

広報

Kouhou Yamagata No.2081

やまがた

令和7年
10月1日号

山形市



10月9日(木)～16日(木)

山形国際ドキュメンタリー映画祭2025

詳しくは、P.2～3へ

特集

- ・山形国際ドキュメンタリー映画祭2025

くらし

- ・市職員（医療職）採用試験
〈令和8年4月1日付採用〉

イベント

- ・街なか賑わいフェスティバル
- ・やまがた美味しいカーニバル

広報やまがたの発行回数が月1回に！

令和8年1月から、広報やまがたは月1回、毎月1日発行になります。

分かりやすさ、読みやすさをより一層追求し、皆さんに親しまれる広報紙づくりに取り組んでいきます。

詳しくは、今後の広報やまがたでお伝えします。

広報やまがたは山形市LINE公式アカウントでもご覧いただけます。ぜひ、ご登録ください！

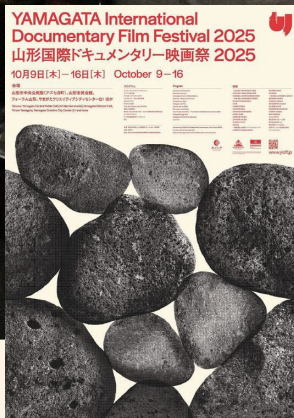
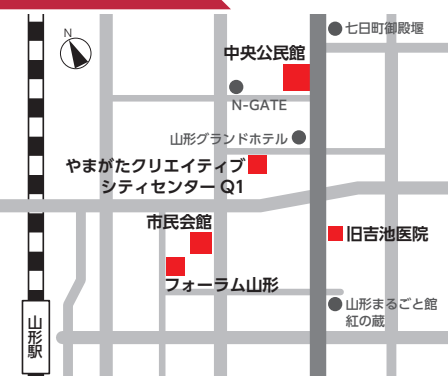
問 広報課 内線229



1989年に山形市制100周年事業としてスタートして以来、2年に一度開催されるアジア最大級のドキュメンタリー映画祭。世界中から集まる多様なドキュメンタリー映画の上映に加え、監督によるトークやお酒を片手に映画談義に花を咲かす「新香味庵クラブ」など、人との出会いが生まれるイベントも多数実施します。

映画、そして映画祭に集う人々との交流を、「映画の街」山形でぜひお楽しみください！

上映会場マップ



YAMAGATA International Documentary Film Festival

山形国際
ドキュメンタリー
映画祭2025

10/9
thu
-10/16
thu

山形国際ドキュメンタリー映画祭

ポスターデザイン

ホームページ

東北芸術工科大学 戸島楓子さん



インターナショナル・コンペティション

International Competition

世界各国から応募された1,318本から選ばれた珠玉の長編作品15本！ 初回映画祭から続く映画祭のメインプログラム。



香港

日泰食堂

今も漁村の香を残す香港の離島・長洲にある食堂を舞台に、時代のうねりの中にある市井の日常を描く。生まれ故郷の島に戻り、家族のように店に集う常連客の心情に寄り添った、監督の長編デビュー作。



ウクライナ

標的までの時間

前線から離れた後方地域にもロシアのミサイルは襲来する。『東部戦線』(YIDFF 2023) 監督のビタリー・マンスキーが1年半に渡って故郷リビウを記録した鎮魂歌的大作。



日本

A Window of Memories

監督自身の父方・母方それぞれの祖母の話をテキストにし、2人の女性が朗読する。2人の祖母という異なる家族の記憶を、他者を通して共有する映画の試み。



ポルトガル

季節

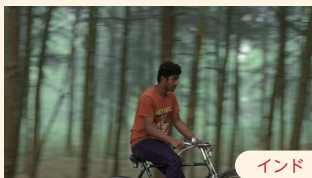
巨石墓が遺る野原や平原で羊飼いや農業を営みながら自然のサイクルと共に生きてきたポルトガル・アレンテージョの人々。考古学的視点と伝承が、朗らかな音楽と共に円環する。

ほか11作品

アジア千波万波

New Asian Currents

アジア・中東地域に関連する1,358本から選ばれたキラリと光る20作品。作り手の思いが交錯する自由な世界へ、いざ！



インド

サイクルマヘーシュ

コロナロックダウン中、故郷に戻るために2,000キロを自転車で走破したマヘーシュ。映画を作る監督と青年の現実と夢が織りなす奇想天外ロードムービー。



パレスティナ

ダンシング・パレスティナ

住む土地を奪われ、アイデンティティの消滅の危機に瀕しているパレスティナの人々。民族舞踊「ダブケ」のステップで歴史と文化を身体に宿し、現代に生き続ける。



中国

ルオルオの未来

監督のルオルオがカメラを預けた7歳の孫娘マンマンの目を借りれば、小さな家の中もまるで宝箱のよう。世界の無限の楽しみ方を教えてもらおう。



アフガニスタン

ハワの手習い

幼少期に結婚を強いられるから40年、読み書きを習得し、自立して小さな織物業を始めた母ハワの物語のはずだったが、タリバン政権が復活し、女性たちの未来が引き裂かれてゆく。

ほか16作品

やまがたと映画

山形にまつわる映像文化を紹介するプログラム



映画の都2025 プロジェクト

このほか、山形発のテレビ・ドキュメンタリーをスクリーンで鑑賞する「山形から生まれたテレビ・ドキュメンタリーが観たい！ YIDFF出張版」や、「台湾&日本ホームムービー特集 小さな映画、大きな宇宙」も開催。さらに、佐藤広一監督の最新作『マダム・ソワ・セヴェンヌ』を世界初上映。

1989年の初回本映画祭の準備・開催を記録したドキュメンタリー『映画の都』や、その関連映像を上映し、映画祭開催を盛り立てようと立ち上がった地元山形の市民ボランティア活動にあらためて焦点を当てる。

七日町の旧吉池医院でも関連展示やイベントを開催。

日本プログラム

日本の最新ドキュメンタリー5作品を上映！



春、阿賀の岸辺にて

阿賀野川流域に刻まれた新潟水俣病の記憶。次世代にその記憶を伝承する営みを記録しながら、土地に生き語り継ぐことの意味をたどる。『空に聞く』『ラジオ下神白』の小森はるか監督最新作。



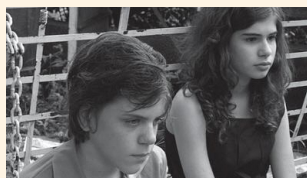
対話のゆくえ 京都大学吉田寮

百年の自治の記憶を宿す日本最古の学生寮。老朽化を理由に退去を迫る大学に対し、場所の存続をかけ、寮生たちは「対話」を軸にその未来を問いかける。

ほか3作品

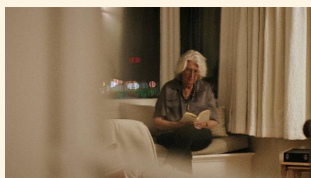
街を見つめる人を見つめる ——ユネスコ創造都市の世界

ユネスコ創造都市ネットワーク「映画」分野加盟
都市から公募した作品&山形を映した作品



シエスタ

父を亡くした姉弟のもとに、せわしく集まってくる葬儀の参列者たち。現実を受け止めきれない二人は、家を抜け出して、街へと向かうも……。本プログラム唯一のフィクション。



内なる家

作家フィオナ・キッドマンによる自身の半生についての語り。彼女の主観、記憶だけでイメージを喚起させ、その人生の光と影、感情の揺れ、機微を丹念に写し撮る。



過ぎゆく日

ネパール・カトマンズの空き地で二頭の牛のために熱心に草を刈る二人の女性。バルコニーから彼女たちを見つめる監督のカメラが映し出すある夏の日の風景。



映像で 山形ルネッサンス

山形市の文化をテーマに制作された4作品も上映！

ほか4作品

チケット発売中！

前売り券
取り扱い

市内プレイガイド、フォーラム山形、ソラリス、山形ドキュメンタリーフィルムライブラリー など

前売券	1回券 1,300円	3枚つづり 3,000円
	フリーパス（公式カタログ引換券付き） 13,000円	
当日券	1回券 1,500円 [シニア（60歳以上）1,300円]	
	高校生以下無料 [要学生証提示]	

問 山形国際ドキュメンタリー映画祭事務局
〒990-0044 木の実町9-52 木の実マンション201
☎666-4480 E-mail: info@yidff.jp

イベントも盛りだくさん！

新香味庵クラブ

映画祭ゲストとファンの交流の場！どなたも歓迎！

時 10月10日 [金] ~13日 [月・祝]

午後9時~午前0時

所 三十三間堂（七日町ワシントンホテル2階）

費 500円（ドリンク1杯、おつまみ付き）

わがまちの映画資料

—ユネスコ世界視聴覚遺産の日を祝して

映画資料収集・保存分野で活躍する専門家を国内外から招きパネルディスカッションを開催。地域に残る大切な映画資料を守り、残し、生かし、そして次世代へと手渡すための知恵や工夫を分かち合います。

時 10月11日 [土] 午後2時~4時

所 やまがたクリエイティブシティセンターQ1 2-C

YAMAGATA CITY TOPICS



▲内藤智文選手のジャンプ

大輪の花火が夏の夜空を彩る

8月14日、今年で46回目を迎える「山形大花火大会」が霞城公園を会場に開催されました。夜空を彩ったのは約7千発の花火。今回は大玉花火を増やしてより迫力のある打ち上げや音楽と連動した演出が行われ、ま

ち全体がお祭りムードでにぎわいました。会場は大きな歓声に包まれ、訪れた方は写真や動画に収めるなど世代を越えて、ココロオドル夏の風物詩を満喫しました。



蔵王で熱戦！真夏の空へ大ジャンプ

8月23日、アリオンテック蔵王ジャンプでサマースキー選手がジャンプ大会が行われました。結果は、北京オリンピック金メダリストの小林陵侑選手が男子成年で4連覇。県勢では、男子成年の内

藤智文選手（山形市役所）、男子少年の布施飛雄真選手（日大山形高校）がそれぞれ2位で表彰台を飾りました。会場には約1600人の観客が駆け付け、豪快なジャンプに歓声を送りました。



▲男子成年の表彰式

吹奏楽の響きで開幕 やまがた秋の芸術祭

9月～11月に市内各所で開かれるやまがた秋の芸術祭。9月1日には、山形駅東西自由通路で山形中央高校吹奏楽部がオープニングを飾りました。山形駅全体に広がる迫力ある演奏に、行き交う人々が足を止め、耳

を傾けました。今年で4回目の開催となる同芸術祭では、音楽や映画、アート、文化財などの多彩なイベントが11月30日まで繰り広げられます。ぜひ、山形の文化芸術に触れてみてください！



「やまがた秋の芸術祭」イベント情報など詳しくは、市ホームページへ→



未来をひらく 人と企業

たくさんある山形市の企業の魅力を、そこで働く若手社員が生き生きと活躍する様子を通じて、広くご紹介します。

問 働きやすさ追求室（☎内線411）

有限会社江口産業

くつざわ けんご
沓澤 賢牙さん



有限会社江口産業は、精密機器製造会社として昭和53(1978)年8月に創業。精密治具および精密部品加工で、光学機器・医療機器・車載デバイス生産用治工具・各半導体製造設備用部品などを製造しています。X (旧Twitter) で3日間に3万回再生された「QRコードキューブ」など、常に面白さと技術力の高さでものづくりの魅力を発信し続けている企業です。

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。



▲写真左から、沓澤さん、江口社長

有限会社江口産業
ホームページ▶



今回は、入社3年目の沓澤賢牙さんに、入社のきっかけ、仕事のやりがいなどについてお話を伺いました。

Q入社のきっかけは

私は工業高校を卒業しており、より専門性を高められる職場を探していた中で、偶然目にした弊社の面接を受けました。

初対面にもかかわらず、社長や工場長が親身になって話を聞いてくださり、業務について丁寧に教えていただいたことで、ものづくりという仕事を身近に感じる事ができました。また、会社見学の際に、工場の中がとても清潔だったことが印象的で、高校で学んできた知識を業務に生かすことができると確信したことから入社を決めました。

Q仕事のやりがいを感じているところは

私は現在、マシニングセンタという工作機械を操作し、光学機器や医療機器の部品を製造しています。カメラや血液分析装置など、機器の内部に使用されている部品のため、外觀からはどこに使用されているのかわかりません。そのため、製作したものが使われる実感は湧きませんが、社長や先輩方に、実際に使われている場所や機械について教えていただくと、自分が製作した部品がさまざまな人々の生活に根付き、役に立っていることを知ることができ、とてもやりがいを感じます。

Qこの会社で働いて良かったと感じること

弊社には、技能検定の中でも最上位の特級技能士の資格を持つ方が2人在籍しています。5年後、10年後の目指す姿として、目標となる方が同じ職場にいたること、直接ノウハウやポイントを丁寧に教えてもらえる環境があることはとてもありがたいと感じます。

また、年2回の面談で会社に対して要望を伝える機会があり、仕事を客観的な視点で評価する仕組みが整っています。働き続ける上で、将来に不安がないよう指導してもらえることがうれしいです。

社長はよく「遊びも仕事も思い切りやれ!」と言います。遊び心から生まれるアイデアを高品質で形にし、お客さまと共有できる、ものづくりに対する誇りと一体感に魅力を感じています。

Q今後の目標は

技術面ではまだ力不足で精巧な製品は作れませんが、自分に求められていることの少し上を目指して、周囲の負担を減らせるようになることが今の目標です。資格も取得しやすい環境だと思うので、頑張ってみたいと思います。

「自分たちで作ったものが最高!」と考えることが製造業で働く醍醐味だと会社の皆さんから教えていただきました。日々前向きに楽しんで仕事をしたいです。

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

赤い羽根共同募金

いただいた募金は地域福祉活動に使われます。募金は二次元コードからも可能です。ご協力をお願いします。

時 10月1日(水)～11月30日(日)

問 社会福祉協議会 (☎645-80061)



馬見ヶ崎河川公園グラウンド抽選会(11月分)

時 10月10日(金)午後1時30分～

所 市役所9階公園緑地課

問 公園緑地課 (☎内線749)

「こども誰でも通園制度」実施施設の拡大

保護者の就労の有無に関わらず利用できる「こども誰でも通園制度」は、公立保育所2施設に加え、民間立の認定こども園などでも受け入れを開始します。

時 10月16日(木)～

※申し込み方法など詳しくは、市ホームページへ。

問 保育育成課 (☎内線572)



水道メーター取り換え(10月分)

所 五日町、北町三・四丁目、幸町、菅沢
問 上下水道部業務課 (☎645-1177)

毒キノコに注意

知らないキノコは採らない・毒キノコの混入に注意する・不安を感じた場合は捨てる・お裾分けはしないを徹底しましょう。

問 生活衛生課 (☎616-7280)

空き家相談会

時 11月8日(土)午前9時～正午

所 総合福祉センター2階交流ホール

内 専門家による個別相談

対 先着30人

申 10月1日から、市ホームページで

問 住宅政策課 (☎内線471)



公開による建築パトロール「違反建築物防止週間」

建築基準法を守り、住みよいまちをつくりましょう。

時 10月15日(水)～21日(火)

問 建築指導課 (☎内線479)

10月は「不法投棄監視および海岸漂着ごみ削減強化月間」

人目につかない山間部や河川で不法投棄されています。内陸部でポイ捨てや放置されたごみは、川から海まで流れ着き、海岸漂着ごみになります。ごみは、地域を汚すだけでなく、川や海も汚します。不法投棄110番(廃棄物指導課内)☎629-0802

問 廃棄物指導課 (☎内線687)

結婚相談会

時・所 10月24日(金)午後6時～8時・江南公民館、11月6日(木)午後6時～8時・西部公民館

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

内 で公民連携室へ

問 公民連携室 (☎内線223)



補助

省エネ高効率設備導入事業費補助金(追加実施)

内 〈対象設備〉高効率エアコン、高効率給湯機器、高効率照明機器
〈補助率〉対象経費の2分の1(上限額あり)
※申請多数の場合は抽選。
※詳しくは、市ホームページへ。

申 10月14日～31日に提出書類を環境課へ

問 環境課 (☎内線682)

募集

自衛官募集

内 〈募集種目・申込期限〉自衛官候補生・11月6日まで、一般曹候補生・11月21日まで

【自衛官採用制度説明会】

時 平日午前10時～午後7時

所 自衛隊山形募集案内所(南原町)

※詳しくは、自衛隊山形募集案内所(☎634-3439)へ。

問 市民課 (☎内線343)

市職員（医療職）採用試験 （令和8年4月1日付採用）

時 試験日 10月19日（日）

所 済生館

内 試験区分 薬剤師（病院業務）、看護師、臨床工学技士

〈募集人数〉 薬剤師（病院業務） 若干名、看護師5人程度、臨床工学技士若干名

申 10月17日まで

※受験要件、申し込み方法などは必ず受験案内で確認してください。

※詳しくは、済生館ホームページへ。

済生館管理課（☎6255-5555）

交通指導員の募集

内 小学校登校日の朝1時間の立哨指導（報酬・制服貸与あり）

対 四小2人、八小1人、桜田小1人、楯山小1人

申 電話で市民課へ

問 市民課（☎内線387）



山形まるごと館 紅の蔵の催し

問 ☎679-51101

◆企画展示「やまがたのいすけしゅ」

時 10月1日（水）～11月30日（日）午前10時～午後6時（11月30日は午後3時まで）

◆10月の十日市村木沢フェア

時 10月11日（土）午前11時～午後1時

内 村木沢産悪戸いもを使った芋煮会など

※なくなり次第終了。

◆秋祭り

時 10月19日（日）午前10時～

内 山形の旬の特産品を景品としたビンゴゲーム、山形の旬花、特産品販売会

※詳しくは、山形まるごと館 紅の蔵インスタグラムへ。

郷土館秋季企画展

「いのちの息吹やまがたの自然」

時 10月4日（土）～11月16日（日）午前9時～午後4時30分

内 市内の天然記念物・動植物などの紹介、ギャラリートーク（10月25日午後2時～3時）

問 文化創造都市課（☎内線626）

ふれあい金曜日

時 10月10日（金）午前10時～11時30分

所 やまがたクリエイティブシティセンターQ1

※先着50人に当日出店店舗で利用できる「100円割引券」をプレゼント。

問 やまがたクリエイティブシティセンターQ1（☎615-8009）

山寺芭蕉記念館の催し

問 ☎695-2221

◆特別展

「①長谷川コレクション展―書画の美と陶磁器、日本美術の精華―」

時 10月3日（金）～11月17日（月）（11月9日（日）午後2時～ギャラリートークあり）

費 400円（20人以上の団体は320円、高校生以下・障がい者手帳を提示の方は無料）

◆奥の細道マイスター養成講座

時 11月1日（土）・2日（日）午前10時～午後2時45分

講 放送大学山形学習センター所長・山本陽史氏、山形大学教授・佐藤琴氏

対 先着50人

費 3千円（受講料）

申 10月20日までに直接山寺芭蕉記念館へ

市民活動支援センターの催し

問 ☎647-2260

秋のNPO収穫祭

◆ふらっとNPO博

時 10月15日（水）～31日（金）

内 団体の活動状況の展示、講座など

①初心者のためのふらっとNPO教室

時 10月24日（金）午後6時～7時30分

対 先着8人

②女性のためのマイ・レジリエンス逆境に負けない心の育て方

時 10月29日（水）午後2時30分～4時30分

対 市民活動に関わっている方先着6人

※申 ①～③は10月1日から、電話、FAX（☎647-2261）、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。

千歳山の再生に向けた植樹体験

時 10月24日（金）午前9時30分～午後3時

対 山頂まで登山可能な方先着10人程度

費 100円（保険料）

申 10月3日～15日

※申し込み方法など詳しくは、山形森林管理署（☎050-3160-5850）へ。

公園緑地課（☎内線528）

笑いば宝！

落語で笑顔あふれるまちに

時 10月25日（土）午前11時～11時40分、午後0時50分～1時30分

所 総合福祉センター1階交流ロビー

内 宝笑亭姉妹（熊水さん、卯さ銀さん）による落語披露

問 男女共同参画センター（☎645-8077）

やまがた^{おい}美味しいカーニバル

時 10月18日(土)午前10時～午後2時

所 県民ふれあい広場

内 農畜産物・水産物産直、米まつり、花の販売、新そばまつり、山形牛焼肉試食など

※会場周辺に駐車場はありません。会場近辺の有料駐車場、上下水道部特設無料駐車場（会場間の無料シャトルバスあり）をご利用ください。

※詳しくは、市ホームページへ。



問 農政課 ☎内線432

農業委員会「食農交流事業」

時・所 10月18日(土)・県民ふれあい広場、10月19日(日)・山形まるごと館 紅の蔵、11月1日(土)・東北文教大学、11月8日(土)・山形農協中央営農センター

いずれも午前10時～

内 地元農産物の販売など

※詳しくは、市ホームページへ。

問 農業委員会事務局 ☎内線773



やまがた秋のハレとケまつり

時 10月18日(土)・19日(日)午前10時～午後5時

所・内 〈旧千歳館エリア(花小路)〉やまがた舞子演舞披露、飲食ブースほか〈山形駅東西自由通路〉物販ブースほか〈中心市街地〉ガラポン抽選会

※旧千歳館エリアで一部交通規制あり。

※詳しくは、市ホームページへ。

問 旧千歳館整備室 ☎内線854



やまがた消防フェスティバル

時 10月25日(土)午前9時30分～午後2時

所 西消防署(西崎)

内 消防車放水展示、放水体験、救急車乗車体験、消防服を着て写真撮影、音楽隊ミニコンサート ほか

※会場に駐車場はありません。須川河川敷の特設駐車場から無料シャトルバスを運行します。詳しくは、市ホームページへ。

問 消防本部総務課 ☎634-1199



街なか賑わいフェスティバル

時 10月11日(土)午前10時～午後5時

所 本町～七日町通り ほか

内 マルシェ・ラーメンキッチン^{こてん}の出店、街かど音楽祭、御殿^{ぎでん}川床お茶振る舞い、クラフトビール祭り、じもとまつり～山形・宮城のおいしいもの大集合～、文翔館時計塔見学会など

※詳しくは、市ホームページへ。

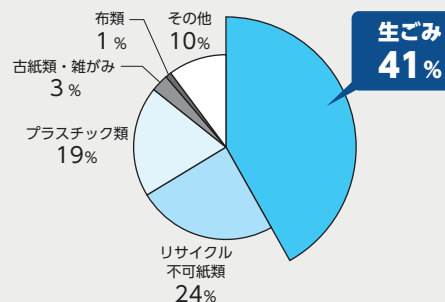
問 都市振興公社 ☎631-0831



▲街なか賑わいフェスティバル

生ごみダイエット! 食品ロスを減らしましょう

10月は
食品ロス削減月間です



令和6年度市内の家庭から出される燃やせるごみの内訳(重量ベース)

問 循環型社会推進課 ☎内線698

市内の家庭から出されるごみのうち、約4割は生ごみです。

国内では年間464万トンの食品ロスが発生しています。国民1人当たりになると、毎日^{おにぎり}約1個分を捨て、年間31,814円ものお金を失っていることになります。

大切な食べ物を無駄にしないことは、環境への負荷を減らすことと無駄な出費を抑えることにつながります。

食品ロスを減らすライフスタイルを、一緒に実践してみましょう!

家庭では

使いきり

- ・食材は使いきりましょう
- ・残った料理は、リメイクして食べきりましょう
- ・すぐ食べるものは、商品棚の手前から取りましょう
- ・冷蔵庫の在庫を定期的にチェックしましょう



◀市ホームページ「みんなで減らそう 食品ロス」

外食では

食べきり

- ・食べきれる量を注文しましょう
- ・量を調節できるか、お店に聞いてみましょう
- ・食べきれない分は、持ち帰るか聞いてみましょう
- ・宴会では、30・10^{さんまる いちまる}運動に取り組みましょう

→乾杯後の30分間・お開き前の10分間は
自席で料理を楽しんで食べ残しゼロ!



幹事さんの司会アナウンスと啓発用コースターをお配りしています。ご活用ください!

道の駅やまがた蔵王の催し

- 問** ☎676-6868
- ◆ミニライブス2025
- 時** 10月11日(土)午前10時～午後4時
- ◆第2回全国餃子まつり
- 時** 10月24日(金)～27日(月)

やまがた環境展

- 時** 10月18日(土)・19日(日)午前10時～午後5時(19日は午後4時まで)
- 所** 山形ビッグウイング
- 内** アルピニスト・野口健氏によるトークショーなど
- ※詳しくは、県ホームページへ。
- 問** 循環型社会推進課(☎内線699)



長谷堂ウィークデーハイキング

- 時** 10月22日(水)午前8時～正午
- 所** 長谷堂城跡～古戦場跡
- 内** 本沢地区の史跡や長谷堂台戦の遺構を巡る
- 対** 4時間程度ウォーキングが可能な方35人(抽選)
- 費** 3000円(保険料)
- 持** 雨具、行動食など
- 申** 10月15日までに、はがきに「長谷堂ウィークデーハイキング申し込み」、住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、観光戦略課へ
- ※1枚のはがき当たり2人まで応募可能。
- 問** 観光戦略課(☎内線424)

やまがた秋の芸術祭

- やまがた秋の芸術祭
メインページはこちら！
- ◆マーチング&プラスバンド演奏会
- 時** 10月11日(土)午前11時30分～午後0時50分(雨天中止)
- 所** 文翔館
- 内** 千歳・滝山・南沼原小学校の児童による屋外での演奏会
- 問** 文化創造都市課(☎内線639)



- ◆第6回Satoyama実践者交流会「Satoyamaクリエイティブ」地域文化と国際交流～
- 時** 11月1日(土)～2日(日)
- 所** 保健所大会議室ほか
- 内** 地域エコノミスト・藻谷浩介氏と市長らによる「里山資本主義」に関する基調講演、①懇親会、②スタディーツアーなど
- 費** ①1万2千円、②1500円
- 申** ①は10月16日まで②は10月23日までに、電子申請で
- 問** 文化創造都市課(☎内線769)



◆いちばん近くの映画館in東沢コミセン

- 時** 11月9日(日)午前10時～
- 内** 短編ドキュメンタリーの上映、『灰焼き』など東沢地区に関する作品の上映
- 申** 10月31日までに、電話(☎622-5480)で東沢コミュニティセンターへ文化創造都市課(☎内線769)

おはなしの広場

- 時** 10月19日(日)午前10時30分～11時
- 所** 市立図書館おはなしコーナー
- 内** 図書館ボランティアによる「冬ごもり」
- 対** 幼児～小学生先着30人
- 問** 市立図書館(☎624-0822)

犯罪被害者支援県民のつどい

- 時** 11月12日(水)午後1時30分～4時
- 所** 山形ビッグウイング2階大会議室
- 内** 「犯罪被害者と社会のありかた」の基調講演など
- 申** 10月30日までに、電話(☎642-3571)でやまがた被害者支援センター事務局へ
- 問** 市民課(☎内線387)

POINT TO READ

第32回市障がい者水泳競技大会

- 時** 11月16日(日)午後0時30分競技開始(午前10時30分から受け付け)
- 所** 総合スポーツセンター屋内プール
- 対** 13歳以上の障がい者手帳所持者
- 持** 障がい者手帳
- 申** 10月15日までに、電話またはFAX(☎632-7091)で障がい福祉課内身体障害者福祉協会へ
- ※出場種目はお問い合わせください。
- 問** 障がい福祉課内身体障害者福祉協会(☎内線596)

鋳物を体感しよう！

- 時** 11月1日(土)午前9時30分～、午前10時30分～、午前11時30分～
- 所** 産業歴史資料館
- 内** 山形鋳物の説明、茶席体験、館内見学、工芸品即売会、記念品のプレゼント
- 対** 各回先着15人
- 申** 10月1日～15日に、電話(☎643-6031)で山形鋳物工業団地協同組合へ
- 問** ブランド戦略課(☎内線413)

古民家で聞くとちょっと不思議な話

- 時** 11月2日(日)午後2時～3時30分
- 所** 少年自然の家
- 講** 作家・黒木あるじ氏
- 対** 20人(抽選)
- 申** 10月1日～19日に、電話または少年自然の家ホームページへ
- 問** 少年自然の家(☎643-8533)



市民の茶会

- 時** 11月15日(土)午前10時～午後3時(1時間ごとに1席)
- 所** 清風荘茶室「玉紅庵」
- 講** 表千家・大岩宗晴氏
- 対** 各回先着20人
- 費** 一服800円(菓子付き)
- 申** 11月14日までに、電話で清風荘へ
- 問** 清風荘(☎622-3692)

野草園 10月のおすすめ植物

ミヤマダイモンジソウ (上旬～下旬)



5枚の花弁のうち2枚が長く、漢字の“大”の字のように見えることが名前の由来です。

リンドウ (上旬～中旬)



古くから薬用植物として根や根茎が利用されてきました。

サンシュユ (下旬～11月上旬)



春に黄色い花を咲かせるので「春黄金花」、秋に真っ赤な実をつけるので「秋珊瑚」という別名があります。

クサザの実 (中旬～11月上旬)



この奇抜な配色と形は、一度見たら忘れないほどの強烈な印象です。



ホームページ



Instagram

◀最新の開花情報をチェック!

問 ☎634-4120

野草園の催し

問 ☎634-4120

①第32回野草園の魅力を探る写真コンテスト入賞作品展

時 10月19日(日)～11月24日(月・振休)

費 300円(入園料。高校生以下無料)

②庭木を楽しむための基礎講座

時 10月24日(金)・25日(土)午前9時30分～11時30分

対 各日先着30人

費 500円(資料代、入園料込み。高校生以下200円)

③雪囲い教室(男結びの結び方)

時 11月1日(土)午前10時～正午

対 11月1日(土)午前10時～正午

対 先着20人

費 300円(入園料。高校生以下無料)

持 剪定ばさみ、軍手、雨具、防寒着

※申 ②③④は10月5日から、電話で野草園へ

④リース作り教室

時 11月2日(日)午前10時～正午

対 先着15人

費 1800円(材料代、入園料込み。高校生以下1500円)

令和8年山形市二十歳の祝賀式

時 令和8年1月11日(日)午後1時30分～

所 総合スポーツセンター

対 平成17年4月2日～平成18年4月1

日生まれの方(市在住を問わず)

※詳しくは、市ホームページへ。

問 社会教育青少年課(☎内線618)



基調講演「地域共生社会の実現に向けてー住民主体の視点からー」

時 10月20日(月)午後1時30分～3時45分

所 山形テルサホール

講 日本福祉大学学長・原田正樹氏

問 社会福祉協議会(☎645-9230)

第75回山形市植樹祭(カラマツ)

時 10月28日(火)午前10時30分～11時30分

所 蔵王成沢地内二ツ沼市有林(古竜湖)

キャンプ場付近)

申 10月10日までに、電話で森林整備課へ

問 森林整備課(☎内線448)



教室・講座

ポインティング

高齢者の生活支援の担い手養成研修

時 10月29日(水)午前9時30分～午後4時

所 市役所7階会議室701AB会議室

対 ボランティアに興味のある方先着20人

申 10月24日までに、電話で長寿支援課へ

問 長寿支援課(☎内線565)

国際交流協会の教室

問 ☎647-2277

◆インドネシアカフェ

時 10月12日(日)午前10時30分～正午

対 先着20人

費 500円(参加料。飲食代込み)

◆外国料理教室韓国編

時 10月18日(土)午前10時～午後1時30分

対 親子25人

費 会員1500円、非会員3千円

内 ヤニニヨムチキンなどの料理

※申 いずれも10月1日から、電話または直接国際交流協会へ

※会員の入会はお問い合わせください。

譲渡前講習会

時 10月12日(日)、11月12日(水)、12月12日(金)午前10時～正午

所 動物愛護センター

申 電話で動物愛護センターへ

問 動物愛護センター(☎681-1210)

ポインティング

学校給食センター見学試食会・食育講話

時 11月10日(月)午前9時30分～正午

対 参加したことがない方先着30人

申 10月6日～17日に電話で学校給食センターへ

問 学校給食センター(☎644-4325)

名曲から学ぶ韓国語

- 時** 10月18日(土)午後1時30分～3時
- 対** 先着20人
- 申** 10月1日から、国際交流センターへ
- 問** 国際交流センター(☎647-2275)

普通救命講習Ⅰ

- 時** 10月19日(日)午前9時～正午
- 所** 西消防署(西崎)
- 内** 成人への心肺蘇生法とAEDの使用
法(修了証を発行)
- 対** 先着40人程度
- 申** 10月1日から、電子申請または電話

※詳しくは、市ホームページへ。
消防本部救急救命課(☎634-1193)

薪づくり体験・チェーンソー取り扱い講習会

- 時** 10月26日(日)午前9時30分～正午
- 所** 野草園
- 対** 先着30人
- 持** 手袋、タオル、長靴、ヘルメット、チェーンソー(お持ちの方)
- 申** 10月3日午後1時から、電話で山形地方森林林業活性化協議会(☎64-0053)へ
- 問** 森林整備課(☎内線448)

舞台芸術セミナー朗読講座(全2回)

- 時** 11月8日(土)午後1時～5時、11月9日(日)午前9時30分～午後5時
- 対** 全て参加できる方先着20人程度
- 申** 10月1日から、電話またはEメール

※詳しくは、市民会館ホームページへ。
氏名、電話番号を記入の上、市民会館へ
市民会館(☎642-3121)

福祉文化センターの催し

◆東部公民館共催事業「ちぎり絵教室」(全2回)

- 時** 10月22日(水)・29日(水)午後1時30分～3時30分
- 講** ちぎり絵講師・齋藤ちや氏
- 対** 身体障がい者手帳をお持ちの方10人・それ以外の方10人(抽選)
- 費** 千～2千円(作品代。作品により異なります)
- 申** 10月15日(必着)までに、電話またははがき、FAX(☎625-2150)のいずれかで、教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、障がい名を記入の上、福祉文化センターへ(直接の申し込み可)

◆働く女性の家事業「初心者でも楽しく学べる編み物講座」

- 時** 11月1日(土)・15日(土)午前9時30分～

11時30分

- 内** 編み物ジャーニー認定講師・高橋景子氏による秋冬向けのネコ耳ニット帽の制作
- 対** 市在住・在勤の女性6人(抽選)
- 費** 4400円(糸玉1600円・輪針代2800円)
- 申** 10月15日までに、電話または市ホームページで(直接の申し込み可)

親子で行う秋の寄せ植え講座

- 時・所・対** ①11月5日(水)午後3時30分～4時30分・べにつこひろば・先着14組②11月10日(月)午前10時30分～11時30分・シェルターインクルーシブプレイスコパル・先着8組
- 持** 軍手(必要な方のみ)
- 申** ①は10月5日から②は10月20日から、電話または直接開催施設へ
- 問** ①べにつこひろば(☎674-0220)②シェルターインクルーシブプレイスコパル(☎676-9876)

公民館・コミュニティセンターの催し

中央公民館

- 問** ☎623-2150
- ◆赤ちゃんママパパのスキンシップ教室(3B体操とストレッチ)(全2回)**
- 時** 10月30日(木)、11月13日(木)午前10時～
- 対** 市在住の生後3カ月～おすわりができるお子さんと保護者先着10組
- 持** バスタオル
- 申** 10月3日から、市ホームページで

◆気軽に挑戦!お筆体験講座

- 時** 11月2日(日)午後1時30分～3時30分
- 内** 筆講師・宮本伶慶社中による童謡やクリスマスソングの演奏の体験
- 対** 市在住・在勤・在学の方先着15人(小学生以下は保護者同伴)
- 申** 10月4日から、電話で中央公民館へ

◆「第35回やまがたサークルフェスティバル」参加サークル募集

- 時** 「ステージ発表会」令和8年1月25日(日)、2月1日(日)【作品展示会】令和8年1月29日(木)～2月1日(日)(予定)
- 対** ステージ発表会は先着35団体
- 費** 4千円(参加料)
- 申** 10月2日午前9時～23日に、各公民館・コミュニティセンターに設置の参加申込書に記入の上、直接中央公民館へ

西部公民館

問 ☎ 645-1223

◆郷土史を語る講座〜最上義光をめぐる人々〜
もがみよしあき

時 11月7日(金)午後1時30分〜3時30分

対 先着50人

◆わくわくどきどき子ども絵画教室Ⅱ

時 11月8日(土)午前9時30分〜11時30分

講 山形一水会・田中利幸氏

対 小学生先着10人

持 鉛筆、消しゴム、色鉛筆、クレヨン、水性色ペン

※申 いずれも10月7日から、電話または直接西部公民館へ。

南部公民館

問 ☎ 641-6701

POINT対象

◆ラーメンの聖地で学ぶ！健康医療先進都市・山形流、賢いラーメンの食べ方

時 10月24日(金)午後1時30分〜2時間程度

対 18歳以上の方先着20人

申 10月3日から、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)



北部公民館

問 ☎ 623-9073

◆たたら・ふいご祭り

時 10月19日(日)午前9時〜午後1時

所 宮町観音堂公園

内 たたら溶解実演、太鼓演奏、唄と踊りの披露など

※詳しくは、たたら・ふいご祭り実行協議会(☎090-953615417)へ。

POINT対象

◆軽運動教室(スローエアロビック)

時 10月23日(休)午前10時〜11時30分

対 18歳以上の方先着15人

申 10月2日〜21日までに、電話または直接北部公民館へ

◆Jazzビギナーズ講座「Jazzのココがわかると面白い！」(全2回)

時 11月1日(土)・8日(土)午後1時30分〜3時30分

内 横倉孝信氏によるギター演奏とお話

対 16歳以上の方先着10人

申 10月2日から、電話または直接北部公民館へ

◆スマホの基本と防災講座・LINE体験

時 11月6日(木)・13日(木)・20日(木)午後1時30分〜3時30分(LINE体験は11月20日のみ)

対 各日先着15人

申 10月16日から、電話または直接北部公民館へ

江南公民館

問 ☎ 684-4428

POINT対象

◆ヨガとピラティスで心と身体を整えよ

う(全3回)

時 11月8日(土)・22日(土)・29日(土)午後1時30分〜3時30分

対 全て参加できる18歳〜40歳代の方先着20人

持 ヨガマットまたはバスタオル

申 10月1日から、市ホームページで



霞城公民館

問 ☎ 643-2687

◆やまがた地域防災講演会2025

時 11月1日(土)午前10時〜正午

講 東北学院大学名誉教授・平吹喜彦氏

◆珈琲講座

時 11月5日(水)午後6時〜8時

内 豆の焙煎、入れ方など

対 18歳以上の方先着10人

費 千円(材料代)

持 エプロン、軍手

申 10月8日〜24日に、電話またはEメール(kajo@city.yamagata-yamagata.jp)で霞城公民館へ(直接の申し込み可)

※10月24日以降のキャンセル不可。

◆霞城ファミリーコンサート〜0歳から家族みんなで楽しもう〜

時 11月9日(日)午後2時〜3時30分(午後1時30分開場)

内 ブラスバンド・YMB Cherry's

による歌って踊れるコンサート

元木公民館

問 ☎ 631-6551

◆はじめての社交ダンス講座(全3回)

時 11月7日(金)・14日(金)・21日(金)午後1時30分〜3時

講 カマダダンス教室・鎌田敬吾氏

対 全て参加できる18歳以上の方先着12人

申 10月4日〜25日に、電話または直接元木公民館へ

滝山コミュニティセンター

問 ☎ 622-3401

◆さあ、紅茶の世界へ〜ロイヤルミルクティーを作ろう!〜

時 11月6日(木)午後2時〜3時10分

内 紅茶コーディネーター・新関かず子氏による入れ方教室

対 先着16人

費 千円(材料代)

申 10月6日〜30日に、電話で滝山コミュニティセンターへ

本沢コミュニティセンター

問 ☎ 688-2310

◆出羽の関ヶ原・長谷堂合戦顕彰全国抜刀術大会の観戦

時 10月12日(日)午前10時〜

所 本沢小学校体育館

市長の

やまがた自慢

「山形市の伝統野菜」

皆さんは「伝統野菜」という言葉をご存じでしょうか。一般に広く流通している品種ではなく、各地域において古くから継承してきた伝統的な野菜のことで、それ自体が貴重な財産だと思っています。それでは、山形市の伝統野菜で代表的なものをご紹介します。

まずは『悪戸いも』です。市西部の悪戸地区で受け継がれてきたもので、大変おいしい里芋です。見た目は一般に出回っている里芋よりもやや小ぶりで細長く、きめ細かな舌触りと粘り気が特徴です。芋煮を作るのにぴったりで、近年全国的な注目も集めています。

次に、『蔵王かぼちゃ』です。市南部の蔵王堀田地区などで栽培されてきたもので、非常に皮が硬いのが特長です。味は大変良く、ほくほくとした食感があり、長期保存しても風味が落ちないという特徴があります。寒い季節に食べるのに最高のかぼちゃです。

最後に、『赤根ほうれんそう』です。市北部の風間地区にて栽培され、受け継がれてきました。名前のとおり、根っこが赤いことが特徴で非常に甘く、私も大好きです。雪が降った後の1月〜2月頃がおいしいとされています。

伝統野菜は種子を確保しながら継承していくため、手間暇がかかります。伝統を守るべく努力しておられる市内各地の生産者の皆さまに感謝したいと思います。



蔵王かぼちゃ



赤根ほうれんそう



悪戸いも

山形市長
佐藤孝弘

Q1

YAMAGATA
CREATIVE CITY
CENTER Q1

やまがたQ1 かわら版 vol.07

「山形×産業」の可能性を探る YouTube「Q1チャンネル」

Q1では、施設オープン前の2021年からYouTubeチャンネルを開設しています。公開型の企画会議「クリエイティブ会議」のアーカイブ配信や、山形市で魅力的な活動を行う企業や人にフォーカスを当てる「シティプロモーション」「企業インタビュー」など、「山形×産業」の可能性を探るコンテンツが盛りだくさんです。今年度もいくつかの新しい動画コンテンツ配信を予定しています。YouTubeで「Q1チャンネル」で検索・ご視聴ください。



「シティプロモーション」にご出演の佐藤辰徳さん(写真左)

やまがたクリエイティブシティセンターQ1
本町1-5-19(第一小学校旧校舎)
開館:午前9時〜午後10時 休館:年末年始
☎615-8099 Eメール:hello@qichi.jp
山形 Q1 最新情報はQ1ホームページへ

メールで読める
Q1ニュースレター
登録はこちら



チャレンジ 市民活動

山形市コミュニティファンドの

補助事業として採択された

団体を紹介します。

問 公民連携室 ☎内線223

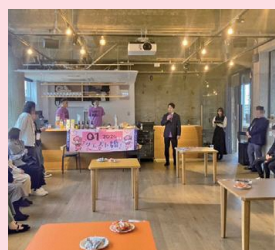
Q1クエスト婚2024 ～山形商工会議所青年部～

山形商工会議所青年部は、地域課題の解決やまちづくりへの貢献を目的に活動する、若手経済人による団体です。

本事業では、出会いの場づくりと中心市街地の活性化を目的に街コンイベントを開催。会場には旧校舎をリノベーションしたクリエイティブシティセンターQ1を活用し、参加者が自然に交流できるようクエスト型の趣向を取り入れました。地元企業との連携による飲食提供も好評で、当日は男性10人、女性6人の中から3組のカップルが誕生。イベント後には市街地へ繰り出す姿も見られました。

参加者の様子からは、対面での交流の温かさや安心感が伝わり、リアルな出会いの場の価値を改めて感じる事業となりました。

問 団体連絡先
担当者: 山形商工会議所 (担当: 荒井)
☎622-4666



* * * 健康 * ナビ * * *

健康

子どものからだスッカリ教室

子どもの肥満は大人の肥満に移行しやすく、子どもの時からの予防が大切です。正しい生活習慣のヒントを楽しく学べます。

※受け付け後に身体測定を行います。

時 11月15日(土)午前9時25分～11時30分
(午前9時～9時15分受け付け)

所 霞城セントラル4階健康診査室

内 管理栄養士・健康運動指導士の講話、体に優しいおやつの紹介、体を使った遊び、個別相談(希望者のみ)

対 体重の増加が気になる幼児(およそ3歳～就学前)と保護者

持 飲み物、タオル、母子健康手帳、内履き

申 11月1日までに、電話で母子保健課へ

問 母子保健課 ☎616-7039

健康

ななかまどの会 (家族向けひきこもり学習会)

時 10月25日(土)午後1時～3時

所 霞城セントラル3階消費生活センター研修室

内 精神科医師による講話「ひきこもることを理解する」、臨床心理士による講話「家族ができるちょっとした工夫」

対 ひきこもり状態にある方の家族先着30人

申 10月15日までに、電子申請または電話で精神保健・感染症対策室へ

※申込時に、現状を伺います(秘密厳守)。

問 精神保健・感染症対策室

☎616-7275



検診

「カラダと向き合う!健康みえる化測定会」 ～ご自身の健康状態をチェックしてみませんか?

SUKSK
ポイント対象

時 11月18日(火)午前9時30分～11時30分

所 霞城セントラル3階大会議室

内 1日の推定食塩摂取量が分かる尿検査、血管年齢・野菜摂取量・体脂肪・筋肉量などの測定

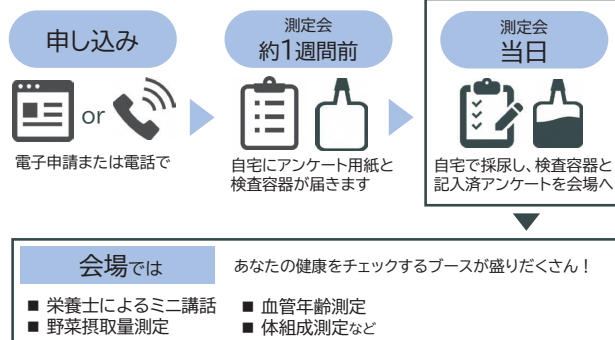
対 先着70人

持 採取した検体、アンケート

申 10月8日～22日に、電子申請または電話で健康増進課へ

※今年度からは、測定会でのみ推定食塩摂取量検査を受けることができます。

※測定会への参加は年度内に1回のみです。



※詳しくは、市ホームページへ。

問 健康増進課 ☎616-7273



健康

休日や夜間の急病やけがなどの場合に 休日夜間診療所・休日救急歯科診療所を受診することができます

○休日夜間診療所の診療時間(受付時間^{※1})

	休日(日曜・祝日・年末年始 ^{※2})	夜間(毎日)
内科	午前9時～11時45分、 午後1時30分～5時	午後7時～11時
小児科		午後7時30分～10時30分
外科		

※1 診察可能な人数を超える場合は、受付(連絡先)休日夜間診療所
時間を短縮することがあります。☎635-9955

所 香澄町2-9-39(市民会館北隣)

○休日救急歯科診療所の受付時間^{※1}

	休日(日曜・祝日・年末年始 ^{※2})
歯科	午前10時～正午、 午後1時30分～3時30分

※2 12月31日～翌年1月3日

休日救急歯科診療所
☎629-9988



問 保健政策課 ☎616-7260

10月の相談

市民相談

問 市民相談課 ☎内線240・241

一般相談

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
※13日(月・祝)を除く。

土地の利活用相談

月～金曜日 午前9時～午後4時
※13日(月・祝)を除く。

土地境界に関する相談

9日(木) 午前10時～午後3時

人権・困り事相談

14日(火) 午後1時～4時

登記手続相談

15日(水) 午前10時～午後3時

行政書士相談

20日(月) 午前9時～午後4時

※予約不要・当日窓口へ。
※受付時間は終了時間の30分前まで
(一般相談・土地の利活用相談を除く)。

司法書士相続登記相談

10日(金)・27日(月) 午前10時～午後4時
※相談には事前の予約が必要です。

ふれあい総合相談

問 社会福祉協議会 ☎645-8177

税金相談

8日(火) 午後1時～4時

年金相談

14日(火) 午後1時～4時

人権相談

16日(木) 午後1時～4時

法律相談

金曜日 午後1時～4時
※当日正午から、電話(☎645-8061)で
予約を受け付けます。先着6人で、弁護
士との相談時間は25分です。

消費生活相談

問 消費生活センター ☎647-2211

消費生活・多重債務相談

火～日曜日 午前9時～午後5時
※14日(火)を除く。

消費生活法律相談

23日(木) 午後2時～4時
※事前に消費生活相談を受けた方が対象
です。

ファースト相談室

問 男女共同参画センター(ファースト)
☎645-8077

カウンセラーによる一般相談

日曜日 午後2時～5時
月・水曜日 午後2時～7時
火・金曜日 午前9時～正午
木・土曜日 午前9時～午後1時
※13日(月・祝)を除く。

法律相談

8日(火)・15日(水)・22日(水) 午後4時～6時
※10月1日から予約受け付け。
※1人につき年度内1回のみ。

助産師による女性の健康相談

思春期から更年期までの女性の健康、体の
悩み、出産と育児などの相談をお受けします。

※各相談には事前の予約が必要です。
※予約受け付けは月～土曜日
午前9時～午後5時15分
※13日(月・祝)を除く。

各種相談

企業の経営相談(売上増進支援センターY-biz)

中小企業者の売上増進や販路拡大を支援
します。

▶とき…月～金曜日 午前9時～午後5時
※13日(月・祝)を除く。
▶ところ…売上増進支援センターY-biz
▶問い合わせ…☎616-7900
※相談には事前の予約が必要です。

総合学習センター教育相談

▶とき…月～金曜日 午前10時～午後4時
※13日(月・祝)・17日(金)を除く。
▶ところ…総合学習センター(電話相談も可)
▶問い合わせ…☎645-6182(直通)
※不登校や学校生活、子育てなどの悩み
相談をお受けします(受け付けは午後
3時30分まで)。
※メール相談(soudan-y@ymgt.ed.jp)
も受け付けています。

少年相談(青少年指導センター)

▶とき…月～金曜日 午後1時～5時
※13日(月・祝)を除く。
▶ところ…青少年指導センター(来所相談も可)
▶問い合わせ…☎631-4425(直通)
※メール相談は市ホームページで24時間
受け付け(返信は平日となります)。

障がい児療育相談(まんさくの丘)

▶とき…5日(日) 午前10時～正午
▶ところ…まんさくの丘
▶問い合わせ…☎688-3540
※相談には事前の予約が必要です。

こども電話相談(こども家庭センター)

▶とき…月～金曜日
午前8時30分～午後5時15分
※13日(月・祝)を除く。
▶ところ…こども家庭センター(来所相談も可)
▶問い合わせ…☎641-3636(直通)

外国人専門相談(国際交流センター)

▶とき…1日(火)・15日(水) 午前11時～午後3時
▶ところ…国際交流センター
▶問い合わせ…☎647-2275
※相談言語…英語、中国語、韓国語(ベトナム語、
タガログ語、ポルトガル語、インドネシア語、
ネパール語での相談は要予約)。専門相談
では、在留資格、帰化、永住、婚姻、外国
からの呼び寄せなどの相談を受け付けます。
※県行政書士会と連携して実施しています。
※外国人専門相談以外の外国人の方の相
談は随時受け付けています。

「オーラルフレイルについて」 生活のすすめ

山形市保健所 参与

(歯と口腔の健康づくり担当) 加藤肇

加齢に伴い、徐々に体のさまざまな機能が低下し、
体が弱まっている状態を「フレイル」(虚弱と呼びます。
このフレイルのきっかけや過程にあるものとして、口
の中のフレイル「オーラルフレイル」が注目されてい
ます。

オーラルフレイルは口腔機能がわずかに衰えてい
る状態です。具体的には、①残存歯数の減少(歯が少
ない)、②咀嚼困難感(噛み砕く力が落ちていて、う
まく噛めない)、③嚥下困難感(うまくのみ込めない、
むせたり時間がかかる)、④口腔乾燥感(口が乾いて
いる)、⑤滑舌低下(舌口唇運動機能の低下、食べ物
が口からこぼれる、口の中に残る)の5項目があり、
このうちの2つ以上が該当するとオーラルフレイルで
あるとされています。早期にオーラルフレイルの評価
をして適切な対策を行うことにより、改善する可能性
があります。

オーラルフレイルの直接的な原因に「虫歯」や「歯
周病」があります。虫歯や歯周病があり、さらには進
行して歯を失ってしまうと、噛めない食品が増加しま
す。その結果、食事が減少して栄養不足になり、栄
養バランスも崩れてしまいます。

したがって、まずはきちんと歯磨きをすることが
重要です。歯科医院で歯磨きの指導を受けることをお
勧めします。虫歯や歯周病がある場合はすぐに治療し、
定期的なメンテナンスを続けることも大切です。歯の
欠損がある場合は、義歯などの補綴物を装着してしっ
かり噛めるようにすることが重要です。

そして、日常での会話や食事に加えて、舌・唇・
顎を動かす口腔体操を活用して口腔機能を維持するこ
とも重要です。

教習生募集

コース内は普通車と二輪車のみ、大型車は走っていません。オンライン学科教習を導入、ご自宅で自由に受講できます。お客様のペースに合わせて教習をサポート。ご自宅までドアtoドアの送迎も好評!

2025年ロビーとトイレをリニューアル!

職員募集
新規教習指導員・事務職員、正社員とパートで募集。経験者も。指導員資格取得は専任スタッフがサポート。週末休日の勤務体制も可能。

運転免許センター
清池
立谷川
山形市公設地方卸売市場

DRIVING COLLEGE YAMAKI 山貴ドライビングカレッジ

〒994-0057 山形県天童市石鳥居 1-1-80 ☎0120-54-6677

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!

YPS 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

お見積もりは無料です
~感謝~
2024年度受注件数 **486件!**

冷蔵庫・エアコンなどの家電品販売はもちろん!!
電球交換からリフォームまで新星電器にお任せください。

こんなお困りごとありませんか?
どこに頼めばいいかわからない
●リモコンがきかない
●エアコンが壊れた
●電球交換

おまかせください!!

買って安心。修理もOK! <らしのパートナー>
シンセイデンキ 山形店
SHINSEIDENKI GROUP Tel 023-644-2988
山形市春日町2-34
営業時間:10:00 ~ 18:00 定休日:日曜・祝日

庭木1本から承ります!

庭木のプロフェッショナルがお伺いします!

お客様のお約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

広報やまがたをこ算の方へ
生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常 **2,200円**を
初回限定 **1,100円** (税込)
※10名様

1本からの庭サービス
ガーデンエクスプレス 山形中央店
山形市陣場1-3 ☎9:00~17:00
0120-61-4128

みんながカラフルに輝く場所

屋根・外壁塗装専門店 池田塗研

住宅塗装専門店 池田塗研 相談無料 見積無料 安心施工

全てコミコミ価格!
※30坪の場合
※クレン作業
※作業別途

屋根塗装	高圧洗浄	屋根塗装	2回塗り	外壁塗装	高圧洗浄	外壁塗装	3回塗り
養生費用	廃材処理	シリコンプラン	耐久年数 9年	養生費用	廃材処理	フッ素プラン	耐久年数 15年
18.4万円				68.4万円			

四季を感じられる山寺の地で理想の終の住まいを

ガーデニング型 樹木葬

ご利用1名様 **13万円** 合葬タイプ (永代使用料 永代管理費)
※管理料や維持費等の追加費用はかかりません。

宗旨・宗派不問
永代供養墓
墓地分譲

公益財団法人 山寺霊園 山寺駅から徒歩10分 専用駐車場完備
山形市山寺4469 ☎023-695-2521 (9:00~15:30)
昭和56年3月5日 山形市長許可2758 代表理事小林清美

住まいの安心リフォーム店 エコキュート 県内最安値に挑戦!

数量限定 大特価祭

補助金の残りがお早めに! 少なくなってきました 大量仕入れにより低価格を実現!
年間 **約1,000台**の取り付け実績!!

給湯省エネ2025事業 補助金が出ます! 80,000円 (上限2台まで)
お任せ下さい! 蓄熱暖房機 ありますか?
補助対象となるヒートポンプ給湯器 (エコキュート) の設置に合わせて 電気工事を行う場合 **最大16万円** (加算額)
●画像はイメージです。●施工費は別途です。●詳しくはお問合せ下さい。

エコキュート	フルオート	HE-LS37LOS	DAIKIN	エコキュート	フルオート	EQA37YHV
寒冷地向け	貯水量 370L	大特価!! 32.5万円	寒冷地向け	貯水量 370L	大特価!! 36.9万円	

株式会社 IKEDA ●お電話でのお問合せは
0120-670-299

山形市下条町2丁目1-1 本店
山形市南栄町1丁目1-45 山形市南栄町1丁目1-45 山形市南栄町1丁目1-45
東根店: 東根市大林1丁目1-25
米沢店: 米沢市 中田町 1981

最新鋭の産業用ロボットと工作機械を駆使し、高品質で安全な製品を世界へ提供しております。

NACHI 住所: 山形市立谷川3丁目1174-3
株式会社 ナチ東北精工 TEL: 023-686-2116