

# 運動普及推進員養成講座 受講生募集中！

健康づくりについて学び、誰でもできる「運動」を広めていただくボランティアを養成する講座です。講座修了後は、運動普及推進員として、仲間と楽しく「運動」を主とした健康づくりを実践していくことができます。

- 対象：山形市内在住の方40名 ※年齢・性別は問いません
- 期間：令和8年5月～令和9年1月（予定）  
全8回の講座（1回3時間程度）
- 内容：健康づくりに必要な講話や運動実技  
（ストレッチ体操やウォーキング等）
- 講師：医師や大学の先生、健康運動指導士等
- 会場：主に霞城セントラル
- 費用：無料
- 申込先：電話で山形市健康増進課（TEL:616-7271）へ



問合せ：山形市健康増進課 SUKSK推進係

## 山形市ゼロカーボン加速化事業 ～ゼロカーボンシティの実現に向けた新しい取組～

### （自家消費型）非FIT型太陽光発電設備導入事業費補助金

自家消費型の太陽光発電設備等の設置を行った市民・事業者に対して補助金を支給し、再生可能エネルギーの導入を推進します。

注意：FIT・FIP認定を受けたものは補助対象外です。

- ▶ 補助対象 市民・市内の事業者
- ▶ 受付期間 令和8年4月24日～12月25日  
※先着順
- ▶ 補助内容

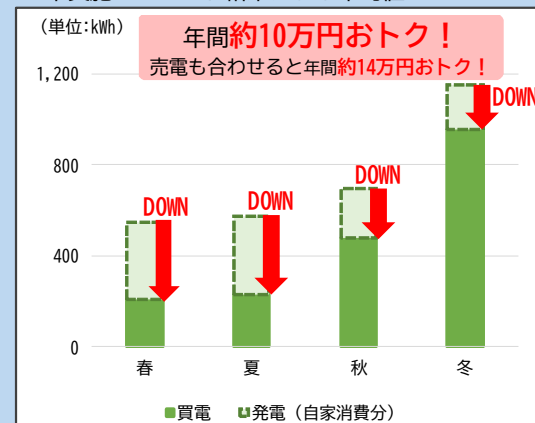
対象	対象設備	補助率等	上限
市民	太陽光発電	7万円/kW	63万円
	蓄電池	1/3	5万円
	E M S*	2/3	5万円
事業者	太陽光発電	5万円/kW	1,000万円
	蓄電池	1/3	100万円
	E M S*	2/3	100万円

※エネルギーマネジメントシステム

詳しい要件等は、山形市公式ホームページをご覧ください。



●一般的な住宅の一例  
（太陽光パネル約6kW、蓄電池約7kWh）  
※市実施アンケート結果による平均値



## 回覧

# 江南公民館だより

2026年  
令和8年5月1日  
No.631

〒990-0863 山形市江南1-1-27 ☎023-684-4428 Fax023-684-7397  
e-mail:konan@city.yamagata-yamagata.lg.jp

### 5月の主な行事

日	曜日	行 事 等
1	金	公民館6月利用分一般受付 ※窓口は午前9時から・電話（仮予約）は午前10時から開始
7	木	第七地区子育ておしゃべりサロン 第七地区民生委員児童委員協議会 定例会
12	火	第七地区町内会連合会 定例総会
18	月	江南健康体操教室（健康づくり運動普及推進協議会）午前10時から 4階講堂
21	木	第七地区子育ておしゃべりサロン
22	金	7月利用分抽選会（午前9時から 2階第三研修室）
23	土	江南公民館サークル連絡会 総会
26	火	第七地区社会福祉協議会理事会・評議員会
29	金	防犯協会第七支部 会議

### 5月の江南公民館カレンダー

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

■は休館日 ○は抽選会日

### ☆☆5月の百歳体操☆☆

日時 12日・19日・26日  
毎週火曜日 12:00～12:40  
場所 江南公民館 1階ロビー



### 7月利用分の抽選会

日時 5月22日（金）9:00～  
場所 2階 第3研修室

※抽選会への参加は「サークル利用団体届」を提出している団体に限ります。

### コピー機・輪転機の利用に際して（お願いとご注意）

江南公民館でのコピー機・輪転機のご利用方法については、下記のとおりです。  
利用時間：日曜日を除く開館日の午前9時から午後5時まで 公民館を利用する団体が利用できます。

コピー機：1枚10円 10・50・100・500円硬貨のみ（コピー機からお釣りができます）

※紙幣は使えません。

輪転機：原稿代1枚60円 印刷代1枚3円 50枚以上の印刷でご利用可

※印刷する用紙はご持参ください。

公民館での両替・お釣りの取扱いはできません。

事前にご準備くださるよう、ご理解とご協力をお願いします。

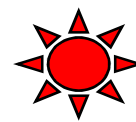
# 令和8年『江南大人の学び場』

## 参加希望の皆さまを募集します！

人生100年時代！ いつまでも楽しく生き生きと毎日を暮らしていくための、健康教室やものづくり、生活に役立つ話などを気軽に学べる内容です。第七地区にお住いの皆さまの、たくさんのご参加をお待ちしています。

回	月 日	時 間	会 場	内 容
1	6月9日 (火)	10:00～ 11:30	2階 第三研修室	開講式・ 「SUKSK生活ははじめませんか？」教室 お酒と上手に付き合う健やかな暮らし と 山形市の健康ポイント事業 SUKSK について詳しく紹介します 講師：山形市健康増進課
2	7月2日 (木)	10:00～ 11:30	2階 第三研修室	「女性のための健康づくり応援」教室 毎日をイキイキと暮らすためのポイントを学びます 男性の参加も大歓迎 講師：明治安田生命
3	8月19日 (水)	13:30～ 15:00	2階 第三研修室	「お口若返り教室」 歯科医師、歯科衛生士による講話とお口の体操を学びます 講師：山形市健歯科医師会
4	9月5日 (土)	9:00～ 12:00	悠創の丘	「初秋の植物観察教室@悠創の丘」 多様な植物が生い茂る初秋の悠創の丘を散策し植物と野鳥観察 講師：佐竹恵一さん 他（江南公民館集合・解散）
5	10月3日 (土)	13:30 ～ 15:30	2階 第三研修室	県産食材を使った「手作りみそ」教室 美味しい「手作りみそ」の作り方を学びます 講師：新関さとみ さん ※材料費 4,000円(桶代、税込み)
6	11月21日 (土)	10:00～ 12:00	2階 第三研修室	歌って健康「若返りボイストレーニング」教室・ 閉講式 声をだして、いつも動ける若々しい身体をつくります 講師：健康ボイストレーナー 大場幸子 さん

- 対 象： 6月から11月まで **原則** 6回通して参加できる、第七地区にお住いの成人の皆さま。
- 定 員： 20人(先着)
- 費 用： 第1～4回、第6回は無料です。第5回の「手作りみそ教室」は、材料費がかかります。
- 持ち物： 筆記用具、水分補給用の飲み物。
- 申込み： 5月7日(木)から受付を行います。電話か窓口で江南公民館へ ☎684-4428 定員になり次第受付を締め切ります。
- その他： 全ての講座は「SUKSK(スクスク)」ポイント対象事業の予定です。



# いきいき介護予防講座



日程	時間	開催場所	内容
7月15日(水)	10時～11時	江南公民館 講堂	自分を状態を知ろう！ 各種測定会
9月30日(水)	14時～15時	江南公民館 講堂	耳の健康講座 (フレイル予防)
10月27日(火)	13時30分～14時30分	江南公民館 講堂	健康づくりのための運動

介護予防に関する講話や、健康保持のための運動の講座を江南公民館と共催で開催しています。近くになりましたら江南公民館だよりに掲載しますので、ぜひご参加ください♪

各回お申込みは→ 江南公民館 ☎ 023-684-4428  
または 北部包括 ☎ 023-645-9070 まで



ポイント  
対象

## 江南よりみちカフェ

認知症や介護に関するミニ講話をお届けしています。よりみちして情報交換しませんか？物忘れが気になってきた方、介護者の方、地域の方、どなたでも参加していただけます。

お飲み物をご用意してお待ちしています。事前申し込みは不要です。日程は江南公民館ロビーの掲示チラシで周知いたします。ぜひご参加ください♪

日程	時間	開催場所
令和8年 5月26日(火)	12:40～ 30分程度 (百歳体操終了後より行います)	江南公民館ロビー
7月28日(火)		
9月15日(火)		
11月17日(火)		
令和9年 1月26日(火)		
3月23日(火)		



ポイント  
対象

## ボランティア募集