

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	23,333人	男性	11,205人
世帯	9,632世帯	女性	12,128人

第1回 食推さんの料理教室 「生涯骨太クッキング」 ～骨粗しょう症予防のための運動&食事～

- ◆日時 9/11(金) 9:30～13:00
- ◆場所 大内地域交流センター
- ◆定員 20名(先着順)
- ◆参加費 200円
- ◆持ち物 エプロン、三角巾、タオル
託児あり(要申込)
- ◆申込 大内地域交流センター TEL927-0473
締切 9月4日(金)



★ MENU ★

- ・サバ(水煮缶)のピリ辛そぼろ風丼
- ・れんこんとごぼうのミルクきんぴら
- ・その他

※汁物の塩分測定ができますので希望される方は、みそ汁やスープを容器等に入れてお持ちください。

大内地区青少協「標語看板」をつくりました!

8月1日、大内地区青少年健全育成協議会が大内中学校美術部の生徒と標語看板を制作しました。

これは昨年、地区内の小学5年生と中学2年生から募集した「感謝の気持ち」に関する標語の中の優秀標語を看板にするものです。

最優秀標語は大型看板にして、大内地域交流センター大集会場の壁面に設置されます。

その他の優秀標語は黄色の看板として各町内に配布しますので設置のご協力をお願いします。



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?9月の健康相談では血管年齢測定・体組成測定・血圧測定などを実施します。また、みそ汁の塩分測定や食品に含まれる脂肪量の展示なども行います。初めての方もお気軽にお立ちよりください。

※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。

- ◆日時 平成27年9月1日(火)
- ◆受付 13:30～14:30
- ◆場所 大内地域交流センター
- ◆料金 無料
- ◆持参物 健康手帳、健康診査結果等

健康づくり講座 参加者募集

健康づくりのお話しと体験講座を開催します。皆さんお誘い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。

I 「ハッピーウォーキングで
健康に美しく歩こう!!」
◆日時 9月17日(木) 10:00~12:00
◆講師 馬田義子氏

II 「いつまでも軽やかに爽やかに!
~足腰鍛えて健康づくり~」
◆日時 10月1日(木) 13:30~15:00
◆講師 青木邦男氏(山口県立大学特任教授)

《I・II共通》

◆会場 大内地域交流センター ◆持参物 室内シューズ、タオル、飲料水
◆主催 大内まちづくり協議会健康福祉部会
◆申込先 大内まちづくり協議会事務局 TEL 050-1265-7063 9月4日(金) 締切



ひまわり観察日記

大内地域交流センター駐車場横の畑のひまわりの生育状況をお知らせします。

播種から約6週間。
梅雨も明け、夏本番。生育状況に多少バラつきはありますが、強い日差しを受けぐんぐん育っています。



ブックスタート体験会のご案内

山口市では、絵本に関心をもち始める時期の乳児とその保護者を対象に、絵本を無料で贈呈し、絵本を通して親子の絆を強めることができる「ブックスタート体験会」を開催しています。ぜひご参加ください。

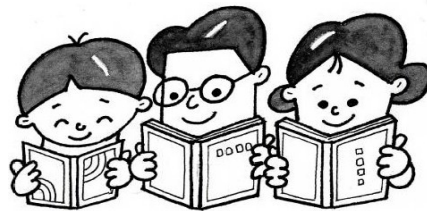
◆日時 平成27年9月3日(木) 10時~12時
9月4日(金) 10時~12時
◆場所 大内地域交流センター
◆対象 平成27年1月1日から平成27年3月31日の間に生まれた乳児とその保護者
※受付は随時行います。所要時間は15分程度です。
・対象者にはハガキでご案内いたします。
◆問合せ 山口市立中央図書館 (TEL 901-1040)



図書室からのお知らせ

新刊図書

火星に住むつもりかい?	伊坂 幸太郎
絶頂の一族	松田 賢弥
自分を愛する技術	加藤 秀視
行正り香のお酢料理	行正 り香
寝たきり老人になりたくないなら大腰筋を鍛えなさい	久野 謙也
境界のRINNE 24~26	高橋 留美子
ほげちゃん	やぎ たみこ
ばけばけばけばけ ばけたくん たんじょうびの巻	岩田 明子



・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。