

ふさととくぢ

令和7年山口市二十歳のつどい



目次

里山だより・とくぢこつうしん…2P

とくぢで輝く・ヘルスメイトの野菜たっぷり簡単レシピ…3P

行政だより…4P

行事カレンダー・図書館だより…5P

健康・介護耳より情報

とくぢ通い雑感・サウナのお客様…6P
フォトギャラリー



(2024年12月末現在)

1月12日(日)に山口市民会館で「令和7年山口市二十歳のつどい」が開催され、式典終了後、徳地地域の出席者30名が記念写真撮影を行いました。晴れやかな笑顔と希望に満ちあふれた表情がとても印象的な一枚です。

みなさんの今後ますますのご活躍を期待します。



冬のお楽しみ会

12月14日(土)、八坂小学校で「冬のお楽しみ会」が開催されました。会場ではBASE83 & Happy Educationの豚汁とおにぎり、チョコフォンデュや徳地健康茶が提供され、子供たちや地域の方々がおいしそうに味わっていました。



八坂小学校150周年キャラクター「やさポン」点灯式



小学生が飾り付けしたイルミネーション

続いて、八坂小学校児童による「お楽しみ会」が始まり、歌やダンス、お笑いなどの出し物で会場は大盛り上がり。最後は校庭に移動し「やさポン点灯式」が行われ、イルミネーションを観覧。冬の楽しい思い出になったようです。

(取材：徳地づくり達人塾)

盛り上がりました！出雲地区球技大会



12月15日(日)に徳地体育館で出雲地区球技大会を開催しました。開会式のあと準備体操で体をほぐし、試合の順番を決めてソフトバレーの試合を開始しました。



12チームがA・B・Cリーグに分かれて戦い、決勝を目指します。いよいよ決勝が始まりました。アタックにそれを制するブロックと熱戦に応援にも熱がこもり、決勝終了後は健闘を讃えながら表彰しました。

小学生の応援や保健センター開催の健康相談もあり充実のスポーツイベントとなりました。

(出雲地域づくり協議会)

とくぢ、こつうしん

徳地中学校 中央小学校 島北小学校 八坂小学校



八坂小は開校150周年を迎え、昨年11月30日に記念式典及び学習発表会が開催されました。当日は卒業生をはじめ、八坂小を支えてくださる地域の方々にもご参加いただき、思い出に残る一日となりました。会場には昔の写真が飾られ、当時の学校の様子や八坂の歴史について学んだ児童の発表があり、改めて150年の歴史を感じることができました。



そして本記念事業のフィナーレとして、参加者全員で校庭に150の人数文字を描き、150年紡いできた想いと共にバルーンが八坂の空に舞い上がっていきました。



とちで輝く

未来へつなぐ 佐波分校の記憶

佐波分校最後の卒業生 22人

■77年の歴史に幕

3月1日、佐波分校は最後の卒業式を迎えます。閉校となる年に、最後の卒業生たち22人が思いを語ってくれました。

佐波分校は1945年に「山口県立佐波農林学校」として開校。その後、2012年に「山口県立防府高校佐波分校」が誕生し、少しずつ今の形になりました。佐波分校の魅力を尋ねると、「少人数で自由な雰囲気」「地域との交流が多いところ」と答える生徒が多く、地域を巻き込み共に取り組んだ行事がたくさん行われてきました。

■地域とつくった学校行事

中でも生徒たちが最も記憶に残ったと語るの「SABAカフェ」です。



毎月、地域住民と一緒にお茶を飲みながら講義を聞いたり、キッチンカーがやってきたり、バーベキューも楽しんだこの取り組みが、生徒たちにとっても大切な地域との交流の場となりました。

また、山口県内の分校が集まり成果を発表し合う「分校サミット」では、地域課題である「放置竹林」についての発表を行いました。徳地の特産品である和紙を使った折染め体験として、他校生徒との交流も深めました。このようなイベントのほか、九州への修学旅行や文化祭での書道パフォーマンスなど、生徒たちは充実した学校生活を送り卒業を迎えます。

一方で、卒業を前にしても閉校の実感は薄いと話す生徒たち。「多分20歳くらいになっ

て、ようやく実感するんじゃないかな」「卒業してみないと離れたくない気持ちがい。やりたいことを見つけたら、高校生活が楽しかった。」と振り返ります。特に、自由な校風と自分らしさを大切にできる環境が、多くの生徒の心に残っているように感じました。

■卒業生からのメッセージ

卒業後は、就職や進学、美容師や学校の先生、イラストレーターといった夢を抱え、それぞれの道を歩みます。「父の家業を継ぎたい」「ボランティア活動を続けたい」「お金をためて起業したい」と語る生徒の多くが、「徳地に関わり続けたい」と語ってくれました。

「自分のおじいちゃんおばあちゃんみたいに接してくれていたの、自分たちも甘えることができたし、受け入れてもらえてるって感じがしました。本当のおじいちゃんおばあちゃんみたいで、めちゃ大好きです！」

「今まで支えてくださって感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。楽しい思い出ができました。」

(取材：河上敦)

ヘルスマイトの 野菜たっぷり簡単レシピ

味噌ではなくマヨネーズを使うことで減塩にもなり、いつもとは違う味を楽しめます。

洋風白和え【副菜】



【1人分】 108Kcal たんぱく質 5.7g
脂質 8.1g 食塩相当量 0.6g

材 料 (4人分)

木綿豆腐 1/2丁
ほうれんそう 300g
マヨネーズ 大さじ2
しょうゆ 小さじ2
すりごま 大さじ1

作 り 方

- ① 木綿豆腐は重石をして、水気を切ってつぶす。
- ② ほうれんそうは塩茹でして、水に放してあくをとり絞る。2cm長さに切る。
- ③ ①にAを入れて混ぜ合わせ、②を加えて和える。

行政だより

「第37回大原湖さくらロードレース大会」 参加者募集

- ◎日時 令和7年4月13日(日) 雨天決行
 受付 10時30分～
 スタート 2kmの部：11時30分～ 5kmの部：12時～
 ※申告タイム順ブロックのウェブスタート
 ◎場所 ふれあいパーク大原湖キャンプ場(徳地野谷605)
 ◎定員 全部門あわせて200名(先着順)
 ◎部門・参加費

部門		参加費
2km	中学生以上39歳以下(男子の部・女子の部)	2,000円(1人)
	40歳～59歳(男子の部・女子の部)	
	60歳以上(男子の部・女子の部)	
	小学4・5・6年生(男子の部・女子の部)	
	小学1・2・3年生(男子の部・女子の部)	
	ファミリーの部	3,000円(2人1組)
5km	中学生以上39歳以下(男子の部・女子の部)	2,000円(1人)
	40歳～59歳(男子の部・女子の部)	
	60歳以上(男子の部・女子の部)	

- ◎申込締切日 令和7年3月14日(金)
 ◎申込方法 スポーツエントリー(インターネットエントリー)
 申込方法及びその他詳細は、山口市徳地地域交流センターのウェブページをご覧ください。

二次元バーコードを読み込むと、徳地地域交流センターのウェブページへアクセスできます。



今大会から、大会運営スタッフを募集することとなりました。ご興味のある方は二次元コードよりお申込ください。



問合せ先 大原湖さくらロードレース大会実行委員会事務局
 (徳地地域交流センター内) ☎52-0217

【スタッフ参加申込】

大原湖さくらロードレース大会実行委員会事務局
 (徳地地域交流センター内) ☎52-0217

「春のとくち健康ウォーキング」

日頃の運動不足とストレス解消を目的としたウォーキングを開催します。今回は愛鳥林を森の案内人と一緒にゆっくり歩きます。

- ◎日時 令和7年3月9日(日) 少雨決行
 9時30分～12時 ※受付開始 9時～
 ◎場所 愛鳥林(徳地野谷)
 ◎定員 30名程度
 ◎参加料 1人100円
 ◎申込締切日 令和7年2月28日(金)
 ◎申込方法 ①の二次元コード又は申込用紙に記入の上、徳地地域交流センターに提出。



①参加申込用



②詳細はウェブサイトに掲載

問合せ先 徳地地域交流センター ☎52-0217

徳地やまのいも栽培講習会

徳地地域にお住まいの方を対象に、伝統野菜『徳地やまのいも』の栽培講習会を開催します。初心者向けの講習会ですので、お気軽にご参加ください。

- ◎開催日 2月19日(水) 13時30分～
 ◎場所 JA徳地支所2階会議室
 ◎参加費 無料
 ◎講師 山口農林水産事務所職員
 ◎申込 事前申込不要



問合せ先 農林課 ☎52-1115

食育や健康づくりに関するボランティア活動 をしたい方を募集します!(食生活改善推進員募集)

自分の食事や栄養の知識を増やし、それを楽しく地域の人へ伝えていく。世代を超えた人との繋がりで楽しい活動ができます。

こんな方におすすめ

- ・食育に関心のある方
- ・健康的な食事に興味のある方
- ・地域でのつながりが欲しい方
- ・地域へ何か還元したい、貢献したい方



- ◎開催時期 6月開講(日程は後日回覧等でお知らせします)
 ◎場所 山口市保健センター、徳地地域交流センター
 ◎内容 全6回講座
 ◎講師 市管理栄養士、市保健師他
 ◎対象 養成講座終了後に、食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方
 ◎受講料 無料

問合せ先 市徳地保健センター ☎52-1114

徳地特産品販売所 南大門 パート職員募集

- ◎職種 特産品販売、施設管理業務
 (物品販売・管理、接客対応、清掃等)
 ◎給与 時給980円
 ◎勤務時間 8時30分～18時30分
 (シフト制により7～8時間)
 ◎勤務日 週3日程度(シフト制)
 ※土日勤務有
 ◎待遇 交通費支給(当協会規定による)
 ◎その他 簡単なPC業務やインスタ・フェイスブックなどができる方、未経験の方大歓迎です。
 お気軽にお問い合わせください。

問合せ先 徳地ふるさと資源活用協会
 徳地特産品販売所 南大門
 岡田(☎52-1772)まで

行事カレンダー

(2月15日～3月14日)

2月	16日	第19回串交流センターまつり (問) 串交流センターまつり実行委員会(串分館内) ☎54-0222
	19日	認知症家族会(やすらぎの会) (問) 基幹型地域包括支援センター徳地分室 ☎52-0670
	23日	出雲地区ラジオ体操・ウォーキング (問) 出雲地域づくり協議会 ☎52-0095
3月	6日	健康相談・栄養相談併設(徳地地域交流センター) (問) 徳地保健センター ☎52-1114

◆◆図書館だより◆◆ ☎52-0043

【新しく入った資料】

◎文学	普通の子／朝比奈 あすか
◎一般書	世界でいちばん素敵な中世ヨーロッパの教室／祝田 秀全
◎実用書	なるほどバッグはじめてさん大丈夫! ずっと使える基本が満載
◎文庫	デラシネ 「鏡の海」篇／梶永 正史
◎ティーンズ	もやもや、ごちゃごちゃがスッキリする手書きノート&メモ術／奥野 宣之
◎物語・児童書	こおりのせかいなんきょくへいこう
◎絵本	それゆけ!ばあちゃんぐんだん!／ジュディス・カー, 木坂 涼
◎大活字本	夜空に泳ぐチョコレートグラミー 上・下／町田 そのこ
◎CD	ANTENNA / Mrs.GREEN APPLE
◎DVD	アベンジャーズ

【企画展示】

◎今月のテーマ	愛縁奇縁
◎絵本	ゆきとこおり
◎一般	如月 ～気を付けよう生活習慣病～
◎児童・ティーンズ	あま～い♡チョコレート

【お知らせ】

3/13(木)、徳地地域交流センター2階の講座室2にて「ブックスタート」を開催します。対象のご家庭にはお知らせのハガキを送りますので、どうぞご参加ください。

休 図書館 2月/17・20・24・25
休館日 3月/3・10

子育て支援センター すくすくハウス予定 ☎52-0662

2月18日(火)	キッズタッチ(親子ヨガ)
21日(金)	フラワーアレンジメント
28日(金)	ひなまつり会
3月7日(金)	またねの会

健康・介護 耳より情報

「ふくまる相談室」に ご相談ください!

やまぐち「まちの福祉相談室」(通称「ふくまる相談室」)は、【高齢】、【障がい】、【子ども】、【生活困窮】などのお困りごとに、専門の相談員がさまざまな関係機関と連携して、解決に向けてお手伝いをする相談窓口です。ご家族や、まわりの方々からのご相談も受け付けています。

「どこに相談していいかわからない」「親の介護と子育ての両立が難しい」「生活が苦しい」「家族がひきこもり」「失業して住む家がない」などのお困りごとがありましたら、ひとりで悩まずお気軽にご相談ください!相談は無料です。まずはご連絡ください。ご依頼があればご自宅にも伺います。

【問合せ先】

<ふくまる相談室>

山口市基幹型地域包括支援センター徳地分室内
(徳地地域複合型拠点施設内)

☎52-0670 FAX52-0444

+ 休日・夜間診療のご案内(防府市内)

*山口市内は市広報に掲載しています。どちらも利用できます。

【内科・小児科】(受付8:30～11:30、13:00～16:30)

防府市休日診療所(鞆生町)☎0835-24-4172

【歯科】(受付8:30～11:30)

防府市休日診療所(鞆生町)☎0835-24-4172

【外科】当番医療機関(診療9:00～17:00)

2月16日(日)たかきクリニック(台道) ☎33-1050

23日(日)ながみつクリニック(中央町) ☎20-1230

24日(日)緑町三祐病院(緑町) ☎22-3145

3月2日(日)三田尻病院(お茶屋町) ☎22-1110

9日(日)防府胃腸病院(駅南町) ☎22-3339

【夜間救急病院】(平日、休日にかわらず)

病院名(場所)	電話番号	2月・3月の開設日						
三田尻病院(茶屋町)	☎22-1110	15	20	25	2	7	12	
松本外科病院(天神)	☎22-1409	16	21	26	3	8	13	
防府胃腸病院(駅南町)	☎22-3339	17	22	27	4	9	14	
桑陽病院(車塚町)	☎23-1781	18	23	28	5	10		
緑町三祐病院(緑町)	☎22-3145	19	24	1	6	11		

サウナのお客様



『ヴィヒタ』で『ウイスキング』？



みなさん、『ヴィヒタ』ってご存知ですか？

『ヴィヒタ』とは、白樺の葉をブーケ状に束ねたもので、サウナ内で直接肌を叩くことで発汗や血行を促す『ウイスキング』という楽しみ方ができる北欧のサウナ文化の一つです。

そんな『ヴィヒタ』を持参した男性3人組が福岡からご来店。

サウナ内で「あつい!!!」と言いながら『ヴィヒタ』でお互いの身体を叩き合い、サウナ後には、今まで見たどのお客さんよりも全身真っ赤に！

寒い川にも躊躇せずダイブし、徳地の大自然を、なんと6時間もたっぷり堪能されました。火照ったお顔で「今までで一番の環境でした」と、笑顔で帰られました。

来月はどんなお客様が訪れてくるのでしょうか。

(投稿：河上成美)



ロハス島地温泉 駅長「福」くん

フォトギャラリー

写真や情報をお寄せ下さい
二次元バーコードを読み込むと、アドレス
入力なしでメールできます→
地域の景色や行事など、あなたの
知っている徳地の素敵なところ・人・
モノの写真や情報を徳地地域づくり
協議会まで情報をお寄せください。



【発行】徳地地域づくり協議会

〒747-0231 山口市徳地堀 1527-3 ☎0835-52-0095

[HP] <http://tokujichiiki.com> [e-mail] tokuji@tokujichiiki.com

【企画編集】徳地づくり達人塾

✕@tokudidukuri

tokudi_dukuri

(印刷) 山口印刷工業株式会社

はっコラム



とくち通い 雑感

たぶん私のような人は珍しくないと思うのですが、幼い頃から何故だか「紙」に惹かれ続けています。新しいノートの1ページ目を開いたときのドキドキ。少ないお小遣いを費やして美しい千代紙を買ったのに、使うのがもったいなくて何度も繰り返し眺めていた記憶。大人になって随分経つ今でも、旅先でかわいいポチ袋や一筆箋を見つけると、使うあてもないのに思わず手にとって、気づけば購入しています。

そして、そんな紙類の中でも（私の中で…）トップに君臨するのが、やはり手漉き和紙なのです。少しザラとした手触りや柔らかさ、繊維がなびくように残る独特の風合い。全てが特別で、高揚感を煽ります。

「徳地和紙」あるいは「徳地手漉き和紙」という言葉は、もちろん徳地に通り始める前から知っていました。しかし、実際のところどんな工程を経て植物から紙になるのか全く想像がついていませんでした。島地の「千々松和紙工房」さんでは、和紙の原料のうち、楮と三椏を傍の畑で育てておられ、この二つの植物を同時に見ることができます。

初めて訪れたとき、同じ和紙の原料なのに、楮と三椏は全く似ていない植物だということに驚きました。よく考えてみれば、竹やバナナだって紙の材料になるのですから似ていなくて当たり前なのですが、きっとここに至るまでに世界中の色々な場所で、紙を作るのに適した植物を見つけるための試行錯誤が行われたんだろうなあと、想像をたくましくしてしまいます。

また、ここで育てられている和紙製造のための植物は、楮と三椏だけではなくあります。とちょっと偉そうに言っていました。千々松さんに教わるまで知らなかったその植物の名前は「トロロアオイ」です。花オクラとも呼ばれ、根から取れる、オクラのネバネバが巨大化したような粘液を、紙を漉くときに混ぜ入れるのです。

そして、ここでは詳述しませんが、和紙ができるまでの気が遠くなるような手作業の数々を初めて知ることができて、伝統をつないでおられる方への尊敬とともに、私の紙への偏愛は一生続くであろうことを確信しています。



和紙の原料「楮」

(執筆：丸本華代)