

広報

いわくに

2022
9/1
September

No.396

あなたのその笑顔は
変わらないよ。

巻頭特集(2～5ページ)

認知症、誰にでも起こる病気
だからこそ一人じゃない



認知症、 誰にでも起こる病気 だからこそ一人じゃない—



誰にでも起こる病気だから

認知症—。自分にはまだ関係ない病気、そう思う人もいるかもしれませんが。しかし高齢化が進む日本で、2025年には65歳以上の4人に1人が認知症になると言われています。また認知症は高齢者だけでなく、64歳までの若い人に発症することもあり、いつ、誰が発症してもおかしくない病気です。

そのため、一人一人が脳の病気である認知症への理解を深め「もしかしたら認知症の症状かもしれない」という家族や自分自身の変化にすぐに気付けることが大切です。

早く気づき、対応することで本人や家族の不安に思う気持ちを軽減し、必要なトラブルを避けることができます。また認知症によって困ることがあったとしても、医療や介護サービスなどさまざまな支援を受けることで、本人や家族が孤立感を感じることなく暮らすことができます。

「認知症になっても自分らしい人生を送りたい」

今回の特集では、その思いに寄り添った医師や認知症の人の家族の声、相談できる場所などを紹介します。

- ☐ 「我が道を行く」行動が目立ち、周囲に配慮した行動が取れなくなる
- ☐ 家事や整理整頓ができなくなる
- ☐ 同じものばかり食べる、同じ場所に出かけるなど同じ行動パターンを繰り返す

当てはまるものに チェックしてみましょう！

当てはまる箇所がある場合や、日常生活に不安がある人は医療機関や地域包括支援センターに相談してください。

認知症は脳の「病気」

認知症は脳の病気です、さまざまな原因により認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出る症状が6カ月以上続いている状態のことです。その中に若い人でも発症することがある若年性認知症もあります。

認知症になると物忘れが増えたり、日常生活で元々できていたことが徐々にできなくなってきたりします。体調が悪い時には病院を受診するのと同じ

ように、なるべく早く医療機関などを受診しましょう。

早期発見の大切さ

認知症の進行スピードは個人差がありますが、最終的には食事を取ることができなくなり、寝たきりになってしまいうこともあります。残念ながら根本的な治療法や予防法は今のところありませんが、進行スピードを遅らせる薬剤治療などがあります。そのため早期に発見することが重要です。本人は自

覚症状がない場合が多いため、家族や周囲の人が少しでも異変を感じたら、なるべく早く医療機関や地域包括支援センターなどに相談することが大切と言えます。

病気を理解することが 本人と家族の安心につながる

認知症の診断には病院での検査が欠かせませんが、初めての場合は不安に思うことがあるかもしれません。家族と一緒に受診することはもちろん可能ですが、医師はまず本人の話をしっかりと聞き取り、診断することを心掛けています。そして認知症と診断した場合には、本人と家族に現在の進行状況や今後の生活でできることとできないことの説明をします。病気についての理解を深めることは本人と家族の安心につながっていきます。

自分らしく生きるために

認知症になったとしても突然何もかもが変わってしまうわけではありません。今後、症状が進行していく中で自分がどのように暮らしたいかを考え、選択することができます。

医師やスタッフはそのために必要な支援やサポートと一緒に考えていきます。と思っています。

いい記念病院認知症疾患医療センター
センター長 中村 研医師

あなたに必要なサポートを
一緒に考えていきましょう

Check List

- ☐ 同じことを何度も言ったり、質問したりする
- ☐ さっき言ったことを覚えていない
- ☐ 物をなくしたり、盗られたと言ったりする
- ☐ イライラしやすい、不機嫌になりやすい、怒りっぽくなる、頑固になる
- ☐ 意欲がなく、ぼんやり過ごすことが多い
- ☐ 買い物に行くと同じものばかり買って来る
- ☐ 日にちや時間が曖昧になる
- ☐ 実際にはないもの（人や動物、虫など）が見える



石井さんご夫婦

朋成さん(55歳) 久恵さん(51歳)

＋ 周囲に打ち明けたことが 前を向くスイッチ でした ＋

診断される前が一番不安だった

夫が忘れ物をして帰って来ることが多いと感じるようになったのが5年程前のことです。以前は率先してやっていた庭の手入れやDIYなどもあまりやらなくなりどうしたんだろう?と思うようになりました。ネットで調べればすぐに情報が手に入る時代なので、その分不安が募っていきました。

そして3年前に家族旅行に出掛けた折、旅行先で突然車の運転ができなくなってしまうことをきっかけに、病院を受診する決意をしました。

病院で検査して若年性認知症と診断された時、夫も私ももちろんショックでした。でも同時に「やっぱりそうだった

なんだ、これで漠然とした不安からは解放されるんだ」と感じたことを覚えていいます。

相談し、気持ちが前向きに

病気が分かってから「これから自分がしっかりしないといけないんだ」と気負った部分もありましたが、家族や気の許せる仲間思い切って打ち明けて話を聞いてもらいました。そうするとみんな温かい言葉で励ましてくれ、思っていた以上に気持ちが軽くなり、前向きになった自分に気付きました。またちようどその頃「広報いわくに」で認知症相談会があることを知り、そこで紹介してもらったのが「認知症の人の家族のつどい」です。参加してみ

ると、家族に認知症の人がいるからこそ分かる悩みを共有できたり、経験者のアドバイスを聞くことができたりして、とても心強く思いました。

仕事が続けられる喜び

気掛かりだったのは仕事のことです。当時夫は基地内で消防の仕事をしていたのですが「危険が伴うため続けられない、でも下の子はまだ中学生だし」と生活面での不安がありました。そんな中、基地内のフードサービスの仕事に異動させてもらえることになりました。現在の職場の方も元の職場の方も「一日でも長く働けばいいですね」といつも声を掛けてくださり、仕事が続けられていることを本当に感謝しています。

家族のこと

夫が病気になって気付いたこともあります。初めは戸惑っていた3人の息子たちが、病気の進行に合わせてさりげなく必要なサポートをしてくれるようになりました。人の痛みが分かり、気遣いができる子供に育ってくれたなど親としてうれしく感じています。

支えてくれる人がいる

病気が進行していく中、先の見通しが立たないことに不安はあります。でもこれまで家族や友人、職場

の仲間がたくさん支えられ、乗り越えてきました。
困った時には相談できる場所や、助けてくれる人がいる、そう思うとそんなに悲観しなくてもいいんじゃないかな、と今は少しずつ思えるようになりました。

気持ちを分かち合える場所があるだけで

10年前に夫が60歳で認知症と診断された当時は、「これからどうしたらいいのだろう」と途方に暮れ、地域包括支援センターなどに相談して助けられたことが何度もありました。そんな中「同じような境遇の人と気持ちを分かち合える場所があれば、救われる人がいるのではないか」という思いで2017年に「くつろぎ花※花」を立ち上げました。

みんなで集まれば辛いことが笑い話になることもあります。思いを分かち合い、ホッと一息つける場所、「くつろぎ花※花」はそんな会です。



若年性認知症の人の家族のつどい
くつろぎ 花※花
代表 升谷千津子さん

相談できる場所があります



認知症相談会

認知症の診断の有無に関わらず誰でも相談できます。来場が難しい場合は訪問することもあります。

日時：広報いわくに（毎月15日号）に掲載

場所：毎月市内5カ所で開催



認知症カフェ

認知症の人や家族と一緒に交流し、情報交換などができます。看護師や介護福祉士などの専門家とお茶を飲みながら気軽に話ができます。

日時：毎月1回程度

場所：市内3カ所で開催



認知症の人の家族の会

認知症の人の家族などがお互いに思いや悩みを話し、経験者のアドバイスを聞くことができる場です。家族間で情報交換もできます。

日時：毎月1回

場所：市内3カ所で開催



見守っている人も増えています

◆高齢者等見守り活動に関する協定（38事業所）

市では、高齢者などの見守りを行う事業所と協定を結んでいます。日常業務の中で気になることがあった場合に地域包括支援センターに相談したり、緊急時には救急などに通報したりすることで、高齢者などが安全に生活できるように見守っています。

◆はいかい高齢者等 SOS ネットワーク事業

高齢者などが行方不明になった時に、地域の協力を得て早期に保護・発見するための取り組みです。自宅に戻れなくなる可能性がある高齢者などの情報を事前に家族が市に申請・登録します。行方不明発生時には警察署からの支援要請に基づき、協力事業所(220事業所)や市民に呼び掛け、捜索への協力を得ることができます。

◆位置情報提供事業（GPS 機器の利用料の助成）

高齢者などがGPS発信機を持っておくことで、家族などが居場所を知ることができる、GPS機器のレンタル利用料の一部を助成しています。



認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る人のことです。講座を受講すれば誰でもサポーターになれます。民生委員や地域のボランティアなど毎年多くの団体が受講しています。



地域包括支援センター
センター長 馬嶋恵美

地域包括支援センターから

☎(29)2566
圏高齢者支援課

地域包括支援センターは市内9カ所にある高齢者の相談窓口です。認知症に関する相談は、認知症地域支援推進員も、地域包括支援センターと一緒に受けています。相談内容に応じて、市の認知症に関する制度や介護保険制度の紹介を行ったり、かかりつけ医や専門医への受診や相談などを本人や家族と考えたりしていきます。また民生委員や福祉員なども連携して、地域活動への参加や見守り、支援を行っています。困ったことや不安なことなどがあれば気軽に相談ください。

愛宕スポーツ コンプレックス

ソフトボール場 A

遠投測定会・ティーバッティング大会

ソフトボール場 B

★ホームラン競争（午前中）

陸上競技場

★50m走 ★ジャベリックスロー

カルチャーセンターアリーナ

★岩国商工会議所青年部 YEG カップ
スポーツ大会

ステージイベント

総合体育館アリーナ

- オープニングイベント 10:00～
- やってみよう！バレトン教室 10:45～11:45
- ミズノキッズダンス 13:00～13:30
- K.A.M.E action school アクションパフォーマンス 14:00～14:25
- AMM Performing Arts ダンスステージ 14:30～15:00

各地区で行われるイベント

※事前申し込みは9月30日(金)まで

8日(土)

東地区・・・東中学校講堂ほか

- ペタンク
- グラウンド・ゴルフ

愛宕地区・・・愛宕供用会館

- 歩こう大会（ウォーキング）

灘地区・・・灘中学校周辺

- ノルディックウォーキング

南河内地区・・・南河内運動広場ほか

- ペタンク、グラウンド・ゴルフ
- ミニテニス、ウォーキング

藤河地区・・・岩国市中央公民館藤河分館

- 卓球（硬式・ラージボール）

錦・本郷地区・・・羅漢山

- 羅漢山ゆる登山

※事前申し込みが必要

☎文化スポーツ課錦分室 ☎(72) 2215

文化スポーツ課美和分室本郷担当

☎(75) 2056

周東地区・・・周東勤労青少年ホーム

- ニュースポーツ体験
（カロリーニング・ペタンク）

※事前申し込みが必要

☎文化スポーツ課周東分室 ☎(84) 7707

美川地区・・・美川根笠運動広場～岩屋観音

- かじかの里ウォーキング

※事前申し込みが必要

☎文化スポーツ課錦分室美川担当 ☎(76) 0211

9日(日)

小瀬地区・・・小瀬小学校ほか

- ペタンク
- グラウンド・ゴルフ

通津地区・・・通津小学校

- グラウンド・ゴルフ、ソフトバレーボール
- 卓球ラージボール、ミニゲームなど

美和地区・・・美和農林業者トレーニングセンター

- ニュースポーツ体験
（ボッチャ・卓球・ミニテニスなど）

☎文化スポーツ課美和分室 ☎(95) 0005

10日(祝)

玖珂地区・・・玖珂あいあいセンターほか

- KUGAスポーツデー
（ホッケー教室、ピラティス教室など）

☎KUGAスポーツクラブ ☎(82) 6600

由宇地区・・・由宇文化スポーツセンター

- YOU・ゆうスポーツフェスタ2022

四方綱引き大会

☎ゆうスポーツクラブ ☎(63) 1400



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため健康チェック、マスクの着用などにご協力をお願いします

※各種イベントは、新型コロナウイルス感染症の状況によって中止になる可能性があります

市民健康スポーツのつどい

いきいき わくわく にっこり！

スポレクフェスタ 2022

問文化スポーツ課 ☎ (29) 5103、文化スポーツ課各分室、
健康推進課 ☎ (24) 3751、(一財)岩国市体育協会 ☎ (32) 7372

日時 10月8日(土) 10:00～15:00

(受け付け開始 9:30～)

場所 岩国運動公園ほか市内各会場

- ！ 体育館などの屋内施設のイベントには室内用シューズが必要です
- ！ 受動喫煙防止のためイベント敷地内は禁煙です
- ！ 天候により内容が変更になる場合があります



イベント
リーフレット

岩国運動公園

- ★は小学校低学年の子から参加できます
- ♥は幼児も参加できます

各コーナーでスタンプラリーを行い、先着600人に景品をプレゼントします！

芝生広場

- ★グラウンド・ゴルフ体験
- ★ブラインドランニング体験・伴走者体験
- ♥パークオリエンテーリング体験
- ♥野外活動体験
- ♥ネイチャーゲーム体験

テニスコート（底がフラットな靴）

- ★ソフトテニス体験
- ♥テニス体験



エントランス

- 足型測定
- ヤクルトのまちの保健室
- 普段食べている食品の成分を知ろう

相撲場

- ♥相撲体験

アーチェリー場

- ★アーチェリー体験
- 弓道体験

総合体育館武道場

- ★ファミリー体力測定

総合体育館アリーナ

- ★エスキーテニス体験
- ♥手形足形
- ♥手作りおもちゃで遊ぼう
- ♥フェンシング体験
- 健康マイレージにチャレンジ
- 食事のバランスチェック
- がん検診・国保いきいき健診を受けよう
- 食育の啓発展示
- スポーツ障害相談



屋内ゲートボール場

(スパイク不可)

- ♥キックターゲット
- ♥サッカーボウリング
- ♥キックスピード

親子サッカー教室

☎ 9月30日(金)までに(一財)岩国市体育協会
☎ (32) 7372に申し込みが必要

キッズ(5・6歳)	14:00～15:00	親子10組
小学1・2年生	10:45～11:45	親子10組
小学3・4年生	12:45～13:45	親子10組





- 1・4 米軍関係者は、日米の交通ルールの違いについて講義を受けた後、自動車学校のコースを利用して実車講習を受けた
- 2 安全に横断歩道を渡って通学する子供たち
- 3・5 自転車の事故防止活動に取り組む高水高等学校の生徒たち

7月11日～20日までの10日間、「横断歩道の歩行者優先の徹底」「自転車の交通ルール遵守と安全確保」「飲酒運転根絶などの安全運転意識の向上」などを重点目標として夏の交通安全県民運動が行われました。

期間中は、信号機のない横断歩道での事故を防止するために、手上げ横断を推奨するハンドサイン・キャンペーンや、米軍関係者が日米の交通ルールの違いを理解するためのセーフティ・ドライビング・スクールなどが

夏の交通安全県民運動

行われました。

また高水高等学校では、生徒が主体となり、通学中の生徒に自転車の安全利用と盗難防止のための鍵かけを呼び掛ける運動を行いました。

市は今後も、交通ルールの順守や正しい交通マナーの実践を啓発するとともに、事故の起こりにくい環境を整備するなど、交通事故防止に向けた取り組みを進めていきます。

☎(29)5018

固くらし安心安全課

交通事故のない街を目指して

市政 PICK-UP



横断歩道での歩行者優先は、運転者が絶対に守らなければならないルールの1つ

スマホをもっと身近に

市では今年度、高齢者スマホ活用支援事業を開始し、6月から市内各所でスマホ教室を開催しています。

この事業は、高齢者がスマホなどを活用して地域の情報を入手したり、人とつながりを広げたりすることで、社会とつながる新たな仕組みを作ることを目的としています。

実施する事業内容は、65歳以上の人を対象に市や協力店が開催したスマホ教室を受講した人が、初めてマイナンバーカード



教室の最初に、市が実施するLINEなどの行政デジタルサービスの説明を受けた

高齢者スマホ活用支援事業

対応型スマホを購入する場合に助成を受けることができるものです。

教室に参加した人は実際にスマホを使い、電源の入れ方や電話のかけ方、カメラの使い方などの操作を一人一人のペースに合わせて学ぶことができ、受講者からは「意外と簡単で安心した」との声が聞かれました。

今後、スマホ教室は令和5年2月まで市内各地域で開催する予定です。

関高齢者支援課 ☎(29)2588



カメラアプリを起動していない時に、以前撮影した写真や動画を見る方法などを確認した



なぞとき「江戸時代の町名について」の回答を見つけ、ヒントをもとに間違いがないかを確認した

100年後も残したい景観

8月7日、岩国供用会館で、「なぞとき古地図・景観まちあるき! 岩国城下町・岩国七町編」が行われ、10組の親子が参加しました。

このイベントは、市が景観まちづくりの事業を進める中で、景観は地域の共通財産であることとの理解を促進し、景観に対する意識の向上を図ることを目的に実施されたもので、3年ぶりの開催となりました。

イベントでは、岩国徴古館の学芸員から城下町の説明を受け

親子で楽しむ「なぞとき古地図 景観まちあるき!」

その後、江戸時代の古地図を片手に岩国城下町・岩国七町の町並みを散策しました。参加した親子は、歴史に関する謎解きを楽しみながら、かつての名残をとどめる建物や風景を発見し、100年後も残したいお気に入りの景観を写真に収めました。

市では、景観まちづくりを進めていくために今後もまちあるきのイベントなどを開催し、景観の価値や魅力発信に取り組めます。

関公園景観課 ☎(29)5162



岩国七町をまちあるきし、自分で見つけてきたお気に入りの景観を参加者で発表し合った

景観まちあるきイベントで、鍛冶屋町にて現在残っている鍛冶屋について参加者に説明(写真左)



「景観とは錦帯橋などのように形としてあるものだけでなく空気やにおい、営みの中で形成されたものの全てを指すと学んだときは驚きました、それを知ったと同時に自分の大好きな歴

史も景観の一つだと理解できたんです。800年の歴史を持つ吉川家の当主がいる岩国だから誇りに思える景観がこんなにもあるんだと納得できました」

キスト代程度で自分のやりたいことを選び、学べる。市民の教養を高めるともいい機会の提供だと思っんです」

町歩きイベントで、子供の視点に驚くことも多く、この活動に子供の発想はとても大事な要素だと言います。



子供たちの発見した残したい町並みの写真、ここには大人にない発想がある



杉山さんが歴史にのめり込むきっかけとなった吉香公園のソメイヨシノ



歴史や営みから生まれた 景観はこのまちの品格です

Vol.158

杉山 京子さん
(錦見在住)

平成19年から岩国市景観ウォッチャーを務める。地域の景観を学ぶ活動や今後の景観まちづくりについての意見交換を行う、市民レベルの景観専門家。自称歴史マニア。好きな言葉は「信念・不拔」





ぶ
ら
っ
と



A

B

C



Iwakuni City Topics

まちの話題

岩国市英語交流センター
「PLAT ABC」夏休みイベント

夏休み期間中、PLAT ABCでは子供から大人まで楽しめるさまざまなイベントが開催され、にぎわいを見せました。英語を交えてプログラミングを学ぶ企画や、ちょうちんペイント、浴衣を着て日本の伝統文化を楽しむ夏祭りなど、参加者は楽しみながら多言語や異文化に触れることができました。





地域みんなで 子供を見守る！

7月4日、本郷小中学校校門前で、「社会を明るくする運動」の一環として、保護司会や本郷地区更生保護女性会など関係団体が、登校する児童や生徒に啓発グッズなどを配布しました。参加者は雨の中、笑顔で一人一人にグッズを渡しながらかみなく声掛けをし、子供たちは元気よく「ありがとう」と返事を返していました。



魅力いっぱい！ここが私のふるさと

7月14日、錦清流小学校の児童が、総合的な学習の時間に学校のそばを流れる錦川でカヌー体験をしました。子供たちはカヌーを楽しみながら自分が暮らす町の景色を水面から眺め、学校のすぐ近くでこうした体験ができる恵まれた環境と地域の素晴らしさを改めて実感しました。

Iwakuni City Topics | まちの話題



夏はやっぱり、海水浴！

7月16日、潮風公園みなとオアシスゆうが海開きしました。海開きに先立ち、安全祈願の神事が行われ、関係者がシーズン中の無事故を祈念しました。夏休み期間中、市内外から訪れる海水浴客でビーチは3年ぶりににぎわいを見せ、日焼けした子供たちのきらきらした笑顔であふれていました。



子ども芸能大会で 大盛り上がり！

7月17日、ハーモニーみわで、「社会を明るくするウクライナ支援子ども芸能大会」が開催されました。ダンスや神楽、琴、吹奏楽、20年ぶりに披露される龍王おどりなど、多彩な団体が出演。日頃の練習の成果を発表し、観客を盛り上げました。この日、受付ではウクライナ人道危機支援のための募金活動も行われました。



生涯を通じて学ぶ楽しさここにあり

7月23日、周東パストラルホールで、「周東生涯学習展示演技発表会」が開催されました。ホールでは高森小学校吹奏楽クラブの演奏や地域の生涯学習団体の合唱、ダンスなどが行われ、熱のこもった演技を披露しました。またロビーでは書道や絵画などの作品展示も行われ、会場は休日を楽しむ人たちでにぎわいました。



お祭りに行ってきたよ！

7月23日、玖珂中央グラウンドで、「玖珂夏まつり・土曜夜市」が3年ぶりに開催されました。会場ではバザーなどの出店やステージでの玖珂太鼓のパフォーマンスなどがあり、盛り上がりを見せていました。訪れた人は、久しぶりのお祭りを満喫し、楽しい夏のひとときを過ごしました。



夏の夜空を彩る「錦川水の祭典」 月間

8月に、錦帯橋周辺で「錦川水の祭典」が開催されました。3年ぶりの開催となる祭典は、ミニ花火や岩国藩鉄砲隊演武などが1カ月を通して行われました。形を変えて久々に開催されたミニ花火では、家族連れやカップルなどが訪れ、たくさんの笑顔が照らし出されていました。



暑い夏にハーブの香りでリフレッシュ！

7月25日、休校中の美川小学校で、地域の人と小学生と一緒にハーブの手練りせっけんを作りました。ペパーミントやティーツリー、ラベンダーの中から香りを選び、石けんの素地を富士山や奥歯、骨の形など思い思いの形に成形しました。持ち帰って2～3日乾燥してから使えるようになります。

●胃がんとピロリ菌

現在、新型コロナウイルス感染症との厳しい闘いが続いています。新型コロナウイルス感染症はウイルスが人から人に感染して発症する感染症ですが、胃がんはどうでしょうか。

胃がんは国立がん研究センターによると2020年に日本で4万2319人が亡くなっており、がんの死亡者数では肺がん、大腸がんが続く第3位のがんとなっています。胃がんが感染症と言われると、「胃がんが感染するわけない」と普通は否定されるところです。確かに胃がんそのものが感染することはありません。しかし胃がんを引き起こす菌が存在し、この菌に感染することが胃がんになる大きな原因なのです。

その菌の名前はヘリコバクター・ピロリ菌といえます。世界保健機関(WHO)は2014年に全世界の胃がんの約8割がヘリコバクター・ピロリ菌の感染が原因であると発表しました。胃の中は胃酸が分泌されており、胃酸の正体は塩酸です。学校の理科の実験で塩酸を扱ったことがあるかもしれません。塩酸は強酸性で皮膚に付くと強い炎症を起こします。この胃酸

によって、食べたものに含まれている菌を殺菌しているため、胃の中は菌のない無菌状態と長い間考えられていました。

胃の中にこのピロリ菌を見つけ胃炎の原因になることを発見したのがオーストラリアの2人の医師、ウォーレンとマーシャルです。ウォーレンがヘリコバクター・ピロリ菌を発見し、マーシャルはピロリ菌を自分自身で飲み込んでこの菌で胃炎が起ることを証明しました。この業績で2人は2005年にノーベル医学生理学賞を受賞しています。

その後研究が進んで、ピロリ菌が胃十二指腸潰瘍の原因となることがわかり、現在では除菌治療をすることによって胃十二指腸潰瘍を治すことができるようになりました。そして胃がんもこのピロリ菌が主要な原因であることが判明しました。つまり胃がんはピロリ菌による感染症ともいえるのです。胃がんにならないためには、胃の中にピロリ菌がいるかを調べて、ピロリ菌がいた時には除菌治療することが大切です。

【岩国市医師会】

ちょっとしたおかずにも

ピーマン・人参・じゃこの甘辛炒め

材料 (2人分)

- | | | |
|--------------|---|--------------|
| ・ピーマン…2個 | A | ・しょうゆ…大さじ1/2 |
| ・ニンジン…1/2本 | | ・砂糖…小さじ2 |
| ・ちりめんじゃこ…10g | | ・酒…大さじ1/2 |
| ・油…大さじ1/2 | | |

●エネルギー 64kcal/人 ●食塩相当量 0.7g/人

作り方

- ①ピーマンは種とワタを除いて食べやすい大きさの細切りにし、ニンジンは皮付きのまま薄めの細切りにする。
- ②フライパンに油大さじ1を入れて熱し、ニンジン、ピーマンをしんなりするまで炒める。
- ③ちりめんじゃこを加えて炒め、Aを加えて全体に絡まるまで煮詰める。

食推さんの
食べてみんさい
おいしいけえ！



★ひとことポイント★

ピーマンとニンジンがたくさんある時に作ってみてください。美味しく簡単に作れて、常備菜としても便利です。

レシピ提供: 岩国市食生活改善推進協議会



身近な話題や募集情報など
をお届けします。

問い合わせ（代表）

●市役所 ☎(29) 5000
●由宇総合支所 ☎(63) 1111
●周東総合支所 ☎(84) 1111
●玖珂支所 ☎(82) 2511
●錦総合支所 ☎(72) 2111
●美川支所 ☎(76) 0311
●美和総合支所 ☎(96) 1111
●本郷支所 ☎(75) 2311

岩国市役所 〒740-8585
岩国市今津町一丁目14番51号

お知らせ

基本的な感染防止対策の継続をお願いします

新型コロナウイルス感染症は、ウイルスの株の置き換わりやワクチン接種による予防効果の低減などにより、収束しない状況が続いています。

岩国市では、7月ごろから感染者数が増加しています。これまでも感染防止対策に協力いただけていますが、今後も一人一人が対策を継続することで、自分自身の感染を防ぐだけでなく、感染拡大を防止する大きな力となります。引き続き、感染防止対策の徹底をお願いします。

ウイルス株が変わっても感染防止対策は変わりません。引き続き、次の点に特に注意しましょう。

○小まめな手指消毒

○場面に応じた適切なマスクの着用

○小まめな換気

※冷房の使用でこもりがちな室内の換気を十分に行う

○体調に変化がある時には、外出を控え、医療機関の受診を検討する

またワクチン接種を希望する人で、まだ接種していない人は、発症予防、重症化予防のために、早めの接種を検討してください。

岡健康推進課 ☎(24) 3751

平日夜間や休日に病院で乳がん検診ができます

平日夜間や休日に病院で乳がん検診ができます。受診する病院に電話で予約をした上で受診してください。

対象 市に住民登録がある40歳以上の女性で、昨年度に乳がん検診を受けていない人

検査内容 マンモグラフィ検査

※視触診は医師が必要と判断した場合のみ

持参品 市が送付した乳がん検診受診券、受診券に記載の自己負担金（今年度40歳になる人は無料。保険証などの身分証明書が必要）

※受診券がない人は、保健センターに問い合わせてください

●平日夜間乳がん検診

日時 9月15日(木)、10月13日(木) 18時～20時

場所 錦病院 ☎(41) 0177

●休日乳がん検診

日時 10月16日(日) 9時～

場所 岩国病院 ☎(41) 0850
岡健康推進課 ☎(24) 3751

9月1日～10日は屋外広告物適正化旬間です

国土交通省では、地域の景観を守り、安全な屋外広告物のあるまちづくりを目指し、屋外広告物の適正管理を呼び掛けています。この期間中、全国各地において、違反広告物のパトロールや是正指導などの取り組みを行います。

屋外広告物についての理解と周辺の景観、安全に配慮した屋外広告物の設置についての協力をお願いします。

岡公園景観課 ☎(29) 5162

景観重要建造物の指定

市全体の財産として地域の人々に親しまれ、地域のシンボルとなるような建造物などを守っていくため、景観上大切な建造物や樹木を景観法に基づき景観重要建造物・樹木に指定しています。

今回、景観重要建造物として新たに25件を追加指定しました。

※詳細は市ホームページを確認してください



新たに指定された香川家長屋門



ホームページ

岡公園景観課 ☎(29) 5162

高齢者のスマートフォン購入費用を助成します

指定のスマホ教室を受講した高齢者に、初めて購入するマイナバーカード対応型スマートフォンの購入費用の一部を助成します。

対象 市内に在住する65歳以上の人で、市が主催または指定したスマホ教室を受講した人

内容 マイナバーカード対応型スマートフォンの購入費用の一部

スマホ教室開催場所	開催日	開始時間
柱島供用会館	9月20日(火)	9時30分 13時30分
岩国供用会館	9月21日(水)	9時30分
平田供用会館	9月22日(木)	9時30分
装港供用会館	9月26日(月)	9時30分
川下供用会館	9月27日(火)	9時30分
愛宕供用会館	9月28日(水)	9時30分
灘供用会館	9月29日(木)	9時30分
小瀬供用会館	9月30日(金)	9時30分
中央公民館藤河分館	10月4日(火)	14時
中央公民館御庄分館	10月5日(水)	13時30分
中央公民館北河内分館	10月7日(金)	9時30分 13時30分
中央公民館南河内分館	10月11日(火)	13時30分
中央公民館師木野分館	10月12日(水)	10時
通津供用会館	10月13日(木)	13時30分
総合センター日向（周東町）	10月18日(火)	13時30分
由宇文化会館	10月24日(月)	13時30分
総合センター奏（玖珂町）	10月25日(火)	13時30分
美和老人福祉センター	10月26日(水)	14時30分
きらめき交流プラザ（本郷町）	10月27日(木)	14時
美川支所	10月28日(金)	10時
深須出張所（錦）	10月31日(月)	10時
高根出張所（錦）	10月31日(月)	14時30分

※上限額1万円まで1回限り
申請期間 令和5年2月28日(火)まで

●スマホ教室

日時・場所 左表のとおり

※最新の日程は市ホームページを確認してください

受講時間 約1時間30分

定員 5人（先着順）

募集期間 9月1日(木)から教室開催の10日前まで（土・日曜の場合はその前日）

④所定の申込書（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し

直接、高齢者支援課、総合支所、支所、出張所へ



ホームページ

☎高齢者支援課（29）2588

広告

中央公民館の事務所が移転します

中央公民館の建て替えに伴い、事務所が市役所4階に移転します。

運用開始 9月20日(火)

電話番号 (29)5066

ファクス (21)3456

岡中央公民館 ☎(43)0174

がん患者へのウィッグ購入費を助成します

対象 次の項目全てに該当する人

○ウィッグの購入日および申請日時点で岩国市に住民登録がある人

○過去または現在がん治療を受け、抗がん剤治療などの副作用による脱毛症状に対処するためにウィッグ(全体かつら)を購入した人

○申請しようとするウィッグについて山口県アピランスケア推進事業助成金の交付を受けていない人

※脱毛の副作用があるがん治療終了日から購入日までが2年以上経過している人は、医師の診断書などが必要

※助成は1人につき1個まで、過去にこの助成を受けた人は対象外

助成額 購入費の2分の1の額(3万

円を限度)

※他からの助成などがある場合は、その額を除く

■購入日の翌日から1年を経過する日までに、申請書、必要書類などを健康推進課へ

岡健康推進課 ☎(24)3751

クマに注意しましょう

この時期はツキノワグマの行動が活発になる季節です。山に入るときは、十分に注意してください。

●クマはどんな動物?

○鼻・耳がよく、足がとても速い。木登りも泳ぎも得意 ○1日に40〜50kmもの広い行動範囲を持つ

●クマを呼び寄せない

○学習能力が高く、人間の食べ物の味を覚えると執着するため、残飯や生ごみを野外に放置したり埋めたりしない

●クマに出会わないために

○クマ鈴やラジオなど音の出るものを携帯し、人間の存在をクマに知らせる

●クマに出会ってしまったら

○まずは落ち着いて状況判断する。急に走ると、反射的に追い掛けてくる

○クマが気付いて動かないときは、目をにらみ付けながら背中を見せず、ゆっくり離れる ○遠くにいれば、そつ

と離れるか声を出しこちらに気付かせる ○クマが近づいて来る場合は、持ち物をつつ置いて注意をそらし、クマとの間に障害物がくるように後退する。それでも近づくときは、首の後ろで手を組み、うつぶせで丸くなり、立ち去るのを待つ ○子グマがいれば必ず近くに母グマがいるので注意する

※クマの目撃情報は、警察署、農林振興課または総合支所農林建設課まで連絡してください

岡農林振興課 ☎(29)5170、岩国警察署生活安全課 ☎(24)0110

浄化槽設置補助金の申請を受け付けています

12月28日(水)まで浄化槽設置に伴う補助金申請を受け付けています(予算額に達し次第終了)。また、くみ取り便槽、みなし(単独処理)浄化槽から転換する際の配管工事費用などに対する上乗せ補助があります。

※詳細は市ホームページを確認してください

岡環境保全課 ☎(29)5100



ホームページ

広告

市有地を購入しませんか？

市が所有する土地を一般競争入札により売却します。事前に予定価格（最低入札価格）を公表し、最高価格で入札した人に売却します。

●募集要項の配付期間

9月1日(木)～30日(金) 8時30分～17時15分（土・日曜、祝日は除く）

●入札参加申込受付期間

9月12日(月)～30日(金) 8時30分～17時15分（土・日曜、祝日は除く）

●入札参加申込受付場所

用地管財課（市役所3階）

●売却物件①

所在地 関戸一丁目11番12
現地説明会 9月9日(金) 10時～

地目	宅地
面積	452.16㎡
用途地域	準工業地域
予定価格	1207万3千円



●売却物件②

所在地 美川町根笠字後621番6、

622番1

現地説明会 9月9日(金) 13時30分～

地目	宅地
面積	446.34㎡
用途地域	都市計画区域外
予定価格	63万円



●入札書の提出方法

入札書は、一般書留郵便により日本郵便(株)岩国郵便局留で郵送してください。

※入札には、入札保証金（入札金額の100分の3以上の金額）の納付が必要

●入札書の到達期間

10月11日(火)～20日(木)

※到達期間内に、日本郵便(株)岩国郵便局に到着することが必要

●開札日および場所

10月21日(金) 市役所 4階会議室43

●契約の締結

落札した人は、落札決定の日から14日以内に契約を締結してください。

※契約締結の際、契約保証金（売買代金の100分の10以上の金額）の納付

が必要

●売買代金の納付

契約締結の日から30日以内に納付してください。

●所有権の移転登記

所有権の移転登記は、売買代金の納付が確認された後に市が行います。

●費用の負担

契約の締結や所有権の移転登記に必要な費用は、落札した人の負担となります。

●その他

詳細は市ホームページや用地管財課で配付する「普通財産売却に係る一般競争入札参加者募集要項」で確認してください。



ホームページ

申用用地管財課 ☎(29) 5168

年金生活者支援給付の新規対象者に案内を送付します

公的年金などの収入金額や所得金額が一定基準以下の人に、年金に上乗せして給付金を支給します。

※すでに受給中の人は手続き不要

広告

手続き 公的年金を受給し、支給要件を満たしている人には、9月初旬から案内が送付されます。同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)に必要な事項を記入し、提出してください。令和5年1月4日までに請求手続きを完了させた場合、令和4年10月分から支給されます。

給付金	支給要件	給付額
老齢年金生活者支援給付金	①65歳以上で老齢基礎年金を受給 ②世帯全員の市民税が非課税 ③前年の公的年金収入額とその他の所得額の合計が881,200円以下	月額5,020円を基準に、保険料納付済期間などに応じて算出
障害年金生活者支援給付金	①障害基礎年金を受給 ②前年所得が4,721,000円以下(扶養親族の数に応じて増額)	○障害等級1級：月額6,275円 ○障害等級2級：月額5,020円
遺族年金生活者支援給付金	①遺族基礎年金を受給 ②前年所得が4,721,000円以下(扶養親族の数に応じて増額)	月額5,020円

●日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内に注意してください

日本年金機構や厚生労働省が、口座番号を尋ねたり、手数料などの金銭を求めたりすることはありません。

閩ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165、岩国年金事務所 ☎(24)2222、保険年金課 ☎(29)5086、総合支所、支所

水道局の時間外料金収納窓口を廃止します



10月1日(土)から水道局の時間外料金収納窓口を廃止します。窓口での支払いは平日8時30分から17時15分までとなります。

※詳細はホームページを確認してください



ホームページ

閩水道局総務課 ☎(22)3711

募集

意見(パブリックコメント)

●岩国市総合計画(基本構想・基本計画)

市のまちづくりの指針となる岩国市総合計画(基本構想・基本計画)の策定を進めています。この計画の素案に対する意見を募集します。

※提出された意見に市の考え方を付けて公表予定(氏名などは公表しません)
対象 市内に在住、在学または勤務する人、事業所を有するものおよび納税義務を有するもの

閲覧場所 市役所情報コーナー、政策企画課、総合支所、支所、出張所、中央図書館、市ホームページ

①所定の様式(市ホームページからダウンロード可)に住所、氏名(匿名不可)、年齢、電話番号、意見を記入し、郵送、ファクス、Eメールまたは直接、政策企画課へ

募集期間 9月1日(木)～30日(金)(必着)

閩政策企画課 ☎(29)5013

FAX(24)4209

✉seisaku@city.iwakuni.lg.jp



ホームページ

広告

さくらんぼクラブ(後期) 会員追加募集

対象 市内に在住または勤務する18歳以上の人(前期会員を優先、残りの定員枠は先着順)

期間 10月～令和5年3月

料金 1講座につき3600円(計12回)

募集期間 9月5日(月) 9時～

●大正琴

日時 第1・3月曜 13時30分～15時

場所 錦見供用会館

●カラオケ

日時 第1・3火曜 13時30分～15時

場所 錦見供用会館

●童謡唱歌・日本の歌

日時 第2・4金曜 10時～11時30分

場所 岩国市民文化会館 小ホール

申込 中央公民館☎(43)0174

※9月20日から☎(29)5066

試験

市職員(看護師・准看護師)

受験資格 昭和42年4月2日以降に生まれ、看護師資格または准看護師資格を有する人(令和5年3月までに取得)

見込みの人を含む)

※詳細は募集要項を確認してください

(市職員採用専用サイトから閲覧可)

募集人員 2人程度

募集期間 9月1日(木)～30日(金)

(必着)

試験日時 10月13日(木) 13時30分～

試験場所 市役所

種目 作文、面接、適性検査

採用予定日 令和5年1月1日以降

(資格取得見込みの人は令和5年4月1日)

勤務場所 錦中央病院、美和病院または訪問看護ステーションさくら

■所定の申込書(市職員採用専用サイトからダウンロード可)に写真1枚(縦4cm×横3cm)を貼付し、郵送または直接、職員課へ(郵送の場合は簡易書留とし、84円切手を貼付した返信用封筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

■所定の申込書(市職員採用専用サイトからダウンロード可)に写真1枚(縦4cm×横3cm)を貼付し、郵送または直接、職員課へ(郵送の場合は簡易書留とし、84円切手を貼付した返信用封筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)



職員採用専用サイト

問職員課☎(29)5036

育児休業代替任期付職員

育児休業を取得する市職員の代替として任期を定めて勤務する職員の登録試験です。

採用は職員の育児休業の取得状況により変動しますので、登録されても採用されない場合があります。

職種 ①事務職 ②保育士・幼稚園教諭 ③保健師 ④社会福祉士

受験資格 ①平成16年4月1日以前に生まれ、学校教育法に規定する高等学校以上(これと同等と認められるものを含む)を卒業した人 ②保育士資格または幼稚園教諭免許を有する人 ③保健師資格を有する人 ④社会福祉士資格を有する人

募集人員 ①2人程度 ②岩国・由宇地区で4人程度、玖珂・周東地区で2人程度、美和・本郷地区で2人程度 ③若干名 ④1人程度

募集期間 9月1日(木)～30日(金)

(必着)

1次試験日時 10月13日(木) 9時～

試験場所 市役所

種目 SPI

※2次試験は面接

採用予定日 令和5年1月1日以降

名簿登載期間 3年間

■所定の申込書(市職員採用専用サイトからダウンロード可)に写真1枚(縦4cm×横3cm)を貼付し、郵送または直接、職員課へ(郵送の場合は簡易書留とし、84円切手を貼付した返信用封筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)

筒(長形3号)を同封)



職員採用専用サイト

問職員課☎(29)5036

相談

司法書士

無料成年後見相談会

高齢者や障害のある人の金銭トラブルなど、成年後見に関する相談に応じます。

対象 ①認知症や知的障害・精神障害などにより判断能力が不十分な人 ②将来の判断能力に不安がある人 ③①②の人を支える家族、支援者、福祉関係者、市民

日時 9月1日(木)～16日(金)

内容 家庭裁判所提出名簿登載司法書士である相談員が、相談予約者に直接電話で対応

電話で対応

電話で対応

電話で対応

電話で対応

電話で対応

電話で対応

受付期間 9月1日(木)～16日(金) 9時～17時(土・日曜、祝日、12時～13時を除く)

①住所、氏名、電話番号を電話で(公社)成年後見センター・リーガルサポート山口へ

②(公社)成年後見センター・リーガルサポート山口 相談予約係
☎083(924)5220

岩国地域農林水産業就業・移住相談会

対象 岩国地域(岩国市・和木町)で農林水産業を始めたい人、農業法人、林業事業体などに就業したい人

日時 10月2日(日) 13時30分～16時
(受け付け開始13時、入退場は自由)

場所 市役所1階 多目的ホール

内容 農業法人や林業事業体などによる就業相談、リモート相談

募集期間 9月16日(金)まで

①市ホームページから



ホームページ

②農林振興課 ☎(29)51113

講演・講座

赤十字救急法講習会

定員 30人(先着順)

持参品 筆記用具、動きやすい服装、室内シューズ、フェイスタオル2枚
募集期間 9月26日(月)まで

●基礎講習会

対象 15歳以上の入

日時 10月8日(土) 9時30分～15時30分

場所 市役所 1階多目的ホール

料金 1500円



●救急員養成講習会

対象 基礎講習会の検定に合格した人

日時 ①10月8日(土) 15時30分～17時

30分 ②10月15日(土)、16日(日) 9時30分～17時30分

※①②とも受講が必要

場所 ①市役所 1階多目的ホール
②消防組合消防本部 講堂

料金 1800円



ホームページ

③岩国日本赤十字社山口県支部
☎083(922)0102

「現代アートって何だろう？」講座

錦帯橋芸術祭のランドアートに向けて、現代アートはどんなものなのか、分かりやすく学ぶ講座を開催します。

対象 小学生以上

※小学生は保護者同伴

日時 ①9月24日(土) ②10月22日(土)
13時30分～15時

場所 岩国市民文化会館 第1研修室

定員 各20人(先着順)

内容 現代アート解説、ランドアート用の作品制作ワークショップ

講師 瀬戸理恵子氏(美術作家)

募集期間 ①11月20日(火)まで

②10月18日(火)まで



ホームページ

④電話で岩国デザイン協会へ

岩国デザイン協会 ☎(22)0092、文化スポーツ課 ☎(29)5211

インボイス制度解説講座

日時 9月30日(金) 19時～20時30分
(受け付け開始18時30分)

場所 岩国しごと交流・創業スペース

クラスビズ

定員 20人

※オンラインからも視聴できます

内容 2023年に導入されるインボイス制度について学ぶ

講師 土井一海氏



ホームページ

⑤岩国しごと交流・創業スペース

クラスビズ ☎(28)6565

市民活動さばーと講座

● コロナ禍をのりきる！「人を集めるイベント・講座の作り方」

対象 市内に在住する人

日時 9月29日(木) 13時30分～15時30分

場所 岩国市民文化会館 第1研修室

定員 20人(先着順)

内容 コロナ禍でも開催可能なイベントの企画立案から実施までの手法、集客方法や広報力などのノウハウを事例とともに紹介

講師 吉田充孝氏(防府商工会議所)

申込 問い合わせに市民活動支援センター

☎(30)9030

イベント

第5回IWAKUNI

絆EKIDEN

日時 10月30日(日) 9時～

※雨天決行

場所 愛宕スポーツコンプレックス

部門 ○一般男子の部(1部・2部)

○高校男子の部 ○高校女子・一般女子の部

○中学男子の部 ○中学女子の部

○小学生男子の部 ○小学生女子の部

子の部

※一般男子2部、一般女子の部は中学・高校生可

※小学生の部は3年生以上

※各部門で1チーム選手5人・補員3人以内

料金 ○一般Ⅱ5千円/チーム ○高校Ⅱ4千円/チーム ○中学Ⅱ3千円/チーム

※一般と中学・高校生の混在チームは一般の部の参加料

※新型コロナウイルス感染症の状況により主催者が中止決定した場合は参加料の50%を返金

募集期間 9月1日(木)～10月14日(金)

申込 IWAKUNI絆EKIDENホームページから



ホームページ

☎(一財)岩国市体育協会
FAX(32)7372

第64回玖西駅伝競走大会

日時 11月6日(日) 開会式 9時20分

※雨天決行

部門 ①男子中学の部 ②一般1部の部

③一般2部 ④女子の部 ⑤オープンコース

サンビレッジ周東をスタート・ゴールとし、①④Ⅱ全長15・9km(5区間)

規定 ①Ⅱ選手5人、補員2人(学校単位) ②③Ⅱ選手5人、補員2人(高校生2人まで可、男女混合可(原則として、玖珂、周東地区内に居住または勤務する人および出身者5人以上で編成すること) ④Ⅱ選手5人、補員2人(中学校単位チームまたは高校生以上のチーム) ⑤Ⅱ選手5人、補員2人(高校生以上、男女混合可)

料金 ○中学生単位チームⅡ3千円 ○中学生単位以外のチームⅡ6千円

募集期間 9月22日(木)まで

※詳細は市ホームページを確認してください

※雨天決行

場所 愛宕スポーツコンプレックス(陸上競技場周辺ランニングコース)

部門 ○一般の部 ○小学生の部

定員 150チーム(1チーム5～15人、先着順)

料金 ○一般Ⅱ2千円/人 ○高校生Ⅱ1500円/人 ○中学生以下Ⅱ1000円/人

申込 所定の申込用紙(市ホームページから)



ホームページ

らダウンロード可)に必要事項を記入し、料金を振り込みの上、実行委員会事務局(総合センター1日以内)へ

玖西駅伝競走大会実行委員会事務局

☎(84)7707

日米親善リレーマラソン

2022 in 岩国



5人以上のチームで3時間たすきを

つなぐリレーを行います。

日時 12月4日(日) 10時～13時

※雨天決行

場所 愛宕スポーツコンプレックス(陸上競技場周辺ランニングコース)

部門 ○一般の部 ○小学生の部

定員 150チーム(1チーム5～15人、先着順)

料金 ○一般Ⅱ2千円/人 ○高校生Ⅱ1500円/人 ○中学生以下Ⅱ1000円/人

申込 所定の申込用紙(市ホームページから)

円／人

※参加賞として大会オリジナルグッズをプレゼントします

募集期間 9月1日(木)～10月31日(月)

〒ジョイジョインのインターネットサイトから



ホームページ

閩文化スポーツ課 ☎(29)5103

初心者のための バレーボール教室(後期)



対象 市内に在住する小・中学生
日時 9月17日(土)・24日(土)、10月1日(土)・8日(土)・15日(土)・22日(土) 19時～20時30分(全6回)
場所 岩国商業高等学校 体育館
定員 15人

料金 2千円(初回持参)

募集期間 9月1日(木)～随時

〒閩岩国バレーボール協会事務局

☎(31)1603

✉iwakuniwa@ymail.ne.jp

元気体操で 筋力・体力アップ!

対象 18歳以上の人
日時 9月18日(日) 11時～12時
場所 SOZU温泉(錦町深川3132)
定員 20人(先着順)

内容 椅子を使った簡単体操で筋力と体力をアップする

講師 吉福教子氏(健康運動指導士)

料金 3500円

※参加者には食事券と入浴券付き

持参品 運動ができる服装、飲み物、着替え、タオル

募集期間 9月2日(金) 11時～

〒閩 SOZU温泉 ☎(73)0236

♥ミズノスポーツコンパ IN二鹿♥

対象 20～45歳の独身男女
日時 9月23日(祝) 17時～21時

場所 二鹿野外活動センター

定員 男女各15人(先着順)

内容 レクリエーションを楽しんだ後、夕食を作る

料金 男性1130円 女性1120円

持参品 動きやすい服装、室内シューズ、軍手、タオル、飲み物

募集期間 9月1日(木)～20日(火)

〒閩岩国運動公園 ☎(32)7411

第66回岩国市民文化祭



●第2回舞踊発表 創作舞踊の会

日時 9月17日(土) 13時～(開場12時30分)

場所 岩国市民文化会館 小ホール

内容 市内の創作舞踊流派による舞踊発表とワークショップ

●洋舞フェスティバル

日時 9月19日(祝) 14時～(開場13時30分)

場所 シンフォニア岩国 多目的ホー

ル

内容 クラシックバレエ、ジャズバレエ、ソシアルダンスそれぞれの特色を生かした洋舞の祭典

閩文化スポーツ課 ☎(29)5211

生け花体験ワークショップ お花を生けてみませんか!

日時 10月1日(土) ①10時～11時30分 ②13時～14時30分 ③10月2日(日) 10時～11時30分

場所 岩国市民文化会館 第3研修室

定員 各15人(先着順)

内容 季節の草花や緑の葉物で素敵なアレンジメントを作る

講師 岩国華道連盟

料金 500円

募集期間 9月15日(木)まで

〒電話で岩国華道連盟へ

閩岩国華道連盟 ☎(31)3861、

文化スポーツ課 ☎(29)5211



第66回岩国市美術展覧会

日時 ○Ⅰ期（絵画、彫刻・工芸・デザイン）Ⅱ9月8日（木）～12日（月） 9時30分～17時30分
○Ⅱ期（書道、写真）Ⅱ9月17日（土）～21日（水） 9時30分～17時30分
場所 岩国市民文化会館 展示室、研修室



閩文化スポーツ課 ☎(29)5211

地場野菜を使って お弁当を作ろう

日時 9月22日（木） 9時30分～13時
場所 地方卸売市場 調理講習室
定員 18人
※応募者多数の場合は抽選
内容 岩国生活改善実行グループ連絡協議会による料理講習会
料金 500円

持参品 エプロン、マスク、当選はがき
募集期間 9月9日（金）まで（必着）
※往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、郵送で山口県東部青果物生産販売対策協議会事務局（生産流通課内）へ
宛先 〒740-0032 尾津町五丁目1-1
閩生産流通課 ☎(32)7355

地方卸売市場ふれあい朝市

日時 9月17日（土） 9時30分～
※商品がなくなり次第終了
場所 地方卸売市場
内容 野菜・果物・水産物・精肉などを販売
※関連店舗や飲食店などは常時開放



閩生産流通課 ☎(32)7355

岩国城ロープウエー 観月運転

日時 9月10日（土） 17時～20時30分
※雨天中止
場所 岩国城ロープウエー山頂駅広場
内容 天体観測
料金（往復） ○大人 560円 ○小人 260円
※福祉優待乗車証を持参した人は無料



閩錦川鉄道（株）岩国管理所
☎(41)1477

平瀬ダム見学会

日時 10月10日（祝） 10時～12時、14時～16時
場所 平瀬ダム
定員 各30人
内容 水を貯める前のダム周辺の見学
募集期間 9月1日（木）～14日（水）

※詳細は山口県ホームページを確認してください



ホームページ

閩山口県河川課
☎083(933)3790

献血

9月の献血



2日（金） ○由宇保健センター 9時30分～12時
4日（日） ○ゆめタウン南岩国 9時30分～12時、13時15分～15時30分
10日（土） ○ゆめタウン南岩国 9時30分～12時、13時15分～15時30分
19日（祝） ○フレスタモールカジル岩国 10時～12時、13時15分～16時

24日(土) ○ゆめタウン南岩国 9時30分
分 12時、13時15分、15時30分
※全血献血(400ml限定)
岩国市社会課 ☎(29)5070



家族みんなで楽しめる市内のイベント情報をお届けします。

岩国運動公園

●9月8日(木)
平田一丁目 ☎(32)7411

岩国運動公園の休園

●9月8日(木)
運動公園内(ウォーキングコース、芝生広場含む)の全ての施設が利用できません。窓口や電話での施設予約もできませんので注意してください。
岩国運動公園

抱っこしてステップ★ベビードダンス教室

対象 生後2カ月～2歳の子と母親
日時 9月21日(水)、10月19日(水)、11月16日(水) 10時～11時30分
場所 総合体育館
定員 10組(先着順)
内容 赤ちゃんとはじめる産後ママのエクササイズ
料金 800円/回
持参品 抱っこひも、大きめのタオル、飲み物
募集期間 開催日前日まで



岩国運動公園

ソフトテニス教室

対象 市内に在住または勤務する18歳

以上の人

日時 10月18日(火)・25日(火)、11月1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火) 9時～12時
場所 市テニスコート
定員 20人
料金 3千円(初回持参)
募集期間 9月1日(木)～10月13日(火)
岩国市体育協会 ☎(FAX)32)7372

はじめてのハンドボール教室(後期)



対象 市内に在住する小・中学生
日時 10月～令和5年3月(全12回) 18時15分～19時45分
場所 総合体育館 アリーナ
定員 30人
料金 5千円
募集期間 9月1日(木)～

申込IDBスポーツクラブ
☎(FAX)21)0548

こども館につこり

休火曜、祝日
桂町二丁目 ☎(24)0888

工作教室

●おやこでこうさく「アンパンマンパズルをつくろう」



対象 2～6歳の幼児と保護者
日時 9月15日(木) 11時20分～11時45分(当日受け付け)
定員 5人(先着順)

●小学生の工作「グライダーを作る」

対象 小学生
日時 9月24日(土) 13時30分～15時(当日受け付け)
定員 5人(先着順)
岩国こども館につこり

岩国徴古館

①月曜（祝日の場合はその翌日）、
8月30日（火）～9月3日（土）
横山二丁目 ☎（41）0452

企画展

●岩国武士の家族史

日時 9月4日（日）～10月23日（日）

内容 岩国武士の養子縁組や婚姻の様子を系図などの資料から紹介

●学芸員による展示解説

日時 9月24日（土） 10時～10時30分

定員 5人（先着順）

募集期間 9月4日（日） 9時～

岩国徴古館

郷土史研究会

●大内氏家臣弘中氏と西郷氏「西郷家文書」所収「弘中家文書」の歴史を紐解く

日時 9月18日（日） 10時～11時30分

場所 サンライフ岩国 大会議室

定員 30人（先着順）

講師 田村杏士郎氏（山口市歴史民俗資料館学芸員）

募集期間 9月4日（日） 9時～



岩国徴古館

古文書講座

●初級クラス

日時 9月18日（日） 13時30分～15時

場所 サンライフ岩国 大会議室

定員 30人（先着順）

内容 読みやすい古文書を実践的に読み進める

募集期間 9月4日（日） 9時～



実際に講座で使用するテキストの一部

●基礎クラス（後期初回）

日時 10月2日（日） 13時30分～15時

場所 サンライフ岩国 大会議室

定員 30人（先着順）

内容 文字の調べ方や文章の読み方など基本事項を押さえる

募集期間 9月4日（日） 9時～

※どちらのクラスも初めての人はテキスト代500円が必要

岩国徴古館

岩国市民文化会館

①なし

山手町二丁目 ☎（24）1221

0歳から♪ くらしつくこんさーと

幅広い年齢層の人が楽しめる音楽を、マリンバとパーカッションで演奏します。

日時 10月9日（日） 11時～11時50分

（開場10時30分）

場所 岩国市民文化会館 小ホール

定員 50人（先着順、完全予約制）

出演 福岡史子、松田亜希子、松尾桜

料金 高校生以上1500円、中学生以下1100円

以下1100円

募集期間 9月12日（月） 10時～

※ベビーカーのまま会場に入れます

※授乳室やおむつ替えのスペースあり
※床上で鑑賞できるマット席あり



申電話または直接、岩国市民文化会館

シンフォニア岩国

①9月8日（木）

三笠町二丁目 ☎（29）1600

「オーケストラ・アンサンブル金沢」無料鑑賞券プレゼント

子供たちに実演芸術の鑑賞機会を提供するため、18歳以下の人を対象に無料鑑賞券をプレゼントします。

対象 小学生18歳

※小学生は保護者の同伴が必要

※保護者または19歳以上の同伴者のチケットは有料

日時 令和5年1月9日（祝） 16時～

（開場15時15分）

場所 コンサートホール
定員 300人(先着順)
募集期間 9月5日(月) 10時～



申 シンフォニア岩国ホームページから

働く婦人の家

⑧火曜(祝日の場合は翌日も)、祝日
昭和町二丁目 ☎(22)0490

働く婦人の家自主講座

●初めてのピラティス講座
対象 市内に在住または勤務する人
日時 9月25日(日) 10時～11時30分
定員 15人(先着順)

※参加者数が8人以下の場合は開催しません

内容 ピラティスで無理なく体幹を鍛える

講師 小松美保氏

料金 千円

持参品 ヨガマット、汗拭き用タオル、飲み物

募集期間 9月21日(水)まで

☎電話または直接、働く婦人の家

サンライフ岩国

⑧火曜
横山二丁目 ☎(43)3505

サンライフ岩国自主講座

●初めてのピラティス講座

対象 市内に在住または勤務する人
日時 9月25日(日) 13時30分～15時30分

定員 15人(先着順)

※参加者数が8人以下の場合は開催しません

内容 ピラティスで無理なく体幹を鍛える

講師 小松美保氏

料金 千円

持参品 ヨガマット、汗拭き用タオル、飲み物

募集期間 9月21日(水)まで

☎電話または直接、サンライフ岩国

周東パストラルホール

⑧月曜
周東町用田 ☎(84)1400

島津宗隆写真展



オオタカ

日時 9月1日(木)～30日(金) 9時～17時

※30日は15時まで

場所 ギャラリー
周東パストラルホール

岩国市歌

詞 村田さち子
曲 池辺晋一郎

一 旅人のしるべとなり
輝やかに 大河を渡る
錦帯橋

ふるさとの誇りを
翼にかえて
子供たちは羽をひろげ
飛び立つ
遠い夢を追いかけて

二 大空の光浴びて
きららかに大地に横たう
錦川

せせらぎの歌が
心をつなぎ
同じ恵み分け合いながら
生きてる
美しいこの街で

データなどをダウンロードすることができ
ます



みんなの写真館

「みんなの写真館」では、皆さんが撮影した
お気に入りの「いわくに」を毎月1枚紹介しています。

【今月の一枚】



「朝のいのち」

撮影者：わーちゃんさん
撮影日：7月12日
撮影場所：玖珂町

募集作品

市内で撮影した写真（人物写真は、
被写体の承諾を得てください）

写真サイズ

JPEG形式のデータ（200万画素以
上）またはL判以上の大きさの写真

応募方法

①氏名（ペンネーム可） ②電話番号
③作品名 ④撮影日 ⑤撮影場所
を記載し、Eメール、郵送または直
接、広報戦略課へ

✉kouhou@city.iwakuni.lg.jp

#広報いわくにみんなの写真館のハッ
シュタグをつけて、Instagramでも
応募できます。

皆さんの応募作品はホームページ
にも掲載しています

岩国市民憲章

錦帯橋に象徴される美しいまち岩国
わたしたちは この地を愛し
ふるさとが育てた偉人に学び
教養を高め
誇れる岩国を築き 引き継ぐために
この憲章を定めます

大切にしたいもの

それは みんなの夢 みんなの命
守りたいもの

それは 豊かで美しい自然
伝えたいもの

それは 歴史や伝統 文化の薫り
広げたいもの

それは 世代や地域を超えた人の和
創りたいもの

それは 岩国の輝かしい未来

（平成23年1月1日制定）

市長夢日記

Vol.150

福田 良彦



安倍元総理と議員会館にて

安倍元総理の国葬が9月27日に行
われます。突然のご逝去から約2カ
月、それは現在でも信じがたく、い
まだ大きな喪失感の中にあります。
7月12日のご葬儀には、私も参列
し弔意を表するとともに、会場でご
逝去を惜しむ多くの国民の皆様の長
蛇の列を目の当たりにし、畏敬の念
を覚えたのは私だけではないと思い
ます。
安倍先生は、日本憲政史上最も長

く首相に在任され、外交面において
は、世界における日本の存在感を高
めるなど、内外ともに大きな実績を
残されました。
また、私が県議、衆議院議員、市
長となり、政治の道を歩む中で、公
私にわたり親しくご指導頂くととも
に、本市の基地に関する諸問題への
対応についても、大所高所からのご
助言・ご支援を賜りました。
先生のご逝去は、我が国日本の未
来にとって、計り知れない大きな損
失であり、無念でなりません。
10月15日には県民葬が実施されま
す。ここに改めて、安倍先生の生前
における数々のご功績を称えようと
もに、心から深く哀悼の意を表しま
す。



岩国市LINE公式アカウントでは、皆さまの
お役に立つ情報を配信しています。
まずは **友だち登録** をお願いします。

LINEで「岩国市」
を友だち追加

🔍 岩国市

