

南部公民館だより

◆◆◆ 2026年3月1日号 No.526 ◆◆◆

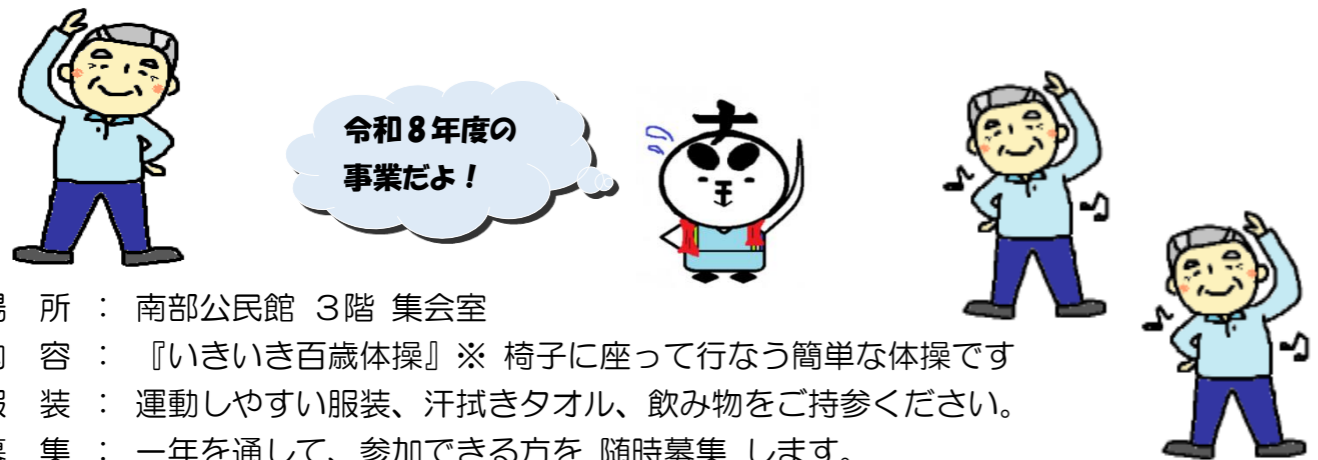
《発行》山形市南部公民館 〒990-0035 山形市小荷駄町7-110
 TEL 641-6701 FAX 641-9945
 山形市公式ホームページからご覧いただけます。(PDFファイル カラー版)
<https://www.city.yamagata-yamagata.lg.jp/>
 トップページ → 暮らしの情報 → 子育て・教育 → 社会教育・公民館 → 公民館 → 公民館だよりについて

南部 いきいき百歳体操

第六地区社会福祉協議会・南部公民館共催事業

○日時：令和8年4月3日(金)～ 原則 毎月第1・第3金曜日 14時～

【各月の実施日は今後の公民館だより(下記カレンダー参照)でお知らせします】



令和8年度の
事業だよ!

- 場所：南部公民館 3階 集会室
- 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4日(水) から電話(641-6701) または直接南部公民館窓口へ

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	25 🎯	26	27 🐰	28
29	30	31				

- 🏠 ... 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 10時～南部公民館2階和室 担当：長沼 Tel623-7395
- 🐼 ... 6、19日 南部いきいき百歳体操 7日 ガーデニングを始めよう!

令和7年度 南部公民館事業を振り返って(その1)

南部公民館の運営にご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。今年度も様々な事業を実施してまいりましたが、その一部をご紹介します。

8/8-9 南部キッズ楽校プラス ルービックキューブに挑戦!



夏休みの小学生向け企画として、中学生ボランティアがリーダーとなり参加者が楽しくキューブアートを作成したり、講師や高校生ボランティアに攻略マニュアルの見方を教えてもらい、「できた」「そろった」と達成感を味わいました。

6/12、6/26、7/17、9/2、10/30南部寿大学



「睡眠」や「食べもの」「適塩」など、保健師や管理栄養士などからお話を伺いながら、主に健康について学び直しをしました。
 また、最後は施設見学会を行い、防災や歴史を学び、道中のバスでは参加者同士の交流も深まりました。

10/11・12 南部公民館まつり



作品展示では素晴らしい力作が並び、芸能発表会でも出演者にたくさんの拍手が寄せられ、日頃の活動の成果を十分披露することができました。各体験コーナー等においては、サークルや団体の方と小さい子供から高齢者まで地域住民が楽しく交流する姿が見られました。

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」 おこなおうまもろうよこころ 電話 **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）

「ペニ 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「ペニ 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。

※アプリの利用再開は3月中旬を予定しております。

担当：山形市役所 ブランド戦略課
街なか・商業係 023-641-1212（内 422）

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。

〇転出届は郵送や、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。

〇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。

〇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。



〇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）