

第六地区社会福祉協議会・南部公民館共催事業

南部いきいき百歳体操

～コロナに負けない身体づくりをしましょう！～

- ◆日時：4月5日～令和7年3月21日までの毎月第1・第3金曜日 14時～
- ◆場所：南部公民館 3階 集会室 (山形市小荷駄町7-110)
- ◆内容：「いきいき百歳体操」 ※椅子に座って行なう簡単な体操です
- ◆服装：運動しやすい服装、汗拭きタオル、飲み物を(必ず)ご持参ください。
- ◆募集：一年を通して参加できる方を随時募集します。
- ◆申込み：3月5日(火)から電話または直接南部公民館窓口へお申し込みください。

TEL 641-6701

令和6年度の
講座だよ！



【実施日】

4月5日・19日、5月2日・17日、6月7日・21日、7月5日・26日、8月2日・16日、9月6日・20日
 10月4日・17日、11月1日・15日、12月6日・20日、1月10日・24日、2月7日・21日、3月7日・21日

霞城公民館で

学習コーナーを開設します！

令和6年4月2日(火)から、霞城公民館 1階「談話室」を「学習コーナー」として開放します。

- 利用時間 18時～21時まで
 - 対象 山形市在住、もしくは山形市に通学の学生
 - 使用方法 使用当日、霞城公民館事務室にて受付(予約不可)
 - 席数 8席
 - 開放曜日 火、木、金曜日(休館日は利用できません)
- ※貸館、会議等により使用できない日もあります



◆詳しくは事務室までお問合せください

霞城公民館 山形市城西町2-2-15 ☎023-643-2687

食のボランティア養成講座

～食生活改善推進員養成講座～

健康づくりのために望ましい食生活を学び、地域に広めていただくボランティア(食生活改善推進員)を養成する講座です。食と健康に興味がある方、新たな仲間を作りたい方、ボランティア活動に興味のある方、どなたでも参加いただけます。

募集中！

- 対象：山形市内在住の方40名
- 期間：令和6年5月から計8回の講座(1回4時間程度)
- 内容：医師や管理栄養士の話、調理実習など
- 会場：山形市保健所(霞城セントラル内)
- 費用：3,500円程度(調理実習代など)

※講座修了後、山形市食生活改善推進員として地域で5年以上の活動をお願いします。
 ※運動普及推進員養成講座(運動普及推進員)と兼ねることはできません。

問合せ・申込先：山形市健康増進課 健康栄養係 616-7273

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
24/31	25	26	27	28	29	30

- … 休館日
- △ … 4月利用分 受付開始 (窓口9時～、電話10時～)
- 🎯 … 5月利用分抽選会 9時受付開始 9時30分抽選開始 1階研修室
- 🐰 … 第六地区 子育ておしゃべりサロン 担当：長沼 Tel623-7395
- 👤 … 1日 南部いきいき百歳体操
2日 南部わくわく生活
15日 南部いきいき百歳体操

春休み子ども学習会

小学生のみなさん！春休みに、高校生の方々と楽しく学習しましょう。
課題に取り組んだり、得意なことを伸ばし苦手なことを乗り越えたりするチャンスです！！

【いつ・どこで】

- 3月27日(水) 午前9:30～11:30 中央公民館 4階大会議室
- 3月28日(木) 午前9:30～11:30 中央公民館 4階大会議室

【だれが・対象】 山形市内の小学生
【教えてくれる人】 山形北高等学校ボランティアエンジェルのみなさん
【持ち物】 自主勉強の教材、春休みの課題、筆記用具、飲み物 など

【申し込み】 ～3月19日(火)までに
※ただし、各日先着50名で締め切ります。

市ホームページの申込みフォームから
(二次元コードをご活用ください)。

<https://www.city.yamagata-yamagata.lg.jp/kosodatekyoiku/shakaikyoiku/1006733/1012675.html>



【お願い】

- 送迎等につきましては、保護者様の責任でお願いいたします。
- 中央公民館には無料駐車場はありません。また、自転車でお越しの際は、済生館の駐輪場をご利用ください。

【お問い合わせ先】山形市教育委員会 社会教育青少年課社会教育係
電話 641-1212 内線459

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 窓口延長
3月25日(月) ～4月5日(金)
開庁時間：午前8時30分～ 午後7時

日 曜 日 窓口開設
3月24日(日) 3月31日(日)
開庁時間：午前8時30分～ 午後5時

実施窓口

	対応窓口	窓口番号
1階	市民課	1～6番
	国民健康保険課	7～9番
	保育育成課	11番

	対応窓口	窓口番号
2階	こども家庭支援課	10番
	資産税課	23番
	介護保険課	26番
	障がい福祉課	28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、マイナンバーカードの各種電子証明書手続き及び交付は平日午前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、積極的にご利用ください。

○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、市民課窓口の待ち時間が確認できます。



【山形市 待ち時間確認ページ】

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

霞城公民館・南部公民館 共催事業

災害関連死を防ぐ食の備えと 災害食クッキング

SUKSK
ポイント対象

- ・日 時 令和6年3月19日(火) 午前10時～
- ・講 師 防災士 細谷 真紀子 氏
- ・費 用 800円(当日おつりのないようにお持ちください)
- ・対 象 18歳以上の方(同伴であればお子さんの参加も可) 先着10名
- ・持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り用袋
- ・申 込 3月13日(水) 締め切り

お電話(霞城公民館 643-2687)または直接霞城公民館事務室へ