



はまゆう つうしん 9月号

～日置農村環境改善センター発 地域情報紙 第208号～

令和4年（2022年）9月1日発行



修了証を手に笑顔の子どもたち



ドローン体験



おもちゃ美術館



水辺の教室



ドーナツづくり



そうめん流し



E-sports体験

7月30日（土）から5回にわたり、日置地区の小学生を対象に夏休みの子どもの居場所づくりを目的とした「あつまれ！みんなのBG塾」を開講しました。ドローン操作やE-sportsなど、普段あまり経験できない体験にもチャレンジ！5日間いろいろな体験を通し、多くの知識を得るとともに、子どもたちの成長につながる貴重な夏休みになりました。

～今年の夏も、長門の海を楽しもう♪～

7月23日（土）黄波戸のB&G艇庫前にて、市内小学生を対象とした海洋性レクリエーション教室を行いました。ライフジャケットでの浮遊体験、背浮きの練習などで水辺の安全知識を学んだ後、シットオン・カヤックやSUP（サップ）の乗り方の指導を受けて、元気よく海へ漕ぎ出していきました。そのほかにも大人数で乗れるメガSUPや浮き島を体験し、子どもたちはとても楽しそうに夏の海を満喫していました。「浮き島がとても楽しかった！来年も参加したい」という声が多く聞こえました。



息の合ったパドルさばき



海に浮かぶ島でひと休み

【夏休みチャレンジ講座】子ども会日置支部

改善センターにて、長門市子ども会日置支部主催の夏休みチャレンジ講座の各教室が、夏休み見守り隊の支援のもと行われました。子どもたちはそれぞれの作品に一生懸命取り組み、先生方の優しく丁寧な指導を受けながら夏休みの宿題を完成させ、有意義な時間を過ごしました。

感想文教室 7/22・8/8

習字教室 7/25

木育教室 8/3

絵画教室 8/4・8/5



図書館司書による
選書指導



集中して丁寧に...



シンラデック見学



絵の具で色塗り

【作品募集中】「家庭の日」フォトコンテスト

募集テーマ：『家庭のだんらん・家族のふれあい』

応募概要：本人またはその家族が撮影したもの

デジタルカメラ可（合成不可）

カラーまたは白黒でプリント

写真サイズL版

応募点数1人5点まで

応募資格：長門市在住の小中学生

募集締切：9月30日（金）

応募方法：作品1点ごとの裏面に応募票を貼り、

長門市青少年育成市民会議事務局、

各公民館、改善センターに提出

審査・発表：審査会で審査を行い、入賞者には通知

（最優秀賞1点、優秀賞2点、入選3点）

問合せ先：長門市青少年育成市民会議事務局

（長門市教育委員会内）

TEL：23-1173



花と緑のまちづくり【花壇ボランティア募集】

年間を通じて花壇の草花の植え替え、手入れ、除草などの活動をしていただける団体または個人を募集します。花壇の場所は、日置地区国道 191 号線沿いにある「いきいき花壇」の 1 区画です。春と秋の年 2 回、草花の苗と腐葉土を支給します。申し込みは、長門市役所日置支所に「花と緑のまちづくりボランティア登録申請書」を提出してください。

申込み問合せ先：長門市役所日置支所（TEL：37-2111）

【日置中学校卓球部】

山陽小野田市近郷団体卓球大会優勝!!

8月6日（土）山陽小野田市で行われた今大会。3年生が引退し、新体制での初めての出場でしたが、1位リーグ竜王を4-1、深川を5-0で下し、見事勝利を手にしました。

「もっと強い選手の試合を見て、自分達の練習に生かしていくチームにしていきたい」と、まだまだ上を目指して頑張っています。8月27日（土）には、「長門市小中学生卓球大会」、9月17日（土）に「山口県中学校新人体育大会（予選）」が開催されます。



後列：森永、福川、藤井、片山

前列：山本、尾崎、荻、伊東 ※敬称略

《恵子のつぶやき ～福祉エリア支援員 永富恵子～》

『秋バテに注意！』

今年の夏は、暑かったですね。熱中症や夏バテになりませんでしたか？

夏バテという言葉は聞いたことがあるかと思いますが、秋バテと呼ばれる症状もあるのをご存じでしょうか。

『秋バテ』は、夏の間にたまったストレス（冷たい物のとりすぎや、冷房のきいた室内と暑い屋外との温度差、睡眠不足など）のため、自律神経の乱れや血のめぐりが悪くなることが主な原因です。

【秋バテの主な症状】

- | | | |
|--------|--------|------------|
| ・体がだるい | ・無気力 | ・めまい、立ちくらみ |
| ・疲れやすい | ・顔がくすむ | ・胸焼けや胃もたれ |
| ・食欲がない | ・眠れない | ・肩こりや頭痛がする |

※上記3つ以上当てはまると、秋バテの可能性あり



【秋バテの対策】

- ① 身体を温める食べ物（ショウガ、ニラ、唐辛子）を積極的に食べる。
- ② ビタミン・ミネラルが豊富な食べ物（カボチャ、サツマイモ、梨、さんま、鮭）を食べる。
- ③ 朝いちばんに日光浴をする。
- ④ エアコンの設定温度は屋外との温度差が5℃程度にする。
- ⑤ 入浴時、39℃以下のぬるめのお湯にゆっくりつかる。

秋バテにならずに体調を整えて、これからの季節を楽しみましょう。



9月の行事予定



日・曜日	行 事 予 定	場 所	時 間
3(土)	日置中学校体育祭	日置中学校	8:30~
7(水)	健 康 相 談	保健センター	13:00~
9(金)	育 児 相 談	保健センター	10:00~
10(土)	女性リフレッシュ講座 「和紙づくり&絵手紙教室」	村田清風 記念館	9:30~
11(日)	神田小学校秋季大運動会	神田小学校	9:00~
12(月)	めぐみ学級 「健 康 講 座」	漁村センター	9:30~
13(火)	基礎から学ぼう 第1回スマートフォン教室	改善センター	14:00~
14(水)	みのり・むつみ学級 「健 康 講 座」	改善センター	9:30~
	女性リフレッシュ講座 「和紙づくり&絵手紙教室」	村田清風 記念館	9:30~
15(木)	行 政 相 談	保健センター	10:00~
17(土)	感動!発見!ふれあい教室!! 「秋の星空観察会」	日置小学校 天体ドーム	19:30~
22(木)	第5回星空教室 「土星・木星を天体望遠鏡で見てみよう」	日置小学校 天体ドーム	19:30~
24(土)	女性リフレッシュ講座 「和紙づくり&絵手紙教室」	村田清風 記念館	9:30~
	感動!発見!ふれあい教室!! 「グラウンド・ゴルフ教室」	総合運動公園	13:30~

※9月の行事予定は、**8月19日(金)現在**における予定です。今後の新型コロナウイルスの感染状況により変更になる場合がございますのでご了承ください。

読書のひろば 新刊案内

【一般図書】



- ・よって件のごとし 宮部みゆき
- ・祈りのカルテ 再会のセラピー 知念実希人
- ・夜に星を放つ 窪 美澄
- ・セカンドチャンス 篠田節子

【児童書】

- ・とりかえっこちびぞう 工藤直子
- ・みつけてかぞえてどこどこどうぶつ わくわく
どうぶつえん ロブソン, カースティーン

◆図書室開室時間(改善センター開館時間)

8:30~17:15

火曜日、第2・4金曜日・・・8:30~22:00

土・日曜日、祝祭日・・・8:30~17:00

ヒストリアながと
オープン

～長門市の自然・歴史・

文化を知る・見る・学ぶ～

ながと歴史民俗資料室は、「長門市総合文化財センター」(愛称:ヒストリアながと)として、リニューアルオープンします。

11月中旬頃まで、昔の「日置」地域の風景や暮らしを写した古写真等を紹介したコーナーを設けています。ぜひ家族や友人同士で来館して、当時を懐かしんでみてはいかがでしょうか。

◆一般オープン日時 9月1日(木) 10時~

◆開館時間 9:00~17:00

◆展示内容 指定・未指定文化財、古文書、出土品、萩焼、引揚資料、長門の地質、VR映像など

◆観 覧 料 無 料

◆休 館 日 月曜日 ※祝日の場合は翌平日

◆問合せ先 文化財保護室 Tel:22-3703

徒然雑記

7月下旬から、新型コロナウイルス感染症の感染者数が急激に増加し、過去最多を更新している。今までは、国の緊急事態宣言やまん延防止等重点措置が発令され、行動制限によってある一定期間で感染拡大が収まっていた。第7波は、国や県では「社会経済活動」や「教育の機会」を止めない方針▼一方、改善センターでは、感染者が増えると行事開催の是非について考える。8月11日には子ども会ニュースポーツ大会を計画していたが、市内の感染者数が増加し、欠席者も増えたことから、関係者と協議し中止した。開催の是非については参加者の安全が一番としたい。(石本)

日置の人口

(令和4年7月31日現在)

人 口	3,506人	(+ 3)
男	1,673人	(+ 5)
女	1,833人	(- 2)
世帯数	1,651世帯	(+ 5)

() 内は前月比

編集・発行:日置農村環境改善センター

長門市日置上5880番地1 TEL37-2340

E-mail:h.kaizen@city.nagato.lg.jp

HP:http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/soshiki/43/