

広報

Kouhou Yamagata No.2044

令和6年

3月15日号

山形市

やまがた



山形市の農業を未来につなぐ

特集

- ・農業の新たな挑戦～農業DXの推進～

くらし

- ・平日の窓口受付時間を延長します
- ・コミュニティバス子育て支援乗車証

イベント

- ・野草園開園記念花苗プレゼント

農業の新たな挑戦～農業DXの推進～

問 農政課 内線437

山形市でも高齢化により農業の担い手不足が喫緊の課題になっています。

山形市農業戦略本部では、農業者がデジタル技術を活用し、自らの能力を存分に発揮した経営展開ができるよう農業DX（デジタルトランスフォーメーション）に取り組むことを決定しました。スマート農業の推進のため、スマート農機の普及や新規就農者へのデジタル技術導入などを進めています。

山形市農業戦略本部とは

市長を本部長に有識者8人の本部長からなる組織。平成28年5月から、山形市の農業が抱える諸問題の解決策を探り、具体的な戦略の構築を目指し農業振興を図っています。



農業用ドローン（肥料・防除剤散布）

※デジタルトランスフォーメーション（DX）

…デジタルを駆使して、経営や事業の在り方、生活や働き方を変革すること。Digital・trans（[trans]を省略する際に「X」と表記：変える/超える）・formation（形作ること）

農業DXの取り組み

1 新規就農者に対するデジタル技術の導入



山形市における栽培技術の動画を含めた多品目の栽培技術動画の配信と、栽培工程を適切に管理するための生産履歴システムを導入し、新規就農者が就農定着できるような環境づくりをしていきます。



栽培動画撮影風景（シャインマスカット）



栽培動画撮影風景（キュウリ）

取り組み内容

農作業の技術と知識、農業に対する心構えやポイント等、ベテラン農家の高い栽培技術とこれまでの経験を動画にまとめ、新規就農者や今後の担い手へ継承する取り組みをしています。

その他、ほ場管理・生産管理・作業管理を一元管理し、営農分析を行う「生産履歴システム」を導入し、山形市で就農しやすい環境づくりを行っています。

2 スマート農機の普及推進



モデル地区で、農業機械の自動化、農業用ドローンやほ場水管理システム等の導入や営農管理システムによる農作業の記録・解析を行い、効率性と生産性の両立を進めています。



手を放しても自動で運転してくれるので、負担が少ない！



取り組み内容

自動操舵の農機の作業精度をより高めるため、GNSS（※）アンテナを活用した基地局を設置し、モデル地区（南沼原地区）でスマート農機を導入し実践。先端技術による作業の自動化によって、農作業における省力・軽労化が図られ、農地集約化による経営規模拡大が期待できます。

※GNSS…位置情報を提供するために高精度で位置を計測する測位システムのこと（Global Navigation Satellite System：全地球航法衛星システム）。



取り組み内容

水田の水管理をスマートフォン、パソコン等で遠隔・自動制御化するほ場水管理システムを導入し、農作業の効率化を図っています。

山形市のスマート農業のこれから

スマート農業の普及・活用が図られるよう、スマート農機の実証を進めていくとともに、農作業の省力化、生産性の向上などスマート農機導入によるメリットの周知を図り、担い手の高齢化、労働力不足等の喫緊の課題に対応できるよう、今後も効果を検証しながら取り組んでいきます。



＼引っ越しシーズンです！

水道・下水道の使用開始・中止の手続きをお忘れなく！



3月15日(金)～4月5日(金)は電話受付時間を延長します

平日は 午前8時30分～午後7時 土・日曜日、祝日は 午前8時30分～午後5時

上下水道部 ☎645-1177 (代表) お電話の際には「引っ越しの手続き」とお伝えください。

使用を開始するときは



手続きの際に必要なことは？

- ①水道使用場所の住所
- ②水道を使用する方の氏名、電話番号
- ③使用を開始する日

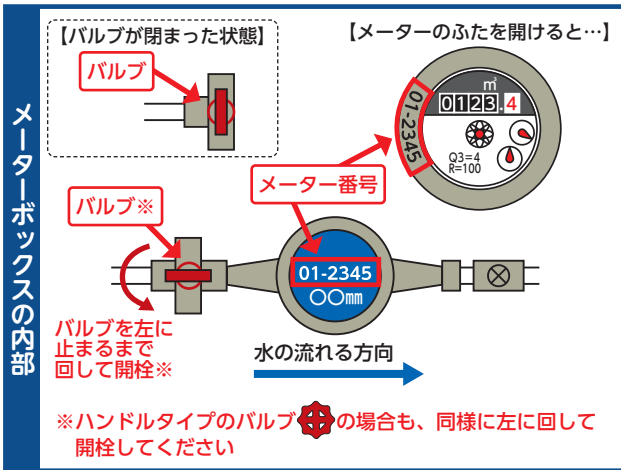


水道を使い始めるときは？

山形市では、水道の使用開始に伴う水道メーターのバルブの開栓をお客さまにお願いしています。
水道を使い始めるときは、バルブを開けてお使いください。



バルブの開け方は？



- ① 宅内の蛇口を全て閉める
- ② メーターボックスのふたを開ける
- ③ 水道メーターの番号を確認する
※メーターボックスの場所やメーター番号が分からない場合はお問い合わせください
- ④ バルブを確認し、閉まった状態の時はバルブを左に完全に止まるまで回して開栓する

使用を中止するときは



手続きの際に必要なことは？

- ①水道使用場所の給水装置番号または住所
 - ②水道を使用している方の氏名
 - ③使用を中止する日
 - ④引っ越し先の住所、電話番号
- ※引っ越し先の住所等は、精算に伴う納入通知書等を送付するために必要となります。



水道の使用を中止するときは？

使用中止の手続きを忘れると、水道を使わなくても基本料金が発生します。転出や転居以外の場合も含め、水道の使用を中止する時は必ずお手続きください。
※日付をさかのぼっての中止はできません。



中止時の立会いは？

ご退去の際は立ち合いの必要はありません。宅内の蛇口をしっかりと閉めてご退去ください。
※水道メーターのバルブは後日、市で閉栓します。

新しい生活をスムーズに
迎えられるよう、
お早めの手続きを
お願いするべし



インターネットでの手続きもご利用いただけます

上下水道部 公式ホームページ 年中無休 (24時間365日)

山形市 水道

検索



山形市からのお知らせ

山形市役所

〒990-8540 旅籠町二丁目3番25号

☎641-1212(代表)



ご案内

山形市新型コロナウイルスセンターを閉鎖します

コールセンター閉鎖後の相談等は、新型コロナウイルススワクチン接種対策室へお問い合わせください。

時 〈閉鎖日〉3月20日(水・祝)

問 新型コロナウイルススワクチン接種対策室 (☎679-3455)

狂犬病予防注射のお願い

飼い主の方は、年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。4月1日〜6月30日に、かかりつけの動物病院、最寄りの動物病院での接種をお願いします。飼い主の方へ狂犬病予防注射についてのはがきを送付します。詳しくは、はがきをご確認ください。

飼いが亡くなった、住所が変わった等の場合は、お問い合わせください。

問 動物愛護センター (☎681-1210)

引っ越しに伴うごみは適正に処分しましょう

引っ越しシーズンのこの時期、ルール違反のごみが集積所に残されるケースが多くなります。引っ越しに伴う家庭ごみは、ルールを守って排出してください。

【ごみ集積所に出す場合】

分別して指定の袋に入れ、少しずつごみ集積所に出してください。大量のごみを

一気に出さないようお願いします。粗大ごみ(1m以上あるもの等) 収集の予約は、粗大ごみ受け付けセンター(☎68615565)へ。

【自分で処理施設へ搬入する場合】

・エネルギー回収施設(立谷川) : もやせるごみ、プラスチック類、布団類、可燃性粗大ごみ
・エネルギー回収施設(川口) : もやせるごみ、プラスチック類、布団類、可燃性粗大ごみ

・立谷川リサイクルセンター : ビン・カン、ペットボトル、雑貨品・小型廃家電類、不燃性粗大ごみ、水銀含有ごみ、埋立ごみ(※)
・上野最終処分場 : 埋立ごみ

費 10kgまでごとに140円(水銀含有ごみ1kgまでごとに250円)、上野最終処分場は20kgまでごとに200円

※埋立ごみを立谷川リサイクルセンターに搬入する場合は、指定の袋に入れるか共通収集シールを貼ってください。

【一般廃棄物収集運搬許可業者へ依頼する場合】

市ホームページ、ごみ減量・分別大百科をご覧ください。料金等詳しくは、各事業者へ。



問 〈集積所・処理施設ごみ減量推進課 (☎内線696)、〈許可業者〉廃棄物指導課 (☎内線687)〉

児童手当の手続きをお忘れなく

お子さんが生まれた時、住所変更をした時、受給者が公務員になった時、公務員を辞めた時は、事由発生日の翌日から15日以内に児童手当の手続きが必要です。手続きが遅れると、受給ができなくなる場合や、返還しなければならなくなる場合があります。詳しくは、ごども家庭支援課(公務員は勤務先)へ。

申 市役所2階ごども家庭支援課窓口または郵送、マイナポータルで電子申請



問 ごども家庭支援課 (☎内線575)

2024モンテディオ山形 応援募金スタート!

時 3月15日(金)〜11月29日(金)

内 〈直接募金〉

・市役所1階市民相談課、市役所5階スポーツ課月〜金曜日午前8時30分〜午後5時15分

・山形まるごと館紅の蔵街なか情報館 午前10時〜午後6時

〈口座振り込み〉

山形銀行、荘内銀行、きらやか銀行、山形市農業協同組合、山形農業協同組合の窓口(設置の専用振込用紙をご利用ください)(手数料不要)。

問 スポーツ課内モンテディオ山形応援募金推進本部 (☎内線692)

市コミュニティバス(ベニちゃんバス・コミュニティバス高瀬線・地域交流バス南部線)の無料乗車証を交付します
時 〈交付〉3月25日(月)〜
対 市内在住で、未就学児の子を持つ親・妊娠中の方
持 母子健康手帳
申 市役所4階公共交通課へ
※妊娠中の方または未就学児と同乗の際に利用できます。

問 公共交通課 (☎内線438)

低所得の子育て世帯への加算給付金

内 支給額 児童1人当たり5万円(1回限り)

対 支給方法 指定の世帯主の口座に入金
令和5年度住民税非課税世帯への物

価高騰対応重点支援給付金(7万円)
または令和5年度住民税均等割のみ
課税世帯への物価高騰対応重点支援
給付金(10万円)を受給した世帯で、
同一世帯に18歳以下の方(平成17年
4月2日以降生まれ)がいる世帯

申 原則、手続き不要

※令和5年12月2日以降に生まれた新生
児、児童と別世帯で扶養している世帯
の方は、お問い合わせください。

※世帯主へ確認書を送付します。詳しく
は、市ホームページをご覧ください。
ください。

問 こども家庭支援課(☎内線391)

橋っちゃん丸タクシー第3期 運行実験開始

時 4月の水・金曜日

費 中学生以上500円(障がい者等半
額、未就学児無料)

※利用登録と事前予約が必要です。運行
エリア等詳しくは、市ホーム
ページをご覧ください。

問 公共交通課(☎内線929)

市有施設見学会日程 抽選会(前期)

市で管理・運営している施設が生活に
どのように関わり、役立っているかを広
くご理解いただくために、施設見学会を
行っています。

時 4月8日(月)午前10時～(午前9時30
分から受け付け)

所 市役所11階大会議室

内 期間 5月9日～8月23日の毎週
火～金曜日午前9時30分～午後4時
(1日1団体。祝日、5月21日、7
月2日～4日・25日を除く)

問 広報課(☎内線230)

障がい者福祉タクシー券・福祉給 油券の交付

内 次のいずれかの助成券を交付

普通タクシー券(年間24枚、視覚障
がいの個別等級が1級の方は年間36
枚)、リフト付きタクシー券(年間
24枚)、福祉給油券(年間12枚)

対 市内在住で、身体障がい者手帳1～
3級、療育手帳A、精神障がい者保
健福祉手帳1～3級のいずれかを所
持している方(リフト付きタクシー
券の場合、下肢・体幹・移動機能障
がいの個別等級1・2級の身体障が
い者手帳を所持している方)

持 所有する全ての障がい者手帳(原本)

申 3月22日から、市役所2階特設窓口
(4月8日からは市役所2階障がい
福祉課28番窓口)、または次の市委
託相談支援事業所へ

・山形コローナ相談支援センター
(桜田南 ☎641-2626)、向
陽園地域生活支援センター心音

(江保 ☎679-3244)、地域
活動支援センターおーる(城南町
☎647-4266)、市社会福祉
協議会障がい者相談支援センター
(城西町 ☎646-5660)、相
談支援事業所まんさく(蔵王半郷
☎688-3531)、ゆあーず(宮
町 ☎666-8381)

※4月1日から利用できます。高齢者移
送サービス利用券と重複しての交付は
できません。

問 障がい福祉課(☎内線550)

大丈夫ですか?お子さんのスマー トフォン等の使い方

・子どもにスマートフォン等を持たせる
時は、利用目的を明確にしましょう

・有害情報へのアクセスを制限するフィ
ルタリングを活用しましょう
・家族で話し合って、家庭でのルールを
作りましょう

・SNSのリスクや安全・安心な利用に
ついて、家庭で話し合しましょう

・トラブルを一人で抱え込まないで、相
談しましょう

困ったときの相談窓口

・市少年電話相談 ☎631-4425
・市消費生活センター ☎647-2211

・警察安全相談電話 ☎627-0110(山形
警察署、#9110、☎642-9110
・ヤンブレホンコーナー ☎642-1777
(原警察本部)

問 社会教育青少年課(☎内線618)

異動時は国民年金の届け出も お忘れなく

20歳以上60歳未満の方が会社を退職し
たとき、配偶者の扶養を受けなくなった
ときは、届け出が必要です。マイナポ
ータルからスマートフォンで電子
申請も可能です。

時 原則、変更があった日から14日以内

持 本人確認書類、退職日や資格喪失日
が分かる書類(離職票、資格喪失
絡票、辞令など)、年金番号または
マイナンバーが分かるもの

※国民年金の第1号被保険者が海外転出
する場合も手続きが必要です。

※失業を理由として国民年金保険料の免
除申請をする場合は、雇用保険の離職
票または受給資格者証が必要です。

問 市民課(☎内線401)

窓口の受付時間を午後7時まで延長します 3月24日(日)・31日(日)も午後5時まで開庁

〈延長期間〉 3月25日(月)～4月5日(金)の平日

対応窓口			問 内線
1階	1～6	市民課	345
	3	学校教育課	483
	7～9	国民健康保険課	362
	10	こども家庭支援課	575
	11	保育育成課	573

対応窓口			問 内線
2階	23	資産税課	313
	26	介護保険課	842
	28	障がい福祉課	542

※取り扱い業務などは、広報やまがた3月1日号または市ホームページをご覧ください▶



～引越しシーズンは窓口が大変混み合います～

■	□	△	○
2時間～待ち	1時間～2時間待ち	30分～1時間待ち	～30分待ち

窓口混雑予測	3月							4月					
	日	24	25	26	27	28	29	31	1	2	3	4	5
曜日	日	月	火	水	木	金	日	月	火	水	木	金	
8:30～10:00	○	△	△	△	△	△	△	△	□	△	△	△	△
10:00～11:30	○	□	△	△	△	△	△	△	■	□	□	△	△
11:30～13:00	△	□	□	□	□	□	□	□	■	□	□	□	△
13:00～14:30	△	□	□	□	□	□	□	□	■	□	□	□	△
14:30～16:00	△	□	□	□	□	□	△	△	■	□	□	□	△
16:00～17:00	○	□	△	△	△	△	△	△	■	□	□	△	△
17:00～19:00	△	△	○	○	○	△	△	△	■	△	△	○	○

スマートフォンやパソコンからマイナポータルを使って、オンラインで転出の手続きができます。市役所へ行かずに手続きができるので、ぜひご利用ください。



コンビニ交付もご利用を！
窓口より100円お得に証明書が取得でき、申請書の記入も不要です。
持 マイナンバーカード

・霞城セントラル2階市民課証明コーナー、金井・千歳・滝山・南沼原コミュニティセンターでも証明書の即日交付を行っています（受付時間の延長はありません）。
問 市民課 内線345

国民健康保険の加入・離脱は必ず届け出を！

国民健康保険の加入・離脱の手続きは会社などでは行いません。忘れずに市役所1階国民健康保険課7番窓口へ届け出をしましょう。

届け出が必要なとき	
加入	他の市区町村から転入してきたとき
	職場の健康保険をやめた（被扶養者でなくなった）とき
	任意継続の資格を喪失したとき
離脱	他の市区町村に転出するとき
	職場の健康保険に入った（被扶養者になった）とき
	加入者が死亡したとき
その他	加入者が市外の学校に進学するとき
	加入者が市外の学校を卒業するとき
	加入者の住所が市内で変わったとき
	加入者の世帯主や氏名が変わったとき
	加入者の世帯を分けたり、一緒にしたとき

国民健康保険加入届け出の事前受け付け

時 3月25日(月)～29日(金)午前8時30分～午後7時、
3月24日(日)・31日(日)午前8時30分～午後5時

対 3月31日で任意継続の期間が満了し4月1日から山形市の国民健康保険に加入される方で、健康保険の資格喪失日が分かる証明書または任意継続2年間満了が確認できる社会保険被保険者証全員分をお持ちの方

※事前受け付けした方の保険証は、4月1日(月)以降に郵送します。窓口交付をご希望の方は、4月以降に窓口でお手続きください。

届け出の際に必要な物など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、健康保険証利用の申し込みが必要です。マイナポータルから申し込みができます。



問 国民健康保険課
内線362

固定資産税の縦覧・閲覧

固定資産税は、毎年1月1日現在で土地・家屋・償却資産（事業用資産）を所有する方に課税される税金です。納税通知書は、4月12日ごろ発送予定です。

◆縦覧

「土地・家屋価格等縦覧帳簿」により、他の土地や家屋の価格（評価額）と比較し、ご自身の土地や家屋に関する価格（評価額）が適正かどうかを判断できる制度。

時 4月1日（月）～30日（火）午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）

所 市役所2階資産課24番窓口

対 市内に土地または家屋を所有する納税者、納税者から委任を受けた代理人

持 縦覧する方（代理人等を含む）の本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証等）、代理申請の際は委任状
※複写・撮影はできません。

◆閲覧

ご自身の令和6年度の固定資産課税台帳（名寄帳）を閲覧できる制度。

時・所・持 「縦覧」と同じ

対 市内にある土地、家屋または償却資産の所有者、所有者から委任を受けた代理人

※必要な方には写しをお渡しします。
※借地・借家人などが申請する場合は、有料です。

問 資産課税課（☎内線316）

ゴルフ場年間パスポート受け付け

3月18日（月）～29日（金）午前9時～正午、午後1時～4時（土・日曜日、祝日を除く）

所 コンフォートヤマガタグラウンド・ゴルフ場クラブハウス

費 一般7千円、高校生以下3,500円

持 身分証明書（運転免許証、健康保険証等）、顔写真2枚（縦3cm、横2.4cm）

※年間パスポートは4月1日以降の料金支払時にお渡しします。4月1日以降も随時購入可能です。

問 スポーツ課（☎内線636）

屋外広告物に係る規制地域の一部変更

「山形PAスマートインターチェンジ」

の供用開始に伴い、第1種普通規制地域から第2種特別規制地域に変更となる地域があります。屋外広告物を設置する際はご注意ください。変更となるエリア、規制地域の変更に伴う影響等詳しくは、市ホームページをご覧ください。



ください。

時 変更日時：3月24日（日）午後3時～

問 まちなみデザイン課（☎内線516）

みんなで障がい者を虐待から守りましょう

虐待に気付いたら、速やかに通報してください。虐待を防ぐためには、私たち一人一人がこの問題を認識して、小さい兆候を見逃さずに早期発見することが大切です。ご協力をお願いします。

―障がい者の虐待は―

- ・特定の人や家族、場所ではなく、どこでも起こりうる問題です
- ・虐待している人に、虐待の認識がない場合があります
- ・虐待をされている人が虐待だと認識できず、自分から被害を訴えられない場合があります

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 障がい福祉課（☎内線590）



山形ビッグウイング臨時休館

6月20日（木）、9月17日（火）、12月11日（水）

※電話、予約受け付け可。

問 ☎635-3100

補助

住民税均等割のみ課税世帯への

物価高騰対応重点支援給付金

内 〈支給額〉1世帯当たり10万円（1回限り）
〈支給方法〉指定の世帯主の口座に入金

対 次の全てに当てはまる世帯
・令和5年12月1日現在で山形市に住民登録がある

・令和5年度の住民税均等割のみ課税されている方だけの世帯、または均等割のみ課税の方と非課税の方で構成されている世帯

・世帯全員が令和5年度の住民税が課税されている親族から扶養されていない

申 8月30日（必着）までに、確認書を生活福祉課へ

※対象世帯主へ確認書を送付します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 生活福祉課（☎665-1655）





山形市平和都市宣言事業
第39回山形平和劇場

時 7月27日(土)午後2時、午後6時30分
『捨石にされた兵士たち』山形歩兵第32連隊の最期(台本)齋藤範雄(山形詩人会議) <演出> 平野礼子

【出演者募集】

時 <稽古日> 5月8日(水)からの原則毎週水・金曜日午後7時〜9時30分

対 週2回の稽古に参加できる18歳以上の方(経験不問)

申 4月15日までに、電話、FAX(642-3124)、Eメール(into@shanshanshan.jp)のいずれかで市民会館へ

問 市民会館 ☎642-3121

善行者を『推薦』ください

市制施行135周年を記念して、多年(10年間を目安)にわたり日頃から善行や美徳を行った方を市民の皆さんから推薦していただき、7月1日の市制施行135周年記念式典で褒章します。

内 <推薦基準> (例)

- ・道路、公園、街などの美化、清掃、管理等を積極的に行った方

- ・交通安全、防火、防犯のため尽力した方
- ・近隣の人々のため率先して力を貸した方
- ・その他、賞賛される善行を行った方

または美徳のある方

※個人・団体、年齢は問いません(その善行ですでに表彰、褒章等を受けたことがある場合、その善行が職務上・置かれてある立場上行われた場合を除く)。

申 4月5日(必着)までに、はがきまたは任意の様式で、善行者の住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業、善行の内容、活動の期間・頻度、推薦者の住所、氏名、電話番号を記入の上、郵送または直接市役所4階総務課へ

問 総務課 ☎内線252

山形市子育てガイドへの広告募集

子育てサービスを幅広く紹介する「子育てガイド」の発行を令和6年6月に予定しています。発行は、株式会社サイネックスと市の官民協働事業で、協賛する地域の事業者などからの広告掲載費用で製作します。

広告掲載について詳しくは、株式会社サイネックス山形支店 ☎63210179へ。

問 こども未来課 ☎内線544

～地産地消情報コーナー～

“ウルイ”

早春を告げる山菜の「ウルイ」。シャキシャキとした歯触りと、軽いぬめりが特徴で、おひたしや汁物、炒め物などにして食べられます。クセがなく、あく抜きも必要ないため、手軽に調理できる食材です。

☆ウルイのかき玉汁☆

材料 (5～6人分)

- ・ウルイ…6本
- ・卵…2個
- ・水…800cc
- ・みそ…大3
- ・だし…適量



作り方

- ①ウルイはさっとゆでて1cmくらいに切る
- ②鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したらみそを溶き、だしを入れる
- ③ポウルに卵を割りほぐし、ウルイを混ぜる
- ④②に③を入れ、火を止めて1分置く

問 農政課内市食育・地産地消推進協議会 ☎内線455

「〇〇ペイで返金します」は詐欺！

ネット通販で、洋服を注文し、指定された口座に代金を振り込んだ。翌日、「在庫切れのため、〇〇ペイで返金する」とメールが届き、無料通話アプリに登録するよう指示された。

【ここが重要】

- ・ネット通販で商品を購入した消費者が、販売業者から「決済アプリを使って返金する」と言われ、スマートフォンで返金手続きを誘導されているうちに送金してしまった、という相談が全国の消費生活センターに寄せられています。
- ・詐欺サイトに代金を振り込んだ消費者に対して、返金すると持ち掛け、二重にだます詐欺の手口です。
- ・ネット通販での代金を銀行振込しているにもかかわらず、返金は決済アプリで行うのは極めて不自然です。「〇〇ペイで返金します」と言われたら詐欺を疑いましょう。
- ・決済アプリの仕組みが分からないまま、相手の指示に従ってスマートフォンを操作することは危険です。
- ・返金を持ち掛けられた場合やトラブルに遭った場合には、すぐに消費生活センターや警察へご相談ください。

問 消費生活センター ☎647-2211

人口	人口……241,802人 (-181人)	※令和6年1月1日現在 ※()は対前月比
	男性……116,233人 (-77人)	
	女性……125,569人 (-104人)	
	世帯数…104,056世帯(-26世帯)	

山形市交通事故等発生状況		1月
●発生件数	67件	(67件)
●死者数	0人	(0人)
●負傷者数	72人	(72人) ※()は令和6年累計
●飲酒運転	1人	(1人)



ほんわかバザー

時 3月19日(火)～25日(月)午前10時～午後3時

所 市役所1階エントランスホール

内 障がいのある方が訓練を通して制作した作品(手芸品や食品等)の販売

問 障がい福祉課(☎内線580)

街なかマルシェ

時 3月23日(土)・24日(日)午前11時～午後3時

所 旧大沼セツトバック・ほっとなる広場公園

内 「カフェ」をテーマに、コーヒーやお菓子の販売

問 ブランド戦略課(☎内線422)

やまがたえきまちなかマルシェ

時 3月24日(日)午前10時～午後4時

所 山形駅東西自由通路

問 観光戦略課(☎内線850)

市立図書館の催し

問 ☎624-00822

◆出前図書館inやまがたえきまちなかマルシェ

時 3月24日(日)午前10時～午後4時

所 山形駅東西自由通路

持 貸し出しカード(お持ちの方)

耳からきく読書inやまぎん県民ホール オープンハウス2024

時 3月24日(日)午前11時～11時30分、午後1時～1時30分

所 やまぎん県民ホール練習室1

絵本と童話の作家深山さくらさん読み聞かせ講演会

時 4月21日(日)午前10時30分～正午

所 市立図書館本館2階集会室

対 先着30人程度

申 電話、FAX(☎624-00823)、Eメール(toshokan@city.yamagata-yamagata.lg.jp)のいずれかに市立図書館へ

第11回新舞踊合同公演

時 3月31日(日)午後0時30分開演(正午開場)

所 市民会館大ホール

内 松旭流、祥扇流、芙蓉流、若泉流の各山形支部による公演

費 千円

問 市民会館(☎642-3121)

市社会福祉協議会の催し

問 ①☎646-5660

②、③、④☎645-8006-1

障がい者サロン

時 4月5日(金)午後1時30分～3時30分

所 市総合福祉センター3階会議研修室2

対 障がい者、難病などの疾患がある方やそのご家族など

おしゃべり☆さろん 第10回

時 4月16日(火)午前10時～正午

所 市総合福祉センター1階高齢者福祉室

対 障がいのあるお子さん(障がいや年齢は問いません)やそのご家族など

おしゃべり広場ラコール*カフェ

時 4月17日(水)午前10時～正午

所 市総合福祉センター1階高齢者福祉室

対 障がいのあるお子さん(12歳以下)やそのご家族など

市社協子育ておしゃべりサロン

時 4月9日(火)・23日(火)午後1時30分～3時30分

所 市総合福祉センター1階高齢者福祉室

対 0歳児とその保護者

持 バスタオル、お子さんに必要なもの

4月の十日市

「心はずむ春の石付盆栽教室」

時 4月10日(水)午前11時～、正午～

所 山形まるごと館 紅の蔵中庭

内 アセビやミニバラ、春の山野草など蕾いっぱいの花木で石付き盆栽をつくる

対 各回先着10人

費 2300円

持 軍手、エプロン(汚れてもいい服装)

申 3月18日午前10時から、電話または

直接山形まるごと館 紅の蔵へ

問 山形まるごと館 紅の蔵(☎679-5100)



オーストラリア・ワインのタベ

時 4月18日(木)午後6時30分～8時30分

所 ピッツアとワインのお店 フラム

内 オーストラリア・ワインの飲み比べ。各種料理。姉妹都市スワンヒル地方の紹介・市民交流

対 先着20人

費 3千円

申 3月15日から、電話で国際交流センターへ(当日キャンセル不可)

問 国際交流センター(☎647-2275)



春の自然を味わおう

時 4月27日(土)午前9時～午後1時30分

所 市少年自然の家とその周辺

対 15人(抽選)

費 600円(昼食代、保険代)

持 水筒、山歩きができる服装、雨具、帽子

申 3月15日～31日に、市少年自然の家ホームページまたは電話で

問 市少年自然の家(☎643-8533)



野草園開園記念花苗プレゼント

- 時** 4月1日(月)午前9時〜
- 内** クリンソウの苗1ポットをプレゼント
- 対** 先着100人(高校生以下は除く)
- 費** 3000円(入園料)



野草園はSUZUKIポイント対象施設

- 時** <開園期間> 4月1日(月)〜11月30日(土)
- 内** 料金所で二次元コードを読み取るかポイントシールで500ポイント付与
- 問** 野草園 (☎634-4120)



サイエンスカフェ〜ワクワク〜親子で科学を楽しもう〜

- 時** 3月23日(土)午後2時〜4時
- 所** 市民活動支援センター会議室B
- 対** 小学生とその保護者先着5組
- 申** 3月21日までに電話、FAX (☎647-2260)、Eメール (center@yamagata-npo.jp) のいずれかで市民活動支援センターへ
- 問** 市民活動支援センター (☎647-2260)

SUZUKI POINT対象者 普通救命講習Ⅲ

- 時** 4月6日(土)午前9時〜正午

西消防署(西崎)

- 内** AEDの取り扱いを含めた乳児・小児を対象の心肺蘇生法(修了証を発行)
- 対** 先着40人程度
- 申** 電子申請または電話で救命救命課へ(平日午前8時30分〜午後5時15分)
- 問** 消防本部救命救命課 (☎634-1193)



日本語教室初級コースⅠ・Ⅱ

- 時** <コースⅠ> 4月16日(火)〜7月18日(木) <コースⅡ> 4月16日(火)〜6月25日(木)
- 午前10時〜午後1時(土・日・月曜日を除く)
- ※オリエンテーションは、4月12日(金)午前10時〜。
- 所** 市国際交流センター
- 内** 外国人対象の日本語教室。コースⅠは全49回、コースⅡは全36回
- 対・費** <コースⅠ> 初めて日本語を学ぶ方先着10人・会員1万5千円、非会員1万8千円 <コースⅡ> 初級コースⅠを修了した方先着6人・会員1万2千円、非会員1万5千円
- 持** 所定のテキスト(オリエンテーションで購入可)
- 申** 4月11日までに、電話または直接市国際交流協会へ
- 問** 市国際交流協会 (☎647-2277)

馬見ヶ崎プールジャバ プール・健康づくり教室



健康づくり教室		コース		プール教室			
コース	時	対	費	コース	時	対	費
健康太極拳教室A	(金)午前10時〜11時15分	18歳以上の方 20人	月3,300円	シエイプアップコース	(水)午前10時〜11時15分	18歳以上の方 50人	月2,200円
健康太極拳教室B	(水)午前10時〜11時15分	18歳以上の方 25人		腰痛肩こり・解消コース	(木)午前10時〜11時15分	18歳以上の方 40人	
バレトン教室	(土)午前10時〜11時	18歳以上の方 25人		水泳教室	(金)午前10時〜11時15分	18歳以上の方 20人	
はじめてのバレトン教室	(土)午前10時〜11時	18歳以上の方 20人		エクササイズコース	(木)午後6時30分〜7時45分	18歳以上の方 20人	
腰痛・膝痛改善ストレッチ & トレーニング教室	(火)午後1時30分〜2時30分	18歳以上の方 20人		幼児遊泳教室(めだか組)	(木)午後3時〜4時15分	4〜6歳 (就学前)	
はじめてのフラダンス教室	(水)午後1時30分〜2時30分	18歳以上の方 20人		幼児遊泳教室(ひよこ組)	(金)午後3時〜4時15分	25人	
キレイな姿勢をつくる ピラテス教室	(金)午後1時30分〜2時30分	18歳以上の方 20人		小学生水泳教室	(金)午後4時30分〜5時45分	小学1・2年生	
ピラテス教室	(火)午後6時30分〜7時45分	18歳以上の方 20人			(木)午後4時30分〜5時45分		
アフター6 ボディメンテナンス	(水)午後6時30分〜7時30分	18歳以上の方 25人					
ZUMBA®教室	(木)午後6時30分〜7時30分	18歳以上の方 25人					
ヨガ教室	(金)午後6時30分〜7時45分	18歳以上の方 25人					
はじめての キッズバレエ教室	(金)午後4時30分〜5時45分	3歳〜小学校 2年生20人					
モーニングヨガ	(火)午前10時〜11時	18歳以上の方 20人					
ヨガフィットネス	(土)午前11時15分〜午後0時15分	18歳以上の方 20人					

申 いずれも、はがき(〒990-0021小白川町字川原1237)、FAX (☎633-8990)、Eメール (info@yamagata-jaba.jp) のいずれかで、住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号、コース名を記入の上、馬見ヶ崎プールジャバへ(いずれも先着順)

問 馬見ヶ崎プールジャバ ☎633-8989





国・団体等のお知らせ①

①とき ②ところ ③対象・定員 ④内容 ⑤費用
⑥申し込み ⑦その他 ⑧問い合わせ先

■協会けんぽの保険料率が変わります④健康保険料率は3月分(4月納付分)から、98%から98.4%に、介護保険料率は182%から180%に引き下げとなります⑧全国健康保険協会山形支部 (☎629-72226)

■自動車の検査・登録手続きはお早めに!!④例年、年度末は自動車の検査や登録が集中し大変混み合います。早めの手続きをお願いします⑧東北運輸局山形運輸支局 (☎050-55402013)

■遺言書は法務局に預けると安心です④遺言書の紛失や亡失、相続人による隠匿や改ざんを防止できるほか、相続人の相続手続の負担軽減につながります⑧山形地方法務局 (☎625-1321)

■空き家相談窓口①平日午前10時～午後4時④お近くの相談員が対応します⑧全日本不動産協会山形県本部 (☎665-0100)

■借金返済に関する相談窓口①平日午前8時30分～午後4時30分(祝日、年末年始除く)④借金の状況を伺い、必要に応じ弁護士等の専門家に引き継ぐ⑤無料⑧山形財務事務所 (☎641-5201)

■空き家相談士による相続・売却・賃貸・解体費用の無料相談会②空き家相談センター(あこや町・七日町)⑥要⑧全国空き家相談士協会山形支部(あこや町)☎664-0224、七日町☎6624-0011

■山形FC新年度活動説明会①3月20日(水・祝)午後2時～5時ビッグウイング③入会検討中の方、活動に興味のある方⑦詳しくはホームページで⑧山形FC (☎070-2016176899)

■Happy Friday in霞城セントラル①3月22日(金)午前11時～午後4時②1階アトリウム④うまいもの!県産品の販売⑧やまがた観光情報センター (☎647-23333)

■山形美容専門学校「進路ガイド」①3月23日(土)③高校新2・3年生④入学要項の説明、技術体験など⑤無料⑥ホームページで☎632-0167

■不動産無料相談会①3月23日(土)午前9時～正午②県宅建会館④空き家や不動産に関する相談全般⑥電話で20日までに要予約⑧県宅地建物取引業協会山形 (☎642-8133)

■おかわりキッズやまがた「イースター体験会」①3月23日(土)午後1時～2時②鈴木川コモン③20人④工作⑤無料⑥Eメール公式SNSで⑧栗原 (☎080-2103-8825)

■認知症の人と家族の会山形のおどい①3月23日(土)午後1時～3時②市総合福祉センター③認知症の悩み・関心のある方④相談交流会⑤無料⑥不要⑧認知症の人と家族の会山形県支部 (☎6887-0387)

■相続・遺言無料相談会の開催①20日(土)午後1時～4時②金井コモンセンター、3月26日(火)午後1時～4時・北部公民館⑤無料⑥電話で⑧県庁行政書士会山形支部 (☎625-9150)

■春のオープンキャンパス①3月24日(日)③高校生以上④理学・作業療法体験⑤無料⑥要⑦山形駅から無料送迎バス運行。詳しくは、ホームページで⑧山形医療技術専門学校 (☎645-1123)

■やまがた縁結びたい結婚相談会①3月25日(月)、4月7日(日)、14日(日)、22日(月)午後1時30分～4時30分②文翔館③結婚を希望する方またはご家族⑤無料⑥電話で⑧やまがたハッピーサポートセンター (☎687-1972)

■大原学園山形校オープンキャンパス①3月31日(日)午前10時～正午、午後1時～3時③高校生、高校既卒者、保護者④学校説明・体験入学等⑥電話またはホームページで⑧入学相談係 (☎674-0660)

■わんわんふれあい会&しつけ相談会①3月31日(日)午後1時②源福寺⑤大人8000円、小・中学生4000円(飲み物代等)⑧山形アニマルセラピー協会 西川 (☎090-4550-3635)

■頑張りすぎないボールエクササイズを体験しよう①4月3日(水)午前10時～、午後7時45分②南二番町8-3④講師:秋葉ごおり⑤各回5000円⑥アプルス (☎633-11147)

■オリジナルゆかた講座①4月10日(水)開講(月2～3回。祝日除く)午前10時30分～午後0時30分(全8回)③18歳以上の女性⑤2万2千円(練習用浴衣反物付き)⑥要⑧民族衣裳文化普及協会山形支部 (☎01200029315)

■チャリティーコンサート「トリオ・アラモール」スプリングコンサート①4月13日(土)午後2時②文翔館議場ホール③3千円④国際ソロプチミスト山形 (☎641-52309)

■スポーツ吹矢体験教室①4月19日(金)・20日(土)午後0時30分～2時30分②市総合福祉センター③10人④普及活動⑤3800円(吹矢道具レンタル代、施設利用代)⑧スポーツ吹矢山形県総支部佐藤 (☎090-1584418260)

■動物写真家・岩合昭昭講演会①4月28日(日)午後1時開演②東ソーアリーナ④猫の写真撮影でおなじみの岩合昭昭氏の講演⑤前売り4千円、当日5000円(全席指定)⑥要⑧岩合昭昭文化支援財団 (☎689-1166)

■職業訓練受講生募集①5月～10月または11月②漆山③求職登録者建築CAD施工科、電気設備技術科15人、CAD・NCものづくり科18人⑤無料⑥4月16日正午までに、ハローワークへ⑧ポリテックセンター山形 (☎6886-2016)

■危険物取扱者・消防設備士試験◆危険物取扱者試験①5月18日(土)②山形ビッグウイング⑥4月1日～15日◆消防設備士試験①5月25日(土)②山形ビッグウイング⑥4月1日～15日⑧消防試験研究センター山形県支部 (☎633-10761)

■労働基準監督官採用試験①5月26日(日)③人事院ホームページ掲載の募集要項をご確認ください⑥3月25日まで(WEB申し込み)⑧山形労働局 (☎624-18221)

市シルバー人材センターの催し
◆入会説明会①4月2日(火)・11日(水)16日(土)午後1時30分②山形テルサ⑤年会費2500円(入会の場合別途互助会費千円必要)⑥不要⑦通帳(山形銀行、きらやか銀行、ゆうちょ銀行のみ)、朱肉印持参
◆リサイクル自転車即売会①4月13日(日)午前8時15分～午前8時から整理券配布②同センター作業所(あかねヶ丘)④10台⑤6千円(ギア付き7千円)※オートライト付きはプラス5000円⑥不要

霞城セントラルの催し
◆サックス日和コンサートin霞城セントラル①3月30日(土)午前11時～午後3時②1階アトリウム⑤無料⑥詳しくは、お問い合わせください。

◆第259回ニコニコフリーマーケット①4月14日(日)午前10時30分～午後3時②1階アトリウムの出店者募集、申し込み方法等詳しくは、お問い合わせください。

日中友好協会の催し
◆中国語講座①毎週水曜日午後6時30分～8時30分②霞城公民館③入門・会話クラス各20人程度⑤月3千円⑥要⑧旭山 (☎070-8500615033)



国・団体等のお知らせ② / タウン情報

①とき ②ところ ③対象・定員 ④内容 ⑤費用
⑥申し込み ⑦その他 ⑧問い合わせ先

◆みんなの中国語講座①毎週火曜日「初級」午後1時30分～3時「中級」午後3時30分～5時②南部公民館③各20人程度④月3700円⑤要⑥秋山(☎080-11816-9354)

●藤沢周平・司馬遼太郎文学愛好会①3月24日(日)午後1時30分～②元木公民館2AB④講師・菅原文雄氏(芸文会顧問)司馬遼太郎著「新選組血風録」「燃えよ剣」「幕末」等⑤非会員5000円(資料代)⑧庄司(☎62215041)

●スローエアロビック&ヨガ無料体験①3月29日(金)午前10時～11時②北部公民館③18歳以上の方15人④軽体操⑤要⑥山形県エアロビック協会 渡部(☎090-333691-4182)

●イングリッシュカフェへの誘い①4月3日(水)午後7時～8時30分②南部公民館④あらかじめ英字新聞の一節を読んできて月2回、参加者の間で英語で話し合う⑥国際日本文化研究会 飯島(☎6332-0362)

●沖繩を学ぶ①4月13日(日)午後2時～②元羽前屋そば店③沖繩のDVDと湯本雅典氏の話④千円(資料代)⑧辻(☎62215733)

●社交ダンス教室①2月曜日午後7時～月3回・滝山コミセン、水曜日午前10時～月3回・江南公民館③初めての方も経験者の方も気楽に来てください④奥山(☎090-3308318788)

●女性師範が教える女性の居合体験会①3月24日(日)午後6時～②蔵王コミセン④見字体験⑤無料⑥前日まで電話で⑦美剣乃会(☎090-756712272)

●歌の小部屋「唱歌とフォークをウクレレで歌おう!」①3月29日(金)午前10時～11時30分②北部公民館⑤無料⑥要⑦羽島(☎6221-9321)

●55周年「民踊まつり」①4月7日(日)午前10時30分～午後4時②やまぎん県民ホール④県内民踊愛好者による踊りの発表会⑤無料⑥県民踊協会 鈴木(☎090-298919052)

●歩こう山形の会「桜咲く悠創の丘から滝山地区を巡る」①4月14日(日)午前9時～午後1時30分頃②東北芸術工科大学北西駐車場(P4の看板)⑤5000円(保険代)⑥不要⑦昼食持参⑧元木(☎080-118104357)

●山形県少年少女合唱団第52回定期演奏会①3月20日(水・祝)午後3時開演②山形テルサホール④かわい幼児～高校生の団員とOB達の歌⑤入場料無料⑥小笠原(☎080-319612387)

●まちなか保健室①3月26日(火)4月2日(火)・9日(火)・16日(火)午前10時30分～午後3時②ポツリーカフェ④看護師等による健康相談と健康教室⑤無料⑥不要⑦大竹(☎090-892217080)

●ちびっこYOB体操「全身を鍛えて楽しく動く」①3月30日(土)午前10時～11時②中央公民館軽運動室③3歳～④体作り⑤無料⑥不要⑦平松(☎090-149714528)

●ホスピスケアの会①4月7日(日)午後1時30分～3時②市総合福祉センター③がん患者、そのご家族など⑤無料⑥初めての方は要⑦吉田(☎070-562416765)

●薬用植物友の会講演会①4月14日(日)午後2時30分～②江南公民館③先着20人④「疾病予防、治療に有効な機能性食品・生薬」講師：奥羽大学薬学部准教授 村田清志⑤無料⑥電話で⑦小林(☎090-793617873)

●笑いの健康体操①3月23日(土)4月27日(土)午前10時～11時30分②はらっぱ館③どなたでも④笑い(ラフター) ヨガの説明と実践⑤5000円(資料代)⑥要⑦小林(☎090-2600019740)

●パッチワーク体験会①3月26日(火)午後1時30分～4時②霞城公民館③6人④コースター製作⑤千円(材料代)⑥要⑦高野(☎080-18335128006)

●サクセス日和コンサート①3月30日(日)午前11時～、午後2時～②霞城セントラル1階アトリウム④サックスアンサンブル⑤無料⑥不要⑦神尾(☎080-3511211454)

●山形ボランティア日本語協会①4月13日(日)②霞城セントラル2階④テキスト「みんなの日本語」持参⑤2千円(13回分、資料代)⑧菅野(☎643-0516)

●ハッピースマイル★春のぶち演奏会①4月17日(水)午後1時30分開演②みはらしの丘はらっぱ館③36人④オカリナ演奏ほか⑤無料⑥不要⑦井上(☎070-416217889)

●第41回山形県春蘭展示会①3月23日(土)・24日(日)午前10時～午後3時②悠創館④約130鉢展示、即売会、苗プレゼント、栽培相談⑤無料⑥山形県春蘭協会 矢口(☎641-17745)

●陶器の修造か湯飲みか茶碗か小鉢を作ろう①3月26日(火)・29日(金)午後7時30分～②江南公民館③各回7人まで④陶芸体験⑤6000円(材料代)⑥要⑦狸陶芸部(☎080-602414054)

●中国語勉強会「入門、初級、中級」、日常会話①3月31日(日)午前10時～②南部公民館④講師：ナナ先生⑤無料⑥要⑦野呂(☎080-1665711373)

●「論語」の学習①4月13日(日)・27日(土)午前9時20分～10時30分②霞城公民館③年齢不問④素読と語意⑤月5000円(資料代)⑥要⑦山形論語研究会 木村(☎642-2648)

●山形少年少女発明クラブ①4月27日(土)午後1時30分(全21回)②青田南1-1③小学2年生～中学2年生25人④科学のつくり、未来夢絵画⑤1万円(材料代、保険代)⑥電話で⑦浦安(☎6223172883)

●南山形短歌会①3月23日(土)午後1時～3時②南山形「ミセン」③10人④短歌会⑤無料⑥要⑦南山形短歌会 高橋(☎070-3335998388)

●山形うたの会①3月27日(水)午後6時30分～②霞城公民館④カラオケレッスン⑤無料⑥要⑦齋藤(☎080-604511204)

●論語サロン・やまがた①4月3日(日)午前10時～11時30分②遊学館2階第6研修室③数人・どなたでも④初回は無料⑤2回目から5000円(資料代)⑥要⑦中村(☎080-522516680)

●平和を考える桜植樹事業①4月13日(日)午前10時～正午頃②薬師寺境内③小学3年生～6年生15人⑤無料⑥要⑦山形北ロータリークラブ(☎090-1144514120)

●山形のうたごえ合唱発表会&能登半島地震災害支援C①4月28日(日)午後2時②遊学館ホール⑤一般5000円、学生・障がい者3000円(被災地へ寄付)⑧木村(☎090-7066163377)

◎5月15日号の原稿締め切りは4月15日です◎

(注) コミセンは、コミュニティセンターの略称



健康 * ナビ



保健所の開庁時間：午前8時30分～午後5時15分

育児

はじめての離乳食教室 ～これから離乳食をはじめの方～

- 時** 4月11日(木) 午前10時～11時、午後1時30分～2時30分 (各回15分前から受け付け)
- 所** 霞城セントラル3階 消費生活センター研修室
- 内** 講話「離乳食の進め方」
- 対** 4～6カ月児の保護者各回先着10組
- 持** 母子健康手帳、バスタオル(おむつ替え用)
- 申** 3月26日から、市ホームページで
- 問** 健康増進課 ☎616-7273



子育てはあと相談

子育てに関すること一人で悩まずに何でも話してみませんか？公認心理師が相談に応じます。

- 時** 4月13日(土)・26日(金)
受付時間①午前9時～ ②午前9時50分～
③午前10時40分～ (各回約40分)
- 所** 霞城セントラル4階 健康診査室
- 対** 就学前までのお子さんを持つ保護者
- 申** 電話で母子保健課へ
※予約状況により、翌月以降の相談日をご案内することがあります。
- 問** 母子保健課 ☎647-2280

幼児発達相談

- 所** 霞城セントラル4階 健康診査室
- 内** 公認心理師による相談(月2回程度・事前予約制)
- 対** ことばが少ない、落ち着きがない、コミュニケーションがうまく取れないなど、発達に心配のある就学前までのお子さんとその保護者
- 申** 電話で母子保健課へ
- 問** 母子保健課 ☎647-2280

4月の乳幼児健康診査

4カ月児



令和5年11月・12月生まれで、
満4カ月になり満5カ月になる
日の前日までのお子さん

9カ月児



令和5年6月・7月生まれで、
満9カ月になり満10カ月になる
日の前日までのお子さん

○受診方法：希望小児科(市の委託医療機関)で個別受診。
受診の際は、医療機関へ電話で予約が必要です。

持 母子健康手帳、母子健康手帳別冊

1歳6カ月児・3歳児

少人数制で実施するため、**対象の方には個別に通知**
します。

- 対** 1歳6カ月児：令和4年9月生まれ
3歳児：令和2年7月生まれ

所 霞城セントラル4階 健康診査室
※持ち物や注意事項等は、個別に送付する通知文書に
掲載しますので、必ずお読みください。
また、母子健康手帳別冊や右の二次元コード
でも確認できます。



○次のようなご心配などがありましたら、母子保健課
までご相談ください。

- 1歳6カ月児…ことばが出ない、視線が合いにくい、
簡単な言い付けが分からない など
 - 3歳児…集団行動が苦手、落ち着きがない、かんしゃくや
パニックを起こす、強いこだわりがある など
- ※母子健康手帳の「保護者の記録」の欄は、お子さんの
成長発達を確認できます。お子さんの年齢に合わ
せてチェックしましょう。

問 母子保健課 ☎647-2280

検診

国保ミニドック検診

SUKSK
ポイント対象

- 対** 山形市国民健康保険に加入する40～74歳の方
- 内** 特定健診に準ずる項目(循環器、糖尿病、肝機能、
腎臓)、胃・大腸がん、胸部撮影、腹部エコー等をセ
ットで受診(希望により別料金で子宮・乳がん検診)
- 申** 3月25日(消印有効)までに、住所、氏名(ふりが
な)、生年月日、性別、世帯主名、電話番号、保
険証の記号・番号を記入の上、封書で〒990-2461
南館5-3-10 山形市医師会健診センター「山形市
国保ミニドック検診」担当へ(抽選。外れた場合、
4月10日までに通知。当選者は4月10日以降通知)

※検診日は、検診機関から直接連絡します。検診日の変
更は、直接検診機関へご相談ください。

実施月	検診機関	募集 人数 (抽選)	料金	
			40～64歳	65歳以上 または 非課税世帯
5・6月	市医師会 健診センター	300人	3,676円	1,076円

※料金については、変更になる場合があります。
※今回は、市立病院済生館の募集はありません。
※計測等の結果により、検診当日に保健指導を受けてい
ただく場合があります。

問 健康増進課 ☎616-7272

母子保健課の4月の閉庁日は1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月・祝)・30日(火)です。
市保健所(城南町1-1-1 霞城セントラル3階母子保健課、4階健康増進課)

検査

HIV等検査

HIV等の性感染症を早期発見し、早期治療につなげ、感染症のまん延を防止するための検査を行います。

時 4月8日(月)・22日(月)

内 〈検査方法〉問診、採血
〈検査項目〉HIV、梅毒、性器クラミジア感染症、
B型・C型肝炎ウイルス検査

費 無料

申 電話で健康増進課へ(匿名で申し込み可)
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



問 健康増進課 ☎616-7274

予防

高齢者肺炎球菌予防接種はお済みですか？ 本年度対象で、接種を希望する方は 忘れずに接種を受けましょう

時 令和6年3月31日(日)まで

内 〈助成額〉4,000円(助成額を超えた金額は自己負担)
※生活保護受給世帯の方は、事前申請により無料。

対 接種日において山形市に住民票があり、接種を希望する方のうち、次のいずれかに該当する方(過去に市の助成を受けて23価肺炎球菌ワクチンを接種している方は対象外)

- ①令和5年度に65歳、70歳、75歳以上になる方
- ②接種日において60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器などの内部障がいのある方(身体障がい者手帳1級に準じる)

※70歳、75歳以上になる方の助成は、本年度で終了します。

申 市内予防接種協力医療機関へ予約の上、健康保険証等(氏名、生年月日、市民であることが確認できるもの)、障がい者手帳(②に該当する方のみ)を持参し接種

※市外(県内に限る)の医療機関で接種を希望する方は健康増進課へお問い合わせください。

問 健康増進課 ☎616-7274

健診

令和6年度 成人の健診

SUKSK
ポイント対象

健診について詳しくは、今号に折り込みされている「山形市健診べんり帳」をご覧ください。

問 健康増進課 ☎616-7272

健康

SUKSK 減塩・野菜たっぷりレシピ

SUKSK野菜たっぷりレシピ集から、食塩控えめで野菜をしっかり取れる料理を紹介します。

野菜生春巻き



材料(4人分)

ライスペーパー	6枚	A	マヨネーズ	大さじ2
サラダ菜	6枚		オリーブ油	小さじ2
セロリ	60g		酢	小さじ2
ニンジン	90g		ウスターソース	小さじ2
キュウリ	60g			
プロセスチーズ	45g			

作り方

- ①セロリ、ニンジン、キュウリは千切り、プロセスチーズは細切りにする。ニンジンはさっとゆでる。
- ②Aを混ぜてソースを作る。
- ③具材を巻く直前に、ライスペーパーをさっと水でぬらす。
- ④ライスペーパーの上にサラダ菜を敷き、①をのせてしっかり巻く。
- ⑤食べやすいよう半分に切り、ソースを添える。

さっぱり野菜に
コクのあるマヨネーズが相性抜群

栄養価 … エネルギー164kcal、タンパク質3.2g、脂質9.9g、
(1人分) 炭水化物17.4g、食塩相当量1.0g

SUKSK野菜たっぷりレシピ集の設置場所等詳しくは、市ホームページをご覧ください。



問 健康増進課 ☎616-7273





たしかな技術に未来が映える

井上工業株式会社

代表取締役会長 井上 尚
代表取締役社長 佐々木 勝則

本社 / 山形市久保田二丁目1-47 ☎(023) 645-8877
F A X (023) 645-8395
寒河江支店 / 寒河江市大字松川120 ☎(0237) 83-4050
F A X (0237) 83-4051
庄内営業所 / 鶴岡市柳久瀬字武良免1-10 ☎(0235) 78-3433
F A X (0235) 64-0188



屋根の塗り替えはお任せください!

地域最安値に挑戦! **6.6万円** (100平米)~

お見積もりは無料です

低価格 地域最安値を目指しています

抜群の技術 下請けを使わず自社職人のみで施工するため、細部に至るまで丁寧に仕上げます

万全のサポート・アフターフォロー!

感謝~
2022年度
受注件数
521件!

山形塗装サービス 山形市五十鈴 2-11-46
営業時間 / 8:00~18:00(日曜定休) ☎023-625-5955

エコキュート 県内最安値に挑戦!



補助金を貰えるチャンスです!

エコキュートの交換工事お任せ下さい!

相談無料 見積無料 安心価格

LINEで見積りスタート

友だち追加はこちらから!

0120-670-299

平清水モデルハウス見学

玄関を開けた瞬間に感じる暖かさ

毎週土日・祝オープン
10:00~16:00
平日もご覧いただけます。(水定休)
ご希望の方はご連絡ください!

株式会社 米住建設

高気密+高断熱の注文住宅

山形事務所 山形市平清水1丁目8-1
☎023-666-3148

HPIはこちら

Instagramはこちら

山形市では、たくさんのシルバーパワーが活躍しています。

会員募集!!

働く意欲のある60歳以上の方、
まずは入会説明会へご参加ください。

生涯現役!

入会資格 ● 原則60歳以上の男女 ● 健康で働く意欲のある方 ● 山形市内にお住まいの方

入会説明会

- 4月/2日火・11日木・16日火
- 5月/2日木・9日木・14日火
- 6月/14日金・21日金・25日火

○ 予約はいりません。お気軽にお越しください。

お仕事ご依頼ください。
企業・個人・公共機関などたでも発注できます!

◆ 駐車場管理 ◆ 宿直業務 ◆ 商品陳列 ◆ 施設内洗濯・清掃 ◆ 除草・剪定
◆ 襖・障子張り ◆ 調理補助 ◆ 毛筆筆耕 ◆ 工場内の組立作業等

開催時間 13:30~
会場 山形テルサ 1階大会議室
駐車場 県民べにばな駐車場(2時間まで無料)
持ち物 ● 年会費 3,500円 (互助会費 1,000円含む)
● 朱肉印
● ご本人名義の通帳 (山形銀行・きらやか銀行・ゆうちょ銀行)

長年お勤めお疲れ様でした。今後はシルバーの会員登録をしませんか?

公益社団法人 山形市シルバー人材センター
山形市双葉町1-2-3 (山形テルサ内1階)

☎023-647-6647

山形市シルバー人材センター 検索