

広報ひかり 総合版

HIKARI

2017/11/25号

毎月
10日・25日発行

広報

Public
Relations

Vol.312



Contents 「目次」

■地球温暖化防止月間	2
■市長表彰・教育委員会選奨	4
■保育園児受付・保育士バンク登録	5
■市の財政状況	6
■新入学児童生徒就学援助／ごみ収集カレンダー広告募集	7
■ふるさと納税協賛事業者募集／レシピ	18

海岸の松も冬支度

室積・虹ヶ浜海岸で

「こも巻き」を実施



12月 は地球温暖化防止月間です



STOP!
地球温暖化

地球温暖化の主な原因は、二酸化炭素（CO₂）などの温室効果ガスの増加とされています。特に冬は、家庭などで暖房を使用するため、多くのCO₂を排出しています。私たちの身近な生活スタイルを見直し、一人ひとりが地球にやさしい行動を心がけ、地球温暖化の防止に努めましょう。

市では、12月17日(日)を市内一斉に省エネルギーに取り組む「エコマルチャレンジデー」としています。地球温暖化防止月間の12月、特にエコマルチャレンジデーに、私たちにできる身近な省エネルギー活動にチャレンジしてみませんか。



家族「暖らん」で
省エネしましょう

家族が一つの部屋で過ごすことで照明や暖房に使われるエネルギーが節約でき、地球温暖化防止とともに、家計へのやさしさにもつながります。家族のコミュニケーションを深めながら、効果的な省エネに取り組みましょう。

エコマルとは…

一人ひとりのエコ活動は小さいが、みんなで取り組むことで大きな和となり、さらに活動の輪が広がることを願い、名付けたものです。



ノーマイカーに
取り組みましょう

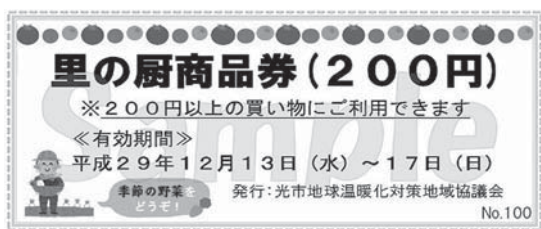
買い物などの外出で、車の運転を控えることはCO₂の削減に効果的です。

また、左記の期間中、市営バスの運賃が無料になります。この機会にノーマイカーに取り組んでみませんか。

■市営バス無料期間

12月13日(水)～17日(日)

※期間中に市営バスを利用して里の厨に行く人には「商品券200円分」を贈呈します。



▲里の厨商品券（見本）



資源を大切に

資源を大切にすることも、地球温暖化の防止につながります。

雑がみ（紙製の箱、包装紙、ダイレクトメールなどのリサイクルできる紙製品）をリサイクルすれば、木から紙をつくるときよりも省エネルギーで製品化できます。

また、森林の保護や焼却場から排出されるCO₂の削減といった効果も期待できます。

雑紙のリサイクル方法

雑紙はひもで束ねるか紙袋や段ボールに入れ、古紙・古布類の回収日に出してください。

※紙袋でビニールコーティングされたものや、持ち手が紙以外でできたものは、リサイクルできません。



12月 は地球温暖化防止月間です

●こんなにお得！省エネルギー活動 ※年間の節約金額／CO2削減量

照明器具を省エネ型に替えると
約 2,430 円／ 52.8kg



※白熱球（54W）から電球形
LED（9W）に交換

テレビのつけっぱなしは要注意！
約 450 円／ 9.9kg



※1日1時間テレビ（液晶32V型）
を見る時間を削減



冬の暖房は 20℃を目安に！
約 1,430 円／ 31.2kg



※外気6℃、エアコン（2.2kW）の設定温度を21℃
から20℃に変更し、1日9時間5.5カ月稼働



加減速の少ない運転を！
約 3,510 円／ 68.0kg



※2,000cc普通乗用車が年間10,000km走行
平均燃費11.6km/Lの場合

出典：資源エネルギー庁「家庭の省エネ徹底ガイド」

「省エネ活動キャンペーン2017」に参加して商品券をもらおう！

市では、地球温暖化防止の取り組みを進めるため、光市地球温暖化対策地域協議会との協働により市内の家庭を対象にした「省エネ活動キャンペーン」を実施します。

●対象

電力契約を1年以上継続して契約し、省エネ活動およびエコ活動に積極的に取り組む家庭
※電力契約期間が1年以内の家庭は前年同期との電気使用量の比較ができないため対象外

●取り組み内容

電力会社から送付される平成30年1月分「電気ご使用量のお知らせ」に記載されている使用期間において、前年同期と比較した電気使用量の削減率により順位を決定します。

●削減率が高い家庭への特典（㈱丸久協賛）

マルキュウグループ各店で利用できる商品券を贈呈します。（規定のエコ活動を2項目以上達成した家庭に限ります。）

●特典内訳

- | | |
|-------------|----------|
| ■ 1 位 | 3,000 円分 |
| ■ 2 ～ 3 位 | 2,000 円分 |
| ■ 4 ～ 10 位 | 1,000 円分 |
| ■ 11 ～ 50 位 | 500 円分 |



※市と㈱丸久は地域活性化包括連携協定を締結しています。

●申込方法

- 12月15日（金）までに市の施設、市内のマルキュウグループ各店に備え付けまたは市庁（下記参照）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。
- 取り組み終了後、別途お送りする活動報告書に必要事項を記入し、平成30年1月分の「電気ご使用量のお知らせ」の写しを添付の上、平成30年2月9日（金）までにご提出ください。

●申し込み・問合せ

環境政策課環境政策係 ☎ 0833-72-1465

<http://www.city.hikari.lg.jp/seisaku/index.html>

市政および教育・文化の振興に貢献された方々を表彰



□市長表彰

11月1日(水)、市政に貢献された方々を対象にした市長表彰の交付式を、市役所で行いました。

表彰は、地方自治や社会福祉、教育など、市政の振興に貢献、または市民の模範となる善行をされた個人や団体を対象としています。

受賞された皆さん、おめでとうございます。

【表彰状】

▼固定資産評価 審査委員会委員

中野隆（岩田）

石丸志伸（浅江）

▼民生委員・児童委員

村谷克彦（花園）

秋枝正文（岩狩）

田中洋子（上島田）

杉村洋子（三井）

山本百合恵（三井）

▼農業委員会委員

田村浩昭（浅江）

▼病院事業管理者

守田信義（虹ヶ丘）

▼社会教育活動（文化振興） 人形劇団しゃぼん玉 （室積）

▼寄附

長谷川閑史（東京都）

富士高圧フレキシブル

ホース株式会社（島田）

【感謝状】

▼寄附

光防友会（花園）

（順不同、敬称略）



□教育委員会選奨

11月1日(水)、地域活動や社会教育の推進、スポーツ振興などに貢献された方々を対象に、教育委員会選奨の交付式を行いました。

表彰は、教育、学術、体育、文化、地域活動などに尽力し、功労が顕著な個人や団体などを対象としています。

受賞された皆さん、おめでとうございます。

【表彰状】

▼地域活動の推進

山本清（浅江）

稲木陽介（虹ヶ丘）

寺尾浩太郎（和田町）

▼社会教育の推進

石川博之（上島田）

▼スポーツ振興

石永裕記（島田）

【感謝状】

▼寄贈

株式会社守田家具（島田）

▼PTA活動

佐々木淳志（三井）

白丸諭（室積大町）

（順不同、敬称略）



保育所・認定こども園の利用児童の申込受付

平成30年度保育施設の利用児童の受付を行います。

□入所基準 0歳児から5歳児までで、保護者のいずれもが次の事情にある場合

①就労（月52時間以上）

②妊娠・出産

③疾病・障害

④介護・看護

⑤災害復旧

⑥求職活動

⑦就学

⑧育休取得中（保育利用中の子ども）

□申込方法

【新たに入所を希望する場合】

各施設に備え付けの書類に記入し、各施設にご提出ください。

※市外の施設に入所を希望する場合は、子ども家庭課で手続きが必要です。

【入所の継続を希望する場合】

各施設を通じて必要な手続きをご案内します。

※市外の施設に入所中の人には郵送でご案内します。

□受付期間

11月24日（金）～平

□施設一覧（各施設の定員は11月現在。申し込みが多数の場合、希望の施設に入所できない場合があります。）

保育所名	所在地	保育時間 ※	定員	電話番号
私立	室積保育園	7時～19時	45人	0833-78-0047
	松原保育園		80人	0833-78-0129
	光井保育園		120人	0833-71-0625
	野原保育園		60人	0833-71-1085
	愛光園		60人	0833-71-0495
	聖華保育園		140人	0833-77-4033
	虹ヶ丘幼児学園		160人	0833-71-0055
	東光保育園	7時～20時	225人	0833-71-1449
公立	浅江東保育園	7時～19時	110人	0833-72-1448
	浅江南保育園		60人	0833-72-1449
	みたらい保育園		45人	0833-78-0939
	大和保育園		90人	0820-48-2810
認定こども園名	所在地	保育時間 ※	定員	電話番号
私立	聖光幼稚園	7時～19時	30人	0833-72-1188

※保育時間は延長時間を含みます。

成30年1月5日（金）
□入所の決定 平成30年2月中に通知（予定）

□保育料 市町村民税額に応じて決定します。
□施設一覧 左表のとおり

□保育士バンクへの登録者を募集

保育士バンクは、保育士資格を持ち、勤務意欲のある人などを登録する制度です。

登録者には、市内の公立・私立保育所などへの就職を支援します。

※勤務形態は、フルタイムやパートタイムなど選択ができます。

※幼稚園教諭の登録も受け付けています。

★登録方法

市販の履歴書（写真貼付）に、保育士証の写しまたは幼稚園教諭免許状の写しを添付の上、ご提出ください。



申問 子ども家庭課保育・子育て支援係（あいぱーく光）
☎0833-74-3005



平成 29 年度（9 月末日現在）

問 財政課財政係 ☎0833-72-1412

市の財政状況をお知らせします

市では、市民の皆さんに本市の財政状況をご理解いただくため、毎年 2 回その内容をお知らせしています。今回は、平成 29 年 9 月末日現在の平成 29 年度一般会計、特別会計の歳入歳出予算執行状況のほか、市債（借入金）、市有財産の状況についてお知らせします。

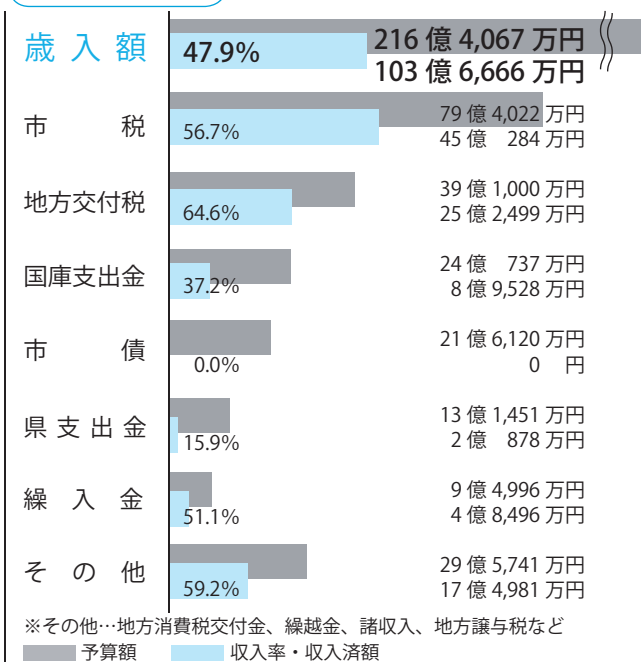
平成 29 年度一般会計の当初予算額は 208 億 8,000 万円でしたが、1 回の予算の補正を経て 9 月末日現在で 216 億 4,067 万円となりました。執行状況の内訳は下記のグラフのとおりです。

また、特別会計の執行状況、市債（借入金）および市有財産の状況は各表のとおりです。

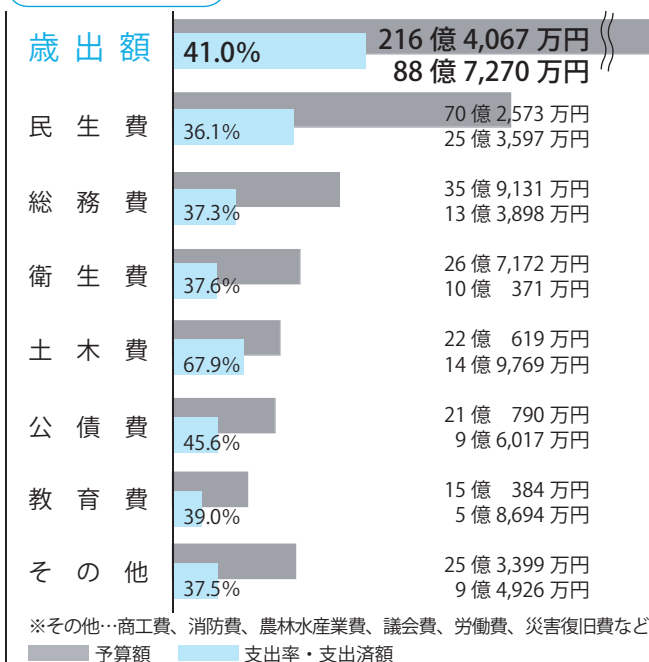
※各項目についての計数は、単位表示未満を四捨五入しているため、内訳と合計が一致しない場合があります。

一般会計予算額 216 億 4,067 万円

歳入の状況



歳出の状況



□特別会計の状況

会計名	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	74 億 3,491 万円	30 億 3,329 万円	28 億 7,339 万円
簡易水道	1,810 万円	386 万円	330 万円
墓園	2,387 万円	482 万円	995 万円
下水道事業	29 億 9,714 万円	15 億 4,447 万円	14 億 2,741 万円
介護保険	49 億 2,059 万円	20 億 6,097 万円	18 億 9,443 万円
後期高齢者医療	8 億 8,539 万円	3 億 3,276 万円	3 億 1,670 万円

□市債（借入金）の状況

会計名	現在高
一般会計	224 億 5,281 万円
特別会計	
簡易水道	5,619 万円
下水道事業	72 億 568 万円
一時借入金	0 円

□市有財産の状況

 - 土地 860 万 5,192 ㎡	 - 建物 22 万 1,085 ㎡	 - 有価証券等 14 億 8,650 万円 - 車両 144 台
---	--	--



新入学用品費等を入学前に支給します



市では、経済的理由により就学が困難な小中学校の児童・生徒の保護者に、学用品費・給食費などを支給する「就学援助制度」を行っています。

このうち「新入学児童生徒学用品費等」について、希望する人には入学前（2月末）に支給しますので、申請してください。

※所得要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

※学用品費・給食費などは、3～4月に別途申請が必要です。

□申請期間 12月1日(金)～
 平成30年1月31日(水)
 □支給額 下表のとおり
 □申請に必要なもの 印かん、預貯金通帳

申し込み・問合せ

教育総務課経理係(教育委員会)
〒743-0011
光市光井九丁目 18-3
☎0833-74-3601

主な費目	小学校		中学校	
	1 年生	2 ～ 6 年生	1 年生	2 ～ 3 年生
新入学児童生徒学用品費等	40,600 円	—	47,400 円	—
学用品費・通学用品費 ・校外活動費	12,990 円	15,220 円	24,590 円	26,820 円
給食費	実費（1 食 246 円）		実費（1 食 288 円）	
修学旅行費	実費（上限 21,490 円）		実費（上限 57,590 円）	

※支給額は平成29年度の年額であり、変更となる場合があります。



「ごみ収集カレンダー」に広告を掲載しませんか

平成30年4月から平成31年3月までの「ごみ収集力レンダー」に掲載する広告を募集します。

サイズ	1 枠	2 枠
縦 3.5cm × 横 7cm	15,000 円	30,000 円
縦 3.5cm × 横 14cm	30,000 円	50,000 円

※広告版下などの費用は広告主の負担とします

□対象 市内に営業所、事業所を有する法人または個人

□広告料

□申込方法 環境事業課に
 備え付けの申込書に必要事
 項を記入の上、持参、郵送、
 FAX、Eメールのいずれ
 かでご提出ください。申込
 書は市^{PDF}（下記参照）から
 もダウンロードできます。
 ※応募者多数の場合は、抽
 選により決定します。
 ※掲載基準など詳しくは、
 市^{PDF}をご覧ください。か、お
 問い合わせください。

□申込期限 12月26日(火)

申し込み・問合せ

環境事業課ごみ・リサイクル対策係
〒743-8501 光市中央六丁目 1-1
☎ 0833-72-1471 FAX 0833-72-1007
✉ kankyougigyoku@city.hikari.lg.jp
🌐 [http://www.city.hikari.lg.jp/
shiminkurashi/gomirisaikuru.html](http://www.city.hikari.lg.jp/shiminkurashi/gomirisaikuru.html)



▲広告イメージ

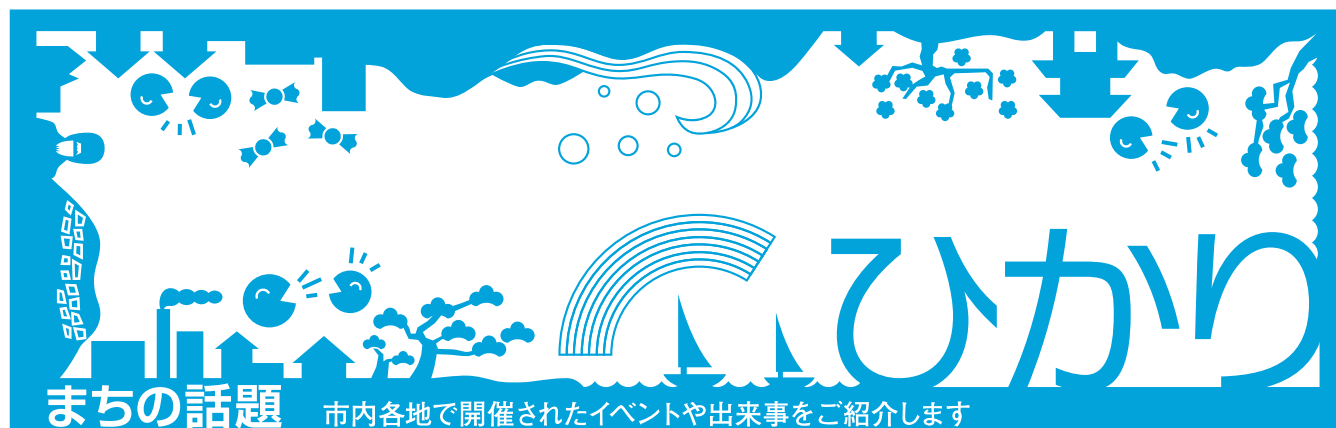
広報広聴係が取材した行事などは、ふもと de ひかりや
ひかりチャンネル（右記参照）でも紹介しています。



◀ふもと de ひかり QR コード



ひかりチャンネル QR コード▶



● 花壇コンクール表彰式

10月19日(木) 市役所

今年度の花壇コンクールには74団体が参加し、マリーゴールドとサルビアを中心にその他の花や看板を加え花壇づくりに取り組みました。

最優秀賞はプロ野球の巨人対広島戦をテーマにした島田原下自治会が受賞。花と緑のまちづくりに協力していただいた皆さん、ありがとうございました。



● 市長によるまちづくり特別授業

11月6日(月)～21日(火) 市立各中学校

『まちづくりの担い手』として未来の光市を見つめてみよう』と市長が生徒に語りかける特別授業を、市立中学校5校で開催しました。

生徒自身もグループごとに「ゆたかな社会」の実現に向けてのアイデアや取り組みを発表するなど、光市のまちづくりを考えるまたとない機会となりました。

● カンロ(株)がカンロ飴など寄贈

11月7日(火) 市長室

カンロ株式会社からのカンロ飴などの寄贈は創業記念日（11月10日）に合わせて行われており、今回で26回目。今年は過去最多となる59箱（3,144袋）を寄贈いただきました。

寄贈いただいた飴は市内の幼稚園や保育園、社会福祉施設など63施設に配布させていただきました。



次の方が、秋の叙勲および危険業務従事者叙勲を受章されました。おめでとうございます。

秋の叙勲



瑞宝双光章

元広島地方検察庁
首席捜査官

しみず ひこいち
清水 彦一さん (75)

中央

危険業務従事者叙勲



瑞宝単光章

元山口県警部補

みやぎ あきら
宮城 明さん (71)

小周防

どんぐり・まつぼっくり教室

11月11日(土) 冠山総合公園内

光市林業研究会の皆さんのご協力のもと9組27人の親子が、どんぐりの苗の植樹と砲台山での森の散策や、木の実や枝を使った工作などを楽しみました。

木や森のにおいを感じ、ふれあう体験を通して、子どもたちの心には自然を大切に思う気持ちが育まれたことでしょう。



図書館まつり 2017

11月12日(日) 図書館

図書館の活動PRと活性化につなげるため、図書館ボランティア活動協議会と協働で「図書館まつり 2017」を開催しました。

おはなし会やブックリサイクル、おりがみワークショップなどが行われ、約2,800人が来場。会場では本を身近に感じ、読書に親しむ人たちの姿が見られました。



市長『わ』日記

対話

調和

人の輪

誠実

親切

「やさしさひろがる
幸せ実感都市 ひかり」



市川市長が10月に参加した行事の一部を紹介します。

✧詳しくは[HP](http://www.city.hikari.lg.jp) (http://www.city.hikari.lg.jp) をご覧ください。



1



2



3

- 1 7日(土)
レノファ山口光市サンクスデー
- 2 15日(日)
第45回光市民体育大会
- 3 26日(木)
伊藤博文公墓前祭

情報ひろば

市役所本庁は、4月からダイヤルイン（直通電話）方式を導入しました。
平日 8 時 30 分～17 時 15 分の間は、各担当に直接つながります。



人のうごき

(10 月末現在)
人口 51,888 (-18)
男性 24,768 (-2)
女性 27,120 (-16)
世帯数 23,341 (1)
※ () 内は
前月からの増減

お知らせ



特別徴収税額通知書を
電子データで送信します

平成 30 年度課税分から、希望する給与支払者（事業主など）には、個人住民税特別徴

収税額通知書を電子データで送信します。

給与システムなどへの特別徴収税額データの取り込みが可能となりますので、ご利用ください。

● 申込方法 平成 29 年分の給与支払報告書を提出する際に、特別徴収税額通知受取方法を「電子データ」としてご確認ください。

※対象は e L T A X 利用事業者に限ります。

※個人別明細書や納入書などは、これまで通り紙媒体で郵送します。

☎ 税務課市民税係
0833・72・1439

12月4日から10日は

「人権週間」です

今日の社会では、さまざまな人権問題が存在し、複雑・多様化しています。

このため、国は「障害者差別解消法」や「部落差別の解消の推進に関する法律」など

の人権関連法を施行し、人権の尊重に向けた取組みを進めています。

また、市では「光市人権施策推進指針」を改定し、人権課題に対する正しい理解と人権を尊重するための教育や啓発活動を推進しています。

この一環として、市の窓口や人権擁護委員による特設人権相談を開設し、市民の皆さんからの人権相談をお受けしていますので、お気軽にご相談ください。

なお、特設人権相談日については、広報「ひかり」25 日号の「お知らせカレンダー」をご覧ください。

☎ 人権推進課人権推進係
0833・72・1459



後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ 健康診査の受診はお早めに

健康診査は、体の変化を把握し、生活習慣病を早期に発見できる検査です。

年に一回は健康診査を受診し、ご自分の健康状態を確認しましょう。

●健診項目

問診、診察、血液検査（貧血検査含む）、尿検査

※健康診査の結果は、受診した医療機関で説明を受けてください。

●受診期限

平成 30 年 3 月 31 日(土)

●自己負担金

500 円

●受診に必要なもの

- 健康診査受診券（黄色の紙）
- 質問票
- 後期高齢者医療被保険者証（保険証）

【受診券を紛失した場合】

保険証と印かんを持参の上、再交付申請を行ってください。

●申請場所

市民課年金・高齢者医療係、大和支所住民福祉課、各出張所

☎ 市民課年金・高齢者医療係

0833-72-1428

健康診査を受診して
健康管理に役立てましょう



第12回フォトコンテスト in室積秋まつり&花火

入賞者が次のとおり決定しました。

○カレンダー賞

永光進さん(光市)

○ポスター賞

古迫登志郎さん(光市)

○光市広報賞

土井孝さん(広島市)

○室積コミュニティだより賞

林和義さん(田布施町)

○室積商店会賞

田村肇さん(下松市)

久原靖史さん(周南市)

○光市観光協会賞

阪本守通さん(下松市)

三名木光生さん(光市)

○みたらい湾花火大会

実行委員会賞

磯永泰明さん(東京都)

福田和紀さん(周南市)

【入賞作品を展示します】

●会期 12月4日(月)～15日(金)

●場所 市役所玄関ロビー

●問 商工観光課観光係

☎ 0833-72-1532

NHK海外たすけあい 募金にご協力を

日本赤十字社では、海外の紛争や災害に苦しむ人々の生命と健康を守るため、「NHK海外たすけあい募金」を実施します。

お寄せいただいた寄付金は、世界各地で多発する武力紛争・自然災害等による犠牲者支援及び防災活動、開発途上国での医療・保健・衛生分野への支援活動に役立てられます。

皆さんのご協力をお願いします。

●受付期間 12月1日(金)～25日(月)

●受付窓口 ゆうちよ銀行、山口銀行、農業協同組合、漁業協同組合、NHK山口放送局、山口赤十字病院、山口県赤十字血液センター、日本赤十字社山口県支部

●口座振込

○山口銀行山口支店／普通

5138356／日本赤十字

☎ 0833-72-1409

【年齢層】

20歳代	1件
30歳代	5件
40歳代	2件
50歳代	2件
60歳代	6件
70歳代	9件
80歳代以上	5件
無回答	4件

●提出総数 34件(男性19件、女性13件、無回答2件)

●意見・提言

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

社山口県支部長 NHK海外たすけあい口 支部長 村岡嗣政

●問 日本赤十字社山口県支部

☎ 083-922-0102

まちづくりに関する 意見・提言

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

●まちづくりに関する

12月1日は 「世界エイズデー」

【エイズ検査を実施します】

●日時 12月6日(水) 10時15分～18時(要予約)

●場所 周南健康福祉センター(周南総合庁舎3階)

●検査方法 HIV抗体迅速検査(匿名、問診、採血)

●費用 無料

●問 周南健康福祉センター健康増進課精神・難病班

☎ 0834-33-6423

相談



弁護士無料法律相談

●日時 12月6日(水) 9時～12時(一人18分程度)

●場所 あいぱーく光

●定員 先着20人(要予約)

●申込方法 11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)

●問 社会福祉協議会

☎ 0833-74-3020

●問 社会福祉協議会

☎ 0833-74-3020

●問 社会福祉協議会

ヒートショックが心配...というあなたに
窓・ドアをリフォームしませんか

【熱の流出比率】
外気温0.5℃、室温20℃の場合
外壁19% 窓52% 換気15%

壁に比べて、夏は約6倍、冬は約3倍の熱が窓から出入りします。
最新の断熱窓にするだけで、住まいの寒さをスピード解決します!

☎ まずはお気軽にお電話ください

光市島田四丁目11-11 ☎ 0120-705-955 **YKK AP 取扱店**
MADO MADOショップ光店

脳トレ英会話 生徒募集!

英語を話すことが頭の体操になり
ボケ防止に効果的、脳が活性化する!!

★対象 60歳以上(英会話初心者)
★日時 毎週火曜日 14時～15時
★場所 地域づくり支援センター
★費用 4,000円/月(教材費として)
★定員 先着5名
★申し込み・問合せ NPO法人ネットワークひかり ☎ 080-3872-8828 (田村)

Hello!

催し



なかよし広場

乳幼児とその保護者を対象としたイベントに参加してみませんか。

【クリスマス会】

●日時 12月14日(木) 10時30分～11時30分

●参加費 子ども一人につき100円

●定員 80組(市内在住の人優先)

●申込方法 11月30日(木)から12月12日(火)までに窓口または電話でお申し込みください。

【親子歯みがき教室】

正しい歯みがきの習慣を身につけて、親子で楽しい時間を過ごしましょう。

●日時 12月25日(月) 10時30分～11時30分

●参加費 無料

◎場所 あいぱく光

【申問】子育て支援センター(あいぱく光)

☎0833・74・3030

憩いの家もちつき大会

新年への願いを込めながら、お餅をついてみませんか。

【東部憩いの家会場】

●日時 12月14日(木) 10時～

【東部憩いの家】

●日時 12月17日(日) 10時～

【西部憩いの家会場】

●日時 12月17日(日) 10時～

【西部憩いの家】



心肺蘇生法講習会

いざというときのために、応急手当の技術を学んでみませんか。

●日時 12月16日(土) 10時～12時

●場所 光総合病院

●対象 小学生以上

●内容 心肺蘇生法の基本手技、AEDの使い方

●申込期限 12月15日(金)

【申問】光総合病院地域医療連携室

☎0833・72・1000

大和総合病院

クリスマスコンサート

●日時 12月21日(木) 13時30分～14時30分

●場所 大和総合病院ロビー

●内容 なごみの会の皆さんによる踊り、ウィッシュの皆さんによる合唱など

【申問】大和総合病院

☎0820・48・2111



やまぐち地域

就職説明会

正社員として働きたいあなたと地元企業の出会いの場を提供します。

●開催日時/場所

○周南会場 12月5日(火) 13時30分～16時/ホテルサンルート徳山

○柳井会場 12月13日(水) 13時30分～16時/柳井クルーズホテル

○山口会場 12月22日(金) 10時～12時30分・13時30分～16時/山口グランドホテル

※山口会場の午前は事務的職種に特化した説明会です。

●対象 求職中の人、平成30年3月に大学・短大・高等専門学校などを卒業予定の人

●実施方法 県内に就業場所があり、正社員または常用雇用者を採用予定の企業担当者と個別に面談

●参加費 無料

【申問】県若者就職支援センター

☎083・976・1145

広告

受講無料

2017年度ひかり創業塾

【対象】創業への興味・意欲があり、経営の勉強に熱意のある方

【女性及びシニアの方 大歓迎!】

(必ずしも創業の実現に向けてのものではありませんので、お気軽にご受講ください。)

【日時】平成30年1月20日(土) 9時30分～16時30分

【場所】光商工会議所 研修室(光市島田四丁目14-15(市民ホール西隣))

【定員】10名 【申込先・問合せ】光商工会議所(担当:和田・濱永) ☎0833-71-0650

講師

谷口 修氏 (中小企業診断士)

中田 哲也氏 (中小企業診断士)

松本 利幸氏 (税理士)

穂本 晴夫氏 (㈱西京銀行光支店長)

内容

- ・創業の基本・心構え、助成金等
- ・経理及び税務申告
- ・事業計画と資金調達

【主催】光商工会議所、光中小企業相談所、大和商工会

光市 人権を考えるつどい

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

❖日時 12月17日(日) 13時45分～15時40分(受付12時30分～)

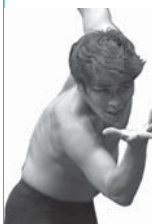
❖場所 市民ホール

❖内容 講演会、人権パネルの展示、人権の花育成記録展など

❖入場料 無料

❖問合せ 人権教育課(教育委員会)

☎0833-74-3603



■講演会
(トーク&ダンスライブ)
「誰にでも輝ける場所がある」

■講師
おおまえこういち
大前光市さん
(義足のプロダンサー)

「4枚からの紙芝居」作品集

●対象 どなたでも

●内容 紙芝居の展示、「4枚からの紙芝居」発表、光ふるさとカルタ大会

●場所 地域づくり支援センター

●日時 平成30年1月6日(土) 11時～16時

上演発表大会

「4枚からの紙芝居」

(元気なまち協働推進事業)

ふるさとを語ろう
おとなと子どもの紙芝居

手持ちの「手作り紙芝居」を発表してみませんか。

●内容 A3または八つ切り画用紙で8分以内の紙芝居

●募集組数 先着25組

●申込方法 12月20日(水)までに電話、FAX、✉(miyuki.sueoka31@gmail.com)のいずれかでお申し込みください。

※作品は、12月20日(水)までに地域づくり支援センターに持参してください。

●(申請)光紙芝居(末岡)

☎080-3891-8940

FAX 0833-72-6582

◎休館日 毎週火曜日



★しめ飾りづくり教室

自作のお飾りでお正月を迎えませんか。

●日時 12月23日(祝) 13時～16時30分(受付12時30分～)

●対象 市内在住または市内に通勤・通学している人

※親子での参加もできます。

●募集人数 先着30人

●参加費 600円(材料費)

●申込方法 12月18日(月)までに、電話またはFAXでお申し込みください。

●(申請)周防の森ロッジ

FAX 0833-77-5789



ふるさと郷土館

☎0833(78)2222

◎入館料 250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

★光市の今と昔の写真展

●会期 12月9日(土)～24日(日)

★Christmas音楽会

in醤油蔵2017

「たてよこ笛の調べ」

●日時 12月10日(日) 14時～15時30分

●内容 篠笛と三線の演奏

★ミニ門松づくり

●日時 12月24日(日) ①10時～12時 ②13時～15時

●対象 高校生以上

●募集人数 各回先着10人

●参加費 800円(材料費)

●申込方法 12月9日(土)以降に電話でお申し込みください。

●(申請)周防の森ロッジ

☎0833-72-1447

●開設日 11月30日(木)、12月11日(月)、21日(木)

●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。

●(問)収納対策課



昭和57年～昭和59年製のトヨトミ石油ファンヒーターを探しています

上記期間に製造された製品には、現在、取り付けが義務化されている安全装置が装着されておりません。誤った使用方法により、事故が起こる可能性があるため、1986年(昭和61年)より自主交換を行っております。

対象機種	ご連絡先
LCR-3・LCR-3-1 LS-3・LS-3-1・LS-6	〒467-0855 名古屋市長穂区桃園町5番17号 株式会社 トヨトミ フリーコール 0120-104-154 (お客様よりお知らせ頂きました個人情報、商品の交換目的以外には使用いたしません) ※現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております。

市民ホール

0833(72)1441

◎休館日 毎週月曜日

★優秀映画鑑賞会

「光市民ホール名画劇場」

世界中を魅了した黒澤明監督の映画を2日間にわたり上映します。

●日時 平成30年2月3日(土)、4日(日) 10時～(1日3本上映)

●場所 小ホール

●作品

○わが青春に悔いなし(昭和21年、出演：原節子、藤田進)
○酔いどれ天使(昭和23年、出演：志村喬、三船敏郎)

○羅生門(昭和25年、出演：三船敏郎、京マチ子)

○用心棒(昭和36年、出演：三船敏郎、仲代達矢)

●鑑賞料(全席自由、12月2日(土)発売開始)

○一般 500円/日

○文高会員 400円/日

●プレイガイド 市民ホー

ル、文化センター、ふるさと郷土館、市役所など

★「第5回アラ還フェスティバルin光」出演バンド募集

還暦世代のミュージックバンドによる賑やかな演奏会に参加してみませんか。

●日時 平成30年3月4日(日) 開場12時30分、開演13時

●対象 市内在住または市内に通勤している60歳前後の人を中心に構成しているバンド

※応募者多数の場合は、バンド編成などを考慮して選考します。

●申込方法 12月15日(金)までに電話でお申し込みください。



里の厨

0820(4)0881

◎休館日 毎週月曜日

★「さとくり料理教室」

参加者募集

クリスマステーマにした料理教室です。

●日時 12月6日(水) 10時～13時

●対象 18歳以上の人

●講師 山崎浩一さん(ちどりグループ代表)

●募集人数 先着16人

●参加費 1000円(材料費、テキスト代)

●申込期間 11月25日(土)～12月3日(日)

★「そば打ち体験教室」

参加者募集

そば粉から自分の手でそばを作ります。作りたてを味わってみませんか。

●日時 12月16日(土)、12月17日(日) いずれも10時～13時

●対象



○16日：市内在住の高校生以上のグループ(1人～3人)
○17日：市内在住の親子(保護者1人、小学生以上の子ども2人まで)
※そばアレルギーの人はご遠慮ください。

●講師 河野千之さん(ルールガイド)

●募集人数

○16日：先着12組

○17日：先着6組

●参加費 1200円/組

(材料費、テキスト代)

●申込期限 12月8日(金)

●申込方法 電話または里の厨備え付けの申込用紙で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。

広告

デイサービスの様子をのぞいてみませんか

見学者募集(予約不要)

当施設では特に歩行訓練に力を入れています。「20年ぶりに走れた!」「自信がついた!」という声も!!



効果的な歩行訓練を行うため
Honda歩行アシストを導入!!

ふうしゃ 光市光ヶ丘4番5号
デイサービス風車ひかり ☎0833-48-8085

光 HAPPYマルシェ クリスマス

大和地区から元気に幸せを届ける

＊日時 12月10日(日) 10:00～15:00
＊場所 大和総合運動公園体育館内
＊内容 雑貨、ハンドメイド、革製品、陶芸、服、イラスト、植物、パン、焼き菓子など展示販売
移動販売車によるフード販売、地元野菜市
＊問合せ 光 HAPPY マルシェ実行委員会 ☎080-6310-6843 (寺尾)



あなたの健康プラスアップ

冬の入浴は「ヒートショック」にご注意を

暖かい部屋から寒い部屋への移動などによる急激な温度の変化によって血圧が変動し、失神や不整脈を引き起こすことを「ヒートショック」と言います。

気温の下がる冬場に多く、最悪の場合、死に至る危険性もあるため、これからの季節は注意が必要です。

■「ヒートショック」が

起こりやすいのは

冬場の入浴中に多く発生しています。

特に高齢者、高血圧の人、糖尿病や脂質異常症の人に起こりやすく、年間約1万7000人がこれに関連した入浴中急死に至っています。

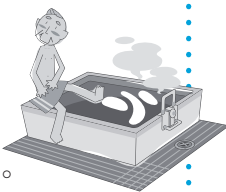
■冬場の入浴中に多い理由

寒い脱衣所で衣服を脱ぐと血管が収縮して、急激に血圧が上がりますが、温かい

い浴槽につかると血管が拡張して、急激に血圧が上がります。このときの血圧の変動が脳や心臓などに大きな負担となって失神を引き起こし、転倒したり、浴槽内でおぼれて亡くなったりすることがあります。

★ヒートショックを防ぐポイント

- お湯の温度を 41℃以下にする。
- 高い位置にシャワーを設置し、シャワーから浴槽へお湯をはり、浴室を温める。
- 脱衣所や浴室に暖房器具を設置する。
- 外気温の高い昼間に入浴する。
- 食後 1 時間以内や飲酒後は入浴を避ける。
- 入浴前に家族に一声かけ、見守ってもらう。



12月の健康カレンダー

行事名	日時	場所	その他
育児	育児相談	7 日(木) 13:30 ～ 14:30	あいぱーく光
	歯の健康相談	13 日(水) 9:30 ～ 11:00	大和コミュニティセンター
	1 歳児お誕生相談	21 日(木) 9:30 ～ 11:00	三島コミュニティセンター
	2 歳児お誕生相談	7 日(木) 13:30 ～ 14:30	あいぱーく光
	母親教室	5 日(火) 9:30 ～ 13:00	あいぱーく光
		11 日(月) 9:30 ～ 11:30	あいぱーく光
		16 日(土) 9:30 ～ 11:30	あいぱーく光
健康	離乳食教室	20 日(水) 10:00 ～ 12:00	あいぱーく光
	3 歳児健診	15 日(金) 12:40 ～ 13:40	あいぱーく光
	成人歯科健診	7 日(木) 13:30 ～ 14:30	あいぱーく光
	健康相談（要予約）	12 日(火) 9:00 ～ 15:00	あいぱーく光
	癒しのカウンセリング （前日の午前中までに要予約）	26 日(火) 13:30 ～ 15:30	あいぱーく光
	食育相談（要予約）	19 日(火) 9:00 ～ 15:00	あいぱーく光

16 (土)	●母親教室（9時30分～、あいぱーく光） ●心肺蘇生法講習会（10時～、光総合病院） ●そば打ち体験教室（10時～、里の厨） ●市民活動活性化講座（13時～、地域づくり支援センター）	23 (祝)	●しめ飾りづくり教室（受付12時30分～、周防の森ロッジ）
		24 (日)	●ミニ門松づくり（10時～／13時～、ふるさと郷土館） ●第13回光市文化祭芸能祭ピアノ（13時30分～、市民ホール）
17 (日)	●そば打ち体験教室（10時～、里の厨） ●憩いの家もちつき大会（10時～、西部憩いの家） ●光市人権を考えるつどい（受付12時30分～、市民ホール）	25 (月)	
18 (月)		26 (火)	●癒しのカウンセリング（13時30分～、あいぱーく光 ※要予約） ●水道夜間支払窓口（21時まで、水道局）
19 (火)	●食育相談（9時～、あいぱーく光 ※要予約）	27 (水)	もの（下表参照）
20 (水)	●離乳食教室（10時～、あいぱーく光） ●パソコン学習会（13時30分～、地域づくり支援センター） もの（下表参照）	28 (木)	●夜間収納相談窓口（20時まで、市役所） 行政 人権（下表参照）
21 (木)	●育児・1歳児お誕生・歯の健康相談（9時30分～、三島コミュニティセンター） ●大和総合病院クリスマスコンサート（13時30分～、大和総合病院） ●夜間収納相談窓口（20時まで、市役所） 心配（下表参照）	29 (金)	
		30 (土)	
22 (金)		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	大和支所 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	大和支所 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 12月4日(月)～10日(日)は「人権週間」	7日(木) 9時～12時 14日(木)、28日(木) 9時～12時	大和支所 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	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

2017

12月 お知らせカレンダー

1 (金)		9 (土)	●園芸教室 (10 時～、冠山総合公園) ●生涯学習講座 (13 時 30 分～、地域づくり支援センター) ●サーカスコンサート 2017 ～ POP STEP ひかり～ (開場 14 時 30 分～、市民ホール) ●光市の今と昔の写真展 (24 日まで、ふるさと郷土館)
2 (土)	●砲台山クリーンハイキング (10 時～、冠山総合公園集合 ※雨天中止)	10 (日)	●マイナンバーカード申請・交付臨時窓口 (9 時～、市役所 ※16 時まで) ●Christmas 音楽会 in 醤油蔵 2017 (14 時～、ふるさと郷土館)
3 (日)	●干支づくり教室 (10 時～、里の厨) ●クリスマスリース作り教室 (10 時～、冠山総合公園)	11 (月)	●母親教室 (9 時 30 分～、あいぱーく光) ●夜間収納相談窓口 (20 時まで、市役所)
4 (月)	●第 12 回フォトコンテスト in 室積秋まつり & 花火入賞作品展示 (15 日まで、市役所)	12 (火)	●健康相談 (9 時～、あいぱーく光 ※要予約)
5 (火)	●母親教室 (9 時 30 分～、あいぱーく光)	13 (水)	●育児・1 歳児お誕生・歯の健康相談 (9 時 30 分～、大和コミュニティセンター) 年金 もの (右下表参照)
6 (水)	●弁護士無料法律相談 (9 時～、あいぱーく光 ※要予約、11 月 29 日から受付開始) ●さとくり料理教室 (10 時～、里の厨) ●パソコン学習会 (13 時 30 分～、地域づくり支援センター) もの (右下表参照)	14 (木)	●憩いの家もちつき大会 (10 時～、東部憩いの家) ●なかよし広場 (10 時 30 分～、あいぱーく光) ●創作イルミネーション (25 日まで、17 時～、冠山総合公園) 人権 (右下表参照)
7 (木)	●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) 行政 心配 人権 (右下表参照)	15 (金)	●3 歳児健診 (12 時 40 分～、あいぱーく光)
8 (金)			

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。

12 月の 診療日	診療科目 (※)	
	内科系	外科系
3 日(日)	内科	外科
10 日(日)	内科 (小児科)	外科
17 日(日)	内科	耳鼻科
23 日(祝)	内科 (小児科)	皮膚科
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



「ふるさと光応援寄附金協賛事業者」募集

市では、「ふるさと光応援寄附金（ふるさと納税）」制度を活用して寄附をいただいた市外在住の人に、地元特産品などの商品をお礼品として進呈しています。

については、お礼品の登録・発送などにご協力をいただける「協賛事業者」を募集します。

■対象事業者（次の全てに該当）

- ①市内に事業所があり、商品などの提供および寄附者への送付を行うことができる法人または個人事業者
- ②市税の滞納がないこと
- ③代表者などが、光市暴力団排除条例に掲げる暴力団の構成員などでないこと

■募集するお礼品

- 要件 市内で栽培、製造、加工などを行っている商品で、光市の PR につながるもの
- 価格 商品代と梱包料の合計（上限 10 万円）に消費税を含めたもの

■お礼品の例



■協賛事業者の役割

市へのお礼品の提案、寄附者へのお礼品の発送

※送料は市が負担します。

■申込方法

企画調整課に備え付け、または市HP（下記参照）に掲載の専用申込書に必要な事項を記入の上、誓約書、事業者概要資料、商品概要資料、商品の画像データとともに、持参または郵送にてご提出ください。

■提出先・問合せ

企画調整課企画係

〒743-8501 光市中央六丁目 1-1

☎ 0833-72-1408

HP <http://www.city.hikari.lg.jp/kikaku/furusatotax/bosyu.html>

光の恵みいただきますレシピ

旬の食材「ハクサイ」を使って
ハクサイとホタテの蒸しもの



※毎月旬の食材を使ったレシピを市HPで紹介しています。



▲QRコード

【一人分栄養価】
エネルギー 86kcal
食塩相当量 1.3g

【作り方（材料 4 人分）】

- ①ハクサイ 1/4 個（約 500g）を一口大に切る。
- ②①の半量をフライパンに入れ、その上にさつと洗った乾燥春雨 40g をはさみで食べやすい長さに切ったのせる。
- ③①の残りを広げて加え、粉末中華だし小さじ 1、酒大さじ 1、しょうゆ大さじ 1、砂糖大さじ 1 とホタテ貝柱の缶詰 65g を汁ごと加える。その後ふたをして、沸々とするまで強火にかける。
- ④③を弱火で 20 分間蒸し煮にし、ハクサイが柔らかくなったら塩こしょう少々で味を整える。
- ⑤春雨をほぐすように炒め合わせ、器に盛り、小口切りにした小ネギ少々をのせる。

（島田地区食生活改善推進員）

表紙写真の紹介

■室積・虹ヶ浜海岸で「こも巻き」を実施

11 月 13 日（月）、室積・虹ヶ浜海岸に植栽しているクロマツに市と光大和森林組合が、室積小学校 4 年生 49 人と浅江小学校 3 年生 144 人を対象とした「こも巻き」体験学習を実施しました。

「こも巻き」とは、クロマツの幹に「こも」と呼ばれる藁を巻き、越冬のため暖かい場所に移動する習性のある害虫を集め、春にまとめて駆除する方法のことです。

児童は、強風などから私たちの生活を守っているクロマツに感謝をしながら一生懸命「こも」を巻きつけていました。

