

元木公民館だより

令和8年3月1日 第444号

元木公民館主催事業 元木健康長寿塾

続けて元気！百歳体操

3月4日、11日（水） 正午～

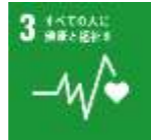
場所 元木公民館 2階 会議室

対象 管内在住 概ね65歳以上の方

定員 15名程度 事前にその都度、電話で申し込みをお願いします。

元木公民館 ☎631-6551

SUKSK
ポイント対象



3月は「自殺対策強化月間」です

ひとりで悩んでいませんか？あなたの周りに、ひとりで悩みを抱え込んでいる人はいませんか？一人ひとりが身近な人の様子を気にかけて、こころのサインに気づくことが、こころの健康やいのちを守ることに繋がります。

【相談窓口】

・全国共通「こころの健康相談統一ダイヤル」 ☎電話 おこなおうまもろうよこころ 0570-064-556
山形県「心の健康相談ダイヤル」 ☎電話 631-7060

※開設期間：3月1日（日）～7日（土）午前9時～午後5時（期間内は土日祝日も相談可能）
※期間以外は、午前9時～正午、午後1時～5時まで（土日祝日除く）

・その他の連絡先（山形市ホームページ）

メニュー > 健康・福祉 > 健康 > こころの健康 > こころの健康についての相談窓口



『こころの体温計』でこころの健康状態をチェックしよう

パソコンやスマートフォン、携帯電話で現在のこころの健康状態を把握するチェックシステムです。
自分の状態をチェックする「本人モード」や、家族の状態をチェックする「家族モード」など、6つのモードがあります。

◆山形市ホームページ

メニュー > 健康・福祉 > 健康 > こころの健康 > こころの健康チェック



【お問い合わせ】山形市保健所 精神保健係 616-7275（平日・午前8時30分～午後5時15分）

休館日は 黒塗りです	3月	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
去年	最高気温	14.8	14.6	4.5	4.4	2.6	9.2	2.8	5.4	7.9	10.5	15.1	15.5	14.6	11.1	7.3	4.0	8.4	8.9	5.3	8.6	12.9	18.9	16.1	16.3	20.3	16.4	19.5	16.1	8.4	10.0	8.2
	最低気温	1.6	-0.6	-1.2	-2.6	-0.5	1.6	-2.7	-4.2	-0.1	-0.5	-1.4	1.4	4.3	3.0	0.4	0.6	1.7	-0.4	-0.7	-0.9	1.4	7.4	3.1	-0.2	4.8	4.7	1.9	6.3	2.4	0.0	-0.3
	天気	☀	☀	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁

（天気の表示☀は快晴又は晴れ、☁は曇り、☔は雨、❄は雪 12時現在。）

元木公民館運営協力会会員募集

運営協力会は、公民館の運営や事業の企画・実施にあたり、積極的に協力する意欲のある方々で組織されております。

公民館近隣の町内会や利用団体等からの推薦者以外の方を下記により募集しますので、ご応募ください。

- 1 募集人員 若干名
- 2 応募資格 元木公民館管内にお住まいの方で、公民館の運営に協力いただける方
- 3 会員の任期 令和8年4月1日から令和10年3月31日まで
- 4 報酬等 ありません
- 5 活動内容 年数回の会議（日中等）出席及び文化祭・新春懇談会の準備や手伝い等
- 6 応募方法 所定の応募様式に必要事項を記入の上、持参または郵送で募集期限内に公民館へ提出してください（応募様式は公民館にあります）
- 7 募集期限 令和8年3月16日（月）まで
- 8 問い合わせ 不明な点については、元木公民館（☎631-6551）まで

「ベニ pay」使い方相談窓口の設置について

山形市では、物価高騰による生活者の負担を軽減するとともに、電子商品券による消費喚起を促し、地域経済の活性化を図ることを目的として、山形市地域活性化プレミアム付電子商品券 第7弾を発行します。これにあたり、電子商品券を発行するスマートフォンアプリ「ベニ pay」の使い方相談窓口を設置します。アプリのダウンロードや、利用方法など、お気軽にご相談ください。

なお、多くのお客様がいらっしゃった場合、多少お待ちいただくこととなりますが、予めご了承ください。

〇とき・ところ

開催場所	日時（各日午前9時～午後5時まで）
金井コミュニティセンター	令和8年4月 2日（木）～ 4日（土）、6日（月）
千歳コミュニティセンター	令和8年4月 6日（月）～ 9日（木）
滝山コミュニティセンター	令和8年4月 9日（木）～11日（土）
南沼原コミュニティセンター	令和8年4月13日（月）～15日（水）

〇対象 どなたでも

〇その他 スマートフォンを忘れずにお持ちください。

担当：山形市役所 ブランド戦略課

※アプリの利用再開は3月中旬を予定しております。

街なか・商業係 023-641-1212（内422）

裏面にもお知らせがあります。是非ご覧ください。➡

〒990-2447 山形市元木三丁目4番8号

《発行》元木公民館

TEL631-6551 FAX631-9037



サークルからのお知らせ



太極拳を始めてみませんか (会員募集) 山形県太極拳協会 元木教室

元気に！楽しく！明るく！美しく！
やわらかな運動は、血行をよくして、免疫力をアップします。足腰から元気になりましょう。
いつでも見学自由。上履きをご持参ください。

- とき 毎週木曜日 月4回 午後6時30分～8時30分
- ところ 元木公民館
- 会費 月額 2,000円
- 申込み・問い合わせ … 早坂まで (☎ 090-7326-1779)

元木ひばいの会 会員募集！

一緒にカラオケを楽しみましょう♪

- 場所 元木公民館
- 練習日 水曜日 月3回 午前10時～12時
- 会費 月額 2,000円
- 講師 水木 かおり 先生
- 申込み・問合せ



渡辺まで ☎622-5263

※見学大歓迎、お気軽にお問い合わせください。

令和8年5月使用分の予定表による予約受付について

予定表による受付は元木公民館にサークル届を提出している団体が対象になります。

予定表受付期間 ※予定表は事務室前カウンターに配置します。

3月3日(火)～18日(水) 元木公民館 1階 事務室まで

調整会 3月25日(水) 9時30分～ 元木公民館内

※なお、調整会は使用する部屋が重なったサークルや団体に公民館から連絡させていただきます。

◎令和8年5月使用分の一般受付は、4月1日(水)からになります。

市役所 窓口延長・臨時開庁のお知らせ

引っ越しシーズンである3月末から4月頭にかけて、

下記の通り、窓口の時間延長と臨時開庁を行います。

平日受付延長

3月23日(月)

～4月3日(金)

午前8時30分～

午後 **7** 時まで

日曜 開庁

3月29日(日)

午前8時30分～午後5時

実施窓口

1	市民課	1～6番	2	こども家庭支援課	10番
F	国民健康保険課	7～9番	F	資産税課	23番
	保育育成課	11番		障がい福祉課	26番
				介護保険課	27番

※他市区町村等に確認を要する届出、転出証明書の代わりにマイナンバーカード等を用いた転入届は平日午前8時30分～午後5時までの取り扱いとなります。

※各公民館、各地区コミュニティセンターでは、異動の届出は一切受付を行っていません。

○転出届は郵送や、オンラインでの手続きが可能です。

市外への引っ越しに必要な転出届は、郵送や、オンライン(マイナポータルを利用)でも届出できます。引っ越しシーズンは窓口の混雑が予想されるため、積極的にご活用ください。

○住所異動や証明書交付について、「書かない窓口」が始まりました。

令和6年1月より住所異動や証明書請求受付において、証明書や申請書の記入が不要になりました。職員がお客様からの聞き取りで作成した届出書に、署名をするだけで手続きが完了します。

○届出人の本人確認について

各種届出や申請の際、窓口にて必ず本人確認を行います。マイナンバーカード、運転免許証、パスポート等をご持参ください。

○インターネットで窓口の混み具合がわかります。

市ホームページで、受付窓口の待ち人数が確認できます。



【山形市 待ち人数確認ページ】

問い合わせ先:山形市役所 市民課 Tel 023-641-1212 (内線345)