

やまのべ

みんながつながる 協働のまち やまのべ
～未来につなぐ 自慢のまち～

主な内容

○ 定期予防接種を受けましょう (2ページ)



着ぐるみお披露目!

表紙・裏表紙をカラーでご覧いただけます

■山辺町ホームページ

<https://www.town.yamanobe.yamagata.jp/>



▲ 8月21日、山辺町観光協会公式キャラクター「すだまりんちゃん」の着ぐるみお披露目会が山辺温泉保養センターで行われました。くす玉割りや誕生ケーキでお祝いました。(関連記事…7ページ)

定期予防接種を受けましょう！

問合せ 保健福祉センター ☎(667)1177

町では法律に基づく定期予防接種を実施しており、対象となる保護者の方には受けさせる努力義務が課せられています。予防接種について正しく理解し、お子さんの健康にお役立てください。

○予防接種の種類と対象年齢

| 種類 | | 標準的な接種年齢（※対象年齢） | 回数 |
|---|------|--|-------------------------------|
| ヒブ (接種開始時期により接種回数が異なります) | 初回 | 生後2～7カ月（※2～60カ月未満） | 27日以上の間隔をおいて3回 生後12カ月までに完了 |
| | 追加 | 初回接種終了後7カ月以上 （※2～60カ月未満） | 1回 |
| 小児用肺炎球菌 (接種開始時期により接種回数が異なります) | 初回 | 生後2～7カ月（※2～60カ月未満） | 27日以上の間隔をおいて3回 生後24カ月までに完了 |
| | 追加 | 生後12～15カ月：初回接種終了後60日以上 （※2～60カ月未満） | 1回 |
| 四種混合 (ジフテリア、百日ぜき、破傷風、不活化ポリオ) 【2期は二種混合】 | 1期初回 | 生後2～12カ月（※3～90カ月未満） | 20日以上の間隔をおいて3回 |
| | 1期追加 | 1期初回終了後12～18カ月（※90カ月未満） | 1回 |
| | 2期 | 満11歳（※11～13歳未満） | 1回 |
| BCG（結核） | | 生後5～8カ月未満（※生後1歳未満） | 1回 |
| 麻しん・風しん混合 | 1期 | 生後12～24カ月未満 | 1回 |
| | 2期 | 小学校入学前年の1年間（年長児期） | 1回 |
| 日本脳炎 <small>※昨年度は日本脳炎ワクチンの供給が少ない状態でしたが、今年度は安定した供給が行われていますので、計画的に接種を実施してください。</small> | 1期初回 | 満3歳（※6～90カ月未満） | 6日以上の間隔をおいて2回 |
| | 1期追加 | 満4歳（※90カ月未満：1期初回接種終了後6カ月以上） | 1回 |
| | 2期 | 満9歳（※9～13歳未満） | 1回 |
| | | 平成17年度からの積極的な勧奨差し控えにより接種機会を逃した平成14年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は、特例措置で20歳の誕生日の前日まで接種可能です。 | |
| 子宮頸がん予防 | | ワクチンが3種類あり接種間隔、回数などが若干異なりますので、医療機関へご確認ください。接種間隔の都合上、接種開始から半年以上期間が必要です。 | 2～3回 |
| 水痘（みずぼうそう） | | 生後12～36カ月未満 | 6～12カ月の間隔をおいて2回 |
| B型肝炎 | | 1歳未満 | 3回 |
| ロタウイルス | | 初回接種は生後6週から14週6日までに接種しましょう。※ワクチンが2種類ありそれぞれ接種間隔、回数が若干異なります。 | 2～3回 |

※町で配付している「予防接種と子供の健康」をよく読み、**予診票**に必要事項を記入のうえ、**母子健康手帳**、**保険証**などの**本人確認書類**を一緒に持参してください。町外の医療機関で接種する場合は予診票のほかに**予防接種券**が必要です。保健福祉センターで発行しますので、詳しくは問い合わせください。

子宮頸がんワクチンについて

子宮頸がんワクチンは、ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がんなどの発生に関わる感染症）を防ぐワクチンです。小学校6年～高校1年相当の女子を対象に、予防接種法に基づく定期予防接種として実施しています。国では一時期、積極的な接種勧奨をしておりませんでした。安全性について特段の懸念がないことが確認されたことから、平成9年度～平成18年度生まれまでの女性で、3回ワクチン接種を受けていない方を対象に、令和7年3月まで公費で接種が可能となっております。また、定期接種の時期を過ぎてから自費で受けた方は、償還払いの対象となりますので、保健福祉センターにご連絡ください。

※山辺町外で接種する場合、一部自己負担が発生することがありますのでご了承ください。

おたふくかぜ予防接種費用を助成します

対象者／接種日に1歳になる方から令和5年度に年長児期（平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ）となるお子さん

助成額／3,000円（1人につき1回限り）

助成期限／令和6年3月31日までの接種

※町内で接種する場合は会計の際に助成額が差し引かれます。町外で接種する場合は、**予防接種を受けた後に印かん、通帳、母子手帳、領収書（おたふくかぜと記載のあるもの）**を保健福祉センターに持参してください。

※助成申請は令和6年4月5日(金)まで受け付けます。

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種を受けましょう

対象者／町内在住で①、②のいずれかに当てはまり、過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがない方

①次の年齢に当てはまる方

65歳となる方：昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ

70歳となる方：昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ

以降、5歳さきみで100歳までの年齢の方が対象になります。

②60歳～65歳未満の方で、心臓、腎臓などの障がいにより日常生活がほとんど困難な方（身体障害者手帳1級に準じる）

助成額／4,000円（1人につき1回限り）

※**助成の有無にかかわらず過去に一度接種したことがある方は対象外となりますのでご注意ください。**

接種期間／令和6年3月31日まで

○会計の際に各医療機関で定めた接種料金から助成額が差し引かれます。差額分をお支払ください。（4,000円前後の自己負担となります）

※県内の医療機関で会計の際に上記の助成を受けることができます。

※一部の医療機関では、接種費用を全額支払った後に保健福祉センターで払い戻しの手続きが必要となります。

「風しん抗体検査・予防接種クーポン券」を利用しましょう

令和4年度末まで予定していた、風しんの追加的対策を令和6年度末まで延長しました。昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、風しん抗体検査・予防接種を原則自己負担なしで実施しています。対象の方には昨年度に通知を送付しています。詳しくはお問い合わせください。

新しい町議会議員のみなさん

(敬称略・議席順)



1番 日野 一春
(63歳 上道)



2番 村山 幸一
(63歳 近江5)



3番 鈴木 誠也
(61歳 大門東光台)



4番 三浦 正好
(68歳 蓮台寺)



5番 竹俣 朋
(61歳 鍛冶町)



6番 佐藤 利和
(65歳 田小路)



7番 渡辺 裕二
(58歳 長嶋3)



8番 遠藤 真由美
(61歳 大門東光台)



9番 武田 啓一郎
(68歳 西之表)



10番 鍋倉 竹志
(74歳 西町)



11番 樋口 和男
(74歳 大杉向)



12番 神保 稔
(70歳 根際6)

町民の声を町政に

町議会議員選挙の結果をお知らせします

任期満了に伴う山辺町議会議員選挙が8月22日に告示されました。定数12人対し、現職9人、元職1人、新人2人の計12人が立候補し、無投票当選が決まりました。



新人 日野 一春さん



当選証書付与式

新人 村山 幸一さん

● 正副議長が決まりました

9月1日に開かれた町議会第2回臨時会で、正副議長が決まりました。(敬称略)

- ◇ 議長 神保 稔
- ◇ 副議長 渡辺 裕二



町観光協会公式キャラクター「すだまりんちゃん」着ぐるみお披露目会

8月21日、町の名物「すだまり氷」をモチーフにした、町観光協会公式キャラクター「すだまりんちゃん」の着ぐるみお披露目会が山辺温泉保養センターで行われました。お披露目会には、「すだまりんちゃん」と同じ8月20日が誕

生日のお子さん2人が参加し、くす玉割りや「すだまりんちゃん」ケーキなどで誕生をお祝いしました。その後、記念撮影やケーキの振舞いが行われ、にぎやかなお披露目会になりました。



記念撮影



「すだまりんちゃん」ケーキ

北部ミニ集会

対賢キッズフェスタ

8月1日、更生保護女性会第3分団、北部公民館合同企画「ミニ集会対賢キッズフェスタ」が開催され、約40人の児童が参加。「ハム&ボン 声真似マジックショー」や「ビンゴゲーム」は大いに盛り上がり、館内には児童の楽しそうな声が響きわたりました。



風船を飲み込むマジック！



竹遊会の方に教えてもらいながら安全に切りました

相模公民館子ども体験ひろば「とむそーや」 竹林ってどんなところ!?

8月4日、相模公民館で小学1～6年生8人が『竹あかり』づくりを体験しました。今回は初めて竹遊会の方と竹林を見に行き、竹を切る体験をしてきました。その後、公民館で竹あかりを熱心に作りました。



令和5年度「二十歳を祝う会」

大人の自覚新たに

令和4年4月から成人年齢が引き下げられ18歳となりましたが、町では成人式に代わる式典を「二十歳を祝う会」とし、8月15日に中央公民館で行っています。今年は平成14年度生まれの対象者150人のうち108人が出席し、スーツやドレスに身を包んだ参加者のみなさんは、恩師や友人たちとの久しぶりの再会を喜びました。式典では、二十歳を祝う会実行委員長の後藤歩夢さん（北ノ宿）が「社会の一員としての自覚を持ち自分自身の可能性を広げ責任ある社会人として歩んでいく」と決意を述べました。



代表謝辞を述べる後藤歩夢さん



夢に向かって新たな一歩を踏み出した二十歳のみなさん

令和5年度商工業永年勤続者表彰式

多年にわたるご苦勞に感謝して

7月28日、町および町商工会の共催による「令和5年度商工業永年勤続者表彰式」が商工会館で開催されました。町内事業所において多年にわたり職務に従事された方の労をねぎらい、勤続5年以上から40年以上までの方々が計25人、三世代にわたり事業を継承された「親子三代特別表彰」として、山形寿地所株式会社さんが受賞されました。



表彰を受けたみなさん



「輝りやまのべ健康教室」募集開始のご案内

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、日程の変更または休止となる可能性がありますのでご了承ください。

- 期 間 / 11月1日(水)～令和6年3月22日(金)
- 内 容 / 主に中高年齢者向けの運動（下表を参照）
- 場 所 / 保健福祉センター「輝りやまのべ」
- 問合せ / 保健福祉センター ☎(667)1177
- 指導者 / 健康運動指導士

※運動による効果には個人差があります。

| 教室名 | 対象者 | 時間 | 定員 | 内 容 |
|-------------|-----------|------|-----|--|
| ①トレーニング | 20歳以上 | 60分間 | 10人 | 固定式自転車での有酸素運動や、トレーニング機器を利用した筋力トレーニングなど |
| ②夜間トレーニング | 20歳以上 | 60分間 | 10人 | 他のトレーニング教室よりもゆっくりできる教室 |
| ③やさしいトレーニング | 40歳以上 | 60分間 | 10人 | 他のトレーニング教室よりもゆっくりできる教室 |
| ④ひざ痛改善 | おおむね65歳以上 | 45分間 | 20人 | ひざ関節を支えるために必要な筋力トレーニングなど |
| ⑤肩こり・腰痛改善 | おおむね65歳以上 | 45分間 | 15人 | 肩や腰回りの筋肉をほぐし、姿勢の改善を目指す |
| ⑥貯筋体操 | おおむね65歳以上 | 45分間 | 20人 | 床の上で簡単にできる体操で、骨粗しょう症や関節痛を予防 |
| ⑦ピンとシャン教室 | 65歳以上 | 60分間 | 10人 | 身体機能の回復向上を目的にした介護予防教室 |
| ⑧輝りシニアクラブ | 65歳以上 | 45分間 | 10人 | 簡単にできる体操などで転倒予防、筋力維持向上を図る教室 |

※水中運動と土曜輝りリトレーニングクラブは、十分に安全な環境が確保できないため、募集を見合わせています。安全を十分に確保できるようになりましたら、今後の広報紙やホームページなどでお知らせします。

※令和5年度のママ&チャイルドクラスは休止します。

※マスク着用は参加者の判断としますが、感染症予防のため、アルコールによる手指消毒・うがい手洗いをお願いします。

- ◆ 対象者 / 町内に住所を有する方。（町外の参加希望者の方については、問い合わせください）
- ◆ 参加費 / 65歳以上…300円（1回あたり） 64歳以下…500円（1回あたり）
※参加費は全期間分をまとめてお支払いください。（申し込み後の参加費の払い戻しはしません）
- ◆ 申込み期間 / 9月15日(金)～29日(金)まで
- ◆ 申込み方法 / 電話、来所、FAX、メールのいずれかで保健福祉センターへ申し込みください。
☎(667)1177 FAX(667)1176 メール:kirari@town.yamanobe.yamagata.jp
◇教室名（下表の(19)～(38)）、住所、氏名、生年月日、電話番号をお知らせください。
◇健康診断書などの提出が必要です。
◇定員を超える場合は抽選となります。初めて参加される方が優先となります。
◇夜間教室は夜間教室だけを申し込まれた方が優先となります。
◇申し込みは一人あたり最大2教室とします。
◇スポーツ安全保険に加入希望の方は、申し込みの際に申し出てください。
◇その他詳細については問い合わせください。

※今回は抽選会を開催せず、事務局で抽選し結果を郵送します。

※新型コロナワクチン集団接種の円滑な運営のため、ご理解とご協力をお願いします。

▼ スケジュール ※新型コロナワクチンの集団接種の関係上、スケジュールを一部変更していますのでご注意ください。

| 教室名 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------------|--------------------------------------|------------------|------------------|-------------------------------------|------------------|
| ①トレーニング | (22) 15:00～16:00 | (25) 9:30～10:30 | (29) 9:30～10:30 | (33) 9:30～10:30 (35) 13:30～14:30 | |
| ②夜間トレーニング | (23) 18:00～19:00 (24) 19:30～20:30 | (32) 15:00～16:00 | (36) 15:00～16:00 | | |
| ③やさしいトレーニング | | (30) 11:00～12:00 | | | |
| ④ひざ痛改善 | (19) 9:30～10:15 | | | | (38) 10:45～11:30 |
| ⑤肩こり・腰痛改善 | | (26) 11:00～11:45 | | (34) 11:00～11:45 | |
| ⑥貯筋体操 | | | | | (37) 9:30～10:15 |
| ⑦ピンとシャン教室 | (21) 13:30～14:30 | | (31) 13:30～14:30 | | |
| ⑧輝りシニアクラブ | (20) 10:45～11:30 | | | | |

山形行政監視行政相談センター所長感謝状



長谷川吉則さんに感謝状

5月31日に開催された令和5年度行政相談委員全体会議において、当町の行政相談委員である長谷川吉則さん（東町）が行政相談委員業務に尽力された御功績により、山形行政監視行政相談センター所長感謝状が贈呈されました。

行政相談委員は、地域住民の相談相手として、行政サービスに関する苦情・意見要望、行政の仕組みや手続きに関する問い合わせなどの相談を受け付け、相談者と関係行政機関などとの間に立って、苦情などの解決が図られるよう働きかける活動をしています。

行政相談委員に関するお問い合わせは、総務省山形行政監視行政相談センター☎(632)3113まで。



栄光をたたえて

<極真会館>

田畑道場

えんどうわこ

遠藤和子さん(西町)



大会成績

第28回オープントーナメントグランドチャンピオン

決定戦全日本少年少女空手道選手権大会

3位入賞（高校生女子重量級）

第15回IBKO全日本空手道選手権大会

優勝（一般女子重量級）

※2024年第2回ワールドカップ大会出場権利獲得



田畑道場 山辺教室師範代長岡淳一さんと遠藤和子さん



お知らせ

INFORMATION

お知らせ インフォメーション

大蔵の棚田に灯る千の光 トワイライトコンサート

山辺町「六右衛門庵」で山形交響楽団5人による野外コンサートを行います。
日時／9月18日(月・敬老の日) 午後5時30分～6時15分(45分間)
会場／六右衛門庵(山辺町大字大蔵109)
駐車場／中支所の駐車場(コンサート会場まで徒歩5分程度) 費用／無料

※詳細については、グループ農夫の会のホームページをご覧ください。
(Group-notunokai.jp)
問合せ
産業課農村整備係
☎(667) 1106

議会開催のご案内

第3回定例会が次の日程で開催予定です。
傍聴できますので、ぜひお越しください。
日時／9月21日(木) 午前10時～
本会議(一般質問)
9月25日(月) 午前10時～
本会議(議案審議)
10月4日(水) 午前10時～
本会議(議案審議)
場所／役場3階 本会議場
※日程は、変更になる場合がありますので、詳しい日程はお問い合わせください。
問合せ
議会事務局
☎(667) 1117

山辺の里スポーツクラブ「やさしいピラティス教室」

やさしいピラティスで姿勢を良くし、筋力をアップしましょう。ストレッチ解消やリラクゼーション効果も得られます。

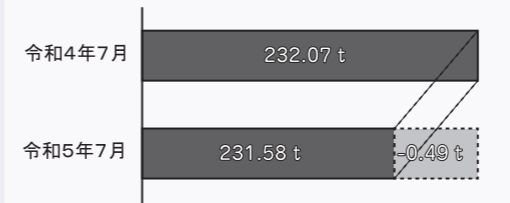
日時／10月11日・25日・11月8日・22日(水) 午後7時30分～8時40分 全4回コース
場所／山辺町民総合体育館 幼児高齢者室
指導者／東海林恵利子(ピラティスコーチ)
対象者／一般の方
募集人数／20人程度
参加料／山辺の里スポーツクラブ会員1,500円
山辺の里スポーツクラブ会員以外の方3,000円
※会員以外の方の料金にはレクリエーション保険料含む
持ち物など／ヨガマット・水分補給の飲み物・バスタオル・フェイスタオル(動きやすい服装でご参加ください)。
申込み／所定の申込書に参加料を添えて申し込みください。
申込み締切／10月3日(火) 平日の正午～午後4時まで
申込み・問合せ
町民総合体育館内
山辺の里スポーツクラブ
☎(664) 7263

みんなでごみを減らしましょう!

町民生活課 生活環境係
☎(667) 1109

7月は前年同月より、もやせるごみの量が減りました。分ければ『資源』、まぜれば『ごみ』です。引き続き、ごみの分別と削減に努めましょう。

【令和5年7月のもやせるごみ量】



※令和4年7月との比較-0.49t
(家庭系：+1.30t、事業系：-1.79t)

山辺町食生活改善推進協議会 おやこ料理教室の お誘い

大好評のおやこ料理教室を4年ぶりに開催します!
お子さんと一緒においしい料理を楽しくつくってみませんか?ご参加をお待ちしています。

【おやこ料理教室】
日時／10月15日(日) 午前10時～午後1時頃
場所／山辺町保健福祉センター

申込期限／10月4日(水)まで
参加料／1人200円(材料代として)
定員／年長・小学生(1～3年生) 児童と保護者 先着8組
持ち物／エプロン、三角巾、筆記用具、お子さまの上履き(必要な方)
内容／白玉フルーツポンチほか
申込み・問合せ
保健福祉センター
☎(667) 1177

山辺の里スポーツクラブ「作谷沢湧水池めぐりウォーキング」

ウォーキングは健康づくりの第一歩。正しいウォーキングを学びながら、湧水の里作谷沢を歩きましょう。
日時／10月8日(日) 午前9時30分作谷沢ふれあい自然館集合、午後0時30分頃解散予定
内容／正しいウォーキングを学びながら、作谷沢の湧水池をめぐり2時間程度歩く。
対象者／小学生以上の方で2時間程度歩ける方(ただし小学生は保護者同伴)
募集人数／15人程度
参加料／山辺の里スポーツクラブ会員300円
山辺の里スポーツクラブ会員以外の方500円
(中学生以下半額)
※会員以外の方の料金にはレクリエーション保険料含む
服装／ウォーキングに適した服装でご参加ください。
持ち物／水分補給の飲み物・

湧き水を入れる空のペットボトル・タオル・雨具など
申込み／所定の申込書に参加料を添えて申し込みください。
申込み締切／10月3日(火) 平日の正午～午後4時まで
※ご希望の方のみ、終了後そば処弁天にて昼食(各自実費)を予定しています。
申込み・問合せ
町民総合体育館内
山辺の里スポーツクラブ
☎(664) 7263

消費税のインボイス 制度説明会および登録要相談会の開催 についてのご案内

山形税務署では、事業者の方を対象として、消費税のインボイス制度説明会を開催します。
多くの事業者の方に関係のある制度ですので、ぜひ説明会にお越しください。



申込み・問合せ
山形税務署 法人課税第一部門
☎(622) 1611
(音声案内「2」)
(内線153)

登録制メール(登録サイトアドレス) 一度の登録で、町の災害情報などをメールで入手できます。(登録時、メール受信時などに発生する通信料は、登録した方の負担となります。)

| | | |
|--------------|---|--|
| パソコン・スマートフォン | https://plus.sugumail.com/usr/yamanobe/home | |
| 携帯電話 | https://m.sugumail.com/m/yamanobe/home | |

防災放送自動音声応答電話番号 ☎(629) 0011 毎月1日の午後7時にサイレンが鳴ります

お知らせ インフォメーション

【全国一斉情報伝達訓練を行います】

9月20日(休)午前11時ごろより全国一斉に緊急情報の伝達訓練が実施されます。防災放送や登録制メールから訓練放送が配信されますので、災害と間違わないようお願いいたします。また、気象状況・地震発生などによっては、訓練を中止することがあります。

問合せ 防災対策課 危機管理係 ☎(667)1119

期限内にご利用ください！
使用期限は10月10日(火)までです

現在、ご使用いただいている「第3弾【給付型】くらし応援やまのべ券」の使用期限が令和5年10月10日(火)までとなっております。お忘れないうちにご利用ください。

問合せ 政策推進課 総合戦略係 ☎(667)1110

「女性のキャリア
アリストアイト
応援！」登録説明会

日時／9月27日(水) 午後1時30分～(90分程度)
場所／山形市民会館大会議室
対象者／おおむね20歳以上50歳未満の求職活動中の女性
費用／無料
申込み・問合せ
キャリアバンク(株)
☎(673)0515

低所得の子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親以外の子育て世帯分)について

低所得の子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親以外の子育て世帯分)につきまして、申請不要の該当者の方には8月30日に支給しております。令和5年1月1日以降に



転入された世帯で、令和5年度の住民税非課税世帯の方は、子育て支援係までご連絡ください。

なお、家計が急変し、収入が住民税均等割非課税者と同様の事情にあると認められる方につきましては、必要書類を準備のうえ、申請書の提出をお願いいたします。

申込み期限／令和6年2月29日(木)
申込み・問合せ
保健福祉課 子育て支援係
(役場1階②番窓口)
☎(667)1107

全国一斉不動産無料相談会

不動産に関する法律・税金・建築・空家などのお悩みに弁護士・税理士などの専門家が無料でお答えします。
会場／やましん住宅展示場ハウジングプラザ平清水(内センターハウス)
日時／10月1日(日) 午前10時～午後4時
※予約不要です。会場に直接お越しください。
問合せ
(公社)全日本不動産協会山形県本部
☎(642)6658

山形県町村会職員採用試験の実施について

職種／一般事務(大学卒程度)
採用予定日／令和6年4月1日
採用予定人数／若干名



知らない！損をする！労働条件の基本

日時／10月26日(木) 午後2時30分～4時
会場／山形テルサ1階 大会議室
定員／30人
対象者／おおむね35歳までの方
講師／特定社会保険労務士 鉄浩二氏
申込み／ハローワークやまがたホームページから
問合せ
ハローワークプラザやまがた・わかもの支援コーナー
☎(646)7360

「魅せます！裁判官・検察官・弁護士との刑事裁判」開催について

日時／10月30日(月) 午後2時20分～4時
(受け付け開始 午後2時)



場所／山形地方裁判所別館(庁舎西側) 山形市旅籠町2・4・22
内容／実際の法廷を使用した裁判官・検察官・弁護士との模擬刑事裁判、裁判員経験者との意見交換会傍聴、裁判官・検察官・弁護士との質疑応答
定員／先着15人程度
申込み方法／平日午前9時～午後5時まで電話による申し込み
申込み期間／9月15日(金)～(定員に達した時点で受け付け終了)
申込み・問合せ
山形地方裁判所総務課
☎(623)9512 または
☎(623)9513



子どもゆめ基金助成活動
どんぐりクラブふるさと友達
事業

秋さがし+花炭つくり

栗拾いやアケビ採り、キノコ観察など秋を探しながら、また花炭の材料を集めながら散策。午後はカマドで火を焚いて、花炭つくりだよ。
日時／9月30日(土) 午前9時～午後4時
場所／山形市少年自然の家
募集／小学生20人+保護者10人程度
参加費／一人 500円
申込み・問合せ
どんぐりクラブ佐藤さんまで
☎080033206768

試験日／10月22日(日)
試験会場／山形県自治会館(山形市松波4-1-15)
受験資格／昭和59年(1984年)～(4月2日以降)に生まれた方で、学校教育法による大学(4年制)を卒業した方(令和6年3月31日までに卒業見込みの方)、普通自動車運転免許を有する方(採用後直ちに同免許を取得できる方)
申込み期間／10月4日(水) 午後4時まで
申込み・問合せ
山形県町村会事務局 柏倉さん
☎(631)5155
FAX(641)8427

やまのべうまレシピ

食生活改善推進員の

さっぱりおいしい！ ～ポン酢ジュレのサラダ～

〈材料〉(4人分)

| | | | |
|--------------|--------|--------|------|
| ・グリーンリーフ | 60g | ・水 | 大さじ2 |
| ・ブロッコリースプラウト | 1/2パック | ・粉ゼラチン | 2g |
| ・きゅうり | 1/2本 | [A] | |
| ・オクラ | 4本 | ・しょうゆ | 小さじ1 |
| ・さやいんげん | 80g | ・酢 | 小さじ1 |
| ・パプリカ(黄) | 40g | ・レモン汁 | 小さじ2 |
| ・ミニトマト | 8個 | ・塩 | 少々 |
| ・水 | 100ml | | |
| ・だしの素 | 小さじ1/4 | | |



※町ホームページではカラー写真で掲載していますので、ぜひご覧ください



〈作り方〉

- ①粉ゼラチンは水(大さじ2)でふやかしておく。鍋に水(100ml)とだしの素を入れて火にかけ、沸騰したら火を止めてゼラチンを入れて溶かす。
- ②Aを加えて混ぜ、そのまま冷やして固める。
- ③グリーンリーフは洗って食べやすい大きさにちぎり、ブロッコリースプラウトは洗っておく。
- ④きゅうりは薄い輪切り、オクラ・さやいんげんは茹でて斜め切りにする。パプリカは薄くスライスする。
- ⑤③④の野菜をボウルに入れて混ぜ合わせ、器に盛り付ける。フォークで崩した②のポン酢ジュレをかけてミニトマトを飾り付けたら、できあがり！

毎月19日は
食育の日

毎月19日は家族そろって
食事をしましょう。

お知らせ

INFORMATION

ペットボトルで風車づくり体験

日時／10月28日(土) 午前10時～正午
場所／エネルギー回収施設(川口) 研修室
内容／普段、何気なく使っているペットボトルでエコ実験をしませんか。風の力でLEDが光る風力発電機を作りながら楽しく3Rを体感しましょう。
対象者・定員／児童30人
持ち物／なし
参加料／無料
申込み・問合せ
かみのやま環境サービス
☎(672) 2115

NPO広報講座Canvaを使って動画を作成しませんか？

日時／10月7日(土) 午後2時30分～4時30分



場所／山形市市民活動支援センター会議室B(霞城セントラル22階)
内容／今話題のツールCanvaを使って動画を作成してみませんか？動画を作ったあとに見てもらいための場所も併せてご紹介します。
定員／10人
費用／無料
持ち物／メールが使えるパソコン
申込み締切／10月5日(木)
申込み方法／電話、FAX(647) 2261、Eメール(center@yamagata-npo.jp)で当センターまで申し込みにください。
申込み・問合せ
山形市市民活動支援センター
☎(647) 2260

弁護士によるB型肝炎対策無料相談会

日時／10月14日(土) 午後1時30分～4時(受け付け午後3時まで)
場所／山形県生涯学習センター1第2研修室・和室研修室
内容／集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族を対象とした弁護士による無料相談会
※事前予約優先、当日会場での申し込み可
申込み・問合せ
全国B型肝炎訴訟 新潟・山形・福島事務所
025(223) 1130

受講者募集！ Excel基礎

期間／10月10日(火)～12日(木) 午前9時30分～午後4時30分
会場／山形県立山形職業能力開発専門学校 山形市松栄2



2・1
対象者／エクセルについてしっかりと基礎を学びたい方で文字入力ができる方
募集人数／15人
受講料／7,800円
テキスト代／2,310円(税込込み)
応募締切／9月20日(水)
申込み方法／本校ホームページから、または、「問合せ先」まで所定の申し込み用紙を請求のうえ郵送またはFAXで申し込みください。
※詳細についてはお問い合わせください。
申込み・問合せ
山形県立山形職業能力開発専門学校 能力開発支援課
☎(644) 9227
FAX(644) 6850

「やまがた縁結びたい」による結婚相談会について

日時／10月1日(日)、15日(日)、22日(日)、30日(月)
午後1時30分～4時30分(1組45分程度)
場所／文翔館(山形市)
対象者／結婚を希望する方、またはそのご家族(予約制)
内容／婚活の仕方、お見合い相手の紹介などについての個別相談
相談料／無料
申込み／開催日の2日前まで、やまがたハッピーサポートセンターへ
※県登録ボランティア仲人「やまがた縁結びたい」募集中。詳しくはホームページをご覧ください。「やまがた縁結びたい」で検索
申込み・問合せ
やまがたハッピーサポートセンター
☎(687) 1972



幸せづくりは元気な身体から…



健康づくりの定期便

カルテ No.38

保健福祉センター ☎ (667) 1177

守ろう ころといのち

悩みをお持ちの方、困っている方はどうかひとりで抱え込まずに、まずは家族や友人など、身近な人に相談してください。もし身近な人に話づらい時には、電話やSNSでの相談もあります。誰かに自分の気持ちを伝えることが大切です。

また、身近な人の様子がいつもと違うと感じた時には、声をかけて、話に耳を傾けてください。困っている人を相談窓口などにつなぎ、温かく見守るという意識と行動が重要です。

毎年9月10日～16日は「自殺予防週間」です。今回のコラムでは、ころの相談窓口、命を守るゲートキーパーについてご紹介します。

ころの相談窓口 SNS

【電話相談】

心の健康相談ダイヤル

☎ (631) 7060

午前9時～正午、午後1時～5時（土日・祝日を除く）

【LINE相談】

ころの健康相談@山形

毎日午後6時30分～10時まで

（年末年始を除く）

LINEで次のQRコードの読み取り、または「友だち追加」の検索でID 【@950wtnqj】を検索して友達追加してください。



▼親子のための相談LINE

（いじめや子育て不安などの

お子さんや保護者の方の相談）

平日午前8時30分～午後5

時15分まで（祝日・年末年始

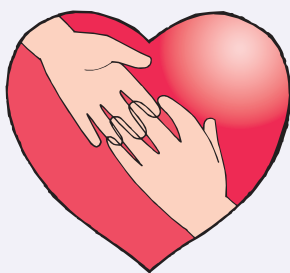
を除く）



※他の相談窓口については、厚生労働省「まもろうよころ」のホームページをご確認ください。（24時間対応の相談窓口もございます）

命を守る「ゲートキーパー」を知っていますか？

ゲートキーパーとは悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。専門的な知識や技術、資格が必要わけではありません。誰もが心がけ次第で、ゲートキーパーの役割を担うことができます。あなたもゲートキーパーとしてぜひ周りの人を見守ってあげてください。



今、ゲートキーパーとして悩んでいる人を支えている人へ

相談にのっていると、自分が疲れてしまう時があるかもしれません。そんなときは自分一人で抱え込まないで、他の友達や家族、場合によっては相談窓口などに話してみてください。誰かに相談することで、大切な方にさらに適した支援を届けられることがあります。



●人のうごき（令和5年9月1日現在） ※（）内は前月からの増減

人口13,610人（-5）【男6,644人（-4）女6,966人（-1）】 世帯数4,862（+5） 出生12人 死亡24人 転入31人 転出24人