

(令和8年)
2026
3月
第335号

むつみハハハ通信



発行/吉部・高俣公民館 電話/6-0211-8-0211

2026.2.3.(火)節分「豆まき」むつみ保育園



・・・ も く じ ・・・

○吉部・高俣公民館教室 他	…2P
○吉部・高俣公民館運営審議会 他	…3P
○私のひとこと	…4P
○ごぼう入りチキンナゲット 他	…5P
○生活バス・デマンド便3月の運行カレンダー 他	…6P

むつみ地域の人口と世帯数 (2026年1月末)

男性	522人 (-5)
女性	565人 (-3)
合計	1,087人 (-8)
世帯数	620戸 (-4)
※ () は前月比	

1月27日(火)、吉部・高俣公民館教室「確定申告について」を、むつみ農村環境改善センターで開催しました。

今回の教室では、20人の参加があり、血圧測定等の健康相談コーナーも利用されて受講されました。

萩市課税課課長補佐の廣田泰道さんから、「確定申告について」のテーマで「無理なく続ける、農業の帳簿と申告」の中で、帳簿の大切さや魔法の整理術(毎月の封筒管理)、家事消費の取り扱い等について説明がありました。

質疑応答で、「農機具のローンでの申告」「減価償却の期間と金額」「医療費控除の家族の取り扱い」等、多数の質問が出され、確定申告内容について理解を深められた教室となりました。



「レシートは事前に整理してきてね！」



2月3日(火)、むつみ保育園で毎年恒例の節分豆まきが行われました。

初めに、先生から「節分の由来」についての話があり、続いて、鬼に扮した園児による鬼ごっこで鬼退治の気分を高めていました。次に、豆まきが行われ、園児の鬼の後に、本物(大人)の鬼が登場すると、場内が一変して「鬼は外！」と大声で、涙を流しながら逃げ回る子や鬼に豆をぶつけて追い払う子もいました。

その後、各自で作った鬼の面の紹介をして、頑張ったことやどんな鬼を作ったかについて発表しました。

終わりに、園長先生から「鬼は外! 福は内!」の掛け声でまいたお菓子を、みんなで楽しそうに拾っていました。その後、お面を被った鬼が保育園周辺を元気に歩いて節分行事を楽しく過ごしていました。



「鬼は外～、福は内」



2月4日(水)、「楽しくからだを動かす会」の講座が農村環境改善センターで開催されました。

今回のテーマは、「タオル体操とボール体操」を実施されました。各自で血圧と握力検査後に、ラジオ体操の準備運動で体をほぐして、タオルの両端を持って上下や左右に動かした体操で肩や背中、脇の筋肉をほぐしました。休憩後に、手や脇と足によるボール挟み、両足の間にボールを入れたままの足上げをしました。足踏みによる「しりとり」では、楽しみながら仲良く運動をしていました。

日頃使っていない筋肉の運動で心地よい汗をかかれました。



「みんなで体を動かすと楽しいですね」



吉部・高俣公民館運営審議会

2月12日(木)、第2回吉部・高俣公民館運営審議会を農村環境改善センターで開催しました。会議では、令和7年度の吉部・高俣公民館活動とむつみ小学校・中学校の取り組みについて協議しました。

意見交換では、「公民館教室は、とても良い取り組みをされている。地域の皆さんと交流を図り、会える場所になっている。今後も続けてもらいたい。」「読書離れの改善に、大きな図書館に行つて本に出会える時間作りをされてはどうか。」「ハハハ通信は、地域の情報が色々と掲載されていて楽しみにしています。」「囲碁同好会を紹介してもらい、地域外の参加者から、施設が立派だ、会場準備がされていて嬉しいと喜ばれている。」という意見がありました。今後とも、公民館活動に対してご支援ご協力をよろしくお願い致します。



「令和7年度の取り組みについて」



高俣公民館新刊のご案内

さよならジャバウオック 伊坂 幸太郎

変な地図 雨穴

すべてを蒸したい りよ子

せいろレシピ

カフェネ 阿部 暁子

陽炎の旅人 天童 荒太

大ピンチずかん 2 鈴木 のりたけ

大ピンチずかん 3 鈴木 のりたけ

青い壺(新装版) 有吉 佐和子

おすすめの新作😊

すべてを蒸したいせいろレシピ

料理レシピ大賞受賞!!

せいろブームの火付け役作品。時短もダイエツトも美肌もすべて叶い、なにより美味しいがつまつたレシピ本です。



大ピンチずかん2・3

大ピンチを乗り越える情報が満載です!!



吉部・高俣公民館教室「健康体操」

日 時 3月16日(月)

午前10時00分〜11時30分

参加費 無料

場 所 むつみコミュニティセンター

内 容 講話・体操(ボールや椅子を使った体操を行います。)

持参品 タオル、飲み物など

(運動をしやすい服装で参加してください。)

申し込み 3月11日(水)までに高俣公民館へチラシについての申込書を提出または電話でお申し込みください。

(TEL8-0211)





萩市立むつみ中学校

学校事務職員

山本 俊輔



表題 「山本俊輔について」

むつみ地域にお住いの皆さま、こんにちは！昨年の4月からむつみ中学校に就任した山本俊輔と申します。

「初めて見る人だな」と思われる方もいらっしやると思いますので、自己紹介をさせていただきます。

私は宇部市の出身で、小学校2年生からサッカーを習い始め、高校3年生までずっと続けてきました。

今も週に2〜3日ぐらい公園に行ったり一人でサッカーをしたり、高校生の時の友達と集まって一緒にサッカーをしたりしています。

私のこれまでの人生はサッカーが中心と言っても過言ではありません。そこで、むつみ地域にお住いの皆さまにサッカーの魅力をお伝えしたいと思います。

まず、サッカーの基本的なルールは、ボールを手以外（主に足）で扱い、相手ゴールにボールを入れて得点することです。試合時間内（90分）により多くの得点を挙げたチームが勝利となります。

細かいルールはたくさんあって話せばキリがないので基本的なことはここまでにして、続いてはサッカーの魅力についてお話しします。

1つ目は、チームプレーで成立するところです。1人では味わうことのできないチームで連携してゴールを決めたり守ったりするのです。2つ目はプレーをす

る選手のみならず、その選手やチームを応援する人々が一体感を味わうことができるスポーツであることです。私の「ハハハ通信」をきっかけにサッカーに少しでも興味をもっていただけると、とても嬉しいです。

初めての萩市、初めてのむつみ地域、初めての学校現場と初めてだらけの私ですが、むつみ地域のために少しでもお役に立てるように頑張っていこうと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



《令和八年一月分》

梅の花一輪二輪咲き初めし

枝も広がり老木明るき

末成 陽子

高き枝の柚子の実大きはさみいて

枝にすがれば棘の鋭き

吉松 梢江

カレンダー最後の一枚めぐりとる

新しき年平穩であれと

小野 千代子

ペンもちて短歌の二首を紙へ載す

吾にはまだまだ余力のありき

鈴木 京子

夫婦にて汗を流しし住まいなり

四度の午年二人で迎ふ

末成 孝敏



《令和八年二月分》

玄関に朝日差し込むこれぞ良き

一日の始まりカレンダーに丸

末成 陽子

その昔寒餅一俵つきたるを

大桶に漬け春まで食べし

吉松 梢江

山陰に残雪のある帰り道

伏馬過ぐれば一面真白

小野 千代子

年賀状もらひし人に心こめ

寒中見舞ひの返札をなす

鈴木 京子

年開けて半月あまり寝正月

イベント二つ風邪に流さる

末成 孝敏



ごぼう入りチキンナゲット



萩市食生活改善推進協議会
福栄・むつみ支部

今月のレシピは、学生さんが考えたメニューです
若い子の献立なので作ってみて下さい。

第6回ナイスアイデア賞 福田心結さん

〈事前準備〉

- ・ごぼうは皮をこそぎ、ピーラーでさがきにする。水にさらす。
- ・豆腐はキッチンペーパーに包み、水気をしっかり切る。
- ① ポリ袋に鶏ひき肉とごぼう、豆腐を入れてよく練り混ぜる。
Aを加えて、全体がなじむようにさらに揉み込む。
- ② フライパンに1cm程度の油を入れて、中火で熱する。
- ③ ①をひとり3コになるように手でまとめて油に入れる。
両面がこんがり色付き、中まで火が通ったら取り出して油を切る。
- ④ お好みで山椒塩をつける。

材 料 (4人分)g

ごぼう	100
鶏ひき肉	200
絹ごし豆腐	150
黒ごま	大さじ 1
塩	小さじ 1/2
こしょう	少々
小麦粉	大さじ 1 1/2
揚げ油	適宜
山椒塩	お好みで

A



・たのしむ！学校イベントかんたん

クラフトBOOK 全3巻

学校・季節の行事

入学式・卒業式

プレゼント

発行者 長谷川翔



・何(難)問クリア! なぞときワールド 全4巻

ダイヤモンド&エメラルド

オパール&アンバー

スタールビー&スターサファイア

コーラル&アメジスト

著者 児島勇氣

萩市むつみ生涯学習資料館

蔵書しました どうぞご利用下さい

生活バス・デマンド便3月の運行カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

■は運休(デマンド便予約センターもお休み)、○が運行日です。

デマンド便は無料でむつみ地域のどなたでもご利用できます。

8時から17時まで予約受付及び運行しています。

事前電話予約制です。ご利用の際は「8-0077」までご連絡ください。

問合せ(むつみ総合事務所 市民生活部門) ☎6-0211

3月の休日当番医表

日	山口市阿東地域
1日	原 医院 (内科)
(日)	(083-952-0308)
8日	藤原医院 (内外科)
(日)	(083-954-0331)
15日	三浦医院 (内科)
(日)	(083-956-0500)

○診療時間 8:30~17:30



むつみ診療所 3 月のお休み

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

○受付時間 午前8:30~10:30

■は1日休診、▲は午後往診、出張又は発熱外来。

※▲の日は、医師不在のことが多いので可能な限り午前中に受診をお願いいたします。

問合せ(診療所) ☎6-0149

萩市休日急患診療センター

0838-26-1397

日曜日、祝日、年末年始(12月30日~1月3日) 急なケガや病気で診療が必要な場所は、ご利用下さい。



0120-506-322 (無料電話相談)

例えばこんなとき、「夜間・休日に受診できる医療機関を知りたい。」「不意のケガの応急手当、どうすればいいの?」

ごみ収集カレンダー(3月)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	22	27	24
29	30	31				

むつみ地域 行事予定(3月)

15	日	Mリーグサッカー大会
12	木	行政相談(高俣)
14	土	萩往還ワンデーウォーク2026



《あとかぎ》

今月もご覧いただき、ありがとうございます。次の号からもより良い情報をお届けします。明るい話題でいっぱいとなりますように。(Y)