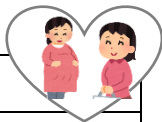


母子保健推進員のご紹介

保護者・乳幼児と市保健師とのパイプ役です。妊娠中や誕生後に家庭訪問をしますので、心配事などお気軽にご相談ください。育児学級、育児相談や1歳6か月・3歳児健康診査の補助等も行なっています。



氏名（敬称略）	担当地区
横沼 希代子	9、10、11区
中司 ちよ子	7、14～17区、禅昌寺町
西田 信子	1～5、12、13区、管内団地上鯖山、8区、三本松町、百合ヶ丘

母推さんとして一緒に活動して下さる方を緊急募集!

●問合せ 山口市子育て保健課 ☎083-921-7085

手作りの「ゴキブリ団子」ありませんか?

70歳以上のひとり暮らしの方でゴキブリ団子が必要な方に手作りのゴキブリ団子を“無料”でお渡しします。

●申込先 5月31日（火）までに小鯖地域交流センターまでご連絡ください。
☎083-927-0021
※6月9日（木）以降に配達予定です。

●主催 ボランティアおさばゆかりの会



育児相談

お子様の成長や発達、関わり方など子育て全般について心配なこと、不安なことがあれば、お気軽にご相談ください。

- 日時 6月3日（金）
受付 13：30～14：30
- 場所 小鯖地域交流センター講座室
- 内容 身長、体重測定、子育てや歯科に関する相談など
- 対象 乳幼児
- 参加費 無料
- 持参品 母子健康手帳
- 申込み 不要
- 主催 市保健センター
小鯖地区母子保健推進員



2・3歳さんおいでよ♪ アンパンマンくらぶ

- 2・3歳児のお子様を対象です。
(H30.4.2～R2.4.1生まれ)
- 5月16日（月）までに小鯖幼稚園・保育園に
来園して申込書をご記入ください。
- 一回目は6月初旬の予定です。
- 問合せ 小鯖幼稚園・保育園
☎083-927-0054



地域づくり協議会 合同部会



よろしくお願いします!

地域づくり協議会では、今年度は「健康福祉部会」「生活環境部会」「安心安全部会」「文化体育部会」の4部会で活動を行います。総会（書面議決）後、全委員さんに集合していただく**合同部会**を開催し、令和4年度の活動計画について話し合います。

なお、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、延期または開催方法の変更（部会別等）をさせていただきます。その際、委員の皆様にはご連絡いたします。

- 日時 6月2日（木） 18：30～
- 場所 小鯖地域交流センター講堂（全体会後は交流センターの各部屋に分かれます）
- 内容 部会の活動について（全体会）
各部会に分かれて今年度の活動について話し合い

～運動不足を解消しよう！～

歩数アップサポート(新規参加者限定)



生活の中で無理なく歩数アップできるよう支援します。職場仲間や友人、家族のみなさんでお願い合わせの上、ご参加ください。

3か月間、連続で運動に取り組み、記録を提出した方には、もれなく500円分の図書カードをプレゼント！

- 内 容 ① 目標の歩数や時間を決め、歩数アップにチャレンジする
② 毎月、歩数または歩いた時間を記録し、提出する
③ 希望者には応援メッセージが返信される ※概ね2週間後
- 実施期間 6月1日(水)～8月31日(水)の3か月間
- 対 象 市内に在住・在勤・通学している方のうち、定期的な運動習慣がない(週2回30分以上の運動を継続していない)18歳以上の方であり、初めて参加する方
- 参加費 無料(ただし、記録表の郵送料や通信料は参加者負担)
- 申込み 5月31日(火)までに、右記QRコード又は、申込書に必要事項を記入の上、窓口持参、電話、郵送、FAXのいずれかでお申し込みください。
- 受付場所 各保健センター、各地域交流センターおよび分館
※チラシ・申込書は各受付場所にあります。市ウェブサイトからも取得できます。
- 問 合 せ 市保健センター(健康増進課) ☎083-921-2666 E-Mail: kenko@city.yamaguchi.lg.jp



「今すぐ実践！筋力アップ大作戦」

山口市保健センターから健康チェック・健康相談会のお知らせ

- 日 時 5月16日(月) 受付10:00～11:00 ●場 所 小鯖地域交流センター研修室
- 対 象 健康づくりに関心のある方、健康診査結果についてご相談がある方など
- 内 容 骨の強さ測定、体組成測定、保健師・管理栄養士との健康相談
筋力や骨の強さを高める方法についての展示
- 参加費 不要 ●申込み 不要。受付時間内に会場にお越しください。
- 持参品 各種健康診査結果(お持ちの方)
- その他 ・マスク着用での参加をお願いいたします。
・体調の悪い方は参加をご遠慮ください。
・体組成測定のご希望のある方は裸足になれる服装でお越しください。
- 問合せ 市保健センター(健康増進課) ☎083-921-2666



有償ボランティアのアンケート実施

地域内での「有償助け合いの仕組みづくり」に向け、コアメンバーや全体会での協議を進めてきましたが、この度、民生児童委員協議会の皆さまにご協力いただき、独居の高齢者向けにアンケート調査を実施することになりました。

- 調査時期 5月以降
- 対 象 者 65歳以上独居世帯および75歳以上の二世帯
- 調査方法 民生児童委員さんが実施される実体調査に併せて実施



山口市地域おこし協力隊 卒業報告会

「ミッションをやってみて山口市に起きた変化」をテーマに各隊員が「活動報告」を行い、その後、地域資源の魅力とその活用について、「トークセッション」を行います。

- 日 時 5月10日(火) 13:00～15:30
- 場 所 山口南総合センターホール
- 隊 員 田中愛生さん、友永翔さん、中岡佑輔さん、平塚海渡さん、今仁有希さん
- 定 員 100名程度
- 参加費 無料 ●申込み 不要
- 問合せ 定住促進課 ☎083-934-2942

中岡さんは、小鯖で「アコーディオンボーチャづくり講座」をしてくれたよ!

