

広報

Kouhou Yamagata No.2066

令和7年

2月15日号

山形市

やまがた



山形市民文化賞

詳しくは、P.22へ



特集

- ・第45回 山形市民文化賞

くらし

- ・住所変更などの手続きをお忘れなく！

第45回
市民文化賞

道を究め 文化の振興に貢献

山形市民文化賞は、文化的な活動で長年その道一筋に精励されるとき、後継者の育成に尽力されるなど文化の振興に功績のあった方々を表彰するものです。本年度は、各分野から6人の方々が受賞されました。詳しくは、市ホームページへ。



かきはら ひろみ わかやぎ みちはな
笠原 博美(若柳 美茅華)さん

日舞 (直派分家若柳流)



あさくら まさひろ
朝倉 政弘さん

能楽



しぶや さちみ ひろゆきたけ
渋谷 幸美(渋谷 博幸丈)さん

音楽 (邦楽/箏 (山田流))



いとう じゅんこ いせん
伊藤 純子(伊藤 華仙)さん

華道 (華道小原流)



しょうた まさこ そうが
庄田 雅子(庄田 宗雅)さん

茶道 (江戸千家)



たかはし みつまさ
高橋 光正さん

郷土芸能 (西山形柏倉田植踊)



問 文化創造都市課

☎内線639

山形市からの お知らせ

山形市役所

〒990-8540 旅籠町2丁目3番25号
☎641-1212(代表)



ご案内

児童手当の制度改正に伴う手続き はお済みですか？

所得制限の撤廃や高校生年代までの支給拡大、第3子加算に係る手当額の見直しなどが行われました。手続きが必要な方は、3月31日までに請求すると、令和6年10月分からさかのぼって受給できます。



※詳しくは、市ホームページへ。
問 こども家庭支援課（☎内線575）

軽自動車などの名義変更や廃車の 手続きはお早めに！

軽自動車税（種別割）は、4月1日現在の所有者（割賦販売の場合は買い主）に対して課税されます。住所変更に伴い、主に駐車している場所を変更した場合や車両を譲渡・廃車した場合は、次の窓口で早めにお手続きください。

車種区分	手続き窓口
原動機付自転車 (総排気量125cc以下) 小型特殊自動車 (乗用トラクター・フォークリフトなど)	市役所 1 階市民課 5 番窓口 ☎内線344
軽自動車 (三輪・四輪・被けん引車)	軽自動車検査協会山形事務所 ☎050-3816-1835
軽二輪車 (総排気量125cc超250cc以下) 二輪小型自動車 (総排気量250cc超) 一部の小型特殊自動車 (標識番号が山形9で始まるもの)	東北運輸局山形運輸支局 ☎686-4711

県外の窓口で、車両の譲渡・廃車の手続き、住所・標識番号の変更の手続きを行った場合は、新旧の車検証の写し（山形ナンバー標識を返納した証明となる書類）を郵送またはFAX（☎624-8898）で市民税課へ。

問 市民税課（☎内線311）

国民年金 高齢任意加入制度

60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間（10年）を満たしていない方や、40年の納付済期間に達していないために老齢基礎年金を満額受給できない方は、60歳以降、任意で加入して保険料を納付することができ、すでに老齢基礎年金を受給している方や、現在、厚生年金・共済組合に加入している方を除く。

対 年金額を増やしたい方は65歳になる日まで

・ 受給資格期間を満たしていない方は70歳になる日まで

持 本人確認書類、基礎年金番号（または個人番号）が分かるもの、預金通帳とその届け出印など

※納付の方法は原則口座振替です。

※併せて付加保険料の納付も可。

問 市民課（☎内線401）

建築物の安全点検をしましょう

3月1日～7日は、全国一斉「建築物防災週間」です。建物を常に適法な状態に維持管理することは、人命を守る上でとても大切なことです。災害が発生した場合、建物の中から安全に避難ができるか検証しましょう。

問 建築指導課（☎内線479）

応援します！未来の主役たち！

◆ふるさと奨学ローン

内 〈融資使途〉 大学・短大・高校・専門学校などの学資金や住居・生活資金など
〈融資限度額〉 2千万円

〈利率〉 年1.70～2.75%（保証料は東北労働金庫が負担）

〈返済期間〉 最長25年

※金利、返済期間は、金利タイプや商品・お取引内容などにより異なります。

※在学期間中は、元金据え置きができます。

※お子さんが県内に就職した場合、それ以降の利子に対して、最長10年間、元金300万円を限度に、教育基金協会から利子補給が受けられます。

◆生活応援ローン

生活に必要な資金を低利で融資します。

内 〈融資使途〉 教育、福祉、自動車購入、生活全般

〈融資限度額〉 300万円（使途用途により異なります）

〈利率〉 年1.25～2.75%（固定金利。使途用途により異なります。保証料は東北労働金庫が負担）

〈返済期間〉 7～10年

対 労働組合のない会社などに1年以上お勤めの方

※申し込み方法など詳しくは、東北労働金庫山形支店（☎631-0511）へ。

問 産業政策課（☎内線415）

住所変更などの手続きをお忘れなく！

住所や健康保険の資格に異動があった場合は、届け出が必要です。

時 〈受付時間〉月～金曜日（祝日を除く）の午前8時30分～午後5時

持 本人確認書類

届け出の際、窓口に来た方は、右の本人確認書類を提示してください。

※代理人による届け出の場合、本人からの「委任状」と代理人の本人確認書類が必要です（山形市内で同一世帯の場合、委任状は不要）。

・1点で確認できる本人確認書類

マイナンバーカード、運転免許証などの官公庁が発行した顔写真付きの身分証明書

・2点で確認できる本人確認書類

健康保険証または健康保険資格確認書、年金手帳などの官公庁が発行した証明書

届け出種類	届け出期間	必要なもの（※）
市役所1階3番窓口 ☎内線345		
転入届 (他市区町村→山形市)	住み始めた日から 14日以内	・転出証明書 (以下は該当者のみ) ・マイナンバーカード・年金手帳
転出届 (山形市→他市区町村)	引っ越しする前	〈該当者のみ〉 ・マイナンバーカード ・国民健康保険の資格確認書または被保険者証 ・後期高齢者医療の資格確認書または被保険者証
転居届 (山形市内で引っ越しした時)	住み始めた日から 14日以内	〈該当者のみ〉 ・マイナンバーカード ・国民健康保険の資格確認書または被保険者証 ・後期高齢者医療の資格確認書または被保険者証
市役所1階6番窓口 ☎内線401		
国民年金加入届 (退職などで国民年金に加入する時)	資格の変更日から 14日以内	・厚生年金などの資格喪失連絡票や退職証明書などの資格喪失日が確認できる書類 ・マイナンバーカードまたは基礎年金番号が分かるもの
市役所1階7番窓口 ☎内線362		
国民健康保険加入届 (退職などで国民健康保険に加入する時)	資格の変更日から 14日以内	・健康保険の資格喪失連絡票や退職証明書などの資格喪失日が確認できる書類 ・世帯主と加入する方のマイナンバーが分かるもの
国民健康保険離脱届 (就職などで国民健康保険を離脱する時)	資格の変更日から 14日以内	〈離脱する方全員分〉 ・国民健康保険の資格確認書または被保険者証 ・新しい職場の加入日が分かる書類（資格確認書または資格情報のお知らせなど） 〈世帯主と離脱する方全員分〉 ・マイナンバーが分かるもの

●オンラインで転出の届け出ができます！

マイナンバーカードを使って、マイナポータルで転出の届け出ができます。

※転入届は転入先の市町村で手続きが必要です。

詳しくは、デジタル庁ホームページへ。



●窓口の混雑状況などをスマートフォンから確認できます

市民課の窓口の待ち人数や呼び出し中の番号を、リアルタイムで確認できます。



問 市民課 ☎内線345

人口

人口…239,770人（－108人） 世帯数…104,422世帯（－4世帯）
男性…115,177人（－58人） ※令和6年12月1日現在
女性…124,593人（－50人） ※（ ）は対前月比

今月の納税

○固定資産税・都市計画税 4期
○国民健康保険税 8期
便利で安心な口座振替を推奨しています。スマホやパソコンから申し込みができる、Web口座振替受付サービスもぜひご利用ください。



山形市交通事故等発生状況 12月

●発生件数 63件（598件）
●死者数 0人（4人）
●負傷者数 71人（661人） ※（ ）は
●飲酒運転 8人（69人） 令和6年累計

～地産地消情報コーナー～

“総称 山形牛”

総称 山形牛とは、出荷に対して基準を設けており、その基準を満たしたものが「総称 山形牛」として流通されます。



産地の山形県は四季がはっきりしており、「夏暑く、冬寒い」また「昼夜の寒暖の差が大きい」という風土の中で長期にわたり肥育された黒毛和種は、おいしい牛肉となり、その秘密は脂質にあるといわれます。

特徴としては、肉質がきめ細やかで、サシと呼ばれる霜降りが細かくきれいに入っていて甘みがあります。脂肪の溶ける温度が低く口溶けがよくとろけるうまみが広がります。

～「山形牛 焼き肉セット350g」を5人にプレゼント！～

申 2月25日（必着）までに、はがきに、住所、氏名、電話番号、当コーナーへの意見を記入の上、農政課内「旬の農産物プレゼント係」へ

※当選者発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

問 農政課内食育・地産地消推進協議会 ☎内線455

カスタマーハラスメントを知っていますか？

カスタマーハラスメントとは、消費者が事業者などに対して過大な要求や不当な言いかけなどを行うことです。消費者として事業者などに「意見を伝える」ときには、カスタマーハラスメントと誤解されないように、次の3つのポイントを意識しましょう。

【消費者が意見を伝えるための3つのポイント】

- ①ひと呼吸置きましょう。怒りに任せず、冷静に伝えましょう。
- ②言いたいこと、要求したいことを「明確」に、そして「理由」を丁寧に伝えましょう。
- ③相手方の説明も聞きましょう。解決の糸口はコミュニケーションです。

【カスタマーハラスメントの具体例】

- ・店員の接客態度に因縁をつけ、「土下座して謝れ」と怒鳴り、店員に土下座して謝罪をさせた。
- ・店長の接客態度に因縁をつけ、長時間にわたり抗議をし、脅迫をして、物品を要求した。

私たち一人一人が、カスタマーハラスメント防止に向けて行動し、より良い社会の実現を目指しましょう。

問 消費生活センター ☎647-2211

果樹剪定枝の適正処理に努めましょう

エネルギー回収施設（立谷川・川口）へ搬入する際は、枝1本の太さ直径15cm以下・長さ60cm以下にそろえてください（束ねる必要はありません）。料金は10kgごと140円です。

※果樹剪定枝の無料受け入れは実施しません。事業系のごみとして適正な処理をお願いします。

問 農政課（☎内線432）

知的障がい児・者が利用できる福祉制度の説明会

時 3月4日（火）午前11時～正午

所 市役所7階701A会議室

対 知的障がいがある方やその家族など
申 3月3日までに、電話で障がい福祉課へ

問 障がい福祉課（☎内線621）

精神障がい者が利用できる福祉制度の説明会

時 3月12日（水）午後2時～3時

所 市役所10階1001会議室

対 精神障がいのある方やその家族など
申 3月7日までに、電話で障がい福祉課へ

問 障がい福祉課（☎内線580）

結婚相談会

「お気軽にご相談ください」

時 3月5日（木）・10日（月）午前10時～午後3時

所 市役所10階委員会開催室

内 「やまがたし良縁隊」による個別相談

対 結婚を望む独身男女やその家族など
申 市ホームページまたは電話で企画調整課へ

問 ※仲人さんも随時募集中です。
企画調整課（☎内線223）



結婚支援セミナー＆相談会

「親も子も幸せになるための第一歩」

時 3月16日（日）午後1時30分～4時30分

所 霞城セントラル23階高度情報会議室
宮城学院女子大学准教授・藤田嘉代子氏によるセミナー「結婚の常識をアップデート」新しい家族のかたちとは～、やまがたし良縁隊による

結婚相談会

対 独身の子を持つ親など先着30人程度
申 市ホームページまたは電話で企画調整課へ

問 企画調整課（☎内線223）



花と緑の相談員

庭木、園芸、盆栽、菊など、花と緑に関する知識に優れ、電話で指導・助言を行う相談員を紹介します。

申 電話で公園緑地課へ

※相談受け付けは、午前9時～午後5時。

問 公園緑地課（☎内線528）



補助

人工透析患者通院交通費の助成

対 次の要件を全て満たす方

- ・市在住で、腎臓機能障がい（身体障がい者手帳を所有し、人工透析を受けるため、交通機関（自家用車可）で通院している
- ・本人と同居家族の令和5年分の所得税が非課税

持 申請者名義の通帳

申 3月10日までに、所定の申請書に医療機関から証明を受け、市役所2階障がい福祉課へ（郵送での申請も可）
問 障がい福祉課（☎内線550）

認可外保育施設などの利用料金助成（令和6年9月～令和7年3月利用分）

◆ 市認可外保育施設利用者負担軽減補助金
対 市内に住所があり、認可外保育施設

（企業主導型保育を含む）を1カ月以上利用（一時保育を除く）している児童のうち、次のいずれかに該当する場合（無償化対象児、保育料に滞納がある児童を除く）

- ・兄弟姉妹が同時期に保育所・認定こども園・幼稚園・認可外保育施設などを1カ月以上利用している
- ・第3子以降
- ・市民税所得割課税合算額が
…57700円未満の世帯で、第2子以降
- …77101円未満のひとり親・障がい者・生活保護世帯

※詳しくは、市ホームページへ。



◆ 県事業に基づく市保育料負担軽減補助金
対 〈対象児童〉 市内に住所があり、市民税所得割課税合算額が9万7千円未満の世帯で、保育の必要性が認められる児童（無償化対象児を除く）

〈対象施設〉 認可外保育施設（企業主導型保育を含む）、一時保育（非定型保育）
※詳しくは、市ホームページへ。



※詳しくは、市ホームページへ。

※ 必要書類は、施設利用中の方は利用中の施設、退園済みの方は市役所1階保育育成課からお受け取りください。

問 保育育成課（☎内線545）

山形市に寄付した企業が 紺綬褒章を授与されました



SHOEI
THINK YOUR VISION

【受賞企業】 株式会社昭栄美術（東京都中央区）

【寄付活用事業】 文化創造都市推進事業

（やまがた秋の芸術祭開催事業）

「人のつながりで、価値を生む」をミッションとして掲げ、展示会やイベントの企画・設計・製作・施工・運営などを通じ、社会貢献に取り組んでいる企業です。

「文化創造都市」をビジョンに掲げ、文化芸術などのクリエイティブの力を生かしたまちづくりを進めていく山形市の事業の趣旨に賛同しご寄付いただいたことから、紺綬褒章（公益のために私財を寄付した個人や企業が表彰されるもの）を授与されました。

問 文化創造都市課 ☎内線638

募集

「みち・農・えきマルシェ」

出店者募集

4月26日～11月22日の第2・4土曜日に道の駅やまがた蔵王で開催する「朝市」に出店する農家の方を募集します。

申 4月10日まで

※詳しくは、道の駅やまがた蔵王ホームページへ。



問 道の駅やまがた蔵王（☎676-6868）

樹木の剪定・雪囲いボランティア募集

年間20日程度

所 霞城公園、松葉の木公園など
申 電話で公園緑地課へ
問 公園緑地課（☎内線533）

花苗生産ボランティア募集

4月～10月ごろ

所 霞城公園
内 種まき、育苗、ポット移植、植栽など
申 電話で公園緑地課へ
問 公園緑地課（☎内線533）

統計調査員募集

調査期間ごとに任命される非常勤公務員で、報酬は調査ごとに2〜5万円程度です。

内 国の統計調査で対象となる世帯や事業所訪問、調査票の配布・記入依頼・回収など

対 20歳以上の方

申 事前に電話の上、市役所4階企画調整課へ

問 企画調整課（☎内線224）

病院ボランティア募集

時 月～金曜日午前8時30分～午後1時で活動可能な時間

所 済生館外来

内 来院者への施設案内、介助など

対 15〜70歳くらいの、週1回以上継続して活動できる心身共に健康な方

申 ボランティア登録申込書に記入の上、済生館1階医事業務室へ

※詳しくは、済生館ホームページへ。
シへ。



問 済生館医事業務室（☎625-5555）

イベント

市立図書館の催し

問 ☎624-0822

①資料展示「2024市民の出版物展」

時 2月22日(土)～3月23日(日)午前9時30分～午後5時

内 市在住・出身者の図書、学校の出版物、市内で発行された雑誌などの展示

②おはなし会〜耳からきく読書〜

時 3月1日(土)午後3時～3時30分

講 図書館ボランティア「小荷駄のみどりから…」による「春をよぶお話」

対 小学生以上先着30人

③絵本とわらべうたの広場〜春の巻〜

時 3月2日(日)午前10時30分～11時

内 図書館ボランティアによる絵本の読み聞かせ、紙芝居上演

④べにっこひろばでおはなし会

時 3月9日(日)午前10時30分～11時

内 図書館ボランティアによる絵本の読み聞かせ、紙芝居上演

⑤市民講座「不登校の現状とこれから」

時 3月9日(日)午前10時30分～正午

講 山形大学地域教育文化学部教授・安藤耕己氏

対 先着30人

⑥市民の出版物展記念講座「居場所のつくりかた〜いま・ここからの支え合い活動入門〜」

時 3月15日(土)午後2時～3時30分

内 居場所づくり活動についての講演とワークショップ

講 学びの場づくりNPO「よりみち文庫」共同代表・滝口克典氏

対 先着30人

※申 ⑤⑥は2月15日から、電話、FAX ☎624-0823、Eメール (toshokan@city.yamagata-yamagata.jp) のいずれかで市立図書館へ（直接の申し込み可）

時 2月25日(火)～28日(金)午前10時～午後3時

ほんわかバザー

ポイント募金

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製作した作品（手芸品や食品など）の販売

問 障がい福祉課（☎内線580）

国際交流会

「英語で交流してみませんか？」

時 2月28日(金)午後5時～7時

内 映画製作合宿「ドキュメンタリー道場」に参加する、ベトナム・香港のドキュメンタリー作家と、英語で交流

対 中学生以上先着50人

申 2月25日までに、申し込みフォームまたは電話で山形国際ドキュメンタリー映画祭事務局（☎666-4480）へ

問 文化創造都市課（☎内線769）



山形ドキュメンタリー道場 上映&成果報告会

時 3月1日(土)正午～午後5時30分

所 山形ビッグウイング3階ドキュメンタリーフィルムライブラリー試写室

内 映画製作のため大蔵村の肘折温泉に約1カ月滞在した海外・国内のドキュメンタリー作家による成果報告会

※詳しくは、山形国際ドキュメンタリー映画祭ホームページへ。

問 文化創造都市課（☎内線769）



テルサホールでスタインウェイピ アノを弾いてみよう♪

- 時** 3月1日(土) 18日(火)
対 小学生以上(先着順)
費 1時間3千円(期間中1人2時間ま
で申し込み可)
申 2月25日午前10時から、電話で山形
テルサへ
※詳しくは、山形テルサホーム
ページへ。



郷土館文化財成果展 ギャラリートーク

- 時** 3月1日(土)午後2時〜2時30分
内 令和5・6年度の遺跡発掘成果と新
指定文化財を紹介
問 文化創造都市課(☎内線627)

支え合う地域の力展

- 時** 3月5日(水)〜19日(水)(19日は午後4
時まで)
所 市立図書館本館1階
内 NPO団体や地域住民が行う地域支
え合い活動の紹介と作品展示
問 長寿支援課(☎内線565)

山形市児童劇団体験会

- 時** 3月2日(日)午前10時〜11時30分
所 市民会館大ホール
内 早口言葉、劇遊び、歌体験など
対 小学4年生以下
問 市民会館(☎642-3121)

社会福祉協議会の催し

- 問** ①③④ ☎645-8061
② ☎646-5660
①おしゃべり☆さん幕
時 3月4日(火)午前10時〜正午
所 総合福祉センター1階高齢者福祉室
対 お子さんの障がいの事で話したい方
②障がい者サロン
時 3月5日(水)午後1時30分〜3時30分
所 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
やその家族など
③市社協子育ておしゃべりサロン
時 3月11日(火)・25日(火)午後1時30分〜
3時30分
所 総合福祉センター1階高齢者福祉室
対 0歳児と保護者
持 バスタオル
④おしゃべり広場ラコール*カフェ
時 3月19日(水)午前10時〜正午
所 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)
やその家族など

サモアカフェーサモアを知ろう！

- 時** 3月4日(火)午後4時30分〜6時
所 国際交流センター
内 サモアの飲み物を飲みながら、サモ
アについて学ぶ
講 ホストタウン山形・サモア交流大使
斎藤アロイシア氏
対 先着20人
申 2月15日から、電話で国際交流セン
ターへ
問 国際交流センター(☎647-2275)

情報をうまく伝えるコツ 〜やさしい日本語〜

- 時** 3月8日(土)午前10時〜正午
所 市民活動支援センター会議室B、オ
ンライン
内 外国人や子ども、高齢者、障がい者な
どに分かりやすく伝えるコツを学ぶ
講 元公益財団法人山形県国際交流協会
国際交流支援員・鈴木伸英氏
対 会場 先着14人
申 2月28日までに、電話、FAX(☎
647-2261)、Eメール(center@
yamagata-npo.jp)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)

吊るし雛作り体験

- 時** 3月9日(日)午前10時30分〜、午前11
時30分〜、午後0時30分〜
所 山形まるごと館紅の蔵街なか情報館
フェルト生地を使ったつるし雛作り
各回先着4人
申 2月16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-
5101)

文化の回廊フェスティバル フィルム映写ワークショップ

- 時** 3月23日(日)午前10時〜11時30分(午
前9時30分から受け付け)
所 やまぎん県民ホール3階練習室3
内 映画フィルムが動く絵と音になって
スクリーンに映るしくみを、映写機
に触って学ぶ
申 小学5年生以上先着15人
対 2月15日〜3月17日に、申し込みフ
ォームまたは電話で山形国際ドキュ
メンタリー映画祭事務局
(☎666-4480)へ
問 文化創造都市課(☎内線769)

文化の回廊フェスティバル

映画『たそがれ清兵衛』上映会

時 3月23日(日)午後1時〜、午後4時30分〜(2回上映)

所 やまぎん県民ホール3階スタジオ2
『たそがれ清兵衛』を35mmフィルムで上映(129分)〈監督〉山田洋次〈出演〉真田広之・宮沢りえ・田中泯〈原作〉藤沢周平

対 各回先着50人

費 一般千円、小・中・高生500円(当日券は一般1300円、小・中・高生800円。小学生未満無料)

申 2月15日〜3月22日に、申し込みフォームまたは電話で山形国際ドキュメンタリー映画祭事務局(☎666-4480)へ

問 文化創造都市課(☎内線769)

春休み子ども学習会

時 3月26日(水)〜27日(木)午前9時30分〜11時30分

所 東部公民館2階講堂

内 高校生が春休みの宿題をサポート
小学生各日先着50人

申 3月18日までに、市ホームページで

問 社会教育青少年課(☎内線459)

野草園の催し

☎634-4120

◆野草園写真展

時 3月10日(月)〜14日(金)午前8時30分〜午後5時15分(10日は午前11時から、14日は午後1時まで)

所 市役所1階エントランスホール
令和6年度野草園の魅力を探る写真コンテスト入賞作品の展示、野草園カレンダーの無料配布(先着200部)



▲一般の部 最優秀作品「秋の踊り子」 作：西村里紗氏

◆四季観察会(第5回)

時 3月21日(金)午前9時30分〜11時30分
早春の植物の様子や動物の足跡を観察
先着20人
費 500円(入園料、資料代。高校生以下200円)

申 2月20日から、電話で野草園へ



教室・講座

知るぽると生活講座in山形

「教えて！年金の疑問―シニア編―」

時 2月26日(水)午後2時〜3時

所 消費生活センター研修室

講 ファイナンシャルプランナー・後藤尚義氏

対 先着20人

申 2月15日〜23日に、電話または直接消費生活センターへ

問 消費生活センター(☎647-2201)

POINT TO K
普通救命講習Ⅲ

時 3月1日(土)午前9時〜正午

所 西消防署(西崎)

内 AEDの取り扱いを含めた乳児・小児を対象とした心肺蘇生法(修了証を発行します)

対 先着40人程度

申 2月15日から、電子申請または電話で消防本部救急救命課へ

問 消防本部救急救命課

(☎634-1193)

事業者向けセミナー

①脱炭素推進セミナー

時 2月28日(金)午後1時30分〜3時30分
所 T.I.S.カンファレンスセンターC会議室、オンライン

内 事業者の省エネの取り組み事例紹介
対 会場 先着30人

②省エネ住宅推進セミナー

時 3月5日(水)午後1時30分〜3時30分
所 山形流通団地組合会館2階大会議室、オンライン

内 高断熱高気密住宅の設計や施工に関するセミナー

対 会場 先着30人

※申 2月15日から、①2月26日②3月3日までに、申し込みフォーム、Eメール(eny@chive.ocn.ne.jp)、FAX(☎679-3389)のいずれかで、NPO法人環境ネットやまがた(☎679-3340)へ

問 環境課(☎内線682)



省エネ住宅推進セミナー



脱炭素推進セミナー

創造都市やまがた教養講座

「山形と文学」

- 時** 3月1日(土)午後2時～3時30分
- 所** やまがたクリエイティブシティセン
ターQ12C
- 内** 「山形小説家・ライター講座」の活
動がテーマの短編ドキュメンタリー
映画完成披露上映会、講座関係者と
映画監督によるトークイベント
- 対** 先着20人
- 申** 市ホームページで



※当日YouTubeでライブ配信を行
います。詳しくは、市ホームページへ。
文化創造都市課(☎内線799)

障がい者ボウリング教室

- 時** 3月8日(土)午前11時～午後0時30分
(午前10時30分から受け付け)
- 所** 山形ファミリーボウル
- 対** 市在住・通勤・通学の障がい者手帳
所持者先着15人
- 持** 障がい者手帳
- 申** 2月17日～28日に、電話またはFAX
(☎63217091)で障がい
福祉課内身体障害者福祉協会へ
障がい福祉課内身体障害者福祉協会
(☎内線506)

はじめてのピラティス教室

- 時** 3月12日(水)・26日(水)午後7時～8時
- 所** きらやかスタジアム
- 講** 市エアロビック協会
- 対** 15人程度(抽選)
- 費** 千円(傷害保険料含む)
- 持** ヨガマット(お持ちの方)
- 申** 2月15日～28日に、スポー
ツ協会ホームページで
- 問** スポーツ協会(☎6871789)



春の野菜づくり講座

- 時** 3月13日(木)午後1時30分～3時30分
- 所** 農業研修センター(東古館)
- 内** 土づくりと元気な野菜作りのポイン
トを学ぶ
- 講** 元山形県食と緑の交流プラザコーデ
イナー・川村啓造氏
- 対** 先着50人
- 申** 2月20日～27日に、電話で農業振興
公社へ
- 問** 農業振興公社(☎6441622)

働く女性の家・東部公民館共催事業

◆「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

- 時** 3月13日(木)午前10時～11時
- 所** 福祉文化センター
- 内** よい睡眠をとるためのポイントや、
眠りと健康の関係性について学ぶ
- 講** 明治安田生命山形支社・設楽優子氏
- 対** 市在住・在勤・在学の方20人(抽選)
- ◆コピー作成実践講座
- 時** 3月15日(土)午後1時30分～4時30分
- 所** 福祉文化センター
- 内** 伝えたい内容を短く的確に伝える手
法を学ぶ
- 講** コピーライター・鎌田高広氏
- 対** 市在住・在勤・在学の方30人(抽選)
- 費** 500円(郵送料)
- 申** いずれも2月15日～3月4日(必
着)に、電話または市ホームページ、
Eメール(fukubunsen@city.yamaga
ta-yamagata.jp)に「講座
名・郵便番号・住所・氏名・
年齢・電話番号・託児の有無」
を記入の上、福祉文化センタ
ーへ(直接の申し込み可)
- 問** 福祉文化センター
(☎64215181)



コピー作成
実践講座



「睡眠」と「健康」の
知恵袋講座

雇い入れから始まる労務管理

- 時** 3月13日(木)午後2時～4時
- 所** 市民活動支援センター会議室B
- 内** 人を雇った時に団体がすべき事、就
業規則や労働時間の管理についての
講話
- 講** 特定社会保険労務士・行政書士渡
邊賢一氏
- 対** NPO・市民活動団体に関わってい
る方先着15人
- 申** 2月15日～3月11日に、電話、FAX
(☎64712261)、Eメール
(center@yamagata-npo.jp)で市
民活動支援センターへ
- 問** 市民活動支援センター(☎6471
2260)

済生館市民健康講座

心不全について

- 時** 3月15日(土)午後2時～3時30分
- 所** 済生館4階大会議室
- 講** 循環器内科・宮脇洋科長
- 対** 先着60人
- 申** 2月17日から、電話で済生館管理課へ
- 問** 済生館管理課(☎62515555)

ギャップ対処法でココロを軽く！
多様性の時代のマインドを考える

時 3月18日(火)午後2時～4時

所 男女共同参画センター5階視聴覚室、オンライン

内 ジェンダーギャップやジェネレーションギャップなどが生じる原因や対処法を知り、よりよい働き方やコミュニケーションを学ぶ

講 東北文科大学人間科学部教授・阿部裕美氏

対 会場 先着30人

申 2月17日午前9時から、市ホームページまたは電話で男女共同参画センターへ

※1歳以上未就学児の無料託児あり(先着順。3月5日まで要予約)。

問 男女共同参画センター(☎64518077)



公民館の催し

中央公民館

問 ☎62312150

◆インバウンド対応英会話講座

時 3月1日(土)午後2時～4時

講 英会話ナインポイントナイン・鈴木隆氏

対 市在住・在勤・在学の18歳以上の方 先着15人

申 2月16日午前9時から、電話で中央公民館へ

西部公民館

問 ☎64511223

◆西部防災・防犯講座③

「能登災害から学ぶ自助・共助・公助の今後」

時 3月8日(土)午前10時～正午

講 県自主防災アドバイザー・細谷真紀子氏

対 18歳以上の方先着20人

申 3月7日までに、電話または直接西部公民館へ

南部公民館

問 ☎64116701

◆南部若者塾 スプリングコンサート

時 3月1日(土)午後1時30分～3時

講 山形大学混声合唱団

対 先着30人

申 2月17日午前9時から、市ホームページまたは電話で南部公民館へ(直接の申し込み可)

山形市の魅力をお届け！

市LINE公式アカウント

暮らしに役立つ情報や、ごみの収集日もお知らせ！



市公式Facebook

観光・イベント情報、防災・災害情報などの市政情報をお知らせ！



とことこ山形 | 観光&体験 市観光戦略課公式Instagram

季節に応じた観光情報をお知らせ！



市お宝広報大使 はながた ベニちゃん公式Instagram

山形市のお宝(特産品)やイベント情報等をお知らせ！



ヤマガターンInstagram

山形市への移住に関する情報をお知らせ！



市政テレビ番組をご覧ください

市の取り組みやイベントをはじめ、身近で生活に役立つ情報を、分かりやすく皆さんにご紹介しています。

◆やまがた市政の目〈YBC〉

毎月第2土曜日午前9時40分～

◆やまがたCity情報〈YTS〉

毎月第3金曜日午後7時54分～

◆マイタウンやまがた〈TUY〉

毎月第1・3日曜日午前11時40分～

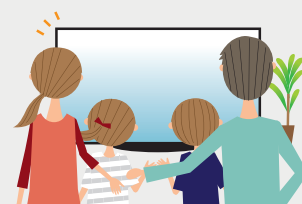
◆山形市情報ウェブ〈SAY〉

毎月第2・4木曜日午後8時54分～

◆やまがたタウン情報〈ダイバーシティメディア〉

毎日午前8時25分～

問 広報課 ☎内線229





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

■国の教育ローン④高校、大学などへの入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。【融資額】子ども1人当たり350万円以内【金利】年2.35%固定金利⑧日本政策金融公庫(☎0570-0008656)

■認知症で口座凍結されない予防相談③認知症の不安を持つ方とその家族④不安内容の聞き取りと提案⑤無料⑥一般社団法人やまがた民事信託サポートセンター(☎070-1532-13122)

■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、必要に応じて弁護士などの専門家に引き継ぐ⑤無料⑥山形財務事務所(☎641-5201)

■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⑥全日本不動産協会山形県本部(☎665-0100)

■「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⑥全国空き家相談士協会山形支部(あこや町)☎664-00224、七日町☎6624-00011

■不動産無料相談会①2月22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⑥2月19日までに電話で要予約⑧県宅地建物取引業協会山形(☎642-8133)

■山形県行政書士会無料相談会①2月22日(土)午前10時～午後4時②県行政書士会館④相続・遺言、成年後見、外国人の在留資格など⑥不要⑧県行政書士会(☎642-5487)

■認知症の人と家族の会山形のつどい①2月22日(土)午後1時～3時②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(☎687-0387)

■RDD2025 in 山形①2月24日(月・振休)午後1時～3時②霞城セントラル1階アトリウム④パネル展示・RDD募金活動・難病などに関する相談ほか⑤無料⑥不要⑧県難病等団体連絡協議会(☎631-6061)

■やまがた縁結びたい結婚相談会①2月24日(月・振休)、3月2日(日)・9日(日)・16日(日)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電話でやまがたハッピーサポートセンター(☎687-1972)

■生活なんでも相談ダイヤル①2月26日(水)～27日(木)午前10時～午後5時④生活、家庭、借金、法律、就労、その他なんでも相談⑤無料⑧生活あんしんネットやまがた(☎0120-396029)

■放送大学4月入学生募集①出願受け付け締め切り2月28日(金)④BSテレビやインターネットを通して、1科目から学べる通信制の大学⑧放送大学山形学習センター(☎646-8886)

■Happy Friday in霞城セントラル①2月28日(金)午前11時～午後3時②1階アトリウム④県産品の販売⑧やまがた観光情報センター(☎647-2333)

■講演会「星座の歴史と星の一生」①3月1日(土)午前10時30分②遊学館④講師 小さな天文学者の会⑤500円(資料代など)⑧健康生活クラブ(☎090-9633-2848)

■講演会「山形の商業史を振り返る 勤工場から大沼デパートまで」①3月2日(日)午後1時30分②文翔館議場ホール④講師 作家・渡辺大輔氏⑤無料⑥要⑧県生涯学習文化財団(☎635-5500)

■調停手続相談会①3月3日(月)午後1時～4時30分受け付け②ファースト5階④離婚、相続、相続関係、交通事故その他の調停利用についての相談⑥不要⑧裁判所(☎623-9513)

■やまがた夜話2025①3月4日(火)・19日(水)午後6時～7時②山形大学理学部③180人④公開講座⑤無料⑥ホームページで⑧大学コンソーシアムやまがた(☎628-4842)

■あつまれ12歳①3月7日(金)午前10時～11時②こども芸術大学認定こども園③歩けるようになったお子さんと保護者20組④絵の具遊び⑤無料⑥電話での詳しくは、ホームページで⑧こども芸術大学認定こども園(☎967-2280)

■行政書士会・社労士会合同相談会①3月15日(土)午前9時～午後1時②山交ビル7階④相続・外国人労働・年金などの相談⑤無料⑥要⑧県社会保険労務士会(☎631-26506)

■V. カレッジスプリング・セミナー①3月15日(土)午前10時③高校生以上、保護者④体験授業、在校生とのランチ、個別相談⑤無料⑥ホームページで⑧☎644-1122

■国家公務員採用試験◆総合職(院卒・大卒) 試験①3月16日(日)②2月25日まで◆一般職(大卒) 試験①6月1日(日)②2月20日③3月24日④人事院東北事務局(☎022-221-2022)

■大原学園山形校オープンキャンパス①3月16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学校説明や在校生と懇談など⑥ホームページまたは電話で⑧入学相談係(☎674-0660)

■東北文科大学オープンキャンパス①3月22日(土)午前9時～③高校生、保護者④模擬授業、入試説明、個別相談など⑥ホームページで⑧☎688-2296

■アレルギー市民公開講座①3月22日(土)午後2時②山形テルサ③100人④県内各科最新線医師がアレルギー疾患を解説します⑤無料⑥不要⑧山形大学小児科(☎628-15329)

■わんわんふれあい会・しつけ相談会①3月30日(日)午後1時～3時②源福寺③どなたでも④セラピー犬との触れ合い、犬のしつけ相談⑤高校生以上800円、小・中学生400円⑥要⑧山形アニマルセラピー協会(☎090-4550-3635)

■劇団わらび座「ゴホン!といえ」①4月20日(日)午後3時開演②東ソアリアーナ④江戸時代、妙薬誕生に生涯をかけた医師のものがたり⑤前売り6千円、当日6500円⑥要⑧弦地域文化支援財団(☎689-1166)

■国税専門官採用試験(大卒程度)①5月25日(日)②2月20日③3月24日に国家公務員試験採用情報NAVで④仙台国税局人事第二課試験研修係(☎022-2263-1111)

■職業訓練受講生募集①4月～9月②漆山③求職登録者13人④溶接施工科⑤無料⑥3月14日正午までに、ハローワークへ⑧ポリテクセンター山形(☎686-2016)

市シルバー人材センターの催し
◆入会説明会①3月4日(火)・11日(火)・18日(火)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①3月22日(土)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⑤6500円(ギア付き7500円)
※オートライト付きは、プラス500円⑥不要

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

国・団体等のお知らせ②／タウン情報

霞城セントラルの催し
☎646-7772

◆第6回榎山高校文化部衣創科合同展覧会①2月22日(土)午前11時～午後3時、2月23日(日・祝)午前9時～午後3時②1階アトリウム④榎山高校の各文化部の活動の発表、衣創科の生徒による被服の展示、ワークショップ⑤榎山高校大場(☎643-0323)
◆第269回ニコニコフリーマーケット①3月9日(日)午前10時30分～午後3時②1階アトリウム⑦出店者募集、申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

●まちなか保健室①毎週火曜日ポンツリーカフェ、毎週金曜日八日町コミュニティサロ④看護師などによる健康相談と健康教室⑤無料⑥不要⑦大竹☎090-892270800



●ラージボール卓球体験会①毎週金曜日午前9時～正午②総合スポーツセンター体育館⑤初回無料、指導体験あり⑥すこやか卓球クラブ春山☎0800-16678538(午後5時以降)

●ぎんなん読書会①2月22日(土)午前10時～正午②中央公民館③本が好き④奥田英朗著『空中ブランコ』文春文庫⑤阿部☎090-1397-0153

●中国語勉強会「入門、初級、中級」、日常会話①2月22日(土)午後1時～②江南公民館④講師ナナ先生⑤無料⑥要野呂☎080-1665771373

●かたばみの会カフェでお話しませんか?①2月22日(土)午後1時30分～3時②フェアラ③ひきこもりざるを得なくなった子を持つ家族⑤2000円(茶菓子代)⑥要野呂☎0800-3000510538

●殺陣体験①2月23日(日・祝)②本沢コミセン③小学生午前9時～10時、一般午前10時15分～正午④パンチキックや刀、護身術⑤無料⑥要山形殺陣乃会紅蓮羽☎674-10670

●ローブラスサウンドメーカー第20回コンサート①2月23日(日・祝)午後2時②文翔館議場ホール⑤ユフオ・チューバのコンサート⑤無料⑥平尾☎0800-33198-6741

●第3回山形吃音のつどい①3月2日(日)午後2時②霞城セントラル23階④40人⑤吃音がテーマの映画上映・講演・体験発表など⑤無料⑥要山形言友会☎090-0162551



●第53回山形洋蘭友の会洋蘭展示会①3月6日(日)～9日(土)午前10時～午後5時②DCM南館店④洋蘭約50鉢の展示。3月6日・7日午後2時～栽培講習会⑤寒河江☎090-1936-2129

●映画『こころの通訳者たち』山形市初上映会①3月8日(土)午後1時②遊学館ホール③200人④映画上映と平塚千穂子氏トーク⑤千円⑥田畑☎090-016691-6464

●精神疾患の当事者を持つ家族の会①3月8日(土)午後1時30分～4時②総合福祉センター3階③家族④交流⑥電話で☎こまくさ会☎090-72600-1390

●シンポジウム「旧山形師範学校講堂の価値と三島通り」①3月8日(土)午後2時～4時②遊学館第一研修室③60人⑤5000円(資料代)⑥申し込みフォームで☎黒木☎633-5630



●森林ボランティア養成講習会①3月9日(日)午後1時30分②山形ビッグウイング③森に関心のある方④講師村山総合支庁職員⑤無料⑥要蔵王緑の騎士団事務局今野☎0800-605312708

●山形ビッグバンドフェスティバル①3月9日(日)午後2時②やまぎ県民ホール③1200人④県内・仙台台ジャズバンド競演⑤999円(高校生以下無料)⑥要江☎090-10863175083

●Go to clarinet#14①3月11日(火)午後6時30分開演②遊学館⑤5000円(資料代など)⑥山形大学クラリネット研究会 北原☎0800-6945-9485

●第42回山形県春蘭展示会①3月15日(土)～16日(日)午前10時～午後3時②悠創館④約120鉢展示、即売会、苗プレゼント、栽培相談⑤無料⑥県春蘭協会 矢口☎641-7745

●うたごえ喫茶 in COOP城西①3月15日(土)午後2時②COOP城西しるし2階③どなたでも④うたごえ⑤3000円(茶代)⑥山形センター合唱団 原田☎0900-3647-8960

●野良猫の相談会①3月16日(日)4月20日(日)午前10時～正午②霞城セントラル22階市民活動支援センター④野良猫クラブ 菅井☎631-1281

●写真教室見学会①3月18日(火)4月15日(火)午後2時～4時②遊学館第4研修室③スマホ写真で展示をみたい方④写真教室の紹介と見学⑤無料⑥坂本☎090-3368-1230

●人形劇サークルとんとん35周年記念公演①3月22日(土)午後10時～11時30分②市民会館小ホール③興味がある人④人形劇⑤無料⑥不要⑦村山☎0900-45501388

●女声合唱団「ふうが」30周年記念コンサート①3月30日(日)午後1時30分開演②中央公民館ホール④30年の歩み 歌声にのせて⑤無料⑥不要⑦相倉☎695-12042



掲載申し込み前のチェックリスト

〈共通事項〉

- ☐ 所定の申込書で原稿を作成している。
- ☐ 文字数は、タイトルを含めて **80文字以内** になっている。
- ☐ 催しの開催日は、原稿掲載月の **20日以降** になっている。
- ☐ 市内で開催する催しだ。
- ☐ 原稿の締め切りを確認している。

→前々月の15日号に締め切り日を掲載しています。

「国・団体等のお知らせ」と「タウン情報」は毎月15日号に掲載しています。
チェックリストを活用してお申し込みください。



▲詳しくは、市ホームページへ。

(注) コミセンは、コミュニティセンターの略称

◎ 4月15日号の原稿締め切りは3月14日です ◎



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

ママパパ教室

- 時** 3月8日(土)午後1時10分～4時30分ごろ
(午後1時から受け付け)
- 所** 霞城セントラル3階視聴覚室など
- 内** 助産師・管理栄養士の講話、沐浴体験、妊婦ジャケッ
ット装着、おむつ交換体験など
- 対** 初産で妊娠週数16～33週ごろの方先着16組程度
- 持** 母子健康手帳、母子健康手帳副読本
- 申** 2月21日から、やまがた出産・子育てアプリで
※詳しくは、市ホームページへ。
- 問** 母子保健課 ☎647-2280



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** 3月1日(土)・7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・予約制)
- 対** 言葉が少ない、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
までのお子さんと保護者
- 申** 電話で母子保健課へ
- 問** 母子保健課 ☎647-2280

はじめての離乳食教室 ～これから離乳食をはじめる方へ～

SUKSK
ポイント対象

- 時** 3月4日(火)午後1時30分～2時30分
(午後1時15分から受け付け)
- 所** 霞城セントラル3階大会議室
- 内** 講話「離乳食の進め方」
- 対** 4～6カ月児の保護者先着20組程度
- 持** 母子健康手帳、バスタオル (おむつ替え用)
- 申** 2月21日から、市ホームページで
- 問** 健康増進課 ☎616-7273



3月の乳幼児健康診査

詳しくは、母子健康手帳別冊または
右の二次元コードでも確認できます▶



1カ月児



令和7年1～3月生まれで、標準的には、**生後27日を超
え生後6週になる日の前日まで**のお子さん (受診可能期間：
満2カ月になる日の前日まで)

4カ月児



令和6年10・11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6年5・6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 (委託医療機関) で個別受診 (1
カ月児は産科も可)。

受診の際は、医療機関へ予約が必要です。

- 持** 母子健康手帳、母子健康手帳別冊
※1カ月児が委託医療機関以外で受診した場合、
健診費用の一部を助成します。詳しくは、市
ホームページへ。



1歳6カ月児・3歳児・5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5年8月生まれ
3歳児：令和3年6月生まれ
5歳児：令和2年2月後半～4月1日生まれ

所 霞城セントラル4階健康診査室
※持ち物や注意事項などは、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。
○次のようなご心配などがありましたら、母子保健課
へご相談ください。

- 1歳6カ月児…言葉が出ない、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・5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

母子保健課の3月の閉庁日は3日(月)・10日(月)・17日(月)・20日(木・祝)・24日(月)・31日(月)です。
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)

山形市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、腹部エコーなどをセットで受診（希望により別料金で子宮・乳がん検診）
- 申** 2月21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、保険証の記号と番号、希望する検診機関（右の表参照）、パジャマのサイズM・L・LL（済生館のみ）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、3月11日まで通知。当選者は3月11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
4月・5月	市医師会 健診センター	400人	3,652円	1,052円
	済生館	60人	30,486円	29,186円

※料金は変更になる場合があります。

※医師会健診センターでは、計測などの結果により、検診当日に保健指導を受けていただく場合があります。

※済生館では、胃内視鏡、胸部ヘリカルCTなどの検査を行うため、料金が市医師会健診センターと異なります（乳がん検診は、オプションになりました）。

問 健康増進課 ☎616-7272

健康ポイント事業SUKSK
記念品を発送しています

記念品は2月下旬ごろまでに現品を登録先住所に郵送、または電子クーポンを電子メールで送信します。当選状況は、SUKSKアプリの抽選履歴、歩数計の方は歩数送信端末よりご確認ください。介護予防手帳などでの登録者の当選者発表は、記念品の発送をもって代えさせていただきます。

問 健康増進課 ☎616-7271

令和6年度 成人の健診
個別健診は3月25日までSUKSK
ポイント対象

予約・健診ともに3月25日までに行ってください。詳しくは、広報やまがた令和6年3月15日号折り込みの「健診べんり帳」をご覧ください。くか、右の二次元コードを読み込んでください。



※胃内視鏡検査による胃がん検診、乳がん検診は、予約・検診とも2月末までです。

※令和7年度の成人の健診については、広報やまがた3月15日号に「令和7年度山形市健診べんり帳」を折り込み予定です。

問 健康増進課 ☎616-7272



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。

大根のツナマヨサラダ



マヨネーズのコクとレモン汁の酸味で、食塩控えめでもさっぱりおいしい一品

材料（4人分）

大根 400g（中½本） レモン汁 15g（大さじ1）
小ネギ 6本 こしょう 少々
ツナ水煮缶 80g マヨネーズ 48g（大さじ4）

作り方

- ①大根は皮をむいて3mmの厚さに切り、細切りにする。
- ②小ネギは小口切りにする。
- ③ボウルに汁気を切ったツナを入れ、レモン汁とこしょうを加えて混ぜる。
- ④マヨネーズ、大根、小ネギを入れてあえる。

栄養価 … エネルギー112kcal、たんぱく質3.9g、脂質9.4g、
（1人分） 炭水化物5.3g、食塩相当量0.3g

出典：山形の高校生が考案 SUKSK野菜たっぷりレシピ集

SUKSK野菜たっぷりレシピ集の設置場所など詳しくは、市ホームページへ。



問 健康増進課 ☎616-7273

仕上がり一番! いいものをお手頃プライスで!

春の紳士服フェア

いいものだけを着こなせる人だけに
にじみ出るものがある
御幸毛織新柄生地大量ご案内中

お試しスーツ・28柄

イーザーオーダー
お仕立て上がり **¥39,900**
大の方、新社会人の方にもおすすめ 税込¥43,890
新柄オーダーワイシャツ生地入荷しました

洋服のサンエー **SUIT STUDIO** since 1957
山形市小川町1-1-1 TEL 023-622-8908 水曜定休 駐車場完備

2025年 早期予約開始!

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)~

【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!】

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

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
寒河江支店/寒河江市大字松川120 ☎(0237) 83-4050
庄内営業所/鶴岡市柳八瀬字武良免1-10 ☎(0235) 78-3433

格安価格 給湯器の買い替えなら「シマツ」がオトク!

Rinnai ガス風呂給湯器 20号オートタイプ壁掛 格安価格 **115,800円**
NORITZ エコジョーズ 20号オートタイプ壁掛 格安価格 **148,000円**

石油給湯器 据置タイプ 格安価格 **208,000円**

シマツ株式会社 ☎0120-841-910

住まいの安心リフォーム 大量仕入れにより低価格を実現!

100件達成 大特価

他社の見積書をお持ちの方
その金額より **最大3万円引** いたします!

県内最安値に挑戦! 使って蓄熱暖房機 ありませんか?
補助金申請 最大 **13万円** 補助金が出ます!
加算額 最大 **16万円**

エコキュート HE-LS37LGS 29.8万円
エコキュート BHP-F37WUK 32.5万円
エコキュート EQA37YFHV 35.8万円

住宅塗装 外構工事 水回りリフォーム

水回りリフォーム お任せください! LINEもOK!

0120-670-299

YAMAGATA ROYAL HOSPITAL

私たちは 急性期治療を終えた後の “次の生活” を 支えております

継続的な入院治療 長期療養
在宅復帰へ向けた リハビリ
がんリハビリなど 緩和ケア

正・准 看護師募集中 正職員 / パート / 新卒 / 中途

ほとんどの看護師が初めての慢性期看護
慢性期看護の経験がない方に対しては院内研修はもちろん、イムスグループならではの教育・研修制度を活用し、サポートいたします。

24時間 院内託児所 看護師寮 各種サークル活動

皆さんのワークライフバランスを大切に、長く働きやすい職場環境の整備に力を入れています

山形ロイヤル病院 ☎0237-43-8080