

無罪開辦行銀記年卅七週年誌慶



車兩行進



氣勢が充実した捧げ銃



觀閱式



一日駐屯地司令に任命された佐藤けいさん



小銃小队前へ！



圧巻する訓練展示



小月航空教育隊によるフアンシードリル



山口維新太鼓部による演奏



山口駐屯地音楽部による演奏



山口市自衛隊協力会会長による餅つき



一年の勞を勞う駐屯地司令からの振舞い酒



今年もサンタさんがやってきた

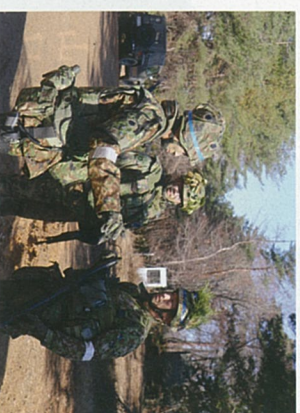


子ども達も楽しそうに餅つきをしている

駐屯地年末行事開催



任務完遂を誓い全員で「維新17」を唱和！



連隊長による重迫地域現地指導



陣地を死守せよ！防衛戦闘中！

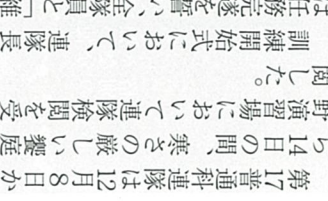


懸命に防御陣地構築中

第17普通科連隊は12月8日から14日の間、寒さの厳しい饗庭野演習場において連隊検閲を受けることになった。

訓練開始式において、連隊長は任務完遂を誓い、全隊員と「維新17」を唱和した際には、任務完遂を願うかのように鮮やかな美しい虹がかかった。

隊員は懸命に、障害構築及び



陣地構築などを行い、「維新17」と名付けられた、敵主力に対する火力及び機動打撃の準備を実施した。作戦を準備した。

敵を偵知し、連携して取り囲み、狙撃銃、機関銃や砲迫による火力打撃、LAV（軽装甲歩兵戦闘車）を使用した機動打撃等を行い、任務完遂の為、隊員は積極果敢に戦い、訓練開始から1週間後に一連の状況が終了した。

**雨にも負けず！寒さにも負けず！
第17普通科連隊検閲を受閲！**

山口駐屯地は、令和4年11月27日（日）、部内外から多数のご来賓・ご臨席のもと、山口駐屯地創設67周年記念行事を開催した。観閲式において山口駐屯地司令は「厳しい情勢において、何時如何なる任務を付与されるか判断は全く許されない。しかし、どんな状況にあっても、我々自衛隊は任務を完遂しなければならぬ。」と挨拶を述べた。観閲行進においては、威風堂々の徒歩部隊の行進、迫力ある各部隊の車両行進に続き、日頃駐屯地では見ることの出来ない観閲飛行が行われた。クワイマックスは、観客全員を圧倒する訓練展示を披露し会場を賑わせ、また、一日駐屯地司令として、フリーナムサーである佐藤けいさんを招き入れ、来場者の方々とふれあい、装備品や車両等を見物し、会場の多くの人々を楽しませた。引き続き、地域の皆様と共にある駐屯地を目指し、各種行事を企画していきたい。

山口駐屯地は12月23日、毎年恒例である山口駐屯地年末行事を、自衛隊協力諸団体会長や隊員家族の来隊のもと開催された。

新型コロナウイルス感染拡大防止の対策を考慮しつつ、当初、山口維新大鼓部と山口駐屯地音楽部による演奏が行われ、会場は賑わいを見せた。

また、体育館の外では、炊事車から吹き出る炊き立てのもち米の香りに、年末の雰囲気より一層感じさせられた。

各部隊は「よいしょー」のかけ声に合わせ、家族とともに餅つきを行い、今年一年をふり返し、令和5年の更なる飛躍と、平和・安全を願った。

長州屋 開店8周年記念
山口駐屯地様特別宴会コース!!

4,500円

名物 百姓庵の塩唐揚げ食べ放題 2時間飲み放題

内容はお電話にて上田に相談してください
山口市湯田温泉 4-1-7 営業時間/11:00～ラスト 定休日/なし

TEL.083-902-3939



THE FIRST STAGE ~思い出の場所が永遠の始まり~
山口ラントホテルは『語り継がれるウエディング』を目標します



婚礼・宴会・会議
アイ・エス・エヌ
0120-7-11874
山ノ谷・ホテル
宿泊・レストラン
山ノ谷町市八幡町金町 1-1 (新美濃新山ノ谷駅前)
URL: <http://www.ishn.co.jp>
E-mail: info@ishn.co.jp

心の相談室

駐屯地カウンセラー 本部管理中隊
どんな小さなことでもまずは相談！

疲れがたまった時こそ動いた方がいい 朝寝坊やダラダラが自律神経を乱す

誰しも疲れが溜まってくると、たっぷり睡眠をとって休みたいと思うもの。でも、そんなときこそアクテイクに過ごすことで、自律神経のバランスが整い、疲れの回復も早くなります。

ハードスケジュールが続くと週末はつい朝寝坊になりがちですが、あえて早起きをするのがおすすめです。すでに説明のとおり、交感神経は日中、副交感神経は深夜にピークを迎えます。休みだからといって朝寝坊やダラダラ屋敷をしていると自律神経が乱れ、かえって疲労が抜けにくくなるのです。疲労を早く回復したいなら、週末も普段と同じ生活リズムを保つことが肝心。早起きをして、趣味ややりたかったことに時間を使いましょう。身も心もリフレッシュすることで自律神

経のバランスが整い、疲労回復に役立ちます。

また、帰宅後、ソファに腰を下ろした途端にどっと疲労感に襲われ、その後の家事になかなかとりかかれないうという人も少なくないでしょう。一度切れてしまったスイッチを入れるにはとても大きなエネルギーが必要で、そのことがさらなる疲労感を招いてしまいます。クタクタに疲れて帰宅した日こそひと休みしたい気持ちをぐっとこらえ、まずは家事や持ち帰り仕事など、やるべきことを片付けてしまおうのが得策。その分、夜のリラックスタイムをゆとり過ごすことができ、結果として疲れも早く解消できるのです。



駐屯地カウンセラー
本部管理中隊
1曹 末益 武典
いつでも相談受け付けます。
内線：205

自衛隊を応援する西の京娘！

なけ ま あり さ
仲摩 有沙さん



生 年 月 日：平成14年6月4日
出 身 地 等：大分県大分市
職 業：学 生 (山口県立大学)
趣 味：ドライブ
好きな食べ物：あんドーナツ
好きな男性のタイプ：話が面白い人
将 来 の 夢：犬と猫を飼う

自衛官に一言

みなさん！訓練等、お疲れ様です！いつも応援
しています！怪我には気を付けて頑張ってく
ださい！

山口 庵光海風堂 温泉 旅館
オンラインショップ

<https://senzaki.jp/>

ひとくち海鮮詰合せ
2,220 円(税込)

焼き揚げ海鮮 白宝五本入り
2,900 円(税込)

海鮮炊き込み飯の素
2,340 円(税込)

※掲載されている価格と異なる場合がございます。詳しくはオンラインショップをご覧ください

山口食堂の自慢の一品 れんこんハンバーグ

山口駐屯地食堂の自慢料理を紹介します。



【材料 (1人分)】

合いびき肉	100g	<ソース>	
たまねぎ	30g	酒・みりん	10gずつ
サラダ油	少々	砂糖	1g
れんこん	20g	醤油	10g
塩・こしょう	少々	だいこん	50g
卵	10g	れんこんチップ>	
牛乳	15g	れんこん	30g
パン粉	10g	揚げ油	
サラダ油	適量		

☆作り方☆

- <ハンバーグ>
1. たまねぎをみじん切りにして炒める。
2. れんこんはすりおろす。
3. Aを全部混ぜ合わせて、俵型に成形し、サラダ油を引いたフライパンで両面焼く。
<ソース>
4. だいこんをすりおろし、全ての調味料と合わせて加熱する。
5. れんこんを薄切りにし、水にさらした後、水分を拭き取る。熱した油でカリッと揚げる。
6. 皿にハンバーグを盛りソースをかけて、れんこんチップをのせる。他に生野菜などを付け合わせると栄養面も彩りも良くなります。



毛利栄養士からの一口コメント

れんこんは、冬が旬の野菜です。ビタミンCが多く、その他のビタミンやミネラルも含まれていて栄養の宝庫です。疲労回復や口内炎、肌荒れ予防などに役立ちます。山口県には有名な「岩国れんこん」があり、それが通常より1個多く9個あるのが特徴です。とてもおいしい岩国れんこんを使ってぜひ作ってみてください。

会議室・ご宿泊・ご会食・温泉

セントコア山口
公立学校共済組合山口宿泊所

TEL 083(922)0811
〒753-0056 山口市湯田温泉3丁目2番7号
<https://www.centricore.com/>

ALSOX 株式会社
本社 山口市下小幡二八九一
T E L 〇八三二九四一三二一
岩国出張所・宇部出張所・山陽小野田出張所
周南支社・宇部支社・山口営業所・下関支社
岩国出張所・柳井出張所・山陽小野田出張所

大樹生命
日本生命グループ
つなぐ～信頼を築き、未来を拓く～
大樹生命保険株式会社
山口営業部
〒753-0074 山口市中中央3-1-7
TEL:083-922-1418
FAX:083-923-8088



自慢のペットコーナー



第17普通科連隊本部管理中隊
3等陸曹 染矢大輔

我が家の家族を紹介します。

ウサギ（ホーランド・ロップ）の「チキ」ちゃん（9歳）です。名前の由来ですが、飼い始めた当初、オスだと思い「染吉」と名付けました。ところが、1年ほど経ったある日、首元の毛がメス特有の生え方だったので、動物病院で確認したところメスということが判明しました。さすがに「染吉」はかわいそうということで、「染吉」の「吉」を反対に読んで「チキ」ちゃんと呼ぶことにしました。

そんなチキちゃんは自慢ポイントがあります。それは体重です。ホーランドロップの平均体重が1.5kg～2kgと言われている中、重かった頃の体重は約3.2kg！現在は高齢になった事もあり、3kgほどですが、それでも小さい個体の2倍ほどの体重があります。この体重になった理由はただひとつ、不摂生な生活にあります。ラビットフードは常に山盛りを与え、四六時中食べれるほか、甘やかしていた時は、バナナを毎日1本与え完食していました。

現在、体は健康そうですが高齢になってきていることもあるので、不摂生ではなく、規則正しい食生活に切り替えて、日本最高齢ウサギを目指してこれからも変わらぬ愛情を捧げていきたいと思っています。



私の趣味

山口駐屯地業務隊
2等陸曹 秋田谷 浩二

私は料理が趣味です。料理が好きになったきっかけは、息子の存在です。まだ幼い息子は海老が好きで、食べさせようとエビフライを作りました。しかし、美味しくないと感じてくれませんでした。理由は、海老のワタを処理することを知らずに料理した無知によるものだと実感しました。それからは、料理に関して勉強を重ねることで様々な料理を作ることができ、愛する息子の笑顔を返すことが出来ました。息子が高校生の時は、毎日のお弁当を学校で恥ずかしくないように、飽きないように工夫をして作りました。同級生からも「ご飯を食べるに家に遊びに來たい」、保護者からは「メニューと写真をSNSに載せて欲しい。」という話まで頂きました。



今では、21歳になる息子も彼女に手料理を振舞っているそうです。これも大切な家族がいたから、大切な人のためにやってきた成果だと思っていますし、唯一の「趣味」として誇りにできることです。食は人を幸せにします。今後の目標は、「料理から調理へ」です。



自分一押しロードバイク

第17普通科連隊本部管理中隊
3等陸曹 立石 直人

私の一押しは、TREKのロードバイクです。昔からロードバイクに興味があり昨年に購入しました。休みの日には様々な場所に走りに行っています。TREKのロードバイクは、長距離走行はもちろんな起伏の多いコースにも適しています。更に人との出会いや新しいお店の発見、景色を楽しむことが出来ます。私は、現在広報室で勤務しており、広報は人との繋がりがとても大切な職場です。これからこの相棒と共にたくさんの人達との出会いを大事にしていきたいです。



成人を迎えて

第17普通科連隊
2中隊 陸士長 福岡 翼



私が成人を迎えた上でこれから達成したいと思っている目標が2つあります。1つ目は、1人の大人として自覚のある行動をすることです。大人にります。2つ目は、陸曹になり、レンジャーのある行動をしたいと思っています。最後に、今挙げた2つの目標を達成できるように日頃の訓練をはじめ、プライベート面も充実させ、メリハリのある社会人になれるように頑張りたいと思います。

躍進するスポーツの殿堂

(有)グリーンスポーツ

本店
〒753-0241 山口市大内門田3-22-8
Tel 083-924-0520 Fax 083-922-5721
Mail green-yg@krd.biglobe.ne.jp
長門店
〒759-4101 長門市美深川中山区ツジ2F
Tel 0837-22-3131 Fax 0837-22-8344
Mail greengt@mtd.biglobe.ne.jp
萩店
〒758-0025 萩市土原203YOU遊タラシ
Tel 0838-22-8444 Fax 0838-22-8464
Mail green-hag@mvh.biglobe.ne.jp
美祿営業所
〒759-2214 美祿市大瀬町奥分1947
Tel 0837-53-1513 Fax 0837-53-1513
宇部営業所
〒755-0077 宇部市山門4-1-69
Tel 090-8711-0843 Fax 0836-52-6606
http://green.sp.jimdo.com



ダスキンオール周南ステーション

ベビー、トラベル用品に限り
15%引きにいたします(送料は別)
身分証明書をご提示下さい
〒744-0028 下松市藤光町1-19-9
営業時間 AM9:00～PM6:00
定休日 毎日曜日・祝日
PHONE: 0833-43-4444
FACSIMILE: 0833-43-4420
E-Mail: RA-SYUNAN@tc.duskin.co.jp

いまから、ずっと。これから、もっと。 人生1000年パートナー

ご投資、資産運用について、お気軽にご相談ください。

野村證券株式会社 徳山支店

担当/ライフ・パートナー課 福田 幸恵
〒745-0036 山口県周南市本町1-3(徳山駅前)
Tel.0834-22-0811



未来のとびら



富国生命保険相互会社 山口支社
防府営業所
防府市緑町1-3-11 ☎0835-24-2773
担当者 藤本 早紀
山口第一営業所
山口市神田町5-11 ☎083-922-8780
担当者 城尾 由依
〒755-0077 宇部市山門4-1-69
Tel 090-8711-0843 Fax 0836-52-6606
http://green.sp.jimdo.com

写真で振り返る2022

1月12日
訓練始め1月13日
山口駐屯地成人行事2月10日
重迫展示射撃（瀧庭野演習場）2月18日
連隊武道競技会3月1日～2日
連隊射撃競技会3月22日～24日
東富士演習場射撃野営4月9日
令和4年度自衛官候補生入隊式5月6日
青空天国音楽支援（山口市）5月17日
隊内生活体験6月5日
長門市防災実動訓練7月6日
令和4年度防衛大学校生（3年）部隊実習8月6日
山口駐屯地夏祭り8月9日～12日
令和4年度北海道大演習場射撃野営10月20日
米軍との戦闘戦技合同研修（山口訓練場）10月22日
山口駐屯地追悼式10月24日～25日
令和4年度分隊バトラー競技会（山口訓練場）11月27日
山口駐屯地創設67周年記念行事12月4日
防府読売マラソン支援12月8日～16日
連隊訓練検閲12月23日
山口駐屯地年末行事一般社団法人日本ホテル協会加盟ホテル
ホテルニュータナカ

■ご宴会・ご宿泊 お問合せ

TEL0120-489-456

FAX (083) 925-6316

〒753-0066

山口市湯田温泉2丁目6-24（井上公園前）

http://www.newtanaka.jp/

e-mail new_yoyaki@tanakahotel.co.jp



Dai-ichi Life Group

一生のパートナー
第一生命

第一生命保険株式会社

山口営業オフィス

山口市葵1-2-37

高野山ススキビル3F

Tel. 050-3782-6404

式内社・周防国三の宮

旧県社・開運回廊

仁壁神社



〒753-0023

山口市三の宮2丁目6-22

TEL 083-923-0342

磯部工業株式会社

代表取締役 磯部 雄一

誠実と技術を誇り、
郷土に貢献する

特定建設業

総合建築士設計施工
一般建築士事務所
宅地建物取引業

本社／山口市大内御期975-2

(083)922-8600(代)

FAX (083) 921-1313