

山形市健康ポイント事業SUKSK（スクスク） ポイント対象事業一覧（令和2年7月1日～令和3年3月31日）

令和2年9月7日版

新型コロナウイルス感染症の影響等により、事業の内容等に変更が生じる可能性があります。ご不明な点は各問合せ先にご確認ください。

（最新版はホームページ参照）

新規追加及び変更があった事業

参加ポイント対象事業

開催月	主催団体名	事業名	事業内容	対象・定員	日時	場所（住所）	費用	申し込み	問い合わせ先
7月	健康増進課	栄養バランスアップ講座 （糖尿病予防講座）	血糖値をテーマに生活習慣病を予防する食事のコツを学びます。 毎回同じ内容です。	20歳以上の 山形市民 定員15名	令和2年7月15日（水）	山形市保健所	理実習のある 場合は、材料代	事前申し込み	健康増進課 健康栄養係 616-7273
7月	長寿支援課	介護予防教室	こころの健康講座（臨床心理士・嚙家）	65歳以上の 山形市民 定員25名	令和2年7月15日（水） 14:00～15:30	東部公民館	料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
7月	長寿支援課	介護予防教室	歯医者さんの健口講座	65歳以上の 山形市民 定員30名	令和2年7月30日（水） 13:30～15:00	南沼原公民館	料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
8月	長寿支援課	介護予防教室	身体の痛みとの付き合い方講座（整形外科医）	65歳以上の 山形市民 定員25名	令和2年8月5日（水） 14:00～15:30	南部公民館	料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
8月	萬屋薬局	健康アップ教室 「自宅でトレーニング」	健康運動指導士の指導で、自宅でできるトレーニングについて楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年8月12日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35ピノスビル1 階）	300円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
8月	萬屋薬局	ミニ勉強会 「わかりやすい介護保険制度」	介護保険のしくみについて、社会福祉士がやさしく解説する。	定員10名	令和2年8月18日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35ピノスビル1 階）	300円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
8月	萬屋薬局	健康アップ教室 「自宅でトレーニング」	健康運動指導士の指導で、自宅でできるトレーニングについて楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年8月26日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35ピノスビル1 階）	300円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
8月	健康増進課	美味しく食べよう！ 減る脂一講座	生活習慣病予防のための適量や減塩・野菜の量を学びます。 毎回同じ内容です。	20歳以上の 山形市民 定員15名	令和2年8月28日（金）	山形市保健所	理実習のある 場合は、材料代	事前申し込み	健康増進課 健康栄養係 616-7273
8月	長寿支援課	認知症サポーター養成講座	認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることができ る『認知症にやさしい地域づくり』の一環として、認知症について学ぶ	山形市民 定員40名	令和2年8月28日（金） 10:30～正午 （受付：10:00～）	山形市役所 11階大会議室	料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
8月	北部公民館・元 木公民館・社会 教育青少年課 共催	「おなかの菌学」で絶好腸！	健康な日常生活を送るため、腸内環境を整える方法を学びます。	市内在住の一般成人 25名	令和2年8月28日（土） 10:00～11:30	北部公民館	料	事前申し込み 8月4日（火）から電話 で北部公民館へ	北部公民館 623-9073
9月	健康増進課	ストレッチ体操・ロコモ予防体操	簡単に楽しく、毎日実行できるストレッチ体操とロコモ予防体操で体を動か します。	20歳以上の 山形市民 定員20名	令和2年9月8日（火） 10:20～11:20 （受付10:00～）	山形市保健所	保険料 40円	受付終了	健康増進課 健康増進係 616-7271
9月	萬屋薬局	健康アップ教室 「タオルエクササイズ」	健康運動指導士の指導で、タオルを使った簡単なエクササイズを楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年9月9日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35ピノスビル1 階）	1,000円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
9月	長寿支援課	介護予防教室	耳からの健康講座（耳鼻科医）	65歳以上の 山形市民 定員20名	令和2年9月10日（木） 14:00～15:30	霞城公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
9月	長寿支援課	生活支援の担い手養成研修	訪問型サービスへの従事またはボランティアによる生活支援活動等に関心 のある住民が、介護や介護予防、地域福祉にかかる基礎的な知識や対応を 学び、活動に繋げる講座	山形市民 各回 定員15名程度	1回目：令和2年9月11日 （金）9:30～16:20 2回目：調整中	山形市庁舎 1001会議室	無料	FAXで長寿支援課へ 申し込み	長寿支援課 地域包括支援係 641-1212（内線565）
9月	萬屋薬局	ミニ勉強会 「上手な薬剤師・薬局の活用について」	薬局の薬剤師は何をしているの？、どんなサービスがあるの？、費用はどのよう に計算されるの？など、普段聞きにくい分野について薬剤師がわかりやすくお伝 えます。	定員10名	令和2年9月16日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35 ピノスビル1階）	500円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425

開催月	主催団体名	事業名	事業内容	対象・定員	日時	場所（住所）	費用	申し込み	問い合わせ先
9月	長寿支援課	介護予防教室	歯医者さんの健口講座	65歳以上の山形市民 定員調整中	令和2年9月17日（木） 13：30～15：00	大曽根コミセン	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
9月	萬屋薬局	健康アップ教室 「タオルエクササイズ」	健康運動指導士の指導で、タオルを使った簡単なエクササイズを楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年9月23日（水） 14：00～15：00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1-2-35ピノスビル1階）	1,000円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
9月	健康増進課	栄養バランスアップ講座 （糖尿病予防講座）	血糖値をテーマに生活習慣病を予防する食事のコツを学びます。毎回同じ内容です。	20歳以上の山形市民 定員15名	令和2年9月24日（木）	山形市保健所	調理実習のある場合は、材料代	山形市保健所	健康増進課 健康栄養係 616-7273
9月	長寿支援課	認知症サポーター養成講座	認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることができる『認知症にやさしい地域づくり』の一環として、認知症について学ぶ	山形市民 定員40名	令和2年9月25日（金） 10：30～正午 （受付：10：00～）	山形市役所 11階大会議室	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
9月	北部公民館	軽運動で心身ともにリフレッシュ！	フィットネスインストラクター飯野真夕氏による、ストレスを抱え込まないためのストレッチ体操。	概ね65歳以上の方 15人	令和2年9月30日（水） 午前10時～11時30分	北部公民館	無料	事前申し込み	北部公民館 623-9073
10月	長寿支援課	介護予防教室	薬との付き合い方講座（薬剤師）	65歳以上の山形市民 定員40名	令和2年10月1日（木） 14：00～15：30	江南公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
10月	山形シティマラソン大会実行委員会	山形まるごとマラソン 2020 ONLINE	新しい生活様式に即した安全なオンライン方式によるマラソン大会を開催し、幅広い年齢層の健康増進及び体力向上を図る。	18歳以上 4,000名	令和2年10月3日（土） ～10月18日（火）	オンラインのためなし	2,000円	事前申し込み	スポーツ保健課 スポーツ推進係 641-1212（内線633）
10月	山形シティマラソン大会実行委員会	山形まるごとツアーランニングin蔵王	「山形まるごとマラソン2020 ONLINE」大会の関連イベント。蔵王に特別コースを設定し、自ら走ることでこれまで気づかなかった蔵王の魅力改めて発見し、蔵王の新しい楽しみ方を体験いただく観光とランニングの持つ特性を掛け合わせた滞在型のアクティビティーイベントです。	県内在住者限定 18歳以上 100名	令和2年10月3日（土） ～10月4日（日）	山形市蔵王温泉	10,000円～13,000円 （宿泊費込み）	事前申し込み	スポーツ保健課 スポーツ推進係 641-1212（内線634、692）
10月	山形市老人クラブ連合会	健康講座 「日常の感染予防の実践」	感染症予防のための日常の対策方法（令和2年10月12日と同じ内容）	60歳以上の山形市民 定員75名	令和2年10月5日（月）	山形ビッグウイング中会議室	無料	事前申し込み 9/15（火）～9/28（月）	山形市老人クラブ連合会 674-8127
10月	南部公民館	ラジオ体操講座	軽運動を行うことで心身の健康づくりを図り、これからの余暇を充実したものとする。	小学生～成人 定員50名	令和2年10月10日（土） 9：30～11：30	南部体育館	無料 もちもの：内履き、タオル、のみもの	事前申し込み	南部公民館 641-6701
10月	山形市民スポーツフェスタ実行委員会	第13回 山形市民スポーツフェスタ	市民が身近なスポーツに親しむ機会を提供し、スポーツ参画促進を図る。オンラインによる在宅型参加と来場参加型の2通りで開催し、来場型による周辺ウォーキング、ラダーゲッター、体力測定参加者を対象にスクスクポイントを付与する。	全世帯 各定員50名程度	令和2年10月11日（日）	山形市総合スポーツセンター	無料	事前申し込み	スポーツ保健課 スポーツ推進係 641-1212（内線692）
10月	山形シティマラソン大会実行委員会	山形まるごとツアーランニングin山形	「山形まるごとマラソン2020 ONLINE」大会の関連イベント。山形の魅力より満喫できるツアーランニング用のコースをプロランナー・川内優輝さん監修のもと、特別に設定。各種エイド、給水など本イベントならではの仕掛けが用意されています。一人では21km走り切れるか不安がある・・という方にもお勧めです。	県内在住者限定 18歳以上 100名	令和2年10月11日（日） 8：00～13：00	山形市総合スポーツセンター	無料 ※別途、山形まるごとマラソン2020 ONLINEに申し込んでいる方が対象となります。	事前申し込み	スポーツ保健課 スポーツ推進係 641-1212（内線634、692）
10月	長寿支援課	健康講座 「日常の感染予防の実践」	感染症予防のための日常の対策方法（令和2年10月5日と同じ内容）	60歳以上の山形市民 定員75名	令和2年10月12日（月）	山形ビッグウイング中会議室	無料	事前申し込み 9/15（火）～9/28（月）	市老人クラブ連合会 674-8127
10月	萬屋薬局	健康アップ教室「脂肪燃焼、サーキットトレーニング」	健康運動指導士の指導で、脂肪燃焼のためのトレーニングを楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年10月14日（水） 14：00～15：00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1-2-35ピノスビル1階）	1,000円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
10月	元木公民館	軽運動講座	身体づくりの知識を学ぶとともに、参加者同士の交流をはかり仲間作りの場としてもらう。	市内在住の一般成人 おおむね40歳代まで 定員10名	令和2年10月14日（水） 18：30～20：30	元木公民館	無料	事前申し込み 9月16日（水）から電話 又は元木公民館窓口へ	元木公民館 631-6551

開催月	主催団体名	事業名	事業内容	対象・定員	日時	場所（住所）	費用	申し込み	問い合わせ先
10月	長寿支援課	認知症サポーター養成講座	認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることができる『認知症にやさしい地域づくり』の一環として、認知症について学ぶ。	山形市民 定員40名	令和2年10月21日（水） 14:00～15:30 （受付：13:30～）	山形市役所 11階大会議室	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
10月	萬屋薬局	ミニ勉強会 「減塩の大切さと食事のポイントについて」	本県における塩分の摂取量はまだ高いのが現状。減塩の大切さと食事のポイントについて管理栄養士がやさしく解説する。	定員10名	令和2年10月21日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35 ピノスビル1階）	500円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
10月	萬屋薬局	健康アップ教室「脂肪燃焼、サーキットトレーニング」	健康運動指導士の指導で、脂肪燃焼のためのトレーニングを楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年10月28日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35ピノスビル1 階）	1,000円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
10月	長寿支援課	介護予防教室	目からの健康講座（眼科医）	65歳以上の 山形市民 定員25名	令和2年10月29日（木） 14:00～15:30	東部公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
11月	萬屋薬局	健康アップ教室「シナプソロジーで脳も体も活性化！」	健康運動指導士の指導で、認知機能を向上させる脳活性化プログラム「シナプソロジー」を楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年11月11日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35ピノスビル1 階）	1,000円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
11月	長寿支援課	認知症サポーター養成講座	認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることができる『認知症にやさしい地域づくり』の一環として、認知症について学ぶ。	山形市民 定員40名	令和2年11月17日（火） 10:30～正午 （受付：10:00～）	山形市役所 11階大会議室	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
11月	萬屋薬局	ミニ勉強会 「わかりやすい介護保険制度のお話②」	介護保険のしくみについて、介護支援専門員がやさしく解説する。	定員10名	令和2年11月18日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35 ピノスビル1階）	500円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
11月	長寿支援課	介護予防教室	歯医者さんの健口講座	65歳以上の 山形市民 定員調整中	令和2年11月19日（木） 13:30～15:00	高瀬コミセン	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
11月	健康増進課	栄養バランスアップ講座 （糖尿病予防講座）	血糖値をテーマに生活習慣病を予防する食事のコツを学びます。毎回同じ内容です。	20歳以上の 山形市民 定員15名	令和2年11月20日（金）	山形市保健所	調理実習のある 場合は、材料代	事前申し込み	健康増進課 健康栄養係 616-7273
11月	萬屋薬局	健康アップ教室「シナプソロジーで脳も体も活性化！」	健康運動指導士の指導で、認知機能を向上させる脳活性化プログラム「シナプソロジー」を楽しく学ぶ。	定員10名	令和2年11月25日（水） 14:00～15:00	萬屋薬局Pinus （山形市七日町1- 2-35ピノスビル1 階）	1,000円 ドリンク券付	事前申し込み	萬屋薬局Pinus 676-7425
11月	健康増進課	ストレッチ体操・ロコモ予防体操	簡単に楽しく、毎日実行できるストレッチ体操とロコモ予防体操で体を動かします。	20歳以上の 山形市民 定員20名	令和2年11月25日（水） 10:20～11:20 （受付10:00～）	山形市保健所	保険料 40円	事前申し込み 広報やまがたにてお知らせします	健康増進課 健康増進係 616-7271
11月	長寿支援課	介護予防教室	お口からの健康講座（歯科医師）	65歳以上の 山形市民 定員40名	令和2年11月26日（木） 14:00～15:30	北部公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
12月	農政課	山形市食育フェア	食に関する専門家を招いての講演や、食育推進活動の取り組み事例紹介等を通し、郷土食や伝統野菜などの地域文化の継承や日本型食生活の普及促進を図る	全市民 定員200名	令和2年12月5日（土）	山形市保健所 3階大会議室	無料	事前申し込み	農政課 6次産業推進係 641-1212（内線431）
12月	長寿支援課	認知症サポーター養成講座	認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることができる『認知症にやさしい地域づくり』の一環として、認知症について学ぶ。	山形市民 定員40名	令和2年12月9日（水） 10:30～正午 （受付：10:00～）	山形市役所 11階 大会議室	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
12月	健康増進課	美味しく食べよう！ 減る脂一講座	生活習慣病予防のための適量や減塩・野菜の量を学びます。毎回同じ内容です。	20歳以上の 山形市民 定員15名	令和2年12月15日（火）	山形市保健所	調理実習のある場合 は、材料代	事前申し込み	健康増進課 健康栄養係 616-7273
12月	長寿支援課	介護予防教室	筋力あっぷ講座1（健康運動指導士）	65歳以上の 山形市民 定員25名	令和2年12月15日（火） 14:00～15:30	南部公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
12月	健康増進課	ストレッチ体操・ ロコモ予防体操	簡単に楽しく、毎日実行できるストレッチ体操とロコモ予防体操で体を動かします。	20歳以上の 山形市民 定員20名	令和2年12月24日（木） 10:20～11:20 （受付10:00～）	山形市保健所	保険料 40円	事前申し込み 広報やまがたにてお知らせします	健康増進課 健康増進係 023-616-7271
1月	長寿支援課	認知症サポーター養成講座	認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることができる『認知症にやさしい地域づくり』の一環として、認知症について学ぶ。	山形市民 定員40名	令和3年1月18日（月） 14:00～15:30 （受付：13:30～）	山形市役所 11階 大会議室	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）

開催月	主催団体名	事業名	事業内容	対象・定員	日時	場所（住所）	費用	申し込み	問い合わせ先
1月	健康増進課	ストレッチ体操・ロコモ予防体操	簡単に楽しく、毎日実行できるストレッチ体操とロコモ予防体操で体を動かします。	20歳以上の山形市民 定員20名	令和3年1月20日（水） 10:20～11:20 （受付10:00～）	山形市保健所	保険料 40円	事前申し込み 広報やまがたにてお知らせします	健康増進課 健康増進係 023-616-7271
1月	長寿支援課	介護予防教室	歯医者さんの健口講座	65歳以上の山形市民 定員調整中	令和3年1月21日（木） 13:30～15:00	明治コミセン	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
1月	健康増進課	栄養バランスアップ講座（糖尿病予防講座）	血糖値をテーマに生活習慣病を予防する食事のコツを学びます。毎回同じ内容です。	20歳以上の山形市民 定員15名	令和3年1月26日（火）	山形市保健所	調理実習のある場合は、材料代	事前申し込み	健康増進課 健康栄養係 616-7273
1月	長寿支援課	介護予防教室	筋力あっぷ講座②（作業療法士）	65歳以上の山形市民 定員40名	令和3年1月27日（水） 14:00～15:30	霞城公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
2月	長寿支援課	介護予防教室	認知症予防講座（おれんじサポートチームえがお）	65歳以上の山形市民 定員40名	令和3年2月18日（木） 14:00～15:30	江南公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
2月	健康増進課	ストレッチ体操・ロコモ予防体操	簡単に楽しく、毎日実行できるストレッチ体操とロコモ予防体操で体を動かします。	20歳以上の山形市民 定員20名	令和3年2月19日（金） 10:20～11:20 （受付10:00～）	山形市保健所	保険料 40円	事前申し込み 広報やまがたにてお知らせします	健康増進課 健康増進係 023-616-7271
2月	長寿支援課	認知症サポーター養成講座	認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく暮らし続けることができる『認知症にやさしい地域づくり』の一環として、認知症について学ぶ。	山形市民 定員40名	令和3年2月24日（水） 10:30～正午 （受付：10:00～）	山形市役所 11階 大会議室	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
3月	健康増進課	ストレッチ体操・ロコモ予防体操	簡単に楽しく、毎日実行できるストレッチ体操とロコモ予防体操で体を動かします。	20歳以上の山形市民 定員20名	令和3年3月3日（木） 10:20～11:20 （受付10:00～）	山形市保健所	保険料 40円	事前申し込み 広報やまがたにてお知らせします	健康増進課 健康増進係 616-7271
3月	長寿支援課	介護予防教室	高血圧予防講座（内科医）	65歳以上の山形市民 定員調整中	令和3年3月11日（木） 14:00～15:30	元木公民館	無料	事前申し込み	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
通年	一般社団法人 山形市観光協会	開運城下町山形七福神 スタンプラリー	山形の街なかにある「七福神」をテーマにしたスタンプラリー。スタンプラリー完走の方に、ゴール施設（山形まるごと館紅の蔵）にて、先着1000名様に開運城下町山形七福神護符（御守）を呈呈いたします。 ※ポイント希望の方は、ゴール施設でその旨申告してください。 スタンプラリーの台紙配布場所：山形市観光センター、山形まるごと館紅の蔵 等	定員なし	～令和2年11月30日 完走受付時間 10:00～18:00	山形まるごと館紅の蔵 街なか情報館（山形市十日町2-1-8）	無料	不要	647-2266 山形市観光案内センター
通年	一般社団法人 山形市観光協会	やまがた建物時代絵巻 スタンプラリー	山形市に残る歴史的建物をテーマにしたスタンプラリー。スタンプラリー完走の方にゴール施設（山形駅観光案内所）にて、記念品をプレゼントします。 ※ポイント希望の方は、ゴール施設でSUKSK事業に参加している旨を申告してください。 スタンプラリーの台紙配布場所：山形市観光案内センター、山形駅観光案内所、山形まるごと館紅の蔵 等	定員なし	～令和3年3月31日 完走受付時間 9:00～17:30	山形駅観光案内所（山形市香澄町1-1-1山形駅待合室内）	無料	不要	647-2266 山形市観光案内センター
通年	長寿支援課	住民主体の通いの場	住民の皆さんが主体となって、身近な集会所などに週1回以上集まり、介護予防の運動（いきいき百歳体操など）を実施する活動の場です。参加することで、足腰の筋力等の維持・向上につながり、また外出の機会や住民同士での地域づくりにもつながる効果があります。※興味のある方、参加してみたいという方は、山形市長寿支援課へお問合せください	概ね65歳以上の山形市民 定員：各通いの場で異なります	興味のある方、参加してみたいという方は、山形市長寿支援課へお問合せください	市内各地区の集会所や公民館他（市内約90か所）長寿支援課へお問合せください	各通いの場で異なります	長寿支援課へお問合せください	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）

開催月	主催団体名	事業名	事業内容	対象・定員	日時	場所（住所）	費用	申し込み	問い合わせ先
-----	-------	-----	------	-------	----	--------	----	------	--------

ボランティアポイント対象事業

通年	健康増進課	山形市食生活改善推進協議会活動	山形市食生活改善推進協議会の食生活改善推進員（ヘルスメイト）として、主催事業や要請事業での活動が該当します。	-					
通年	健康増進課	食生活改善推進員養成講座	食生活改善を地域に広げる担い手（食生活改善ボランティア）になるための養成講座です。10回の養成講座を受講すると食生活改善推進員として活動することができます。	20歳以上の山形市民定員60名	令和2年度は受付終了 令和3年度講座受講生募集中	山形市保健所	受講料： 3,500円 （保険料・調理実習材料代等）	受付終了 （令和3年度分は募集中）	健康増進課 健康栄養係 616-7273
通年	健康増進課	山形市健康づくり運動普及推進協議会活動	山形市健康づくり運動普及推進協議会の運動普及推進員として、主催事業や要請事業での活動が該当します。	-					
通年	健康増進課	運動普及推進員養成講座	健康づくりを地域に広げる担い手（健康づくりボランティア）になるための養成講座です。10回の養成講座を受講する運動普及推進員として活動することができます。	68歳くらいまでの山形市民定員30名	令和3年度講座受講生募集中（令和2年度の養成は中止となりました。）	山形市保健所	受講料： 2,000円 （保険料・調理実習材料代等）	受付終了 （令和3年度分は募集中）	健康増進課 健康増進係 616-7271
通年	長寿支援課	介護支援ボランティア	高齢者が介護関連事業等でのボランティア活動を通じて社会参加・地域貢献を行うとともに、自らの健康づくり（介護予防）に取り組む。	概ね65歳以上の山形市民	受入れ事業所にご連絡の上調整してください	山形市内の介護福祉施設（対象事業書一覧）	受入れ事業所により異なります	受入れ事業所については、長寿支援課予防推進係にお問い合わせください	長寿支援課予防推進係 641-1212 （内線567、568）
冬期	広報課	自治組織一斉除排雪作業	地域の連帯感向上及び冬季における道路交通の安全確保を目的に、町内会・自治会が除排雪作業を実施するもの。	町内会・自治会の会員（スマホアプリ参加者のみ）	町内会・自治会等が希望する日時	市内各地	無料	広報課地域振興係	