

2015  
6|25  
Vol.256

毎月10日・25日発行

てひかり



光の恵み料理コンテスト普及事業

光の恵みを食べて大きくなってね

## 後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ



新しい保険証を  
お送りします

現在お持ちの被保険者証（保険証）の有効期限は、7月31日（金）です。新しい保険証（緑色）を7月下旬に簡易書留で郵送しますので、8月1日からご使用ください。

現在お持ちの保険証（薄紫色）は、8月1日以降使えませんが、  
 せんで各自で処分してください。

減額認定証  
(限度額適用・  
標準負担額減額認定証)

減額認定証を提示すること  
で、窓口負担が一定額までと  
なり、入院時の食事代なども  
減額されます。

住民税非課税世帯の人は、

申請により交付を受けることが  
できますので、保険証を持  
参の上、申請してください。

※減額認定証は、申請した月の初日から（申請月に後期高齢者医療制度に加入の場合は加入日から）有効となります。

☐ 減額認定証を更新します

現在お持ちの減額認定証の有効期限は、7月31日(金)です。減額認定証をお持ちの人で、8月からの認定区分が「区分Ⅰ」または「区分Ⅱ」に該当する人は、7月下旬に新しい減額認定証を送付します。

☐入院時の食事代が

さらに減額されます  
現在「区分Ⅱ」の減額認定

## 減額認定証の認定区分

【区分Ⅰ】

世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円（年金収入は控除額を80万円として計算）または、老齢福祉年金を受給している人

【区分Ⅱ】

世帯全員が住民税非課税  
で、区分Ⅰに該当しない人

□納付方法が「年金天引き」

す。納付方法や納期限は、通  
知書に記載されていますの  
で、ご確認ください。

申請により「口座振替」に変更できる場合があります。

なお、国民健康保険税を口座振替で納めていた人で、後期高齢者医療制度加入後も引き続き口座振替を希望する人は、再度、金融機関での手続きが必要です。

はり・灸の施術費の一部を助成します

☐ 助成額

- 初検料：700円
- はり、または灸：840円
- はり・灸併用：1050円

※施術料は各鍼灸院にお問  
い合わせください。

□施術時に必要なもの

保険証、印かん

☐ 施術限度回数

1回／日、  
12回／月

保険料額決定通知書を

お送りします

平成27年度の保険料額決定  
通知書を7月中旬に送付しま

## 不妊・不育症治療費を助成します

市では、次世代育成支援の一環として、子どもを生み育てやすい環境づくりを進めるため、不妊・不育症治療を受けている夫婦に対して、治療費の一部を助成する支援を行っています。



### □対象

市内に住所を有する法律上の夫婦で、夫婦の前年（1月から5月までに申請する場合は前々年）の所得の合計額が730万円未満の夫婦

※所得額の計算方法は児童手当に準じます。

### □申請に必要な書類

法律上の婚姻をしている夫婦であることを証明できる書類（1カ月以内に発行されたもの）、児童手当法施行令による控除が確認できる所得証明書など

※申請書および医療機関等証明書は健康増進課でお渡しします。

### 一般不妊治療費助成

#### ■対象となる治療

医療保険適用の不妊治療（例：タイミング法、男女の薬物療法・不妊検査、不妊手術）

#### ■対象経費

治療費および検査料（自己負担分）

#### ■夫婦への助成額

3万円以内／年度

#### ■助成期間

通算5年（3年目以降は医師が必要と判断したものに限る）

#### ■申請期間

治療を受けた日の属する年度内



### 不育症治療費助成

#### ■対象となる治療

医療保険適用・適用外の不妊治療（例：不育症検査、薬物療法など）

※入院時差額ベッド代、食事代など治療に関係のない費用は除く。

※検査のみの場合も申請可。

#### ■対象経費

治療費および検査料（自己負担分）

#### ■夫婦への助成額

20万円以内／年度

#### ■助成期間

通算5年

#### ■申請期間

治療が終了した日から90日以内で、かつ治療が終了した日の属する年度内

### 【不育症とは】

厚生労働省では、妊娠はするものの2回以上繰り返す流産や死産などによって、赤ちゃんを授けられないことを不育症としています。

### ※不妊治療に対する

### 支援制度について

上記の助成制度のほか、県の人工授精費助成制度（医療保険適用外の人工授精）および特定不妊治療費助成制度（医療保険適用外の体外受精、顕微授精）もあります。また4月1日より、新たに男性不妊治療費の一部助成が始まりました。詳しくは、市庁（左記参照）をご覧ください。か、お問い合わせください。

### 申し込み・問合せ

健康増進課（あいぱーく光）

☎ 0833-74-3007

<http://www.city.hikari.lg.jp/kenkou/hunin.html>



## 願いのこもった折り鶴をお寄せください

戦後70年記念平成27年度光市戦没者追悼式特別企画

### 「市民折り鶴募集」70年あの日を忘れない」

戦後70年の節目を迎える本年、それぞれが抱く「あの日」に思いを寄せ、先の大戦で失われた尊い命へ哀悼の意を捧げるため、恒久平和への願いを込めた折り鶴をお寄せください。

#### □募集内容

15cm角の折り紙で制作した

折り鶴

※1羽から受け付けます。

※千羽鶴にするため、羽は広げないでください。

#### □企画内容

集まった折り鶴で千羽鶴を作成し、追悼式当日の会場に展示します。

その後、慰霊碑（正門町緑地内）に捧げ、広島平和記念公園に献鶴します。

#### □募集期間

6月25日（木）～8月14日（金）

#### □提出方法

持参または郵送でご提出ください。

#### □留意事項

折り鶴の制作および提出にかかる費用は応募者負担となります。

りますのでご了承ください。

#### 応募先・問合せ

光市戦没者追悼式実行委員会事務局  
（あいぱーく光福祉総務課内）  
〒743-0011  
光市光井二丁目2-1  
☎ 0833-74-3000

#### ✳戦没者追悼式

日時

8月22日（土） 13時30分

～15時

場所

地域づくり支援センター

ター

### 第10回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

戦没者などの死亡当時の遺族で、4月1日（基準日）

現在、公務扶助料や遺族年金などを受ける遺族がい

ない場合に、次の順番による先順位の遺族1人に特別弔

慰金が支給されます。

慰金が支給されます。

#### □対象

①戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権者

②戦没者等の子

③戦没者等の死亡時に生計

関係を有し、基準日時点

で氏が同じ①父母②孫③

祖父母④兄弟姉妹

④③以外の①父母②孫③

祖父母④兄弟姉妹

⑤戦没者等の三親等内の親

族で戦没者等と死亡時まで、引き続き1年以上生

計関係を有していた遺族

⑥支給内容

額面25万、5年償還の記

名国債

⑦請求期限

平成30年4月2日

#### □請求場所

福祉総務課福祉総務係

※請求時に必要なものは、お問い合わせください。

※請求者が前回と同じ場合は、8月31日まで大和支所

でも請求できます。

※請求者多数の場合、お待

たせすることがあります。

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

☎ 0833-74-3000

※ご都合のよい会場にご参加ください。

| 日時       | 会場          |
|----------|-------------|
| 7月17日（金） | 周防公民館       |
| 7月21日（火） | あいぱーく光      |
| 7月22日（水） | 室積公民館       |
| 7月23日（木） | 三島公民館       |
| 7月24日（金） | 大和公民館       |
| 7月27日（月） | 地域づくり支援センター |
| 7月28日（火） | 浅江公民館       |



8月2日(日)あいぱーく光で開催

## おっぱいまつりのイベント参加者を募集します



### 1 赤ちゃんハイハイ競走

□時間 ①10時～10時30分、②11時～11時30分

□対象 ハイハイできる赤ちゃん

□募集人数 先着40人程度

### 2 赤ちゃんとお高生のふれあい体験

赤ちゃんとのふれあいは、中高生の豊かな心を育てます。赤ちゃんにとっても貴重な経験になります。

□時間 ①10時～10時30分、②11時10分～11時40分

※希望者は、ふれあい体験の後に赤ちゃんの血行促進と親子のふれあいに効果的なベビーマッサージに参加できます。

□対象 1歳未満児とその保護者

□募集組数 親子30組

### 3 育児用品リサイクルマーケット

家庭で眠っている育児用品をご提供ください。

□種類 ベビーベットの、ベビーカー、子ども服、絵本、おもちゃなど

※清潔で使用可能なもの、ぬいぐるみは新品のみ、部品のないものはご遠慮ください。

### ■申込方法

1・2：電話でお申し込みください。

3：窓口にご持参ください。

■申込期限 7月28日(火)

### 申し込み・問合せ

1・2について  
健康増進課(あいぱーく光)  
☎0833-74-3007  
3について  
子ども家庭課(あいぱーく光)  
☎0833-74-3005



## 「2015光まつり」の参加者を募集します

問 光まつり実行委員会(光商工会議所内) ☎0833-71-0650



10月4日(日)に市民ホール周辺で「2015光まつり」を開催します。

市に元気を与えてくれる企業や団体など、皆さんの参加をお待ちしています。

### ★パレード参加者

浅江中学校前から市民ホール前までの道路でパレードやパフォーマンスを披露します。

□時間 10時～12時

### □参加部門

①テーマ部門(テーマ「夢」)

②フリー部門

※①は審査・賞金があります。

### □参加費

無料

### ★物販コーナー出店者

□時間 9時～15時

### □場所

市民ホール敷地内、島田公民館

### □出店料

①物販販売テント 3000円/張

※電源、水を使用する場合は各500円加算

②屋内出店 3000円

③フリーマーケット 500円/区画(先着順)

### ★申込方法

7月31日(金)までに、光商工会議所に備え付けの申込書に記入の上、お申し込みください。



## 平成26年度下半期業務内容と平成27年度事業経営方針

## 平成 26 年度下半期の概要



## 病院事業

下半期の延べ入院患者数は 6 万 6,993 人、延べ外来患者数は 6 万 596 人で平成 25 年度同期と比べると入院患者数は 517 人の減少、外来患者数は 352 人の増加となりました。

## 【下半期の患者数】

## ✳延べ入院患者数

光 総合 病院 2 万 4,451 人  
大和総合病院 4 万 2,542 人

## ✳延べ外来患者数

光 総合 病院 4 万 2,390 人  
大和総合病院 1 万 8,206 人

## 介護老人保健施設事業

下半期の延べ入所者数は 1 万 2,660 人（1 日平均 69.6 人）、延べ通所者数は 2,222 人（1 日平均 17.8 人）となり、前年度の同期間と比較すると、入所者数は 118 人、通所者数は 188 人の増加となりました。

厨房機器（スチームコンベクションオープンほか）を更新し、利用者の皆さんによりよい食事が提供できるよう努めました。

## 【下半期の利用者数】

✳延べ入所者数 1 万 2,660 人  
✳延べ通所者数 2,222 人

## 水道事業

第 4 次拡張事業として、未給水地域の解消および安定給水を図るための配水管の新設工事を施工するとともに、給水区域内の赤水対策や出水不良の改善、漏水防止対策のため、老朽配水管布設替工事などの配水管整備事業を実施しました。

また、浄水施設耐震化事業として、第 2 取水ポンプ室耐震化工事を施工しました。

✳給水戸数 2 万 1,748 戸  
✳総配水量 938 万 5,798m<sup>3</sup>  
✳総有収水量 845 万 6,784m<sup>3</sup>



二つの病院それぞれの機能強化、経営健全化に努めるとともに、市民の安全安心に寄与するため、引き続き地域医療の確保・充実を図っていきます。

□平成 27 年度  
事業経営方針

## 病院事業

| 収益的収入および費用 |          |               | 資本的収入および支出                                     |        |              | 平成 27 年度末予定貸借対照表 |       |                |
|------------|----------|---------------|------------------------------------------------|--------|--------------|------------------|-------|----------------|
| 収益         | 入院収益     | 40 億 8,937 万円 | 収入                                             | 企業債    | 1 億 4,480 万円 | 資産               | 固定資産  | 58 億 7,387 万円  |
|            | 外来収益     | 12 億 9,762 万円 |                                                | 負担金    | 2 億 4,998 万円 |                  | 流動資産  | 48 億 4,882 万円  |
|            | その他医業収益  | 3 億 7,997 万円  |                                                | 計      | 3 億 9,478 万円 |                  | 計     | 107 億 2,269 万円 |
|            | 医業外収益    | 4 億 7,865 万円  | 支出                                             | 建設改良費  | 2 億 4,775 万円 | 負債               | 固定負債  | 40 億 9,614 万円  |
|            | 計        | 62 億 4,561 万円 |                                                | 企業債償還金 | 4 億 3,232 万円 | 負債               | 流動負債  | 9 億 6,276 万円   |
| 費用         | 給与費      | 36 億 1,038 万円 |                                                | 計      | 6 億 8,007 万円 | 負債・資本            | 繰延収益  | 10 億 3,785 万円  |
|            | 材料費      | 9 億 4,048 万円  | ▲資本的収入額が資本的支出額に対し不足する額は、過年度分損益勘定留保資金などで補てんします。 |        |              |                  | 計     | 60 億 9,675 万円  |
|            | 経費       | 10 億 2,328 万円 |                                                |        |              | 資本               | 自己資本金 | 42 億 275 万円    |
|            | 減価償却費ほか  | 4 億 3,102 万円  |                                                |        |              |                  | 剰余金   | 4 億 2,319 万円   |
|            | 企業債等利息   | 5,028 万円      |                                                |        |              |                  | 計     | 46 億 2,594 万円  |
|            | その他医業外費用 | 9,884 万円      |                                                |        |              |                  | 計     | 107 億 2,269 万円 |
|            | 特別損失     | 110 万円        |                                                |        |              |                  |       |                |
|            | 予備費      | 9,023 万円      |                                                |        |              |                  |       |                |
|            | 計        | 62 億 4,561 万円 |                                                |        |              |                  |       |                |
|            |          |               |                                                |        |              |                  |       |                |

問 光総合病院 電話0833-72-1000  
 問 大和総合病院 電話0820-48-2111  
 問 ナイスケアまほろば 電話0820-49-1111  
 問 水道局 電話0833-71-0700

## 介護老人保健施設事業

□平成27年度  
事業経営方針

電話交換機設備や卓上型高圧蒸気滅菌器を更新し、利用者の皆さんが安心して生活できるサービスの提供に、職員一丸となって努めます。



| 収益的収入および費用 |          |              | 資本的収入および支出                                     |        | 平成 27 年度末予定貸借対照表 |       |       |              |
|------------|----------|--------------|------------------------------------------------|--------|------------------|-------|-------|--------------|
| 収益         | 施設療養費収益  | 3 億 5,434 万円 | 収入                                             | 補助金    | 4,323 万円         | 資産    | 固定資産  | 7 億 3,950 万円 |
|            | 施設利用料収益  | 4,753 万円     |                                                | 計      | 4,323 万円         |       | 流動資産  | 4 億 6,371 万円 |
|            | その他事業収益  | 126 万円       | 支出                                             | 建設改良費  | 535 万円           | 負債・資本 | 計     | 12 億 321 万円  |
|            | 事業外収益    | 2,591 万円     |                                                | 企業債償還金 | 4,323 万円         |       | 固定負債  | 6 億 9,212 万円 |
|            | 特別利益     | 1,598 万円     |                                                | 計      | 4,858 万円         |       | 流動負債  | 7,886 万円     |
| 費用         | 計        | 4 億 4,502 万円 | ▲資本的収入額が資本的支出額に対し不足する額は、過年度分損益勘定留保資金などで補てんします。 |        |                  | 負債・資本 | 繰延収益  | 2,896 万円     |
|            | 給与費      | 2 億 6,644 万円 |                                                |        |                  |       | 計     | 7 億 9,994 万円 |
|            | 材料費      | 1,650 万円     |                                                |        |                  |       | 自己資本金 | 638 万円       |
|            | 経費       | 1 億 290 万円   |                                                |        |                  |       | 剰余金   | 3 億 9,689 万円 |
|            | 減価償却費ほか  | 2,760 万円     |                                                |        |                  |       | 計     | 4 億 327 万円   |
|            | 企業債利息    | 1,438 万円     |                                                |        |                  |       | 計     | 12 億 321 万円  |
|            | その他事業外費用 | 22 万円        |                                                |        |                  |       |       |              |
|            | 予備費      | 100 万円       |                                                |        |                  |       |       |              |
|            | 計        | 4 億 2,904 万円 |                                                |        |                  |       |       |              |
|            |          |              |                                                |        |                  |       |       |              |

## 水道事業

□平成27年度  
事業経営方針

未給水地域の解消および安定給水を図るため、配水管の新設工事を行うとともに、給水区域内の赤水対策や出水不良の改善、漏水防止対策などの事業を計画しています。



| 収益的収入および費用 |           |              |        | 資本的収入および支出                                     |              |              |               | 平成 27 年度末予定貸借対照表 |               |  |  |
|------------|-----------|--------------|--------|------------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|------------------|---------------|--|--|
| 収益         | 給水収益      | 11 億         | 380 万円 | 収入                                             | 企業債          | 1 億 1,640 万円 | 資産            | 固定資産             | 92 億 3,526 万円 |  |  |
|            | その他営業収益ほか | 1 億          | 20 万円  |                                                | 出資金          | 2,273 万円     |               | 流動資産             | 11 億 7,107 万円 |  |  |
|            | 計         | 12 億         | 400 万円 |                                                | 固定資産売却代金     | 7 万円         |               | 計                | 104 億 633 万円  |  |  |
| 費用         | 原水および浄水費  | 1 億 8,580 万円 | 工事負担金  |                                                | 5,685 万円     | 負債・資本        | 負債            | 固定負債             | 59 億 4,470 万円 |  |  |
|            | 配水および給水費  | 9,420 万円     | 他会計負担金 | 942 万円                                         | 流動負債         |              | 4 億 5,333 万円  |                  |               |  |  |
|            | 受託工事費     | 350 万円       | 補助金    | 1,583 万円                                       | 繰延収益         |              | 9 億 5,602 万円  |                  |               |  |  |
|            | 業務費       | 1 億 1,480 万円 | 計      | 2 億 2,130 万円                                   | 計            |              | 73 億 5,405 万円 |                  |               |  |  |
|            | 総係費       | 1 億 3,420 万円 | 支出     | 建設改良費                                          | 3 億 6,570 万円 |              | 資本            | 自己資本金            | 27 億 2,830 万円 |  |  |
|            | 減価償却費ほか   | 4 億 4,200 万円 |        | 企業債償還金                                         | 2 億 5,420 万円 |              |               | 剰余金              | 3 億 2,398 万円  |  |  |
|            | 支払利息      | 1 億 2,000 万円 |        | 計                                              | 6 億 1,990 万円 | 計            |               | 30 億 5,228 万円    |               |  |  |
|            | 見込純利益     | 1 億 950 万円   |        | ▲資本的収入額が資本的支出額に対し不足する額は、過年度分損益勘定留保資金などで補てんします。 |              |              |               | 計                | 104 億 633 万円  |  |  |
|            | 計         | 12 億 400 万円  |        |                                                |              |              |               |                  |               |  |  |
|            |           |              |        |                                                |              |              |               |                  |               |  |  |

## 室積・虹ヶ浜海水浴場 &キャンプ場オープン

白い砂、青い海、緑の松林が美しい室積・虹ヶ浜海水浴場&キャンプ場で、楽しい夏の思い出をつくりませんか。

■開設期間 7月18日(土)～8月23日(日)

■海水浴場開設時間 10時～17時

※両海水浴場とも、遊泳区域を設定していますので、現地の案内看板に従ってご利用ください。

### 【海水浴場安全祈願祭】

海水浴客の無事故と多数の来場を祈念します。

■日時 7月18日(土) 9時30分～

※10時15分からもちまきを行います。

■場所 虹ヶ浜海水浴場松林内

※雨天時は虹ヶ浜自治会館で行います。

問 光市観光協会 ☎ 0833-48-8686



## 光花火大会

光の夏の風物詩。虹ヶ浜一体で繰り広げられる約3,000発の打ち上げ花火や水中花火などを、ぜひお楽しみください。

■日時 7月25日(土) 20時～(荒天の場合は中止)

■場所 虹ヶ浜海水浴場

### 【光花火大会への募金をお願いします】

市民でつくる夏の楽しいひととき「光花火大会」の開催にあたり、皆様のご協力をお願いします。

■募金箱設置場所 光市観光協会事務局、市内各協力店

■設置期間 7月31日(金)まで

問 光市観光協会 ☎ 0833-48-8686



## 渚のライトアップ

夜の浜辺を虹色にライトアップ。幻想的な空間を楽しんでみませんか。

■期間 7月1日(水)～8月31日(月) 日没～23時

■場所 虹ヶ浜海水浴場

問 商工観光課観光係 ☎ 0833-72-1400



# 光の夏のイベント

## ふるさとの「火まつり」周防柱松

江戸時代に五穀豊穡<sup>ほうじょう</sup>などを願って始まった伝統の火まつりです。夏の夜空に舞うたいまつや火の粉を楽しんでみませんか。

- 日時 7月26日(日) 20時火入れ  
※雨天時は8月2日(日)に延期
- 場所 立野西庄 旭橋下河原  
※駐車場が少ないため、乗り合わせてご来場ください。
- 内容 周防っ子バザー、ステージイベントなど
- 問 周防公民館 ☎ 0833-77-0848



## 第23回サンドアート in 光

どろんどろん遊びや砂の造形づくりを通して、思い思いの夏の一日を光の海、虹ヶ浜海岸で過ごしてみませんか。

- 日時 8月1日(土)  
受付13時～、開会式14時～
- 場所 虹ヶ浜海水浴場
- 対象 どなたでも(当日参加可)
- 参加費 無料
- 持参物 移植ゴテやスコップなど作品を作る道具
- 問 浅江公民館 ☎ 0833-72-1438



夏休みを使って、苦手種目を克服しよう！

「苦手克服スポーツ塾」に参加して、苦手種目を克服しませんか。

□種目／開催日

■跳び箱／7月27日(月)、  
28日(火)、8月3日(月)、  
4日(火)

■鉄棒／8月10日(月)、11  
日(火)、17日(月)、18日(火)  
※全4日間

※午前の部(10時30分～  
12時)、午後の部(13時30  
分～15時)のどちらかを選  
んで受講してください。

□場所

総合体育館

□対象

市内の小学2、3年生  
で、4日間参加できる人  
※種目の重複受講も可能  
です。

□募集人数(先着順)

午前、午後の部各15人  
□参加費

2000円(全4回分)  
※光市スポーツ安全会加  
入金を含みます。

□持参物

運動できる服装、室内  
シューズ、タオル、飲料  
水(ふたのあるもの)

□申込方法

申込書に必要事項を記  
入の上、参加費を添えて  
お申し込みください。

□申込期間

7月1日(水)～21日(火)  
申問 総合体育館

☎ 0833・72・

9100



## 7月のお知らせ

### 育児相談

#### 1歳児お誕生相談

#### 歯の健康相談

#### ■場所と日時

#### ◆あいぱーく光

2日(木) 13時30分～14時30分

#### ◆周防公民館

7日(火) 9時30分～11時

#### ◆島田公民館

15日(水) 9時30分～11時

#### ◆浅江公民館

24日(金) 9時30分～11時

#### ■持参物

・育児相談：母子健康手帳

・1歳児お誕生相談：母子健康手帳、案内用紙、使用中の歯ブラシ

・歯の健康相談：使用中の歯ブラシ、母子健康手帳（子ども）、健康手帳（成人）

#### ◆2歳児お誕生相談

#### ■場所と日時

#### ◆あいぱーく光

2日(木) 13時30分～14時30分

#### ■持参物

使用中の歯ブラシ、母子健康手帳



### 健康相談

#### ■場所と日時

#### ◆周防公民館

7日(火) 9時30分～11時

#### ◆島田公民館

15日(水) 9時30分～11時

#### ◆浅江公民館

24日(金) 9時30分～11時

#### ■持参物

母子健康手帳（妊婦）、健康手帳（成人）

#### ◆成人歯科健診

#### ■場所と日時

#### ◆あいぱーく光

2日(木) 13時30分～14時30分

#### ■対象

乳幼児の保護者、妊産婦、40歳以上の市民

#### ■持参物

母子健康手帳（妊婦）、健康手帳（成人）

#### ◆食育相談（要予約）

#### ■場所と日時

#### ◆あいぱーく光

17日(金) 9時～15時

#### ■対象

市内在住の人

#### ■相談内容

食生活や栄養について



### 癒しのカウンセリング

#### （心の健康相談）

■日時 14日(火)、28日(火)

13時30分～15時30分

※一人1時間程度、要予約

#### ■場所

あいぱーく光



### 認知症予防講演会を

#### 実施します

誰もが関わる可能性がある認知症の予防とその対応方法について、正しく学んでみませんか。

■日時 7月22日(水) 15時30分～17時45分（開場15時）

■場所 市民ホール

■演題 「認知症にならないための技術（テク）」

■講師 奥村歩医師（おくむらクリニック院長）

■入場料 無料

■お問い合わせ 高年齢者支援課地域包括支援係（あいぱーく光）

☎ 0833-74-3002

### ※後期高齢者医療制度の

#### 歯科健康診査がはじまります

歯と歯肉の状態や口腔清掃状態などをチェックし、口腔機能の低下を防止しましょう。

#### □健診項目

口腔状態、かむ力、舌の動き、飲み込む力などの確認

#### □対象

平成26年4月1日から平成27年3月31日までに後期高齢者医療保険に加入した人

※対象者には、6月末までに歯科健康診査受診券を郵送します。

#### □受診期間

7月1日(水)～12月31日(木)

#### □場所

受診券に同封の資料をご確認ください。

#### □持参物

○歯科健康診査受診券

#### ○質問票

○後期高齢者医療被保険者証

#### □自己負担額

300円

【申】山口県後期高齢者医療広域連合業務課

☎ 083-921-7113

## ＊休日診療所のお知らせ

受診の際は、必ず健康保険証、診療代、お薬手帳をお持ちください。

■場所 あいばーく光内

■診療時間 9時～17時（受付時間 9時～11時30分、13時～16時30分） ☎ 0833-74-1399

| 7月の診療日 |     | 5日(日) | 12日(日) | 19日(日) | 20日(祝) | 26日(日) |
|--------|-----|-------|--------|--------|--------|--------|
| 診療科目   | 内科系 | 内科    | 内科     | 内科     | 内科     | 内科     |
|        | 外科系 | 外科    | 耳鼻科    | 外科     | 皮膚科    | 眼科     |

※外科系については、都合により変更する場合がありますので、ご確認の上、受診してください。

## あなたの健康 応援します

### 熱中症に気をつけましょう

熱中症とは、汗をかいて体の水分が少なくなることにより、体に熱がこもった状態のことを言います。

熱中症が重症化すると、死にいたる危険もあります。正しい知識を身につけ、熱中症を予防しましょう。

【こんな時、こんな場所ではご注意ください】

＊気温や湿度が高い、風が弱い、日差しが強い日

＊急に気温が上がった日

＊乳幼児は屋外、成人はスポーツ中や作業場、65歳以上の人は屋内

### 熱中症を予防するポイント



#### こまめに水分補給しましょう

- ▶のどが渇いたと感じる前に水分を補給する。
- ▶発汗時は塩分も補給する。
- ▶アルコールでは、体から水分が失われるので逆効果。



#### 暑さを避けましょう

- ▶通気性が良く、吸汗・速乾性のある白系の衣類を着る。
- ▶炎天下の外出は避け、外出時は日傘や帽子を利用する。
- ▶クーラーや扇風機を利用する。



#### 健康管理に気をつけましょう

- ▶普段から運動する習慣を持つ。
- ▶食欲がないときも食事は欠かさない。
- ▶寝不足や二日酔いの人、心臓や腎臓が悪い人などは注意する。

## 光ぱくぱく食19レシピ

毎月19日は  
「食育の日」

平成26年度 光の恵み料理コンテスト入賞料理

### 光のパープル彩りサラダ

夏向きのさっぱりとした味わいのサラダです。市特産のブルーベリーを使ったドレッシングをかけて味わってみませんか。

#### ■作り方

- ① ブロッコリーとサヤインゲンをゆでる。
- ② 豆腐の水切りをする。
- ③ シラスをフライパンで乾煎<sup>から</sup>りして、カリカリにする。
- ④ レタスを食べやすい大きさにちぎり、トマトと豆腐は角切り、キュウリは半月切りにする。
- ⑤ ブルーベリーは電子レンジで30秒加熱し、細かくきざ



み、Aと混ぜ合わせる。  
⑥ 野菜と豆腐の上に③をちらし、⑤をかける。  
(附属光中学校 及川さくらさん)

### 材料 4人分

豆腐…1丁  
トマト…1個  
キュウリ…1本  
レタス…1/8個  
ブロッコリー…1/3房  
シラス…15g  
サヤインゲン…12個  
ブルーベリー…30粒  
レモン汁…大さじ3  
酢…大さじ3  
オリーブ油…大さじ3  
すりゴマ…大さじ1  
砂糖…大さじ1  
こしょう…少々  
塩…小さじ1と1/2  
すり玉ネギ…1/4個

### 1人分栄養価

エネルギー：180kcal  
たんぱく質：6.3g  
脂質：12.7g  
カルシウム：63mg  
ビタミンC：30mg  
食塩相当量：2.4g

## ま ち の 話 題



### ◆日頃の感謝の気持ちを込めて清掃しました

5月17日(日)、周防の森ロッジの林間散策道整備作業（市子ども会育成連絡協議会主催）が行われ、周防の森ロッジの利用者など約150人が参加しました。

参加者は新緑の空気に包まれながら、散策道内の落ち葉や枝を取り除いたり、散策道に設置された手すりの補修作業などを実施。また、キャンプファイアー用のトーチなども作製しました。皆さんで協力して整備した周防の森ロッジで、今年もたくさんの思い出を作ってくださいね。



### ◆災害を未然に防止し、被害を最小限に食い止めるために

5月29日(金)、「平成27年度光市防災パトロール」を実施し、警察、消防などの関係機関とともに、高潮対策用護岸やため池を現地パトロールしました。市では、高潮対策や耐震改修工事などハード面の整備とともに、自主防災組織に対する支援制度などのソフト面の充実に努めています。

自然災害に対しては、最悪の事態を想定し、常に備えをしておくことが大切です。皆さんも今一度、避難所や非常持出品の確認など、万が一への備えをお願いします。



### ◆クサフグの産卵を確認しました

「光のクサフグ産卵地」として県の天然記念物に指定されている室積半島の鼓ヶ浦海岸で、今年もクサフグの産卵を確認しました。

5月29日(金)は、満潮前の15時過ぎからたくさんのクサフグが岩場に押し寄せ波うち際で産卵を開始しました。親子など多くの人がこの命を繋ぐ営みを見守る中、白く濁った波と小石の間に身を寄せ合い産卵するクサフグの姿は、私たちに生命の尊さと大切さを教えてくれました。



### ◆島田川の恵まれた水源を守りましょう

6月7日(日)、「光かがやく水のまちをめざして」をメインテーマにした「第18回水道まつり」を島田の林浄水場で開催し、多くの来場者が場内見学や配水管の修理実演、島田川の環境や生物、森の役割などを紹介したパネル展示、巨大森のアスレチックなどのイベントを楽しみました。

また、安全でおいしい光市の水を未来の子どもたちに残すため、「私たち一人ひとりが島田川の恵まれた水源を守りましょう」とまつりを通じて来場者に呼びかけていました。

# 暮らしの情報ひろば

## お知らせ



### 本人通知制度を ご利用ください

住民票の写しなどを第三者  
または本人の代理人による請  
求に基づいて交付したとき  
に、その事実を本人にお知ら

せすることがあります。

この制度を利用することに  
より、不正な取得である疑い  
があれば、早期に事実関係を

究明することができます。

制度の利用には事前の登録  
が必要です。

詳しくは、お問い合わせく  
ださい。

●対象 市内に住民登録があ

る（過去にあった）人、市内  
に本籍がある（過去にあつ  
た）人

●通知対象の証明書 住民票

の写し（除票を含む）、住民  
票記載事項証明書、戸籍の附

票の写し（除附票を含む）、  
戸籍謄本・抄本（除籍・改製

原を含む）、戸籍記載事項証  
明書

## 病院局職員の採用試験を 実施します



❖職種 行政職（経験者）

❖勤務地 光総合病院

❖採用者数 1人程度

❖受験資格 昭和31年4月2日以降に  
生まれ、一般病棟を有する病院におい  
て、診療報酬請求事務の実務経験が5  
年以上あり、DPC 請求事務の実務経験  
を3年以上有する人

❖採用時期 平成27年8月1日（応相談）

❖試験日時 7月18日（土）9時～

❖試験会場 光総合病院

❖試験内容 個人面接

❖必要書類 エントリーシート、課題作文

※様式は光総合病院 [http://www.city.hikari.lg.jp/](#)（下記参照）から  
ダウンロードできます。

※郵送希望する人はお問い合わせください。

❖申込期限 7月9日（木）

❖申し込み・問合せ

光総合病院業務課

（〒743-0022 光市虹ヶ浜二丁目10-1）

☎0833-72-1000

<http://hikari-hosp.jp>

### 住宅の改修工事に伴う 固定資産税の減額

一定要件を満たした住宅耐  
震改修、バリアフリー改修、  
熱損失防止（省エネ）改修な  
どの工事をした住宅に対し  
て、固定資産税が減額される  
制度があります。

●主な要件 改修費用が二戸  
あたり50万円超で、平成28年  
3月31日（住宅耐震改修は平  
成27年12月31日）までに工事  
が完了すること

※その他に要件がありますの  
で、事前にお問い合わせいた  
だくか、市 [http://www.city.hikari.lg.jp/](#)（上記参照）を

ご覧ください。

●減額される税額 翌年度分  
の税額の2分の1または3分  
の1（床面積の100㎡また  
は120㎡相当分まで）

●申告期間 工事完了後3カ  
月以内

問 税務課資産税係市

6月23日から29日まで  
は「男女共同参画週間」

男性と女性が、それぞれの  
個性と能力を発揮できる「男  
女共同参画社会」を実現する  
ためには、一人ひとりの取り  
組みが必要です。

この機会に男女のパートナ  
ーシップについて考えてみま  
せんか。

●キャッチフレーズ 「地域  
力×女性力＝無限大の未来」

問 人権推進課市

## お知らせ



### 野生鳥獣の捕獲は

免許などが必要です

無免許・無許可で野生の鳥や獣を捕獲することは、法律で禁止されています。

また、自己所有の田畑内で鳥獣を捕獲するための「わな」などを仕掛けることも違法行為であり、違法行為が確認されると罰則がありますので、ご注意ください。

### 【狩猟免許試験】

●試験日時・場所（左表参照）

| 試験日        | 時間  | 場所           |
|------------|-----|--------------|
| 7月 5 日(日)  | 9時～ | 岩国市地方卸売市場    |
| 7月 14 日(火) |     | 県総合保健会館（山口市） |
| 8月 9 日(日)  |     | 下松市地域交流センター  |
| 8月 23 日(日) |     | 下関市菊川ふれあい会館  |
| 8月 27 日(木) |     | 県立農業大学校（防府市） |
| 9月 6 日(日)  |     | 美祢市民会館       |

●対象 県内に住所を有する満20歳以上の人（網猟・わな猟は18歳以上）

●受験手数料 新規受験者：5200円、すでに免許を取得し、さらに他の免許を受験する人：3900円

●願書受付期限 山口県光地区猟友会事務局：試験日の14日前、周南農林事務所：試験日の9日前

※山口県光地区猟友会に入会する予定のない人は、直接周南農林事務所森林保全課にお問い合わせください。

問 山口県光地区猟友会事務局

☎ 0833・72・2926

問 周南農林事務所森林保全課

☎ 0834・33・6463

### 【新規狩猟免許取得助成制度】

●対象 市内に住所を有し、平成27年度狩猟免許試験で新規にわな猟免許または第1種銃猟免許を取得した後、山口県知事の狩猟者登録を受けた人

●対象経費・助成率 新規狩猟免許試験受験手数料の2分の1以内

●申請期間 山口県知事の狩猟者登録を受けた日～平成28年3月16日(水)

●申請に必要なもの 印かん、助成金の振込先を確認できるもの（通帳など）、狩猟免状の写し、狩猟者登録証の写し

問 水産林業課有害鳥獣対策係市 ※県の助成制度もあります。詳しくは、お問い合わせください。

問 県自然保護課

☎ 083・933・3050

### 6月は「外国人労働者問題啓発月間」です

外国人を雇用している事業主は次の点に注意し、外国人が能力を発揮できる環境づくりに努めましょう。

- 国籍で差別しない、公平な採用選考を行っているか
- 労働法令を守り、労働・社会保険に加入しているか
- 日本語教育や生活上、職務上の相談に配慮しているか
- 安易な解雇はしていないか
- 外国人の雇入れ、離職時に

ハローワークへの雇用状況の届け出を行っているか

問 ハローワーク下松

☎ 0833・41・0870

### 18歳未満の雇用

事業者が18歳未満の人をアルバイトなどで雇用する場合、労働基準法により労働条件通知書の交付義務、時間外・休日労働の禁止などの規定があります。

問 下松労働基準監督署

☎ 0833・41・1780

### 介護支援専門員実務研修受講試験

●日時 10月11日(日) 10時～

●場所 山口大学（山口市）

●申込方法 7月17日(金)までに、高齢者支援課（あいぱく光）に備え付けの申込書に記入の上、お申し込みください。

申 問 県長寿社会課

☎ 083・933・2788

## めざせ創業！ あなたの夢をバックアップ めざせ経営革新！ 個別無料相談会

- ★相談日：毎週水曜日 9：00～12：00  
※要事前予約、第3水曜日は金融相談のみ
- ★場所：光商工会議所（光市島田4-14-15）
- ★内容：創業・独立開業・経営革新等に関するご相談に専門家が対応（相談無料）

申込・問合せ：光商工会議所・中小企業相談所（担当：濱永）  
TEL 0833-71-0650 / メール i-love@hikari-cci.jp

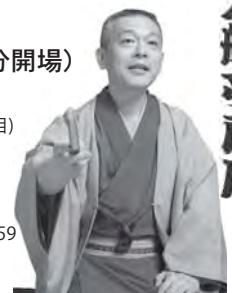
## 7月20日(祝・月)

14時開演(13時30分開場)

場 所 / Be st. 催事場  
アルク光店隣(島田1丁目)  
木戸銭 / 3,000円 自由席  
(当日 3,500円)

主 催 / 光がんざき亭  
問合せ(予約) / 斉藤 090-7595-6359

光がんざき亭 検索



光がんざき亭 其の十三  
入船亭扇辰 独演会

## 体力・運動能力調査

# 体力テスト参加者募集

今の自分の体力レベルや普段の運動成果を確認してみませんか。

### 65 歳から 79 歳までの人

- 日時 7月14日(火) 13時30分～
- 内容 握力、上体起こし、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

### 18 歳から 64 歳までの人

- 日時 7月14日(火) 18時30分～
- 内容 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび

- ❖場所 総合体育館
- ❖持参物 運動のできる服装、室内用運動靴、タオル
- ❖申込方法 電話でお申し込みください。
- ❖申込期限 7月10日(金)
- ❖申し込み・問合せ 体育課(教育委員会)  
☎ 0833-74-3605



## 職場のママハラで

### お困りの方へ

妊娠・出産などを理由に解雇または退職を強要することは男女雇用機会均等法などで禁止されています。

妊娠などを理由に不利益な取り扱いを受けたり、困ったことがあれば山口労働局雇用均等室へご相談ください。(相談無料・匿名可)

☎ 山口労働局雇用均等室  
083・995・0390

## 放送大学10月生を

### 募集します

放送大学は、テレビなどの放送により授業を行う通信制



## 催し



### 障害について一緒に

### 考えてみませんか

「ぱりあふりー特派員」と

の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

● 出願期限 8月31日(月)

☎ 放送大学山口学習センター  
083・928・2501

して、障害のある人とふれあいながら、誰もが過ごしやすいまちについて考えてみませんか。

● 日時 ① 7月21日(火) 13時30分、② 23日(木) 9時30分

● 場所 あいぱーく光

● 対象 小学5、6年生

※写真撮影にご協力いただける人に限ります。

● 内容 ひかりおでかけマップ(※)の作成に向けて、次のことに取り組みます。

① 「障害って何？ 過ごしやすいまちって何？ みんなで考えよう！」

② 「外に出てみよう★どんな工夫があるかな？」

※障害者用トイレの有無やスロープ情報など、障害がある人向けの情報が記載された地図のこと。

● 募集人数 先着10人

● 申込期限 7月10日(金)

☎ 申込 福祉総務課障害福祉係

(あいぱーく光)

☎ 0833・74・3001

## 市長の資産公開

市では、「政治倫理の確立のための光市長の資産等の公開に関する条例」に基づき、市長が平成27年4月に作成した資産等補充報告書、所得等報告書、関連会社等報告書を一般に公開します。

■ 閲覧開始日

6月30日(火)

■ 閲覧時間

8時30分～17時15分

※土・日曜日、祝日を除く。

■ 閲覧場所

市役所2階総務課

☎ 総務課総務法令係市



催し



## 保育出前講座

〜いつしよにあそぼう〜

保育園、幼稚園の先生と一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか。

●日時 6月30日(火) 10時〜11時30分

●場所 大和公民館

●対象 未就園児とその保護者  
●内容 親子遊びや育児相談など

●問い合わせ 子育て支援センター(あいぱーく光)

☎0833・74・3030

## 発達支援研修会

講演を通して、発達が気になる子に対する支援のあり方を一緒に考えてみませんか。

●日時 7月11日(土) 9時30分〜10時30分

●場所 あいぱーく光

●テーマ 「知りたい×伝えたい 『未来』へ向けて 『今』伝えたいこと」

●講師 前崎勝則さん(県立周南総合支援学校地域コーディネーター)

●参加費 無料

●問い合わせ 福祉総務課障害福祉係(あいぱーく光)

☎0833・74・3001

## 男性料理教室

●日時 ①7月14日(火)、②8月25日(火) 9時30分〜13時

※1回のみの参加可

●場所 三島公民館

●対象 市内在住の男性

●内容 講話、調理実習など

①夏野菜で夏バテ予防

②豚肉を使ったスタミナ料理

●持参物 お米0.5合、エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

●参加費 500円/回

●申込期限 7月7日(火)

●申込方法 三島公民館

☎0833・77・0412

## 生涯学習ボランティア ひふみ 一二三会公開講座

●日時 7月16日(木) 13時30分〜15時

●場所 あいぱーく光

●内容 自強術体験会「心とからだの健康」元気は自分でつくる〜

●持参物 バスタオル(敷物)、体操のできる服装

●問い合わせ 生涯学習センター

☎0833・72・3447

## 普通救命講習Ⅰ

●日時 7月26日(日) 9時〜12時(受付8時30分〜)

●場所 西田布施公民館

●内容 成人の心肺蘇生法、AEDの操作など(動きやすい服装で受講)

●募集人数 20人程度

●受講料 無料

●申込方法 消防署に備え付けの申込書に記入の上、持参またはFAXでお申し込み

☎0833・976・0277

ださい。また、光地区消防組合(左上参照)からも申し込みができます。

●問い合わせ 光地区消防組合消防本部 警防課

☎0833・74・5603

FAX 0833・74・5611

## おいでませ山口！ U-Jターン就職説明会

●開催日/場所

○広島会場：7月11日(土)／広島国際会議場(広島市中区中島町1・5 平和記念公園内)

○福岡会場：7月18日(土)／西鉄イン福岡(福岡市中央区天神1・16・1)

●時間 13時〜16時

●対象 求職中の一般人、平成28年3月以降に大学・短大・専修学校などを卒業予定の人

●実施方法 県内に事業所がある企業の担当者との面談

●参加費 無料

●問い合わせ やまぐち暮らし総合支援センター

☎0833・976・0277



## ねんりんピックおいでませ！山口 2015 ダンススポーツ交流大会 10月18日(日)開催

10月に県内各地で開催される「ねんりんピックおいでませ！山口2015」について、全6回のシリーズで紹介しています。

2ねんりんピックではどのようなイベントがあるの？

「スポーツ・文化交流大会」県内全ての市町で、25種目のスポーツと文化の交流大会が開催されます。光市で開催するダンススポーツのほか、卓球や弓道、将棋、囲碁などがあります。

【健康フェアなど】

メイン会場となる山口きらら博記念公園では、健康フェアや健康福祉機器展など、健康に関するイベントを開催します。そのほか地域文化伝承館や美術館なども開催されます。

この機会に、さまざまなイベントをお楽しみください。

大会開催まであと115日



●問い合わせ ねんりんピックおいでませ！山口 2015 光市実行委員会事務局(高齢者支援課内) ☎0833-74-3003

# 施設の掲示板

**ふるさと郷土館**  
0833(7)2200

◎入館料 250円(高校生以下無料)  
◎休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)、第1火曜日

★松本英三版画展(堀永敦臣さん所蔵)

●会期 7月4日(土)～30日(木)

★体験教室

「夏休みの竹細工教室」

●日時 7月26日(日)

①9時～12時 ②13時～16時

●対象 小学生(保護者同伴)

●講師 相本賢次さん

●募集人数 各回先着10人

●材料費 200円

●申込方法 7月2日(木)以降に電話でお申し込みください。

**冠山総合公園**  
0833(74)3311

◎休園日 第2・第4水曜日

★パークヨガ体験教室

●日時 7月17日(金)、31日(金)

19時～20時

●集合場所 イベント広場

●講師 藤井千絵さん(全米ヨガアライアンス認定インストラクター)

●参加費 500円/回

●持参物 ヨガマット、タオル、飲み物、レジャーシート  
●申込方法 電話でお申し込みください。

みください。

★かるかる教室

手軽なストレッチで姿勢を整え、疲れにくい身体を手に入れます。

●日時 7月23日(木) 9時30分～11時

●集合場所 イベント広場

●講師 本村康子さん(日本フィットネス協会認定インストラクター)

●参加費 500円

●持参物 ヨガマットまたはバスタオル、タオル、飲み物、レジャーシート  
●申込方法 電話でお申し込みください。

**市民ホール**  
0833(72)1441

◎休館日 毎週月曜日

★第30回市民コンサート

出演者募集  
日頃の演奏活動の成果を披露してみませんか。

●日時 9月20日(日) 13時開演

●場所 大ホール

●対象 市内に在住、通勤・通学している個人または団体

※音楽関係有職者による編成委員会にて選考し、出演者を決定します。

●演奏条件 クラシックを基調とする音楽を15分程度または1曲演奏

●申込期限 7月15日(水)

## 7月12日(日)は クリーン光大作戦

ふるさとの自然を愛し 花と緑の豊かな まちをつくりましょう

クリーン光大作戦は、皆様のご協力により、今年で42回目を迎えます。市の美しい自然を次世代に伝えるため、青少年とともに積極的な参加をお願いします。

詳しくは、公民館・自治会からお知らせします。

※悪天候の場合は、7月19日(日)に延期します。

★問合せ 青少年センター  
☎ 0833-72-2245  
各公民館



**文化センター**  
0833(72)5800

◎休館日 毎週月曜日、祝日、第1火曜日

★フレンド山口写真展

●会期 7月10日(金)～12日(日)  
(最終日は16時まで)



## 暮らしの相談コーナー

# 7月

### ■教育相談

●日時 月～金曜日  
8時30分～19時  
※水曜日は17時15分まで  
●相談受付電話  
☎ 0120-72-3749  
☎ 0833-72-2245

### ■行政相談

●日時 2日(木)  
9時～12時  
●場所 大和支所  
  
●日時 23日(木)  
9時～12時  
●場所 あいぱーく光  
☎ 生活安全課市民相談係 ☎

### ■心配ごと相談

●日時 2日(木)  
9時～12時

### ●場所 大和支所

●日時 16日(木)、30日(木)  
9時～12時  
●場所 あいぱーく光  
☎ 社会福祉協議会  
☎ 0833-74-3020

### ■人権相談

●日時 2日(木)  
9時～12時  
●場所 大和支所  
  
●日時 9日(木)、23日(木)  
9時～12時  
●場所 あいぱーく光  
☎ 人権推進課 ☎

### ■年金相談

※要予約  
●日時 8日(木)  
9時30分～12時

13時～15時30分  
●場所 市役所3階  
会議室  
☎ 徳山年金事務所  
☎ 0834-31-2152

### ■司法書士無料法律相談

※要予約  
●日時 9日(木)  
9時～12時  
※一人30分程度  
●場所 市役所3階  
会議室  
●定員 6人  
●相談内容 多重債務、不動産登記、会社・法人登記、訴訟手続、成年後見  
※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 7月2日(木)8時30分から電話受け付けを開始しま

す。(土・日曜日を除く)  
☎ 生活安全課市民相談係 ☎

### ■もの忘れ相談日

※要予約  
●日時 1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)  
9時～12時  
13時30分～15時30分  
●場所 あいぱーく光  
●相談内容 専門員による健康相談、介護に関するアドバイスなど  
☎ 地域包括支援センター (あいぱーく光)  
☎ 0833-74-3002



## 市長『わ』日記

対話 調和 人の輪 「やさしさあふれる『わ』のまち ひかり」 誠実 親切



### 『市長と気軽にミーティング』

詳しくは下記☎参照か、広報広聴係にお問い合わせください。 ☎ 広報広聴係 ☎

市川市長が5月に参加した行事を紹介します。詳しくは☎をご覧ください。 ☎ <http://www.city.hikari.lg.jp>

## 5月

- 10 日(日)  
光プレミアム付市内共通商品券  
販売セレモニー (写真①)
- 11 日(月)  
全国市長会中国支部春季役員会・総会 (写真②)
- 14 日(木)  
光地区沿岸警備協力会啓発活動 (写真③)
- 24 日(日)  
第49回「信州木曽・上松 赤沢森林浴」(写真④)
- 27 日(水)  
光市「雇用の日」メッセージフェア



# お知らせ

2015  
7月前半

# カレンダー

1 水

- もの忘れ相談日（8日、15日、9時～／13時30分～、あいぱーく光 ※要予約）
- パソコン学習会（8日、13時30分～、地域づくり支援センター）
- 森山良子アコースティックコンサート（開場18時～、市民ホール）
- 渚のライトアップ（8月31日まで、虹ヶ浜海水浴場）

2 木

- 行政、心配ごと、人権相談（9時～、大和支所）
- 育児・1歳児お誕生・歯の健康相談、2歳児お誕生相談、成人歯科健診（13時30分～、あいぱーく光）

3 金

4 土

- 農業体験教室（9時～、里の厨集合）
- 松本英三版画展（30日まで、ふるさと郷土館）

5 日

6 月

7 火

- 育児・1歳児お誕生・歯の健康相談、健康相談（9時30分～、周防公民館）

8 水

- 脳力アップセミナー（14日、9時30分～、あいぱーく光）
- 年金相談（9時30分～／13時～、市役所 ※要予約）

9 木

- 人権相談（9時～、あいぱーく光）
- 司法書士無料法律相談（9時～、市役所 ※要予約）

10 金

- ひかり高齢者生きがいセミナー（10時～、地域づくり支援センター）
- フレンド山口写真展（12日まで、文化センター）

11 土

- 発達支援研修会（9時30分～、あいぱーく光）
- 第44回市民夏季大学（13時～、市民ホール）
- 成人大学講座（13時30分～、文化センター）

12 日

- クリーン光大作戦
- 子どものカヌー教室（9時～、周防の森ロッジ集合）

13 月

- 夜間収納相談窓口（20時まで、市役所）

14 火

- 男性料理教室（9時30分～、三島公民館）
- 癒しのカウンセリング（13時30分～、あいぱーく光 ※要予約）
- 体力・運動能力調査（13時30分～／18時30分～、総合体育館）

15 水

- 育児・1歳児お誕生・歯の健康相談、健康相談（9時30分～、島田公民館）

【問】  
収納対策室

市役所  
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。

おおよび納付相談

●取扱業務 市税等の収納

●場所 市役所収納対策室

●時間 20時まで

●開設日 6月30日（火）、7月13日（月）、21日（火）



夜間収納  
相談窓口

## 【お詫びと訂正】

広報6月10日号2頁の「保険料の所得段階区分および年額保険料」の表において、第6段階の対象に一部誤りがありました。

正しくは「本人が住民税課税で、本人の前年の合計所得金額が125万円未満の人」です。お詫びして訂正します。

「おっぱい都市宣言」のまち光市

## 「ひかり子育てサポーター」を募集します

市では、すべての子どもたちが心豊かに成長できるように地域・家庭・行政が一体となり、市全体で子育てを応援していく「ひかり子育て見守りネットワーク事業」を実施しています。

個々の活動を通じて、地域社会全体で子育てを応援する社会を目指すため、「自分のできる範囲で子育てを応援したい」という思いのある人を募集します。

## ＊ひかり子育てサポーターとは…

子育て家庭への声かけ・手助け・見守りや子育ての相談に応じるなど、自分のできる範囲で子育てを支援し、応援する人です。

お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん、近所の人など、子どもと関わるすべての人が「ひかり子育てサポーター」になれます。



## ＊ひかり子育てサポーターになるには…

下記の2講座を受講してください。

| 内容                                             | 開催日時（いずれかを選んで受講）       |
|------------------------------------------------|------------------------|
| 講座 1<br>児童虐待について学ぼう<br>～子どものSOSサインを<br>見逃さないで～ | 7月21日(火) 14時～16時       |
|                                                | 9月8日(火) 10時～12時        |
|                                                | 11月7日(土) 14時～16時       |
|                                                | 平成28年 1月15日(金) 10時～12時 |
| 講座 2<br>ほめ上手になろう！<br>～どならない子育て～                | 7月27日(月) 14時～16時       |
|                                                | 9月24日(木) 10時～12時       |
|                                                | 11月14日(土) 14時～16時      |
|                                                | 平成28年 1月29日(金) 10時～12時 |

＊場所 あいぱーく光

＊対象 市内在住の人

＊申込方法 希望する開催日の2日前までに電話、FAX、Eメールのいずれかでお申し込みください。

※託児を希望する人は、その旨もお知らせください。

＊申し込み・問合せ 子ども相談センターきゅっと（あいぱーく光）

☎0833-74-5910 FAX0833-74-3034 ✉hikari5910@city.hikari.lg.jp



「光の恵み料理コンテスト」受賞料理のレシピは今号広報11頁で紹介しているほか、健康増進課窓口（あいぱーく光）などにも設置しています。ぜひご利用ください。

▼市では、まち全体で食育を進めるために、平成24年度から3年間「光の恵み料理コンテスト」を実施しました。▼今年は「光の恵み料理コンテスト普及事業」として、コンテストの入賞料理の中から、野菜の使用量が多く、作りやすいレシピを12作品選定。6月の食育月間に合わせて、市内の10店舗で12作品のレシピを配布し、野菜の摂取と食育の推進を呼びかけました。▼食育は、生活の基盤である家庭を中心に取り組むことが大切です。一人ひとりが笑顔で健やかに育つよう、楽しみながら食育に取り組みましょう。

光の恵みを食べて  
大きくなってね

表紙写真の紹介

## 人のうごき【5月31日現在】

|     |              |   |             |   |              |     |             |
|-----|--------------|---|-------------|---|--------------|-----|-------------|
| 人 口 | 52,812 (-21) | 男 | 25,161 (-6) | 女 | 27,651 (-15) | 世帯数 | 23,200 (-5) |
|-----|--------------|---|-------------|---|--------------|-----|-------------|

※( )内は前月からの増減を示しています。