

阿知須地域交流センターだより

2024 令和 6 年

ほっとふる

9 月号

発行：阿知須地域交流センター
☎：0836-65-2022
FAX：0836-65-4013
e-mail：ajisu@city.yamaguchi.lg.jp



阿知須地区子ども会『ドッチビー交流会』

7月28日（日）に阿知須体育センターで阿知須地区子ども会主催、夏休み恒例の「ドッチビー交流会」が開催されました。「ドッチビー」は「ドッチボール」と同様なゲームですが、ボールの代わりにフライングディスクを使って行うもので、小学校低学年から中学生までと一緒に楽しめる人気のニュースポーツです。

試合は14チーム、約170人の選手が2つのリーグに分かれて予選を行いました。最後に両リーグ1位同士による優勝決定戦、2位同士による3位決定戦が行われました。

熱戦が繰り広げられる中、子どもたちの応援に加え、保護者の方々の声援もあり、体育館いっぱい歓声が響き渡り、大変盛り上がりました。準備・運営にご協力いただきました関係者の皆様、ありがとうございました。



優勝 玉川Aチーム

準優勝 砂郷チーム
第3位 河内清光園チーム

スマホ講座を実施しました

高齢者の方を対象としたスマホ講座を7月25日(木)、8月1日(木)に実施しました。例年通りシルバー人材センターのパソコン班の方を講師に招き、アプリのダウンロードや、オンライン地図サービスの活用方法などを教えていただきました。

今回は初めて、阿知須中の有志の生徒の方に協力していただきました。中学生のサポートを受けながらスマホの使い方を学びました。



また、8月8日(木)に老人クラブ主催のスマホ講座がおげんきかんにて実施されました。こちらも阿知須中の生徒の方に協力していただきました。株式会社プレサスの方を講師にお招きし、Google レンズ、やまぐち健幸アプリの使い方、スマホトラブルあるあるを教えていただきました。

どちらの講座も楽しく異世代交流ができていい時間となりました。



千鳥ヶ浜の海岸清掃

7月28日(日)午前9時から炎天下の中約1時間半、千鳥ヶ浜海岸で、ボランティアの方々によるプラスチック類や流木等の漂着物の回収、周辺の草刈りなどの清掃活動を実施しました。雨で延期したにも関わらず、70名もの方々に参加していただきました。例年より漂着物が多く大変な作業となりましたが、ご協力ありがとうございました。



わくわくスポーツ塾

7月24日(水)、31日(水)、8月7日(水)の3回阿知須小学校で『わくわくスポーツ塾』を開催し、小学3年生から6年生の児童23人の参加がありました。わくわくスポーツ塾では、山口市スポーツ推進委員協議会阿知須部会の方を講師に迎え、各回テーマを決めいろいろなスポーツに挑戦しました。チームでハイタッチをして喜ぶ姿がとても印象的でした。



▲ ペアリングキャッチで大盛り上がり

生き生き学習塾

声を出してみましよう(音読会)

美しい日本語を声に出して読んでみませんか。この会は内容を説明する会ではありません。ただ声を出して美しい日本語を味わいましょう。

9/19 (木)

- 場 所 阿知須地域交流センター 2階 講座室1
- 対 象 概ね50歳以上の方
- 定 員 先着18名
- 申込み 9月17日(火)まで
- 持参品 飲み物
- 参加費 無料

13:30
▽
14:30

生き生きねんりん大運動会

- 日 時 10月8日(火) 9:00~12:30
- 場 所 阿知須体育センター
- 申込み 9月20日(金)までに各単位老人クラブ会長へ申し込んで下さい。
- 主催 阿知須地域交流センター
- 共催 老人クラブ連合会阿知須支部

お問い合わせ

阿知須地域交流センター
(0836-65-2022)

~歩く習慣を作りませんか~

「歩数アップサポート」

運動を始めたい方へ提案です!生活の中で無理なく歩数アップできるよう期間限定で応援!

「やまぐち健幸アプリ」で簡単に参加出来ます!詳しい取組方法や、プレゼントの条件は「歩数アップサポート」で検索

■対象者	新規参加者限定 18歳以上の市民及び市内に在勤・在学の方のうち、定期的な運動習慣がない方
■参加費	無料(ただし、アプリ利用にかかる通信料、記録の提出にかかる料金は参加者負担)
■期 間	10月1日(火)~12月31日(火)の3か月間
■申込期間	9月30日(月)まで
■申込方法	右記の二次元コードか、受付窓口に設置の申込書に必要事項を記入し提出してお申込みください。 
■受付窓口	各保健センター、各地域交流センター及び分館

お問い合わせ

阿知須総合支所内 健康づくり阿知須担当
(0836-65-4211)



アウトドアヨガ
in 南部

参加者募集！！

ナンブ地域交流センター
Instagram ⇒



	月見ヨガ in 阿知須	神社ヨガ in 陶	森ヨガ in 鑄銭司
日時	9月17日(火) 19:00~21:00	9月25日(水) 10:00~12:00	10月2日(水) 10:00~12:00
場所	阿知須地域交流センター 芝生広場 (山口市阿知須2743) ※雨天時は交流センター大ホール	八雲神社 (山口市陶2859) ※雨天時は陶地域交流センター会議室	スゼンジハウスオープンエリア (山口市鑄銭司6247) ※雨天時は鑄銭司地域交流センター会議室
対象	山口市南部地域在住・在勤の女性 (陶、鑄銭司、名田島、二島、嘉川、佐山、小郡、秋穂、阿知須)		
講師	木原 ちゃこ先生		
定員	20人(先着順)	12人(先着順)	8人(先着順)
無料託児場所 (希望者)	阿知須地域交流センター和室	陶地域交流センター和室 (山口市陶2595)	鑄銭司地域交流センター和室 (山口市鑄銭司5675-1)
参加費	1,000円(軽食代込み)		
持参物	ヨガマット、タオル、飲み物、レジャーシート ※ヨガマットとレジャーシートは貸出可		
申込期間	8月27日(火)0:00~ 9月10日(火)23:59	9月2日(月)0:00~ 9月17日(火)23:59	9月11日(水)0:00~ 9月25日(水)23:59
申込方法	二次元コードから 電子申請⇒ 	二次元コードから 電子申請⇒ 	二次元コードから 電子申請⇒ 
お問合せ	阿知須地域交流センター 0836-65-2022	陶地域交流センター 083-972-1318	鑄銭司地域交流センター 083-986-2360

がん検診のおしらせ

がんの早期発見に向け、集団検診を実施します。早期のがんは自覚症状がないことが多いため、定期的な検診受診が必要です。40歳以上で、職場等で検診・人間ドック等を受ける機会のない方はぜひ受診しましょう。受診の際は必ず、がん検診等受診券(5月下旬発送)をご持参ください。

○肺がん・結核検診

■予約不要

※検診車で阿知須地区を巡回します。

日	時	場所
9月24日 (火)	9:00~12:00	阿知須健康福祉センター (おげんきかん)
	13:00~15:00	
9月25日 (水)	9:00~10:00	砂郷公民館
	10:15~10:45	有勲荘

○複合集団検診

■要予約

市ウェブサイトからも予約できます⇒ 

日程	受付時間	肺がん 検診	大腸がん 検診	胃がん 検診	子宮がん 検診	乳がん 検診
10月16日 (水)	8:00~11:30	◎	◎	◎	◎	◎
実施場所		阿知須健康福祉センター(おげんきかん)				

【当日受付時間の目安】

胃がん検診受診あり	8:00~9:30 子宮、乳、肺、大腸がん検診も受診可能
胃がん検診受診なし	9:30~10:30 子宮、乳、肺、大腸がん検診も受診可能
肺、大腸がんのみ受診	10:30~11:30

○喀痰検査

(肺がん・結核検診と同時に希望者のみ受診できます。)

■対象：肺がん検診受診者のうち、50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方

【自己負担金】

- ・肺がん・結核検診：300円(※)
(令和6年4月1日時点で65歳以上の方は無料)
- ・大腸がん検診(検体提出)：400円(※)
- ・胃がん検診(バリウム検査)：1,900円(※)
- ・子宮がん検診(頸部)：1,300円(※)
- ・乳がん検診：1,100円(※)
- ・喀痰検査：700円(※)

(※) 節目年齢の方は無料で検診を受けることができます。胃・肺・大腸・乳(女性)…40・45・50・55・60歳、子宮…20・25・30・35・40歳女性。また、検診当日に70歳以上の方、「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの65~69歳の方で検診当日提示された方、70歳未満で市民税非課税世帯の方(要事前申請)は負担金が500円(大腸がん検診は400円)で受けられます。

お問い合わせ

小郡保健福祉センター

(083-973-8147)

今月の俳句(阿知須俳句会)

おいでませ客も輪に入る踊りかな

いく子

～山口市デジタル活用支援事業～
スマホ初心者講座&相談会

スマホを利用して、生活をより便利にしませんか？アシスタントがしっかりサポートし、わかりやすく丁寧に教えます。講座内容は2回コースになりますので、ふるってご参加ください。

【1回目】10月11日(金) 13:30～15:30

【2回目】10月18日(金) 13:30～15:30

■内 容 ・スマホの基本操作、アプリについて

- ・電卓、カメラ、検索機能を使いこなそう
- ・Google レンズや Google マップの使い方
- ・ビデオ通話の仕方
- ・迷惑な電話やメールの事例 など

■場 所 阿知須地域交流センター2階 大ホールB

■対象者 スマートフォンをお持ちの方

■参加費 無料

■定 員 各回12名(先着順)

■講 師 山口市シルバー人材センター
 佐々木雅博氏ほか

■申込期間 9月2日(月)～9月27日(金)
 ※締切日より前でも定員になり次第受付を終了します。



申し込み
 お問い合わせ

阿知須地域交流センター
 (0836-65-2022)

いぐらの館 だより **入場無料**

いぐら HP (<http://www.c-able.ne.jp/~kyu-naka/>)

” 藍のしぼり染めワークショップ ”

いぐらの館で収穫した藍の葉を使い、布を絞り染めして楽しむワークショップです。

■日 時 9月15日(日) 10:00～12:00

■場 所 いぐらの館 中庭

■申込み 先着15名 小学4年以上
 (小学生は保護者同伴)

■参加費 無料

” 3世代トリオ演奏会 ”

フルーツ、ウッドベース、キーボード、ドラムを使った演奏で懐かしい曲やおなじみの曲をお届けします。

■日 時 10月6日(日) 14:00～15:00

■場 所 いぐらの館

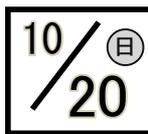
■入場料 無料

阿知須「いぐらの館」(旧中川家住宅)
 電話 65-2403 メール kyu-naka@c-able.ne.jp

休館日
 水 木

阿知須オープンソフトボール

～参加チーム募集～



9:00～
 元気ランド

■参加料 1,000円
 ※代表者会議に持参のこと

■代表者会議 10月16日(水) 19:30～
 及び抽選 阿知須地域交流センター 2階
 講座室2

■申込み 10月4日(金)までに
 阿知須地域交流センターへ
 ※申込用紙は交流センターにあります。

阿知須ソフトボール協会
 田坂 (090-8063-3737)、小川 (090-8243-3470)

体験会 ノルディックウォーキング

■日 時 9月14日(土)・28日(土)
 いずれも10:00～12:00

■集 合 きらら博記念公園 東駐車場

■申込み 開催日の2日前まで

■定 員 各開催日20名(先着順)

■参加費 500円/回

■その他 ・座学、実技各1時間です。
 ・ポールのない方は主催者で準備します。

お問い合わせ 阿知須地域交流センター (0836-65-2022)

なぜ夕方に音楽が流れるの？

夕方音楽が流れている屋外スピーカーは、災害発生時などに山口市が情報を発信する「防災行政無線」のスピーカーです。その「防災行政無線」の動作確認のために、毎日決まった時間に音楽を流しています。

なお、市内他地域では18時(又は17時)にサイレンが流れますが、阿知須は5分前の55分に流れています。山口市の「防災行政無線」システムは、サイレン以外の異なる曲を同時に流すことが出来ないため、阿知須では5分早く音楽を流しています。夕方、防災行政無線から音楽が流れ始めたら帰宅の時間が近い合図です。帰宅の準備を始めましょう。

お問い合わせ 阿知須総合支所 農林土木課
 (0836-65-4470)

阿知須図書館(きらら館)からのお知らせ

イベントや新刊情報、休館日をお知らせする図書館だよりを掲載しています。
 二次元コードからアクセスしてください。



二次元コード

お問い合わせ 山口市立阿知須図書館「きらら館」
 (0836-66-0001)

保健師相談窓口

阿知須総合支所内 健康づくり南部担当
 ※家庭訪問等で不在のこともありますので、お電話でご確認のうえお越しください。(65-4211)

育児相談

9/13(金) 10時～11時

おげんきかん 多目的スタジオ

行政ふれあい相談

9/19(木) 13時～15時

おげんきかん(毎月第3木曜日)

人権特設相談所

9/1(日) 13時～15時

小郡地域交流センター