

大内まちづくり 協議会だより



vol.59

2023年9月1日

人口	23,196人	男性	11,092人
世帯	10,490世帯	女性	12,104人



鱈石町にある重岩と宮島町にある象頭山



本誌24号（令和2年10月号）でも象頭山を紹介していますが、鱈石町にある重岩と一緒の構図は、左のイラストにもあるように、すてきな風景です。

ここには一三七三年に明の使者である趙秩が山口の名勝10箇所を漢詩で表現した山口十境詩の2つが存在しており、手前の重岩の前に「鱈石生雲」の石碑が、奥の鱈石橋の象頭山側に「象峯積雪」の石碑があります。左にその石碑を紹介し

7月4日(火) 安心安全部会の取組

反射鏡設置要望箇所の現地審査



今年度は、新設要望が6箇所、移設要望が1箇所、修復要望が1箇所ありました。部会員が現地調査を行い、採用箇所を決めていきました。

7月6日(木)

生活環境部会の取組

7月19日(水)

法定外公共物整備要望箇所現地審査



今年度は、道路工事8件、水路工事15件、交通安全施設工事2件の要望がありました。部会員と市の専門員で現地調査を行い、予算の関係で、採用箇所、不採用箇所を決めていきました。

7月12日(水) リフレッシュ体操で、心もからだも元気に! ~ストレッチ&筋トレで体幹づくり~

健康福祉部会の取組



講師はスタジオFの江藤康予さんと武内良笑さんです。イスを使っての筋トレ体操は、家でも続けていきたいですね。



以下は、参加者の感想です。

- ・心も体もリフレッシュできました。家でもイスを使ってやってみたいと思います。
- ・家事の間でも少しずつ続けていけたらと思います。とても楽しかったです。
- ・久しぶりに体を動かして楽しかったです。改めて体が硬くなっているのを実感しました。日々、少しずつでも身体を動かしていきたいと思います。
- ・イスで体幹が安定して左右に開くのがわかった。肩が上がって肩甲骨が開けないことがわかった。
- ・心も体もポジティブになれる良い時間でした。
- ・背伸びが筋トレみたいにキツくて、体の衰えを感じました。いつも楽しく元気をもらえます。立ち姿勢を気を付けたいです。
- ・今までストレッチを自己流で行っていましたが、初めてプロに教わり、こんなにも奥深いんだなと思いました。いろんな所がのびて気持ち良く楽しくできたので家でもやってみたいです。ありがとうございました。子どもにもいろんなスポーツをさせたいです。
- ・身体がすごく軽くスッキリしました。明日は絶対筋肉痛だと思いますが、明日もストレッチをやりたいと思います。
- ・身体を柔らかくすることで怪我をしにくい体になることがよくわかりました。高校球児がストレッチを大切に毎日していることの意味がわかりました(^^)

7月27日(木)

大内元気あっぷ健康講座

山口県の健康寿命は男性80歳、女性84歳だそうです。健康寿命を延ばすためには「身体活動・運動」が大切で、**中強度の運動（汗ばむ程度の速歩き・山歩きや畑仕事等）**が、免疫機能を高め、生活習慣病の予防や改善に最も適しているという話がありました。



今回は、大内元気あっぷ健康講座の第1回目として、山口市健康増進課の中尾菜摘保健師さんから「活動量アップで健康になる」という題で、健康講話をいただきました。

ちょっといい話



右の写真は、ブルーベリーを模した大内塗りの置物です。この作品が誕生したきっかけは、昨年11月に行った「おおうち産業フェア」でした。そのフェアに出展された中村民芸社さんとJA山口県大内ブルーベリー生産部会が相談し合い、互いがコラボしてできあがったものです。絵柄は大内の児童が考えたイラストを参考に作成しました。置物だけでなく、左の写真のようなキーホルダーもあります。

ブルーベリー生産部会では大内ブルーベリーを大内の特産品として売り出したいという思いと、中村民芸社の大内塗りの技術を紹介したという思いが、このような作品を生み出しました。この品についてのお問合せは大内まちづくり協議会までお願いいたします。



健康福祉部会からのお知らせ

ふまねっと運動の実技と講演

- ◆日時：9月28日(木) 13:30～15:30
- ◆場所：大内地域交流センター講堂
- ◆講師：山口県立大学 学長 田中 マキ子 氏
田中先生からの「高いQOLを目指した、高齢者の生活」という講演もあります。



子育て応援講座 ～ストレッチ&リンパ体操～

- ◆日時：10月11日(水) 13:30～15:00
- ◆場所：大内地域交流センター講堂
- ◆講師：健康管理士・リンパセラピスト 渡邊 桂子 氏



参加希望の方は、大内まちづくり協議会 (☎996-5798) までご連絡ください。

安心安全部会のお知らせ

くつきりナイトスクール (交通安全教室) を開催します

- ◆日時：9月23日(土) 19:00～20:00
- ◆場所：山口そうごう自動車学校 (大内)
- ◆内容：山口警察署員の講話と教習場での実地講習
(自動車のライト点灯時の歩行者の見え方、歩行者・自転車の反射材の効果等)
※親子での参加など、できるだけ家族おそろいでご参加ください。
※参加者には、夜間歩行時に使用する「LEDバンド」をお渡しします。



青少協からのお知らせ ～近郷高等学校等情報交換会から～

大内地区青少年健全育成協議会では、毎年夏休み前の7月初めに、山口市や防府市の高校と大内中の生徒指導の先生方、山口警察署の課長さん、大内交番の所長さん、大型店舗の店長さんを招いて、情報交換会を行っています。

今年はその会を7月7日に開催しました。その会で出た情報を、地域の皆さんにお伝えします。

どの高校、中学校も、生徒の自転車のマナーの悪さに苦慮されています。「ながらスマホ」も増加中だそうです。特に、自転車運転中に対人事故を起こした場合、その後どんな人生を送らなければならぬかを、大人が教えることも大切であるとの指摘がありました。

また、大型店舗での盗撮事件が増えているとの情報もありました。スマホだけでなく、小型カメラを靴やカバンの中に隠して犯行に及ぶことがあるそうです。シャッターを押さなくてもスカートの下にスマホを置いていただけでも犯罪になります。

さらに、ミニスカートなど露出の多い服装をしていると盗撮を誘発することにもつながるので気を付けてほしいとのことでした。

まずは、この問題をご家庭でしっかりと話してもらったことが大切で、その上で、本協議会等の関係団体や地域全体で子どもたちを守っていきたくて願っています。

竹キャンドルを作りました!



7月23日(日)に、小鯖地域交流センターで、大内・小鯖合同企画のキャンドルナイトを開催しました。竹を切ったり穴をあけたりと、少し難しい作業もありましたが、とても素敵な作品が完成しました。

9月の主な行事予定

日	曜日	行事名	時間	会場	日	曜日	行事名	時間	会場
2日	土	子どもいご教室	13:00~	大内地域交流センター	16日	土	子どもいご教室	13:00~	大内地域交流センター
3日	日	市民スポーツ大会	8:30~	維新公園 リフレッシュパーク	20日	水	パソコン講座	10:00~	大内地域交流センター
6日	水	民児協定例会	9:30~	大内地域交流センター	23日	土	子ども生け花教室	13:00~	大内地域交流センター
12日	火	育児相談	10:00~	大内地域交流センター	27日	水	子ども手芸教室	15:30~	大内地域交流センター
13日	水	ベビーマッサージ	10:00~	大内地域交流センター			ヨガ教室	19:30~	大内地域交流センター
		パソコン講座	10:00~	大内地域交流センター	28日	木	大内元気アップ講座	13:30~	大内地域交流センター

新刊図書

老いてはネコに従え	養老 孟司 下重 暁子
街とその不確かな壁	村上 春樹
汝、星のごとく	凧良 ゆう
どじょうすくいのおさるです。	平田 景
徳川家康弱者の戦略	磯田 道史

「ぱっくん」 運行予定表 (9月)

大内地域交流センター (10:40~11:20)
13日・27日 (水)

ヨガ教室参加者募集!

子育ての合間の時間や
ちょっとリフレッシュしたい方はどうぞ!

- 日 時：9月27日(水) 19:30~20:30
- 場 所：大内地域交流センター和室
- 定 員：10名(先着)
- 対 象：大内地域在住・在勤の女性
- 参加費：500円
- 持参物：タオル、飲み物等
- 申込み：大内地域交流センター
☎927-0473



受付
9月1日(金)~

【発行・編集】

大内地域交流センター・大内まちづくり協議会

- 大内地域交流センター
(地域担当) TEL 083-927-0473
FAX 083-927-0475
- (行政窓口) TEL 083-927-0301
- 大内まちづくり協議会事務局 TEL 083-996-5798

《住所：〒753-0221 山口市大内矢田北一丁目10番11号》

Check it!!

大内地域交流センター
インスタグラム
大内まちづくり協議会HP

<http://www.ohuchi-machizukuri.com/>

大内まちづくり協議会

【カラー版おうちだよりが見れます!】



OHUCHI.HOURYUCENTER

