

# おおうちだより



地区旗

発行/山口市大内地域交流センター(旧公民館)  
山口市大内矢田北一丁目10番11号  
TEL・FAX/083-927-0473

人口	23,326人	男性	11,222人
世帯	9,667世帯	女性	12,104人

## パソコン講座 ～家計簿を作ろう～

受講者募集

1か月毎に1シートを使用し月度集計は別シートに楽々まとめられ年間の収支が一目瞭然!!とても便利です。  
自治会等の出納帳にも活用できる優れものです♪♪

家計簿					
		収入計	支出計	残高	
		40,037	21,881	18,056	
月日	項目	摘要	収入	支出	残高
12月1日	前月繰越金		40,037		40,037
12月1日	献金(洗剤含む)			919	40,018
12月1日	収入	お菓子	17,200		22,738
12月1日	雑費、生活用品	お中敷		108	22,630
12月2日	献金(洗剤含む)			1,728	20,902

- ◆日時 2/10(水)、2/17(水) 13:30~15:30
- ◆場所 大内地域交流センター
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆受講料 1,500円(2回分、テキスト代含む)  
※初回受講時に徴収します。
- ◆その他 ノートパソコンをご持参ください。  
ない場合には貸出も可能です。
- ◆申込 大内地域交流センター TEL927-0473



## ★☆☆バレンタイン企画☆☆☆ 子ども夢クラブ お菓子づくり教室

食推さんといっしょに美味しいお菓子づくりに挑戦してみませんか?  
どんなお菓子を作るかは当日のお楽しみ!



- ◆日時 2月6日(土) 9:30~12:00
- ◆場所 大内地域交流センター
- ◆対象者 小学生以上 先着20名
- ◆持参物 エプロン、三角巾、手拭きタオル
- ◆参加費 100円
- ◆申込 大内地域交流センター TEL927-0473  
※1月15日(金)8:30~ 申込み受付開始

## がん検診や特定健診はお済みでしょうか?

健診の結果や健康づくりについて、保健師や栄養士に相談してみませんか?2月の健康相談では体組成測定・血圧測定や食品に含まれる塩分量の展示・野菜の1日摂取目標量の展示などを行います。また、みそ汁の塩分測定も実施します。

初めての方もお気軽にお立ちよりください。

- ◆日時 2月2日(火) 13:30~(14:30受付終了)
- ◆場所 大内地域交流センター
- ◆料金 無料
- ◆持参物 健康手帳(お持ちの方)、健診診査結果等  
みそ汁の塩分測定を希望される方は、みそ汁を50ml程度密封容器に入れてお持ちください。

# みんなで語ろう！

## ～子どもが元気・大人が元気・まちが元気～



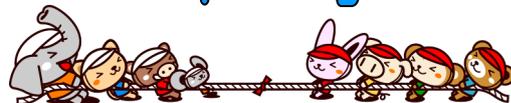
大内で子育てや仲間づくり等、世代を超えてみんなが元気に安心して暮らしていくには何が必要でしょうか。講演とパネルディスカッションによる、参加型の“語ろう会”を開催します。当日は、大内自慢の美味しい「ぜんざい」を用意して、皆さまのご参加お待ちしております。

- ◆日 時 2月6日(土) 10:00～12:00
- ◆場 所 大内地域交流センター 2階 講堂
- ◆対象者 健康に関心のある方。大内の元気なまちづくりを応援したい方 先着50名(託児有り)
- ◆申 込 大内まちづくり協議会事務局 TEL050-1265-7063 (1月29日(金)締切り)
- ◆主 催 大内まちづくり協議会健康福祉部会
- ◎講 演 「地域ぐるみの交流でこころも体も元気UP!!」  
講師 田中マキ子さん(公立大学法人山口県立大学大学院健康福祉学研究科長)
- ◎パネルディスカッション「みんなで語ろう ～子どもが元気・大人が元気・まちが元気～」  
コーディネーター中川忍子さん、パネリスト田中照夫さん、杉田弘美さん、コメンテーター田中マキ子さん



# 大内子ども会 第31回「冬のフェスティバル」

【開催予告】 1月23日(土)



今年も子どもたちが寒さに負けずがんばります。皆さん、子ども達へ大きな応援をよろしく願いいたします。

- ◆日時 1/23(土) 9:00開始
- ◆場所 大内小学校体育館
- ◆主な内容(予定)  
・綱引き ・5人1組によるチャレンジゲーム

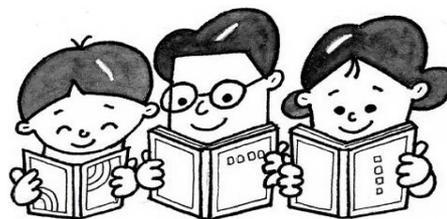


## 図書室からのお知らせ



### 新刊図書

過ぎ去りし王国の城	宮部 みゆき
風かおる	葉室 麟
ザ・万字固め	万城目 学
幸せはあなたの心が決める	渡辺 和子
家事で脳トレ65	加藤 俊徳
メタボ外来の3ヶ月で確実にやせるレシピ	京都医療センター
親子あそびのえほん	武本 佳奈絵(文) 平澤 朋子(絵)
たびにでたファルガさん	チトラ・サウンダー(文) カニカ・ナイル(絵)



- ・1回につき、一人3冊まで借りることができます。
  - ・本を借りる時は、事務室の貸出ノートに記入して下さい。
  - ・返す時は事務室に持ってきて下さい。
  - ・初めて借りる人は、登録カードを作ります。
- ※本は、みんなで利用するものです。大事にあつかってください。もし破れたりしたら、返す時に声をかけて下さい。