

# 1月のパソコン講座

パソコン講座「初めてのパソコン」【全3回】

～電源の入れ方からはじめよう～

- と き 1月14日(水)～16日(金) 午後1時30分～3時30分  
 ○ところ 中央公民館 4階 パソコン室  
 ○内 容 パソコンの各部の名称、マウスやキーボードの操作など、  
 パソコンの基本操作について学ぶ  
 ○対 象 次の全てを満たす方 先着14人  
 ・市内に在住、在勤、在学の18歳以上の方  
 ・パソコン操作が初めての方  
 ・3回全てに参加できる方  
 ○費 用 800円(テキスト代)  
 ○持ち物 USBメモリ、筆記用具  
 ○申込み 12月17日(水) 午前9時から、電話で中央公民館へ  
 TEL 623-2150



## 子育てサロンのお知らせ

第一地区社会福祉協議会 第一地区子育ておしゃべりサロン		第四地区社会福祉協議会 第四地区いちょう子育てサロン お問合せ 090-8750-0096 (秋山)	
とき	毎月第3木曜日 12月18日(木) 10:00～11:30	とき	毎月第3火曜日 12月16日(火) 10:00～11:30
場所	やまがたクリエイティブシティセンターQ1 1階 多目的ルーム	場所	小橋町集会所 (山形市錦町 神明神社敷地内)

※急な日程変更が生じる場合があります。山形市社会福祉協議会ホームページをご確認ください。

## 第一地区 資源回収 のお知らせ

- 木の実1区～6区 12月8日(月)
- その他の町区 12月1日(月)

※当日の 午前8時まで 指定の場所に出してください。

※1月の資源回収はお休みです。

第一地区環境保健推進協議会

## 回 覧

# 中央公民館だより

発行 山形市中央公民館  
 〒990-0042  
 山形市七日町一丁目2番39号  
 TEL 623-2150 Fax 633-9804  
 E-mail chuo@city.yamagata  
 -yamagata.lg.jp

◆山形市公式ホームページからもご覧になれます。(PDFファイル カラー版)

【トップページ⇒暮らしの情報⇒子育て・教育⇒社会教育・公民館⇒公民館だよりについて】

## スマートフォン講座

～解決するかも！スマホ操作のギモン相談～

- と き 1月21日(水) 午前10時～正午  
 ○ところ 中央公民館 4階 大会議室  
 ○講 師 「スマホ先生ボランティア山形」の皆さん  
 ○内 容 二次元コードの読み取り方などや、  
 お持ちのスマートフォン操作の相談  
 ○対 象 市内に在住・在勤・在学の18歳以上の方 先着15人  
 ○費 用 無料  
 ○持ち物 お持ちのスマートフォン、筆記用具  
 ○申込み 12月18日(木) 午前9時から、電話で中央公民館へ  
 TEL 623-2150



## 休館日(12月分)

2日(火)・9日(火)・16日(火)・  
 23日(火)・29日(月)～1月3日(土)

休館日(12月29日～1月3日を除く)も学習スペースは  
 開放しております！ルールを守ってご利用ください。

## 抽選会(2月分)

12月25日(木)

午前9時30分～  
 4階 大会議室にお集まりください。



## ◆中央公民館をご利用される皆様へ◆

公民館専用駐車場はありません。アズ七日町ビル地下又は近隣の駐車場をご利用  
 の際は有料となります。あらかじめご了承ください。



# 中央公民館のあしあと

今年の中央公民館事業の一部をちょこっとご紹介

## 正しい歩き方講座(実践編)

### ～時代が交差する街 山形の歴史と文化に触れる～

爽やかな秋晴れとなった10月30日、山形市健康づくり運動普及推進協議会第6ブロックの皆さんのご協力のもと、「正しい歩き方講座(実践編)」を開催しました。9月の基礎編で学んだ「歩行のポイント」などを確認しながら、実際に史跡や文化財を巡り、心も体もリフレッシュするひとときとなりました。



旧吉池医院前にて

ウォーキング中の参加者に姿勢や腕の振りおろしについて声かけを行うことで、「正しい歩き方」を意識して取り組む姿が見られました。「正しい歩き方講座」は、基礎編と実践編を連続して実施したことで「学び」と「体験」が結びつき、健康づくりと地域の魅力再発見を両立した事業として盛況のうちに終了しました。

## 赤ちゃん和妈妈パパのスキンシップ教室

10月30日と11月13日の両日、「赤ちゃん和妈妈パパのスキンシップ教室」を開催しました。公益社団法人日本3B体操協会公認指導者の方と、軽快なメロディーに合わせ、3つの用具を使ったママ自身のストレッチをしたり、赤ちゃんの耳や手足へのマッサージで親子の触れ合いを楽しみました。



アンケートでは「私たちや子どもの様子に合わせて進めてくれて安心した」「たくさん話ができリフレッシュできた」などの感想が寄せられました。日々の子育てでの悩みや楽しみなど、参加者同士のおしゃべり交流は、終始、賑やかな声と温かく笑顔に包まれた時間となりました。

## 「結婚相談会」のお知らせ

本気で結婚を考えている方を応援する「やまがたし良縁隊」は、出会いの創出やマッチングに向けた「結婚相談会」を開催しています。“出会いの場がほしい”、“子どもの結婚について相談したい”など、お気軽に何でもご相談ください。

### ○とき・ところ

①令和7年12月17日(水) 午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)

市役所10階 委員会開催室

②令和8年1月14日(水) 午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)

市役所10階 委員会開催室

○対象 象：結婚を望む独身男女やその家族等

○相談担当：「やまがたし良縁隊」メンバー(結婚を望む方を応援するボランティア仲間組織)

○費用：無料

○申し込み：電話または市ホームページの申込フォームで山形市公民連携室へ  
641-1212(代表) 内線223

○その他：仲人さんも随時募集中です。

市ホームページ



## 火災急増中！分別の徹底をお願いします！

充電式の家電製品は「電池類」として、透明袋に入れ、月一回の埋立ごみの収集日にだしてください。



公民館(東部、西部、南部、北部、江南、霞城、元木)や市役所10階に設置の回収ボックスに出すこともできます。

問い合わせ先 山形市環境部循環型社会推進課 分別収集係 023-641-1212(内線694)