河内 久雄	78-0263
室積五丁目13、七丁目3,5～9、13～17、八丁目	田中 利幸	79-2058
室積六丁目1～15,17	片山 スエノ	78-1125
室積四丁目5～18	吉村 博子	78-1293
室積松原	吉永 文子	78-0570
室積中央町19～25、室積正木	西山 満雄	79-2422
室積新開一丁目、二丁目	吉良 英久	78-0200
室積大町5～8、16～29	石原 順子	78-1794
室積大町1～4,9～15,30～32	村上 恵子	79-1058
千坊台一丁目、三丁目12～19	奥 省造	79-1686
千坊台二丁目、三丁目1～11	岡本 和道	79-2574
牛島	中原 千代美	79-3168
主任児童委員	山本 優美	78-2687
	青木 千歳	75-0020

□主任児童委員

地域の子どもたちの健全育成のために活動し、主に子育ての相談・支援を担当します。



❖ 三井・上島田・周防地区 (市外局番 0833)

担当地区	氏名	電話番号
大迫、浅原、三井五丁目、三井六丁目の一部、七～八丁目	江村 美代子	77-4159
芋尻、入、妙見所、樋ノ迫、今栴、溝路、三井一～三丁目の一部	山本 妙子	77-3352
三井一丁目の一部	福野 律恵	77-3320
天符、有井、平迫、大原、一ノ坂、三井四丁目、三井二～三、五～六丁目の一部	山本 百合恵	080-3887-8945
三井一丁目の一部、二丁目の一部	梅本 隆子	77-1080
観音寺、別所、樋ノ口、藤谷、水上、山代	田村 敬子	77-3550
岩狩一丁目	秋枝 正文	77-1869
岩狩二丁目、三丁目	内藤 勝久	77-3373
上島田二～五丁目の一部	林 奈美	77-0055
畑、山近、石田、上島田一丁目、二～三丁目の一部	石川 富實子	77-2739
高野、山田、上島田七、八丁目の一部	石丸 博	77-1796
上島田五、八丁目の一部、九丁目	小松 和司	77-3574
上島田四、五丁目の一部、六丁目	田中 洋子	77-0144
新宮、殿山、植松	重田 良雄	77-2245
高尾、虹川上、虹川下	山根 智子	77-2297
上中郷、下中郷、下小周防	弘中 寛	77-2401
旭、周南、西庄、宮河内	豊川 健二	77-2825
主任児童委員	西村 美和	76-1520
	藤山 厚子	77-0580

❖ 大和地域 (市外局番 0820)

担当地区	氏名	電話番号
中岩田、下岩田、立野慶見、中岩田住宅	渡邊 泰光	48-3240
雨桑、宮重、新内、末常、儀山、儀山住宅	來戸 由起子	48-0155
小池東、小池西、下大塚、上大塚、東大塚	佐藤 コリ子	48-4548
上岩田、溝呂井住宅、雇用促進、旭ヶ丘	上田 初恵	48-2784
近政、近政台、溝呂井、八幡	河村 啓次	48-4604
市、千束、貞延、潤田、戸別当、小豆尻	田村 勇作	48-3683
共和、草場、岡原	木戸 江津子	48-3335
美原、神手、共栄平和	竹本 広	48-4939
宇立、千福、やまと台	的井 勝巳	48-4576
西畑、石田、鮎婦、片山、西八幡、片山団地	重國 俊夫	48-4747
生野、鳩岡、佐田上、佐田中、原、佐田下	坪根 省治	090-7125-8995
鹿ノ石上、鹿ノ石下、入野、十王、小倉	松浦 大成	48-3746
三鍛冶屋、伊賀、源城、助石、周地、稲葉	森本 宏	48-3071
石原、東、新市	末岡 正文	48-4428
大平、野尻	友景 秀雄	48-1355
樋ノ口、黒杭、横尾	吉原 寛	48-2162
主任児童委員	廣政 晴美	48-3993
	吉村 千子	48-3267

❖ 浅江地区 (市外局番 0833)

担当地区	氏名	電話番号
浅江六丁目 1～17	長本 康	71-2803
浅江七丁目 1～4、18～24、34～36	松本 ゆかり	71-2774
浅江七丁目 5～17、25～33	江本 秀昭	71-2288
虹ヶ浜一丁目、三丁目 (東)	大塚 あけみ	72-3406
虹ヶ浜二丁目	毛利 隆	72-9142
虹ヶ浜三丁目 (西)	棟近 勝利	71-1813
中村町	海田 茂	72-2948
栄上、栄下、上ヶ原、上ヶ原住宅	西村 隆裕	72-8047
虹ヶ丘一丁目	吉岡 智子	72-6649
虹ヶ丘 2 区自治会 (二丁目の一部)	岡村 昭治	080-5238-0512
虹ヶ丘 3 区自治会 (三丁目の一部)	村田 聡	72-1363
虹ヶ丘 5 区自治会 (二丁目、三丁目、七丁目の一部)	小林 孝行	72-0342
虹ヶ丘四丁目	中村 一夫	48-8985
虹ヶ丘五丁目	萩原 逸代	72-4587
虹ヶ丘六丁目、懸山	星野 吉光	71-0846
虹ヶ丘 7 区自治会、10 区自治会	松井 英次	71-4647
浅江一丁目、二丁目 1、5～7	横田 久美子	72-2733
浅江五丁目 2～19	高橋 初代	72-3611
浅江二丁目 2～4、8～12、三丁目、花園一丁目 16(岡原)	仲小路 恭子	71-3921
花園一丁目 1～15	北川 久男	71-2337
花園二丁目 1～9、浅江二丁目 3～20 (平岡台 AP)	中村 京子	71-4306
西河内、駒ヶ原、貴布祢	林 栄美子	72-7314
和田町	仁藤 行正	72-1590
木園一丁目、木園、光ヶ丘	田村 勝美	71-3863
丸山町 1 区、2 区	須磨 太四清	72-6053
丸山町 3 区、4 区	三芳 隆資	72-0290
新山、土井、荒神、宝町	三名木 光生	72-3232
協和町、宮ノ下町	稗田 妙子	72-0326
主任児童委員	山本 洋治	090-7595-2241

❖ 中島田・下島田地区 (市外局番 0833)

担当地区	氏名	電話番号
島田二丁目 1～4、9～12	山根 明子	71-0658
島田二丁目 5～8、13～28	江尻 正平	72-4792
島田一丁目、三丁目 (新幸町)	下畑 素子	72-0501
島田三丁目 (宮ノ尾)、四丁目、五丁目 14(29～31)	橋本 質彦	72-3589
島田五丁目 9～13、14 (1～23、32～43)、15、六丁目 1～14	福富 肇	72-3297
島田六丁目の一部、七丁目、原	竹本 新助	72-2342
中島田一丁目、島田五丁目 1～8	福本 速水	77-1297
中島田二丁目、三丁目	林 節子	77-0508
	濱田 聖子	72-2692
	北村 洋子	77-4523
主任児童委員		

民生委員・児童委員、主任児童委員 とは

□ 民生委員・児童委員
住民の立場に立って、高齢者や障害のある人の福祉や子育てなどに関する相談・支援を行います。



平成 30 年度企業会計決算を報告します

病院事業

区分	光総合病院		大和総合病院	
	平成 30 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	平成 29 年度
年延入院患者数 (人)	47,781	49,021	85,042	85,920
年延外来患者数 (人)	85,294	84,965	29,251	31,434
病床利用率 (%)	62.3	64.0	95.9	96.9
総収益 (万円)	355,946	361,669	242,548	241,776
総費用 (万円)	367,168	350,352	234,810	225,032
差引 (万円)	▲11,222	11,317	7,738	16,744

※病床利用率…年延入院患者数/年延許可病床数

光総合病院の移転新築整備事業は、本年2月に建設工事が完了し、5月の開院に向けて、医療機器などの購入や移転の準備を進めました。
大和総合病院は、マンモグラフィ撮影装置の更新など医療機器の充実に努めました。

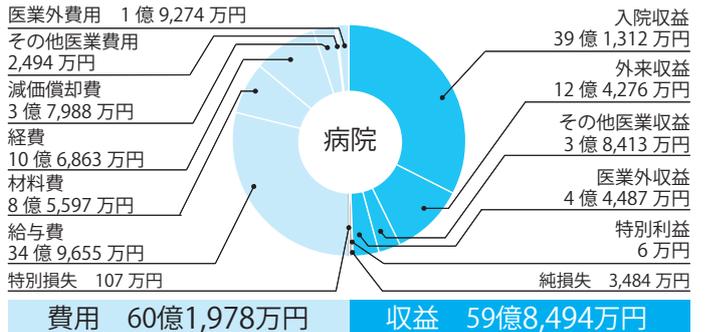


□平成30年度決算の概要
3484万円の純損失が生じ、繰越欠損金は、1億2895万円から1億6379万円に増加しました。
また、病院事業全体の経常損益は、平成29年度に比べ3億1686万円減少し、3383万円の経常損失が生じました。これは光総合病院の新病院開院に向けた経費などの増加が主な理由です。

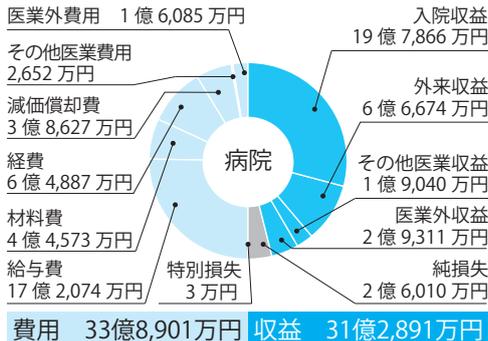
■貸借対照表

資産	負債
固定資産 147億8,906万円	固定負債 98億6,306万円
	流動負債 20億9,395万円
	繰延収益 11億3,970万円
	資本
流動資産 60億5,487万円	資本金 63億4,983万円
	資本剰余金 15億2,928万円
	利益剰余金 ▲1億3,189万円
資産計 208億4,393万円	負債・資本計 208億4,393万円

■収益的収支



■収益的収支



■患者数の状況

() は前年同期

	光総合病院	大和総合病院
延入院患者数	23,312人 (23,098人)	42,926人 (42,519人)
延外来患者数	43,715人 (42,819人)	13,746人 (14,762人)

令和元年度上半期の状況
上半期(4月1日～9月30日)は、総収益31億2891万円に対し、総費用33億8901万円、差し引き2億6010万円の純損失が生じています。光総合病院の新病院建設事業では、本年5月1日に無事開院を迎え、診療を開始しています。

水道事業の企業会計報告は広報「ひかり」12月号の同時折込をご覧ください。

☎水道局 ☎ 0833-71-0700



介護老人保健施設事業
(ナイスケアまほろば)

介護報酬の改定などにより厳しい経営環境でしたが、老朽化した電動ベッドを更新するなど環境整備に努めました。

□平成30年度決算の概要

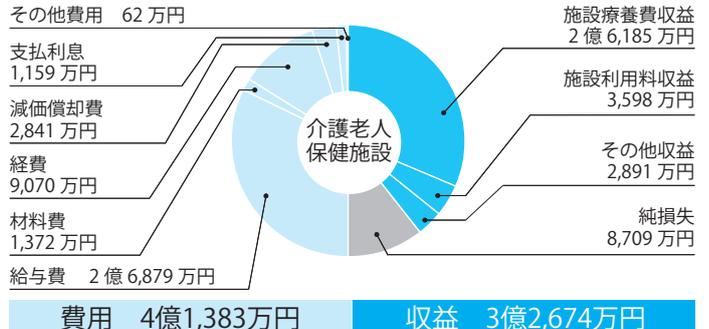
8709万円の純損失が生じました。その結果、繰越利益剰余金は、1億4600万円となっています。

区分	平成30年度	平成29年度
年延入所者数(人)	21,222	25,048
年延通所者数(人)	4,739	4,372
総収益(万円)	32,674	36,624
総費用(万円)	41,383	40,923
差引(万円)	△8,709	△4,299

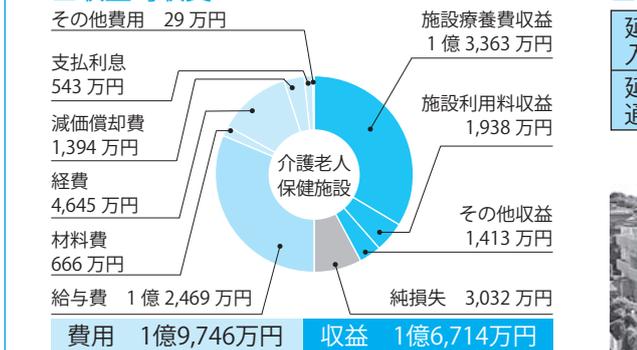
■貸借対照表

資産		負債	
固定資産	6億7,721万円	固定負債	5億6,676万円
		流動負債	7,503万円
		繰延収益	8,608万円
		資本	
流動資産	2億5,844万円	自己資本金	638万円
		資本剰余金	5,169万円
		利益剰余金	1億4,971万円
資産計	9億3,565万円	負債・資本計	9億3,565万円

■収益的収支



■収益的収支



■利用者の状況 ()は前年同期

延利用入所者数	11,069人 (10,923人)
延利用通所者数	2,174人 (2,534人)



令和元年度上半期の状況
上半期(4月1日～9月30日)は、前年度と比べ、入所者数は増加していますが、通所者数は減少しています。

※用語説明

- 固定資産
土地、建物などの資産価格(取得後の経過年数により減価却した後の金額)
- 流動資産
現金預金や未収金など
- 固定負債
企業債や退職給付引当金など
- 流動負債
1年以内に償還見込みの企業債や未払金など、将来支払う必要のある金額
- 繰延収益
長期前受金(固定資産の取得に伴い交付される補助金など)
- 剰余金
事業活動から発生する利益や非償却資産の取得に伴い交付される補助金など
- 減価償却費
建物、医療機器などの使用による経済的価値の減少を、公営企業法の耐用年数に基づき費用化したもの
- その他医業収益
室料、健診料など
- 材料費
薬品費、診療材料費など
- 経費
光熱水費、修繕費、委託料など
- 支払利息
企業債の利息



伊藤公カップ英語スピーチコンテスト

11月9日(土) YIC保育&ビジネス専門学校

第10回の記念大会として設けられた日の丸演説の部では、サンフランシスコでの晩餐会で英語のスピーチを行った伊藤博文公をほうふつさせるパフォーマンスが披露されました。

弁論・暗唱の部では、正確な発音で訴えようとする発表者の緊張と熱意がひしひしと感じられ、白熱したコンテストとなりました。

誕生記念植樹

11月16日(土) 冠山総合公園

子どもの誕生をお祝いするとともに、緑豊かなまちづくりを市民の皆さんと協働で進めるために開催しました。

本年は、47組が参加し、市の花である「ウメ」の植樹と、ガザニアクイーンの苗を植栽しました。花木の成長とともに、子どもたちも大きく育てほしいと思います。



消防団協力事業所認定表示証交付式

11月21日(土) 市役所

消防団員が活動しやすい環境を整備されている、日鉄溶接工業光工場、濱田重工光支店に協力事業所として認定証を交付しました。

これからも、消防団員を雇用する事業所のご協力とご理解を得ながら、地域防災の要である消防団の皆さんとともに、安全で安心のまちづくりを進めてまいります。

スポーツフェスタ in 光

11月23日(土) 総合体育館

気軽に健康増進に取り組むことを目的に開催し、参加者はさまざまなスポーツやレクリエーション、健康チェックなどを体験しました。

メインイベントの「親子で遊ぼう」では、子どもの発達にあわせた動作などを紹介し、親子が協力して取り組む場面も見られ、スポーツを通じて絆やふれあいを深めていました。





広報担当課が取材した行事などは、
右記リンク先でも紹介しています。



◀ふおと de ひかり QR コード



ひかりチャンネル QR コード ▶



次の方が、総務大臣表彰を受賞されました。
おめでとうございます。

総務大臣表彰

統計功績者

きゅうま えみこ
久間 恵美子さん (59) 三井

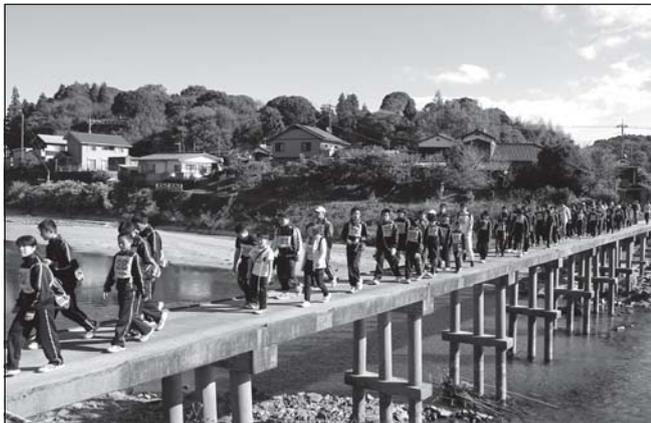


牛島ヘリポートの整備

11月26日(火) 牛島

県の消防防災ヘリコプターの大型化に伴い、ヘリコプターの離着陸場を旧牛島小中学校から牛島八幡宮前に移転するため、新たな離着陸場を整備しました。

牛島の皆さんの安全・安心な暮らしを確保するため、災害や救急搬送など、緊急時に利用します。



島田っ子 ふれあいウォーク

11月30日(土) 島田中学校

島田中学校区の小・中学校の生徒など86人が、島田中学校をスタートとゴールとして、ゴミ拾いを行いながら上島田、周防、三井地区の順に散策しました。

全長12kmにおよぶルートでしたが、子どもたちは疲れを見せることなく、グループごとにクイズを楽しみながら笑顔でゴールしました。

ひかりエコフェスタ 2019

12月8日(日) 大和総合運動公園

SDGs(持続可能な開発目標)に関する取り組みの紹介や、企業や団体、個人によるエコをテーマとしたブース出展などを行いました。

ステージ発表では、山口県立大学の今村主税准教授と光市ガールスカウトが「海洋プラスチック問題」について発表し、観客からの質問などにも答えていました。





パブリックコメントを実施します

市では、次の計画について、パブリックコメントを実施します。お寄せいただいたご意見は、市の考え方とともに整理した上で公表します。

□ 案件名・概要など

1 「光市自殺対策計画（案）」に対する意見について

2 「光市まち・ひと・しごと創生総合戦略（改定案）」に対する意見について

※下記「実施案件」のとおり

□ 意見を提出できる人

- ① 市内に住所がある人または市内に事業所を有する法人・団体
- ② 市内に通勤または通学している人

□ 資料の閲覧

市 (<http://www.city.hikari.lg.jp>) または下記「閲覧・提出窓口」の●印がある窓口で閲覧できます。

□ 意見の提出様式

市 または下記「閲覧・提出窓口」の●印がある閲覧窓口に意見の提出様式を備え付けています。

※住所、氏名（ふりがな）、題名の記入があれば、任意の様式でもかまいません。

□ 意見の提出方法

下記「閲覧・提出窓口」の○印がある窓口に参加または担当課まで郵送、FAX、Eメールのいずれかでご提出ください。

※電話での受付はできませんので、文書でご提出ください。

※個々のご意見に対して直接回答はしません。

□ 意見の提出期間

12月20日（金）～令和2年1月20日（月）



■ 実施案件

案件名	概要	担当課・問合せ
1 「光市自殺対策計画（案）」に対する意見について	誰もが健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会を実現するため、「生きることへの包括的支援」として、本市の自殺対策を総合的に定めるものです。	健康増進課（あいぱーく光） ☎ 0833-74-3007
2 「光市まち・ひと・しごと創生総合戦略（改定案）」に対する意見について	人口減少と地域経済縮小に対応するための政策目標や取り組み方針、具体的な施策を定めた総合戦略（平成27年策定）の改定と、計画期間を2年間延長するものです。	企画調整課企画係 ☎ 0833-72-1407

■ 閲覧・提出窓口

窓口			閲覧	提出
送付先	FAX	Eメール		
1 健康増進課（あいぱーく光） 〒743-0011 光市光井二丁目2-1	0833-74-3072	kenkouzoushin@city.hikari.lg.jp	●	○
2 企画調整課企画係（市役所2階） 〒743-8501 光市中央六丁目1-1	0833-74-1041	kikaku@city.hikari.lg.jp	●	○
市役所1階情報公開窓口（受付）			●	○
大和支所・福祉総務課（あいぱーく光）・地域づくり支援センター			●	○
室積・牛島・浅江・三島・周防出張所			●	○
光井・中島田・伊保木・束荷・塩田コミュニティセンター			●	○

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。
<http://www.city.hikari.lg.jp/>

人のうごき

(11月末現在)
 人口数 50,925 (-33)
 男性数 24,320 (-29)
 女性数 26,605 (-4)
 世帯数 23,414 (-1)
 ※ () 内は
 前月からの増減

お知らせ

**年末年始はパスポート
窓口業務を休止します**

市役所窓口での取り扱いに
 ついては次のとおりです。書
 類の不備などによって、交付

が遅れる場合がありますの
 で、余裕をもって申請して
 ください。

● 休止期間 12月28日(土)～令
 和2年1月5日(日)まで

● 交付予定日

○ 12月19日(木)までの申請：12
 月27日(金)までに交付

○ 12月20日(金)以降の申請：令
 和2年1月6日(月)以降に交付

※ 休止期間中の緊急発給(人
 道的ケースに限る)について
 は、県庁守衛室にご連絡くだ
 さい。

☎ 県庁守衛室

☎ 0833・9333・2234

☎ 市民課戸籍住民係(旅券担当)
 ☎ 0833・72・1422

コンビニ交付

サービス停止

年末年始は、コンビニ交付
 サービスを停止します。

● 停止日 12月29日(日)～令和
 2年1月3日(金)

☎ 市民課戸籍住民係

☎ 0833・72・1421

パブリックコメントの 実施結果

第2期光市子ども・子育て
 支援事業計画(素案)につい
 て、10月2日(水)から10月31日
 (木)までパブリックコメント
 (意見募集)を行いましたの
 で、意見の提出状況をお知
 せします。

● 提出者数、提出件数 意見
 の提出はありませんでした。

☎ 子ども家庭課

☎ 0833・74・3009



第3回島田川

川づくり検討委員会

県では、平成30年7月豪雨
 災害などを踏まえた島田川の

川づくりのあり方を考える
 「第3回島田川川づくり検討
 委員会」を開催します。

● 日時 12月25日(水) 13時30
 分～15時30分

● 場所 あいぱーく光

☎ 県周南土木建築事務所企画
 調査室

☎ 0834・33・6486



周南地区衛生施設組合 入札参加資格審査申請

令和2年度において当組合
 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ので、
 希望される方は申請してくだ
 さい。

● 受付期間 令和2年1月10
 日(金)～2月10日(月) 9時～16
 時30分(消印有効)

☎ 0833・976・1145

ふるさと山口

就職ガイダンス

● 日時 令和2年1月17日(金)
 11時30分～16時

● 場所 山口グランドホテル
 (山口市小郡黄金町1丁目1)

● 対象 令和3年3月以降に
 大学・短大・高専・専修学校
 などを卒業予定の人

☎ 山口しごとセンター

☎ 0833・976・1145

● 提出方法 送付または持参
 ※ 持参の場合は土、日、祝日
 は除く。

※ 送付の場合は受付票発送の
 ため、切手を貼った封筒又は
 ハガキに返送先を記入し同封
 してください。

※ 市、水道局の入札参加資格
 審査申請については広報ひか
 り12月号6頁をご覧ください。

☎ 周南地区衛生施設組合総
 務課 (〒744・0061
 下松市大字河内340)

☎ 0833・43・2636

<http://www.shuetsu.or.jp/>

相談



司法書士無料法律相談

- 日時 令和2年1月16日(木) 9時～12時(一人30分程度)
- 場所 市役所3階会議室
- 定員 先着6人(要予約)
- 相談内容 多重債務(サラ金、クレジット)、不動産登記、訴訟手続、成年後見など
- ※多重債務は、事前記入事項があります。予約時にお申し出ください。
- 申込方法 令和2年1月9日(木)8時30分以降に電話でお申し込みください。
- ※土・日曜日を除く
- ☎**申問**生活安全課市民相談係 0833・72・1452

空き家無料相談会

空き家に関する悩みなどを相談してみませんか。

- 日時 令和2年1月18日(土) 10時～12時(受付11時30分まで)

- 場所 地域づくり支援センター1
- 内容 司法書士、建築士、宅地建物取引士による個別相談、空き家バンクの相談など
- 定員 18組程度(当日先着順で一組20分程度)
- ☎**問**生活安全課市民相談係 0833・72・1452

弁護士無料法律相談

- 日時 令和2年2月5日(水) 9時～12時(一人20分程度)
- 場所 市役所3階会議室
- 定員 先着18人(要予約)
- 申込方法 令和2年1月29日(水)8時30分以降に電話でお申し込みください。
- ※土・日曜日を除く
- ☎**申問**生活安全課市民相談係 0833・72・1452

催し



消防出初式

- 日時 令和2年1月7日(火)



- 9時30分～11時20分頃
- 場所 市民ホール、島田川周辺
- 内容 式典(9時30分)、太鼓演奏(10時30分)、幼年少年消防クラブ行進(10時40分)、視閲分列行進(10時50分)、幼年消防クラブによる演技(11時)、一斉放水(島田川西側、千歳橋付近)(11時10分頃)
- ※式典の進行状況などにより前後する場合があります。
- ※7時に消防団員招集サイレンを市内全域に吹鳴します。
- ※10時20分から11時30分まで市民ホール前の県道は全面通行止めとなります。
- ※雨天時は行進など屋外行事を中止することがあります。
- ☎**問**光地区消防組合消防本部総務課 0833・74・5601

野菜栽培指導教室

「菜農塾」

生産指導員が野菜の栽培に関する講義をおこないます。家庭菜園に関する質問もお受けします。

- 場所/開催日
- 三島コミュニティセンター / 令和2年1月23日(木)、2月27日(木)、3月26日(木)
- 光井コミュニティセンター / 令和2年1月24日(金)、2月28日(金)、3月27日(金)
- 室積コミュニティセンター / 令和2年1月24日(金)、2月28日(金)、3月27日(金)
- 里の厨/令和2年1月25日(土)、2月29日(土)、3月28日(土)
- ※4月以降の予定は順次お知らせします。
- 時間 13時30分(光井コミュニティセンターは10時)
- 内容 時節ごとの土づくりの方法や植付適期、病害虫の知識、仕立ての方法など
- ※講義内容は1カ月ごとに変ります。



- 参加費 無料
- ☎**問**農林水産課農政係 0833・72・1494

1月の納期

次の税、保険料の納期限は令和2年1月31日(金)です。

- 市県民税 4期
- 国民健康保険税 8期
- ☎**問**収納対策課 0833・72・1447
- 後期高齢者医療保険料 7期
- ☎**問**市民課年金・高齢者医療係 0833・72・1428
- 介護保険料 8期
- ☎**問**高齢者支援課介護保険係 (あいばーく光) 0833・74・3003

第65回光市駅伝競走大会 の中止について

令和2年1月19日(日)に予定していた「光市駅伝競走大会」は、走路の安全対策への対応が困難なことから、開催を見送ることになりました。

大会を楽しみにされていた皆さんには、申し訳ございませんが、安全な大会運営を第一に検討した判断ですので、ご理解をいただきますようお願いいたします。

なお、来年度の開催につきましては、走路の安全対策を講じられるよう関係機関などと検討・協議をして改めてお知らせする予定です。

☎ 体育課 (スポーツ館)

☎ 0833-74-3605

給食試食会

給食試食会にグループで参加してみませんか。

●日時 令和2年1月20日(月) 10時30分～12時

●場所 学校給食センター

●対象 5人以上の光市内の団体

※全団体合計で40人を限度とし、申し込み多数の場合抽選
●内容 施設見学、調理動画視聴、給食に関する講話、給食の試食

●参加費 280円/人

●献立 ごはん、赤えびの唐

揚げ、白菜の和え物、大平(郷土の煮物)、牛乳(献立は変更となる場合があります。)

●申込方法 団体名、代表者名、参加人数、電話番号を記入の上、FAXまたは電話でお申し込みください。

●申込期限 12月27日(金)

☎ 学校給食センター

☎ 0833・72・0050
FAX 0833・72・6995



ほっとカフェ

小、中学校に登校していない子どもや、登校しながらない子どもの保護者と、過去に子どもが不登校だった経験のある人の気軽な茶話会です。

●日時 令和2年2月2日(日) 13時30分～16時

●場所 地域づくり支援センター

●申込方法 電話またはメールで参加者の氏名、電話番号、お子さんの年齢をお知らせください。

☎ 文化・社会教育課社会教育係 (教育委員会)

☎ 0833・74・3604

✉ bunsya@edu.city.hikari.lg.jp

第16回

光市女性のついで

「それいけーアンパンマン」のバタコさんの声などでおなじみの佐久間レイさんによる講演会を開催します。

仕事や子育てなどの家庭生活を充実させ、自分らしく生きるヒントについて考えてみませんか。

●日時 令和2年1月18日(土) 13時30分～15時30分(受付13時)

●場所 市民ホール

●演題 「心をほぐすストレッチ。やわらかく生きてみませんか」

●講師 佐久間レイさん(声優、歌手、劇作家、作詞家)

●参加費 無料

※託児サービス希望する人は令和2年1月17日(金)16時までにご連絡ください。

☎ 女性団体連絡協議会事務局 (教育委員会文化・社会教育課内)

☎ 0833・74・3604



佐久間レイさん

★ ★

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 令和2年1月28日(火)

●時間 21時まで

●場所 水道局業務課

☎ 0833・71・0700

★ ★

夜間収納相談窓口

●開設日 令和2年1月14日(火)、21日(火)、31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。

☎ 収納対策課

☎ 0833・72・1447

催し



認知症サポーター レベルアップ研修

認知症サポーターとして、地域でできることについて一緒に考えてみませんか。

●日時 令和2年1月30日(木)、2月12日(水)(全2回)
13時20分～16時

●場所 あいぱく光

●対象 市民または市内に通勤通学し、認知症サポーター養成講座を受講したことがある人

●内容

○1日目

■講義「認知症治療の進歩」
丸岩昌文医師(光中央病院院長) ほか

○2日目

■講義、演習「認知症の人への対応について」 村山孝志さん(おりづる居宅介護事業所) ほか

※原則、2日間の参加をお願いします。

●申込方法 令和2年1月24日(金)までに、電話でお申し込みください。

④高年齢者支援課地域包括支援係(あいぱく光)

☎0833・74・3002

なかよし広場

【子育てママのリフレッシュ講座 骨盤体操】

心も体も軽やかにしましょう。

●日時 令和2年1月24日(金)
10時30分～11時30分

●場所 あいぱく光

●対象 市内在住の乳幼児の保護者

●定員 先着10人

●講師 坪根彰子さん(カイロプラクティック スマイルぶらす)

●持参物 汗ふき用タオル、飲み物(動きやすい服装)

●申込方法 令和2年1月10日(金)以降に窓口または電話でお申し込みください。

●その他 託児があります。

希望者は申し込みの際にお知らせください。

④子育て支援センター(あいぱく光)

☎0833・74・3030

味噌づくり体験教室

●日時 3月までの月々水または木(土)(連続3日間)

●場所 農産物加工センター

●講師 光市生活改善実行グループ連絡協議会

●参加費 2500円

●持参物 エプロン、三角巾、味噌を持ち帰る容器、材料(大豆5kg、小米15kg)

※材料は実費で販売可能

●申込方法 参加希望日の30日前までに農林水産課に備え付けの申込用紙に記入の上、お申し込みください。

※未就学児の参加・同伴はできません。

④光市生活改善実行グループ連絡協議会事務局(農林水産課農政係)

☎0833・72・1494

今年度最後のチャンス。無料で特定健診を受診しましょう。

特定健診は、国が定めた年に一度の健康診断で、血液検査と尿検査を中心にした健診です。糖尿病、高血圧症をはじめとする、長引く病気の兆候・リスクを詳しく調べます。検査時間は約1時間で、苦しい検査はありません。個人で受けると約10,000円かかる検査を無料で受けられます。今年度の特定健診が受診できる最後のチャンスとなりますので、ぜひご利用ください。

■対象者 光市国民健康保険の特定健診対象者で、今年度の受診がまだの人

■受診方法

1 健診日と受付時間を下表より選ぶ。

2 市民課国民健康保険係に予約する。

3 健診を受診する。「保険証」、「利用券」、「受診票」を持参してください。

※予約をいただいた人に、「利用券」、「受診票」を送付します。

■留意事項 同時にかん検診を受診することはできません。

■申し込み・問合せ 市民課国民健康保険係 ☎0833-72-1426



健診日	予約受付締切日	健診会場	受付時間
令和2年1月30日(木)	令和2年1月15日(水)	市民ホール ※【2日間限定】 特定健診を受けた人は、「骨密度検査」と「血管年齢測定」も無料で受診できます。(希望者のみ)	1 9:30～10:00
令和2年3月3日(火)	令和2年2月14日(金)		2 10:00～10:30 3 10:30～11:00 4 11:00～11:30 5 11:30～12:00



各施設の年末年始の休業日は裏表紙(22頁)をご覧ください。



◎休館日 毎週火曜日

★七草料理教室

- 日時 令和2年1月5日(日) 9時30分～13時(受付9時)
- 内容 七草粥の話、七草を使った調理実習、会食
- 募集人数 先着20人
- 参加費 450円(材料費)
- 持参物 エプロン、三角巾、マスク
- 申込期限 令和2年1月4日(日)

★野鳥観察教室

- 日時 令和2年1月18日(日) 8時45分～11時45分(受付8時30分)
- 集合場所 周防の森ロッジ
- 講師 桑原芳晴さん(日本野鳥の会)
- 募集人数 先着30人
- 参加費 無料
- 持参物 お茶、筆記用具
- 申込期限 令和2年1月17日(金)



★初心者そば打ち体験

- 日時 令和2年2月1日(日) 9時～12時30分(受付8時50分)
- 内容 そば打ち体験、試食
- 対象 市内在住または市内に通勤・通学している人
- 募集人数 先着16人(親子や家族での参加大歓迎)

- 参加費 700円(材料費)
- 持参物 エプロン、マスク
- 申込期限 令和2年1月31日(金)



★しいたけ&なめこ栽培教室

- 日時 2月16日(日) 10時～12時(受付9時30分)
- 対象 市内在住または市内に通勤・通学している親子
- ※大人のみの参加も可
- 募集組数 各40組
- 材料費
- しいたけ：1本700円(原木と菌分)
- ※1家族購入本数は2本以上10本まで
- なめこ：1本500円(山桜の間伐材と菌分)
- ※1家族購入本数は2本まで

- 申込期限 令和2年1月31日(金)
- ◎申込方法 電話またはFAXでお申し込みください。
- ※12月29日(日)～令和2年1月3日(金)の間はFAXのみ可
- ④周防の森ロッジ
- FAX 0833・77・5789



- ◎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1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

★太華権五郎作品展

- 郷土館では最初で最後の作品展です。
- 会期 令和2年1月26日(日)～1月31日(金)
- ※初日にオープニングコンサートが開催されます。
- 展示者 太華権五郎(大上博之)

広告

経験を活かし、仲間と楽しく働いてみませんか



会員になるには

- 60歳以上の健康で働く意欲のある方
- シルバー人材センターの趣旨に賛同された方
- 定められた会費を納入される方

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

【入会説明会】毎月第2・第4火曜日 10時から

令和2年 1月14日(火)、28日(火)
2月10日(月)、25日(火)



参加者募集

剪定講習会

- 日時 令和2年1月23日(木)、24日(金) 8時30分～15時(2日間)
- 場所 シルバー人材センター研修室 他
- 内容 一般的な剪定について 他
- 対象/定員 60歳以上の方/20名





◎休館日 毎週月曜日

★ハーブ教室

花粉症に効果的なハーブの活用方法について学びます。

●日時 令和2年1月21日(火) 10時～12時

●対象 18歳以上の人

●講師 玉崎道子さん(植物療法師)

●募集人数 先着16人

●参加費 1500円(材料費、テキスト代)

●申込期限 令和2年1月13日(祝)



★ゆめカフェッキング教室

簡単に写真映えする料理を学びませんか。



◎休園日 第2・第4水曜日

★アロマワックスハー作り教室

「灯花祭」で使用したろうそくを溶かして作ります。

●日時 令和2年1月18日(土) 10時～12時

●場所 研修室

●募集人数 10人

●参加費 800円(材料費)

●持参物 エプロンなど

●申込方法 電話でお申し込みください。



【共通事項】

◎場所 里の厨体験室

◎申込方法 電話または里の厨に備え付けの申込書に記入の上、お申し込みください。

※電話の場合は、参加者の住所、氏名、電話番号をお知らせください。



★梅まつり協賛行事「第18回梅の盆栽展」出品者募集

●展示期間 令和2年2月8日(土)～11日(祝) 9時～17時

(最終日は16時まで)

●場所 研修室
●申込方法 令和2年2月4日(火)までに電話でお申し込みください。



◎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)、12月24日(火)

★ZUMBA教室受講生募集

●日時

○毎週水曜日 19時～20時

○毎週土曜日 19時～20時

●受講料 640円/回
●申込方法 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

★光紙芝居上演

●日時 令和2年1月18日(土) 14時～15時

●演題 「たさあさあの茶店」塩田のお話

●観覧料 無料(入浴は有料)

●光紙芝居(未開)

☎080・3891・8940

Afrac アフラック 「XV」

スバルショップ光 (広告)

(株) 森モーターズ

光市浅江一丁目17-27 ☎(0833)71-1023

プレミアム付商品券購入引換券の 申請書提出期限延長

申請書の提出期限を11月29日(金)までとじていましたが、令和2年1月31日(金)まで延長しました。対象と思われる人には、7月下旬に市から申請書類などを送付していますので、必要事項を記入して提出してください。



◆申請方法

郵送または窓口で申請。
窓口で提出される場合は、市役所2階経済部商工観光課までお越しください。
※子育て世帯該当者については、申請不要です。
※申請書を紛失した人は、お問い合わせください。

◆提出先、問合せ

経済部商工観光課プレミアム付商品券担当係
☎0833-72-1464



◎休館日 毎週月曜日、祝日、第1火曜日

★墨水会かきぞめ作品展

- 会期 令和2年1月18日(土)、19日(日)
- 時間 9時～17時
- ※最終日は15時30分まで
- 内容 子どものかきぞめ作

品と成人会員の水墨画など約800点を展示します。

★第48回日本教育書道会書初展

- 会期 令和2年1月24日(金)～26日(日)
- 時間 9時～17時
- 内容 幼児から高校生までの半紙・条幅作品と、成人の小作品など合わせて約1000点を展示します。



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

★新刊案内

【一般書】
100年前から見た21世紀の日本
(大倉幸宏)



大人のための道徳教科書

(齋藤孝)
有元葉子この2皿さえあれば。
(有元葉子)
どうしても生きてる
(朝井リヨウ)

私の家 (青山七恵)
ライオンのおやつ (小川糸)
祝祭と予感 (恩田陸)

【児童書】

大人になったら行ってみたい！世界のふしぎな風景図鑑
(バイインターナショナル)
蝶の羽ばたき、その先へ
(森埜こみち)



どんどん強くなることも将棋勝てる手筋がわかる本
(中村太地)
その声は、長い旅をした
(中澤晶子)
きらいきらい！
(武田美穂)
せかいいちしあわせなクマのぬいぐるみ
(サム・アッシャー)



表紙写真の紹介 里の厨「千支づくり」

▼「幸せいっぱいいな一年となりますように！」里の厨で千支づくり教室が開催され、参加者が新年に向けた願いを込めながら、ねずみの土鈴に色付けを行いました。▼来たる2020年は、東京オリンピックが開催され、全国で笑顔と涙の「光」があふれる一年となりそうです。▼真っ白な土鈴に色付けすることによって表情や個性が生まれるように、本市におきましても、市民の皆様の願いや想いという色鉛筆で、鮮やかな「光」が輝くまちを描いてまいりますので、新年も、引き続き市政への積極的なご参加をお願いします。



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

年金事務所からのお知らせ

年金の予約相談をご利用ください

徳山年金事務所では、年金請求などに関する相談を予約制で実施しています。ぜひご利用ください。

■予約受付・相談場所

徳山年金事務所

■予約受付・相談時間

- 月～金曜日 8時30分～17時（月曜日は19時まで）
 - 第2土曜日 9時30分～12時、13時～16時
- ※予約相談希望日の1カ月前から前日まで受け付け。

■予約受付専用電話番号

☎0570-05-4890（ナビダイヤル）



☎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。

■予約相談のメリット

- 相談者のご都合にあわせた時間で、スムーズに相談できます。
 - 相談内容にあわせて担当のスタッフが事前に資料などを準備の上、丁寧に対応します。
- ※予約の際は、基礎年金番号がわかるもの（年金手帳や年金証書）を準備してください。

消費生活 相談



*友人からの儲け話に注意

【相談】

20歳の大学生です。友人から「簡単に儲かる話を、会って説明したい。」と誘われています。話を聞くだけなら大丈夫でしょうか。

【対応】

友人などから話を聞き、インターネットの副業やマルチ取引など高額な契約をした結果、「業者と連絡が取れなくなった」などのトラブルが多いことを説明し、話を聞く前に断るよう助言しました。

【ワンポイント講座】

20歳になると親の同意なしに契約が成立し、容易に解約はできません。トラブルに巻き込まれないよう慎重に行動しましょう。



☎環境事業課ごみ・リサイクル対策係 ☎0833-72-1471
 ☎<http://www.city.hikari.lg.jp/kankyuu/genryou/reuse.html>

詳しくは



【譲りたいものの一部を紹介 【内は登録番号】

【32】庭石（3個）【34】餅つき用の石臼、台

【譲ってほしいものの一部を紹介 【内は登録番号】

【33,35】子ども用自転車【36】ベビーベット

【37】聖光幼稚園制服（ズボン）、体操服、スモック

【38】ファンヒーターガード

※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】



◀【110】ベビーカー

【120】ベビーラック▶



【106】ジュニアシート【107】電気バケツ【119】ベビーチェア
 ※上記以外にも、子供服や絵本などがあります。



～すこやか通信～



あなたの健康プラスアップ 圏地域包括支援センター（あいぱーく光） ☎ 0833-74-3002

【いきいき百歳体操の おすすめポイント】

☆とても簡単

ゆっくり動く体操なので、誰でも楽しくチャレンジできます。

☆みんなで一緒にできる

おもりの重さは自分の状態に合わせて調整でき、誰とでも一緒に行えます。

☆続けると効果が出る

体操を続けることで筋力がつき、転びにくい体になります。

★3カ月間取り組んだ皆さんの声

- ・友人・知人ができ、気持ちも明るくなった。
- ・体力がついたと感じる。
- ・体操以外の日も出かけるようになった。
- ・階段の上り下りが楽になった。



□いきいき百歳体操とは
地域の人たちと集まり、おもりを手足につけて音楽に合わせて行う筋力アップの体操です。

※実施最初の4回は専門職の手伝いがあります。
■テレビ、DVDプレイヤーなど（体操のDVDやおもりは市から貸し出しします。）

市では皆と一緒に介護予防に取り組める「いきいき百歳体操」を推進しており、現在25カ所で実施しています。興味があるグループは体操体験もできます。ぜひ、お問い合わせください。

■対象
■おおむね65歳以上の人
■週1回、3カ月以上継続できる5人以上のグループ
□必要な物
■イスを使って体操ができる会場

いきいき百歳体操を始めませんか

1月の健康カレンダー 圏健康増進課（あいぱーく光） ☎ 0833-74-3007

行事名	日時	場所	その他
育児 育児相談 歯の健康相談 1歳児お誕生相談 2歳児お誕生相談	9日(木) 13:30～14:30	あいぱーく光	持参物：母子健康手帳 ※1歳児、2歳児お誕生相談は歯ブラシ、案内用紙が必要
健康 成人歯科健診 ふれあい歯科健診	9日(木) 13:30～14:30	あいぱーく光	対象：成人歯科健診…乳幼児の保護者、妊産婦、40歳以上の市民 ふれあい歯科健診…何らかの障害をお持ちの人 持参物：母子健康手帳（妊婦）、健康手帳（お持ちの人）
健康相談（要予約）	14日(火) 9:00～15:00	あいぱーく光	持参物：健康手帳（お持ちの人）
食育相談（要予約）	20日(月) 9:00～15:00	あいぱーく光	持参物：母子健康手帳（妊婦、乳幼児）
癒しのカウンセリング （前日午前中までに要予約）	28日(火) 13:30～15:30	あいぱーく光	内容：臨床心理士による心の健康相談

18 (土)	●野鳥観察教室（受付8時30分～、周防の森ロッジ集合）※要予約 ☎0833-77-5789	24 (金)	●第48回日本教育書道会 書初展（26日まで、9時～、文化センター）
	●墨水会 かきぞめ作品展（19日まで、9時～、文化センター）		●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／13時30分～、室積コミュニティセンター）
	●空き家無料相談会（10時～、地域づくり支援センター）		●なかよし広場（10時30分～、あいぱーく光）※要予約 1月10日から受付 ☎0833-74-3030
	●アロマワックスバー作り教室（10時～、冠山総合公園）※要予約 ☎0833-74-3311		
19 (日)	●第16回光市女性のつどい（受付13時～、市民ホール）	25 (土)	●野菜栽培指導教室「楽農塾」（13時30分～、里の厨）
	●光紙芝居上演（14時～、ゆーぱーく光）		
20 (月)	●食育相談（9時～、あいぱーく光）※要予約 ☎0833-74-3007	26 (日)	●太華権五郎作品展（31日まで、9時～、ふるさと郷土館）
	●給食試食会（10時30分～、学校給食センター）※要予約 ☎0833-72-0050		
21 (火)	●ハーブ教室（10時～、里の厨）※要予約 ☎0820-49-0831	27 (月)	
	●夜間収納相談窓口（20時まで、市役所）		
22 (水)	●ゆめカフェクッキング教室（10時～、里の厨）※要予約 ☎0820-49-0831	28 (火)	●癒しのカウンセリング（13時30分～、あいぱーく光）※要予約 ☎0833-74-3007
	もの(下表参照)		●水道夜間支払窓口（21時まで、水道局）
23 (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）	29 (水)	もの(下表参照)
	行政・人権(下表参照)		
		30 (木)	●特定検診（9時30分～／10時～／10時30分～／11時～／11時30分～、市民ホール）※要予約 ☎0833-72-1426
			●認知症サポーターレベルアップ研修（13時20分～、あいぱーく光）※要予約 ☎0833-74-3002 心配(下表参照)
		31 (金)	●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	23日(木) 9時～12時	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	16日(木)、30日(木) 9時～12時	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	9日(木)、23日(木) 9時～12時	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	8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	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 ※2日、3日、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

2020

1月

お知らせカレンダー

1 (祝)	●元旦登山 (時間・場所は3頁参照)	10 (金)	
2 (木)		11 (土)	
3 (金)		12 (日)	●光市成人のつどい (受付13時～、市民ホール)
4 (土)		13 (祝)	
5 (日)	●七草料理教室 (受付9時～、周防の森ロッジ) ※要予約 ☎0833-77-5789	14 (火)	●健康相談 (9時～、あいぱーく光) ※要予約 ☎0833-74-3007 ●夜間収納相談窓口 (20時まで、市役所)
6 (月)		15 (水)	もの (右下表参照)
7 (火)	●消防出初式 (9時30分～、市民ホール/島田川周辺)	16 (木)	●司法書士無料法律相談 (9時～、市役所) ※要予約、1月9日から受付開始 ☎0833-72-1452
8 (水)	年金もの (右下表参照)	17 (金)	心配 (右下表参照)
9 (木)	●育児・1歳児お誕生・2歳児お誕生・ 歯の健康相談、成人歯科健診、 ふれあい歯科健診 (13時30分～、あいぱーく光) 人権 (右下表参照)		

急病で困ったときは

休日診療所

- 場所 あいぱーく光内 (光市光井二丁目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。

1月の 診療日	診療科目 (※)	
	内科系	外科系
1日(祝)	内科	外科
2日(木)	内科	外科
3日(金)	内科	外科
5日(日)	内科	外科
12日(日)	内科(小児科)	眼科
13日(祝)	内科(小児科)	耳鼻科
19日(日)	内科	外科
26日(日)	内科	皮膚科

※周南地域休日・夜間子ども急病センター

- 場所 徳山中央病院内 (周南市孝田町1-1)
- 診療時間 (夜間診療は休日を含みます。)
【夜間】19時～22時 (受付21時30分まで)
【休日】9時～17時 (受付16時30分まで)
- 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

年末年始の業務一覧

市および関連施設などの年末年始の休業日は次のとおりです。

…休み

市役所・各施設の業務		12月					1月					備考・問合せ
		27 (金)	28 (土)	29 (日)	30 (月)	31 (火)	1 (祝)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	
市役所・支所・出張所 (一般業務)		休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	市役所本庁(当直室) ☎0833-72-1400 ※出生・死亡届などは本庁の当直室で常時受付
水道局		休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	水道局 ☎0833-71-0700 修理センター ☎0833-72-1413 ※水道の故障などは常時受付
市民ホール・文化センター・ふるさと郷土館 図書館・図書館大和分館		休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	市民ホール ☎0833-72-1441 文化センター ☎0833-72-5800 ふるさと郷土館 ☎0833-78-2323 図書館 ☎0833-72-1440 図書館大和分館 ☎0820-48-5350
総合体育館		休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	☎0833-72-9100
周防の森ロッジ・スポーツ公園・大和総合運動公園・冠山総合公園			休	休	休	休	休	休	休	休	休	周防の森ロッジ ☎0833-77-5789 スポーツ公園 ☎0833-72-2334 大和総合運動公園 ☎0820-48-5500 冠山総合公園(管理事務所) ☎0833-74-3311
伊藤公資料館			休	休	休	休	休	休	休	休	休	☎0820-48-1623
フィッシングパーク光				休	休	休	休	休	休	休	休	☎0833-79-0377
里の厨					休	休	休	休	休	休	休	☎0820-49-0831 ※7日(火)から営業
ゆーぱーく光						休	休	休	休	休	休	☎0833-76-0666
御屋敷山斎場(火葬場)						休	休	休	休	休	休	☎0833-41-3842

ごみ出し・し尿		12月					1月					備考・問合せ
		27 (金)	28 (土)	29 (日)	30 (月)	31 (火)	1 (祝)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	
可燃ごみ	室積・光井 島田	休	臨集		休	休	休	休	休	休	休	環境事業課生活環境係 ☎0833-72-1470 ※29日(日)は室積・光井・島田、 30日(月)は浅江・三井・周防・上島田・中島田・大和地区の 臨時収集を行います。
	浅江・三井・周防 上島田・中島田 大和	休	臨集		休	休	休	休	休	休	休	
	恋路クリーンセン ターへの持ち込み	休			休	休	休	休	休	休	休	
不燃ごみ	えこぱーくへの 直接持ち込み	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	周南東部環境施設組合 ☎0820-48-2442
し尿	旧光地域	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	光環境整備㈱ ☎0833-71-2481 緊急連絡先 ☎090-7120-2094 ※申し込みは20日(金)まで
	旧大和地域	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	(有)大和清掃興業 ☎0820-48-5139 緊急連絡先 ☎0820-48-2700 ※申し込みは20日(金)まで

医療機関		12月					1月					備考・問合せ
		27 (金)	28 (土)	29 (日)	30 (月)	31 (火)	1 (祝)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	
光総合病院・大和総合 病院(一般診療)		休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	光総合病院 ☎0833-72-1000 ※急患は常時受付 大和総合病院 ☎0820-48-2111 ※急患についてはお問い合わせください
休日診療所 (あいぱーく光内)		休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休日診療所 ☎0833-74-1399

※今号の表紙紹介は17頁に掲載しています。