

『健康チェック・健康相談会』のお知らせ

～今すぐ実践！筋肉アップ術～



- 【日時】 **4月6日(水)** 13時～15時
4月7日(木) 9時～11時
- 【場所】 市保健センター(糸米二丁目6番6号)
- 【対象】 市民で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】 足指の力測定、体組成測定、保健師・管理栄養士との健康相談、理学療法士による自宅で行える筋トレ・ストレッチ、健康マメ知識コーナー(たんぱく質を上手にとる食事)など
- 【参加費】 不要
- 【申し込み】 不要。受付時間内に会場にお越しください。
- 【持参物等】 各種健康診査結果(お持ちの方)
- 【注意事項】 ・体組成測定をご希望の方は裸足になれる服装でお越しください。
 ・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。
- 【問い合わせ】 市保健センター(Tel.083-921-2666)

宮野自治連合会女性部だより

春の日差しが心地よい季節になり、皆様も年度替わりでお忙しいと存じます。女性部では、例年4月中旬に総会を開催していますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、令和4年度総会は書面議決を行いますのでお知らせいたします。総会は新役員および委員の初顔合わせとなる場ではありますが、ご理解いただけますようお願いいたします。

なお、総会の書面議決に関する書類は、4月下旬頃に新委員の皆様へ送付いたします。



市政情報をタブレット端末で閲覧していませんか?

宮野地域交流センターには、市政情報コーナーやパブリックコメントの対象となっている資料を閲覧するタブレット端末を設置しています。

みなさん、ぜひ、御活用ください。

なお、利用には各窓口での申し込みが必要です。



【お問い合わせ】
 宮野地域交流センター(Tel.083-928-0234)

いまいきサロン宮野こいのクラブ

4月の活動は中止いたします。
 ご理解の程、よろしくお願ひいたします。



—4月の行事予定—

4日(月)	狂犬病予防注射(14:10~15:20)	交流セ
8日(金)	始園式	宮野幼
	始業式	宮野小
	始業式、入学式	大殿小 宮野中 大殿中
9日(土)	子ども会育成会総会	子ども会
11日(月)	入学式	宮野小 大殿小
12日(火)	入園式	宮野幼
14日(木)	センター運営協議会	交流セ
	個人懇談(~18日)	宮野幼
15日(金)	宮野地区社会福祉協議会総会	地区社協
	参観日	大殿小
22日(金)	参観日	宮野小
	運動会組み合わせ抽選会	交流セ
23日(土)	PTA総会	大殿中
25日(月)	家庭訪問(~28日)	大殿小
28日(木)	こいのぼり運動会	宮野幼
30日(土)	参観日、親育会総会	宮野中

ごみ・資源等の収集日は、「山口市ごみ・資源収集カレンダー」をご覧ください。

令和4年度『市民登山教室の会』

～(山に親しみ、山の恵みに感謝する会) 会員募集～
 【内容】 日帰り登山を年5回程度、清掃登山を年2回程度実施

【会費】 2,000円(1年間の通信費・資料代等です)
 【申し込み】 はがきに郵便番号、住所、氏名、生年月日、携帯番号、血液型を記入し、下記まで送付
 〒753-0821
 山口市葵1-4-14「市民登山教室の会」事務局
 【問い合わせ】 同事務局 090-9460-3381(阿部)

ドッジボール スポーツ少年団

仁保っ子ファイターズ 団員募集

ドッジボールが好き、体を動かすのが好き…
 少しでも興味のある方大歓迎です!!

【練習日】 火・金曜: 仁保小体育館 18時～20時
 木曜: 宮野小体育館 18時30分～20時

【対象】 1年生～6年生

【団費】 2,500円(保険・スポーツ少年団登録料 別途)

【経費】 10,000円程度(体育館シューズ・サポーター等)

【受付】 見学・入団を希望される方は、下記までご連絡ください。

【連絡先】 竹内(Tel.090-4571-1591)



宮野地域交流センター活動推進委員会
 〒753-0011
 山口市宮野下3054(住吉)
 山口市宮野地域交流センター内
 TEL 928-0250
 FAX 928-0302
 令和4年4月1日号
 通巻421号



3/6(日)健康ウォーキング開催!

山口駅前交番への連絡方法が変わります!

令和4年4月1日から、交番への「直接電話が廃止」されます。ご用のある方は、**山口警察署代表番号(083-924-0110)**におかけください。

そのまま警察署から交番に電話を転送されます。



山口交通安全協会 宮野分会

『足王神社例大祭』中止のお知らせ

4月3日(日)に予定していましたが「足王神社春季例大祭」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、神事のみ執り行い恒例の「もちまき」「福くじ」等の行事は中止とします。今年こそはと思っていましたが、残念です。

来年は、通常とおりの「まつり」が開催できることを祈っています。

足王会奉賛会

『四団体合同総会』のお知らせ

(自治連合会・観光会・消防後援会・活動後援会)

令和4年度 宮野地区四団体合同総会は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため書面議決とさせていただきます。

総会の書面議決に関する書類は4月に送付いたします。

『宮野観光会』からのお知らせ

毎年恒例となっていた4月の木戸山公園での「宮野観桜会」を取りやめる事といたしました。

長年開催してきた行事に終止符を打つことは大変残念ですが、昨今の参加者状況等を鑑み決定いたしましたので、ご理解の程お願いいたします。

今まで、観桜会にご協力・ご参加いただき誠にありがとうございました。

宮野観光会 会長 今谷 憲一

令和4年度宮野地域交流センター活動サークル一覧

分類	団体名	活動内容	会場	曜日	時間
健康・体づくり・レクリエーション	宮野合気道教室	合気道の稽古	大会議室	毎週日曜 毎月第1・3・5木曜	8:30 ~ 13:00 18:00 ~ 22:00
	一木会卓球	卓球	大会議室	毎週日曜	13:00 ~ 15:00
	太極拳同好会みやの	太極拳(24式)、剣(32式)	大会議室	毎週月曜 毎月第2土曜日	9:00 ~ 12:30
	シニア社交ダンス	高齢者の楽しみと身体活性化のために社交ダンスの練習を行う	大会議室	毎週月曜	13:00 ~ 16:30
	ステップ21	健康体操	大会議室	毎週月曜	19:00 ~ 20:30
				毎月第1・2・3・5水曜	13:30 ~ 15:00
	すこやかクラブ	卓球	大会議室	毎月第1・3・4・5火曜	9:00 ~ 12:00
	宮野サークル	健康向上のため(卓球)	大会議室	毎月第1・3・4・5火曜	10:00 ~ 12:00
	健脚教室宮野OB会	ゲーム、歌体操など交えながら健脚に！春と秋は野外ウォーキング	大会議室	毎月第2火曜	9:00 ~ 11:30
	西京華伝隊	ヨサコイ練習	大会議室	毎週火曜	20:00 ~ 22:00
	自彊術	自彊術体操による健康体操	大会議室	毎月第1~4水曜	9:00 ~ 11:00
	スローヨガピクス	バンドを使いながら腹式呼吸に合わせたスローストレッチのヨガ。全国に教室があります。	大会議室	毎週水曜	11:00 ~ 12:30
	宮野音頭保存会	宮野音頭の伝承と、色々なジャンルの曲に合わせて楽しく身体を動かす	大会議室	毎月第4水曜	13:00 ~ 16:00
	宮野卓球サークル	卓球	大会議室	毎月1・3・4・5水曜 毎月第2木曜	19:00 ~ 21:00
	日本スポーツウェルネス吹矢協会 山口西京支部	心身の健康増進を目指し、集中力と精神力を養う	大会議室	毎月第2・4・5木曜	8:30 ~ 12:00
				※1、5、11月は第1・4・5木曜 毎月第1・3土曜	
	リフレッシュ3B	3つの用具(ボール、ヘル、ヘルダー)を使用する健康体操。生涯を通じて心身共に健康な日常生活を送ることができるよう年齢、性別に関係なく誰にでも無理なく楽しめる。	大会議室	毎月第1・2・4・5木曜	13:00 ~ 17:00
				多目的室1	
	フォークダンスクラブ	フォークダンスを楽しむ	大会議室	毎週金曜	9:00 ~ 12:00
毎月第2火曜				13:00 ~ 15:30	
華道	小原流いけばな	いけばな稽古	研修室2	毎月第1・3月曜	18:00 ~ 21:00
				毎月第2・4月曜	13:00 ~ 16:00
書道	日本習字	毛筆と硬筆の指導	研修室1	毎月第2・4金曜	15:00 ~ 21:30
			研修室2	毎月第1・3・5金曜	
	宮野書道研究会	日本習字の手本をもとに、漢字・仮名・ペン字・墨画の修得	研修室2	毎月第2・4土曜	13:30 ~ 15:30
音楽・芸能	宮野謡の会	謡曲の稽古(喜多流謡曲を初歩から学ぶ)	和室	毎週月曜	9:00 ~ 12:00
	實心流吟道寶水会	詩吟(歌謡吟詠)の練習	研修室2	毎月第1・3火曜	9:30 ~ 12:00
			大会議室	毎月第1・4水曜	18:00 ~ 20:30
	ネーマ&ブランシェ	女声合唱	研修室1	毎週水曜	10:00 ~ 12:30
			大会議室	毎週土曜	13:30 ~ 16:30
宮野吟詠会	詩吟稽古	研修室2	毎月第2・3水曜	13:30 ~ 15:30	

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、日程の変更、または中止となる場合があります。ご了承ください。

来館前に検温の実施、マスクの着用をお願いします。講座は十分な換気等、感染症対策を講じた上で開催します。

令和4年度宮野地域交流センター活動サークル一覧

分類	団体名	活動内容	会場	曜日	時間
音楽・芸能	みやの歌声サロン	懐かしい童謡・唱歌・歌謡曲をうたう	大会議室	毎月第1・3金曜	13:00 ~ 16:00
	ジョイ ミュージカルカンパニー	ミュージカルオペラなど演技をまじえての稽古。宮野まつり、震災チャリティーなどで演じている	大会議室	毎週金曜	19:30 ~ 22:00
	宮野音楽同好会	音楽を楽しむ。楽器演奏	研修室1	毎月第1・3金曜	19:00 ~ 22:00
	山口マンドリンアンサンブル	演奏会に向けての練習	研修室1	毎週土曜	13:00 ~ 16:30
語学	英会話	英会話学習	研修室1	毎月1~4水曜	13:00 ~ 15:00
文学・文芸	宮野読書会	図書館で、会員が本を選定	研修室2	毎月第2火曜	13:00 ~ 16:00
	図書ボランティア	図書室運営の補助(整美・購入図書選定・登録・図書室だより発行)宮野まつり参加	研修室2	毎月第2水曜	9:30 ~ 13:00
手芸	ふしぎな花クラブ	手芸	研修室1	毎月第2・4火曜	9:00 ~ 12:30
娯楽	宮野囲碁同好会	囲碁	研修室2	毎週日曜	8:30 ~ 16:00
コンピュータ	宮野パソコンクラブ	新型コロナにより世の中にリモート、オンラインが普通になってきたのに対応し、パソコン利用技能を向上させると共に地域の交流を推進する	研修室1	毎月第1・3月曜	13:00 ~ 16:00
			多目的室1	毎月第4土曜	

※詳しい内容を知りたい場合や、入会を希望されたい場合は各サークルの活動日に見学をされ、代表者にご相談ください。

担当地域包括支援センターが変更となります！

4月1日から仁保地域に山口市北東第2地域包括支援センターが開設されます。それに伴い、宮野にお住まいの皆さんは、担当の地域包括支援センターが変更となります。地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが安心して暮らせるよう支援する身近な相談窓口です。お気軽に御相談ください。

【担当】(変更前)山口市北東地域包括支援センター
➡(変更後)山口市北東第2地域包括支援センター

●山口市北東第2地域包括支援センター
担当地域：仁保、宮野
住所：山口市仁保中郷2316番地2
TEL：083-929-1414
FAX：083-929-1515
開設時間等：8時30分~18時(月~金曜日)
8時30分~17時15分(土曜日)
※祝日、年末年始を除く

【お問い合わせ】市高齢福祉課(Tel083-934-2758)

ブックスタート体験会のお知らせ

山口市では、絵本に関心を持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】5月20日(金)
10時~12時、14時~16時

【場所】宮野地域交流センター

【対象】令和3年10月1日から令和4年1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。
・対象者にはハカキでご案内いたします。

【問い合わせ】
山口市立中央図書館(Tel083-901-1040)

※なお、新型コロナウイルス感染状況等により、開催を見合わせる場合があります。

パソコン講座のご案内

—写真や図が入ったカラフルなチラシを作ってみよう—

ワードの色々な機能を使って写真や案内図が入ったカラフルで華やかな動物フェスタの広告ポスターを作ってみよう。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

【日時】4月11日(月)
28日(木) (全2回)

【参加費】2,000円
【持参品】お持ちのパソコンをご持参ください。

【場所】宮野地域交流センター2階 多目的室1 【申し込み】宮野地域交流センター(Tel083-928-0250)

【定員】12名(定員になり次第〆切)

