

主な内容

○ブロック協議会の活動を紹介します（2ページ）

# 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～

## 幼年消防クラブ 出動！！



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/>



▲4月19日に開催された春季消防演習の中で、ゆりかご幼稚園幼年消防クラブによる、演技が行われました。園児たちは、防火への誓いの言葉を述べた後、元気いっぱいにお遊戯を披露し、防火・防災の大切さを学びました。（関連記事…8ページ）

## 『みんながつながる地域コミュニティ事業』とは？

町内10ブロックの協議会が主体となり、町内会が連携しながら、地域の課題解決を図るために活動しています。町からは、この活動に対して補助金を交付し支援しています。

◆補助限度額 ブロック内世帯数×1,000円



⑦中央



⑧相模



⑨大門

# みんながつながる地域コミュニティ事業 ブロック協議会の活動を紹介します！



①大寺



④中



③近江



②緑ヶ丘



⑥作谷沢



⑤作谷沢

## 【令和7年度ブロック協議会実施事業】

※実施事業の後の番号は写真番号

ブロック協議会名	実施事業(主なもの)
中央ブロック協議会	○防災体験フェスタ……⑦
大門ブロック協議会	○ふれあい動物ランド……⑨
緑ヶ丘ブロック協議会	○クリーン活動・地域河川清掃……② ○災害時の安否確認訓練活動 ○グリーンヒルズわくわくフェスタ・炊き出し訓練
大寺ブロック協議会	○災害連絡協議会視察研修事業 ○大寺地区防災訓練実施事業 ○ふれあい秋フェスおよびココロの節分開催事業……①
中地区ブロック協議会	○みんなですんべ！雪運び事業 ○中地区鍋祭り交流会……④
作谷沢地域振興協議会	○災害対策事業 ○畑谷城灯籠流し事業……⑤ ○地区民鍋まつり事業……⑥
相模ブロック協議会	○みんなで歩こう「さがみの里」(白坂道整備事業) ○さがみの里防災の日 ○相模地区ミニ花火大会 ○さがみの里「たけのご祭り」……⑧ ○花で飾ろう「さがみの里」
近江自治会	○地区一斉清掃活動 ○防災訓練……③ ○近江地区ボウリング大会 ○盆踊り大会

## 【地域の課題解決に取り組んでいきます】

ブロック協議会は、町内会では解決できない課題の対応や地域の特色を活かした活動に取り組んでいます。

昨年度は、交流イベントや防災訓練、清掃活動などさまざまな事業が実施されました。

地域の課題解決に取り組む事業などを通して地域の関係づくりを行うことで、災害時など、いざというときの助け合いにつながります。ブロック協議会の活動に積極的にご参加ください。



# 令和7年度消防関係表彰受章者

(敬称略)

さまざまな活動が認められ、消防関係の表彰を受けられたみなさんです。おめでとうございます！

## ◆消防長官表彰

永年勤続功労章／高橋宏

## ◆日本消防協会長表彰

功績章／森谷昭延

精績章／長谷川友浩

勤続章／多田秀樹

## ◆山形県知事表彰

特別功労章／明日一生、秋場洋

功労章／渡辺豊、長岡順弥、元木崇之

功績章／安達智也、武田竜児、小関健史、渡辺直志、石島裕也

精練章／川崎智寛、渡辺徹、多田和樹、小関達也、菅井大地

永年勤続退団者／武田寛、後藤和幸、吉田正樹、田中隆也、佐藤剛、伊藤洋助、遠藤哲

家族功労者／長谷川真友美

家族功労者／長谷川真友美

家族功労者／長谷川真友美

家族功労者／長谷川真友美

## ◆山形県消防協会長表彰

永年勤続章／後藤忠浩、多田秀樹、鈴木勉、長谷川友浩

友浩

## ◆山形県消防協会東南村山支部長表彰

竿頭綬／第2分団

銀条章／第3分団第2部

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

優良消防団員／高橋杜於、高橋桃佳、多田悠人、渡辺浩道、村山智一、長岡憲吾、渡辺修人、工藤篤史

# 山辺町地域おこし協力隊通信

## ～新たに2人の協力隊員が着任しました～

- ①担当している仕事
- ②趣味・好きなこと
- ③町民のみなさんへメッセージ

- ①山辺町地域おこし協力隊に関する業務（作谷沢地区での花き栽培）
- ②カメラ、ドライブ、散歩、自然観察、おいしいものを食べる
- ③4月1日より、地域おこし協力隊として着任しました佐々木です。活動の主なエリアは作谷沢エリアとなりますが、山辺町の素晴らしいところの発見や発信も少しずつですが行いたいと思っています！町内で見かけた際は、ぜひお声がけください！これからどうぞよろしくお願いいたします！



山辺町地域おこし協力隊 佐々木 春香 (芦沢)



山辺町地域おこし協力隊 原島 悠輔 (大門1)

- ①山辺町地域おこし協力隊に関する業務（作谷沢地区での花き栽培）
- ②運動、山登り
- ③この度、山辺町の地域おこし協力隊に着任しました原島です。花農家として独立することを目標に地域とどのように関わられるか模索しながら精進してまいります。花と狩猟を通じて山辺町でしかできない事をしていきたいです。よろしくお願いいたします！

## 消防団長が変わった

### 新団長よりごあいさつ

町民の皆さまには、日ごろより消防団活動にご理解とご支援をいただき、厚く御礼申し上げます。消防団は「自分たちのまちは、自分たちで守る」という郷土愛護の精神のもと、昼夜を問わず活動しております。近年は、団員数の減少や頻発・甚大化する災害への対応などの諸課題を抱えております。

このような中、町の安全・安心を確保するため約270名の団員が一丸となり、広報・警戒活動や自主防災組織と連携した予防消防活動、各種訓練などに鋭意取り組み、さらなる地域防災の強化に尽力し、皆さまの付託にお応えしていく所存であります。

このたび、山辺町消防



団長 後藤 昌広 (大門1)



山辺町産にこだわったコース料理

家庭で楽しめるフレンチ料理教室を開催し、「山辺町産のカブとブリのタルタル、カブのポタージュ、舞米豚ロースト」を作りました。



こんにちは！地域おこし協力隊の毛利です。早いもので着任してから2年目を迎えました。今年度は、『カタチ』をテーマに活動を進めていきます。料理教室などの活動を継続しながら、ふるさと納税の返礼品の開発やイベントなどでの個人出店、チャレンジキッチンを利用したレストランの準備など、事業として自立するための取り組みを本格的に始動していきます。

今年もさまざまなイベントに参加していきますので、温かいご支援とご協力をよろしくお願いいたします！

新しい町職員を紹介します

# NEW FACE

4月から6人の新規採用職員と1人の人事交流職員と1人の主任指導主事が仲間入りしました。  
山辺町をよりよくするために、一生懸命がんばりますのでよろしくお願いします！

- ①担当している仕事
- ②趣味・好きなこと
- ③町民のみなさんへメッセージ

町民生活課 国保医療係  
井上 由仁 (山形市)

新規採用



- ①国民健康保険の手続き、後期高齢者医療制度に関する業務
- ②料理、スイーツ作り

③まだまだ実力不足ですが、少しでも町民の皆さまに頼っていただけるような職員を目指して一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

産業課 農政係  
寒河江 陸空斗 (大門1)

新規採用



- ①地産地消および6次産業化、園芸、畜産、水産の振興に関する業務、家畜防疫に関する業務
- ②釣り、料理、スポーツ

③まだ分からないことばかりですが、仕事も山辺町の事もたくさん学び、役に立てるように頑張ります！これからよろしくお願いします！

教育課 社会教育係  
菅野 勇真 (山形市)

新規採用



- ①放課後子ども教室、二十歳を祝う会に関する業務
- ②プロ野球観戦（巨人を応援して一喜一憂しています）、麻雀

③山辺についてまだまだ知らないことばかりですが、町のために精一杯働いていきたいと思えます。中央公民館や消防活動などで関わることも多いと思えますのでどうぞよろしくお願いします。

防災対策課 危機管理係  
金子 美晴 (山形市)

新規採用



- ①町の防災対策に関する業務
- ②ドライブ、ドラマ・YouTube鑑賞

③町民の皆さまの暮らしがより良いものになるように頑張ります。よろしくお願いします。

教育課 主任指導主事  
鈴木 友宏 (山形市)

転入



- ①子どもたちが今も未来も幸せに生きていく力を伸ばすための環境を整える業務
- ②野球観戦（楽天、高校野球など）、メダカやエビを育てて癒されています。

③平成20年から10年間、山辺小・相模小で教員としてとてもお世話になりました。この度、8年ぶりに山辺町で働けることになり、とても嬉しく思います。どうぞよろしくお願いします。

政策推進課 総合戦略係  
佐藤 惇士 (山形市)

人事交流



- ①総合計画に関する業務
- ②娘が生まれてから自分の趣味の時間はほとんどありませんが、娘と遊んでいる時間を自分自身も存分に楽しんでいます。

③町と県の人事交流でお世話になります。町について勉強中なので私を見かけたらお声がけいただき、町のいいところをたくさん教えてください。少しでも町民の皆さまのお役に立てるよう頑張りますのでよろしくお願いします。

保健福祉課 子育て支援係  
鷺 健太 (山形市)

新規採用



- ①少子化対策事業、結婚支援事業、保育施設入所に関する業務
- ②ギターを弾くこと、アーティストのライブに行くこと、作曲

③4月からお世話になります。山辺町の更なる発展の一助となれるよう精一杯頑張ります！よろしくお願いします！

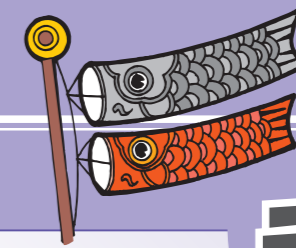
総務課 財産管理係  
笠井 陽文 (山形市)

新規採用



- ①契約に関することや山辺町の土地や建物といった財産に関する業務
- ②旅行、ドライブ、釣り

③日々学び続けながら、町民の皆さまのお役に立てるように努力していきたいと思えます。気軽にお声をかけていただけると嬉しいです。これからよろしくお願いします。



# まちのわだい

町内小・中学校

## 春からピカピカの一年生！

4月8日から9日にかけて町内の小・中学校で入学式が行われ、令和8年度は小学生77人、中学生116人が入学しました。小学校の入学式では、先生から新入生一人ひとりの名前が呼ばれ、元気に返事をする姿が見られました。また、新入生へ教科書や花束が手渡され、新入生たちはこれから始まる学校生活に期待を膨らませていました。



◀校長先生から教科書が手渡されました

▶名前を呼ばれ、元気いっぱい返事！



(相模小)



真新しい制服に身を包んだ新入生が入場しました(山辺中)



後藤団長を先頭に分列行進！

▶地域住民による初期消火訓練



◀感謝の意を込め、町長から前団長へ感謝状が渡されました

山辺町春季消防演習

## 町を守る決意を新たに

4月19日、「山辺町春季消防演習」が高楯地区などを会場に行われました。この日は地域住民による初期消火訓練に続き、消防団員264名、自動車ポンプなど計16台を動員した大規模な火災防ぎょ訓練を実施。分列行進では、新たに就任した後藤団長の指揮のもと、消防団員が堂々とした姿を見せました。また、式典では、功績をたたえ多くの消防団員が表彰されました。消防団の使命と責任を再確認した1日となりました。

大寺さくらまつり

## 桜の名所でお花見を

4月12日、大寺ふれあい公園にて、「大寺さくらまつり」が開催されました。会場では、ゲームやモルック体験などさまざまな催し物が行われ、子どもから大人まで楽しんでいました。また、会場には団子や玉こんにゃく、焼きそばなどの売店も並び、来場者は桜を眺めながら春の訪れを感じていました。



玉こんにゃくや団子を食べながらお花見



直径5メートル、重さ500キロでより頑丈に！

水車を守る会

## 二代目湧水車が回り始めました!!

4月11日、作谷沢地区で、「二代目湧水車竣工式」が行われました。地区のシンボルとして親しまれてきた湧水車は、昨年春に老朽化のため回らなくなっていました。これを受け、住民有志で組織する「水車を守る会」が資金を募り、職人と協力して再建されました。地域の持続と発展への願いを込め、新たなシンボルとしてお披露目されました。

友好都市・茨城県日立市

## 日立さくらまつり

4月4日から5日にかけて、山辺町・日立市交流協会による「日立さくらまつりバスツアー」が開催され、34人の参加者が日立市を訪れました。

参加者は、満開の桜や活気あふれるイベント、海の幸など日立市の魅力を満喫しました。また、山辺町のブースでは、山形芋煮や玉こんにゃく、舞米豚を使った豚汁などを販売し、大盛況となりました。



ユネスコ無形文化遺産「日立風流物」



平和通りの桜



特産品売り場の様子



## 企業版ふるさと納税によるご寄付をいただきました

令和7年度に「第2期山辺町まち・ひと・しごと創生推進計画」に基づく事業に対して、企業版ふるさと納税によるご寄付をいただいた企業を紹介します。ご寄付は、各種事業の財源として有効に活用させていただきます。

※公表の承諾をいただいた企業のみ掲載しています。

(順不同、敬称略)

	活用事業	寄付金額
株式会社ローカルプライト	連携・安全安心・賑わいの事業	非公表
株式会社F・O・インターナショナル	結婚・出産・子育ての事業	非公表
福興電気株式会社	連携・安全安心・賑わいの事業	200,000円
株式会社パスラボ	連携・安全安心・賑わいの事業	100,000円
藤庄印刷株式会社	ひとの流れ（移住）の事業	200,000円
三協コンサルタント株式会社	連携・安全安心・賑わいの事業	非公表
株式会社TTK	ひとの流れ（移住）の事業	500,000円
有限会社グリーンショップ花恵	雇用をつくる事業	非公表
株式会社市村工務店	連携・安全安心・賑わいの事業	500,000円
株式会社東照電気	連携・安全安心・賑わいの事業	非公表

## 災害時の家屋被害は写真の提出をお願いします

問合せ 税務課 固定資産税係 ☎(667)1105

町では災害が発生したとき、被害のあった家屋に対して罹災証明の発行<sup>※1</sup>をしています。軽微な被害の場合は申請書と一緒に写真を提出することで、調査をしなくても証明書を発行することができます。

また、大きな災害時は申請が混み合うため、調査に行くまで時間がかかってしまいます。その間に掃除や片付けをしてしまうと、正しい被害状況がわからず、本来より軽微な判定になってしまう、もしくは証明書の発行ができなくなってしまう場合があります。

このため、片付け、修理などをする前に、被害状況を写真に記録しておくようお願いします。

※1 火災の場合は、山形市消防本部が発行します。



### 【写真の撮り方のポイント】

- ・できるだけ家の外側と内側の両方を撮ってください。
- ・被害箇所の全景とアップの写真両方を撮ってください。
- ・浸水の場合は、その深さがわかるよう、基礎部分などにメジャーなどをあてて撮ってください。水が引いた後、濡れた跡がわかれば大丈夫です。このとき、目盛りが読める程度の近くからの写真と遠くからの写真を撮っておくと被害の大きさがよくわかります。
- ・床下浸水の場合、点検口を開ける、基礎部分の換気口があればそこからのぞくなど泥の汚れや濡れた跡がわかるように写真を撮ってください。



## 居場所づくり「元気だかい」 近江公園でお花見とお茶会

4月16日、近江公園でお花見とお茶会が開催されました。会のはじめには山辺駐在所の方から交通安全などのお話があり、その後は、みんなでお茶会。にぎやかで和やかな時間となりました。



笑顔あふれる会になりました



町内の書店や編集員などが取り扱っています

くわご刊行会

## 『くわご』長い歴史に幕

くわご刊行会による“山辺町民の総合誌”『くわご』第40号が刊行され、この号をもって長い歴史に幕を下ろしました。中谷会長は、「ここまで続けてこられたのは商店街の皆さん、町内の皆さんのご支援があったからです。感謝しています。」とおっしゃられました。詳しくは同誌の編集員へお尋ねください。

## 山辺ロータリークラブ 地域のために、社会のために

3月28日、山辺ロータリークラブパラレル委員会主催の、「山辺町手をつなぐ育成会との交流会」が緑ヶ丘コミュニティセンターで開催されました。知的障がいへの理解を深めることを目的として開催され、講師に花笠ホープ隊を招き、ユーモアを交えた講話や疑似体験を通して、参加者は理解を深めました。また、4月22日には、長沼公園で山辺ロータリークラブ社会奉仕委員会による社会奉仕活動が行われました。この活動により、多くの利用者が気持ちよく利用できる環境へと整えられました。



手先の不自由さを体感するため、軍手を着用してペーパーフラワー作りに取り組みました



公園の草刈り作業に汗を流しました



# お知らせ

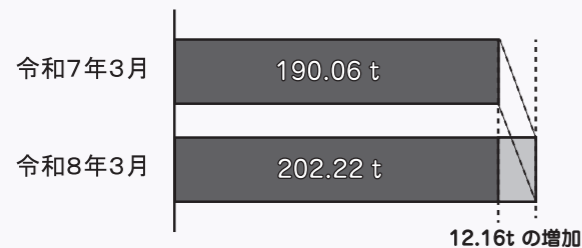
## INFORMATION

### 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



3月は前年同月より、もやせるごみの量が増えています。分ければ『資源』、まぜれば『ごみ』です。ごみの分別と削減や「3R」(リデュース・リユース・リサイクル)に努めましょう。ごみ分別アプリ「さんあ〜る」で、ごみに関するさまざまな情報を提供します。下記よりアプリをインストールし、ご活用ください。1月から町公式LINEより粗大ごみの予約が可能になりました。ぜひご活用ください。



※令和7年3月との比較+12.16t  
(家庭系：+9.94t、事業系：+2.22t)

### ごみ分別アプリを利用しましょう

【ごみ分別アプリ】

【町公式LINE】



iPhone、iOS  
端末をお使いの方



Android端末  
をお使いの方



# 子ども誰でも通園制度

をご利用ください

## 「子ども誰でも通園制度」とは？

すべてのこどもの育ちを応援し、こどもの良質な成育環境を整備するとともに、すべての子育て家庭に対して、多様な働き方やライフスタイルにかかわらず形での支援を強化するために創設された新たな制度です。

保護者の就労状況などに関わらず、保育所や認定こども園などを利用できます。

### ポイント！

- ・保護者の就労要件を問わず利用可能
- ・対象は、保育所などに通っていない生後6か月～満3歳未満の子ども
- ・子ども一人につき月10時間まで利用可能



## 一時預かり事業との違いは？

一時預かり事業が「保護者の立場からの必要性」に対応するものであるのに対し、子ども誰でも通園制度は、保護者のために「預かる」ものではなく、家庭にいただけでは得られないさまざまな経験を通じて、こどもが成長していくように、こどもの育ちを応援することが目的です。

## 利用料金は？

1時間300円程度（おやつ代などの実費が必要となる場合があります。）

## 利用方法は？

- ①申請：保護者が町に認定の申請をします。
- ②認定：申請内容を審査後、子ども誰でも通園制度総合支援システムのアカウントを発行します。
- ③情報登録：保護者がシステムにログインし、こどもの情報を登録します。
- ④事前面談：利用前に面談が必要です。システムで面談の予約をしてください。
- ⑤利用開始：利用施設で面談後、施設の利用を開始します。

## 山辺町内で利用できる施設は？

山辺町立安達峰一郎記念保育所

※利用方法の詳細は、町ホームページでご確認ください。  
<https://www.town.yamanobe.yamagata.jp/soshiki/8/kodomodaredemo.html>



町ホームページ

申込み・問合せ 保健福祉課 子育て支援係 ☎(667)1107

お知らせ  
インフォメーション

## 町民農園の利用者を追加募集します

町民農園「源長寺沼ふれあい農園」の利用者を追加募集します。

**募集区画数**／1区画（No.1）

**使用資格**／町内に住所がある個人、町内に住所がある5人以上の団体、半数以上の町内に住所がある個人で構成する5人以上の団体

**区画農地面積**／29㎡

**使用料金**／2、650円（1㎡当たり110円、10カ月分）

**使用期間**／令和8年6月1日～令和9年3月31日まで。ただし、同じ区画を最長で2年間（令和10年3月31日まで）継続利用できません。

**農園の利用**／作物は自由に栽培できます。ただし、建物などの設置や樹木類・笹竹類・毒草などの栽培はできません。また、農園の管理不良や隣接区画に悪影響を及ぼしていると思われるときは許可を取り消す場合があります。期間途中で許可を取り消された場合

合の使用料は返還されません。農用具／用具倉庫に共同利用のスコップ・鍬などの農具を準備しています。

**応募締切**／5月25日（月）午後5時まで

**区画の決定**／5月26日（火）に区画の利用者決定を行い、郵送にて使用許可書をお送りします。なお、応募多数の場合は抽選となります。

**応募方法**／産業課（役場1階③番窓口）にある申込用紙により申込みください。

**その他**／種苗および肥料などの栽培に必要なものは、利用者の自己負担となります。

多くの町民の皆さんにご利用いただくため、1世帯1区画とさせていただきます。

**問合せ**  
産業課 農村整備係  
☎(667)1106



**新やまがた就職促進奨学金返還支援事業助成候補者募集のお知らせ**

【やまがた若者定着枠】  
山形県および町では、将来の担い手となる若者の県内復帰・定着を促進するために、学生の皆さんが県内に就業・定住した場合に奨学金の返還を支援します。

募集人数／若干名  
募集期間／5月18日(月)～6月30日(火) 午後5時必着

支援額／  
①2万6千円×令和8年4月以降の奨学金貸与月数  
例・4年制大学の場合の最大支援額124万8千円

※詳しい応募要件や応募方法は町ホームページをご覧ください。



やまがた若者定着

お知らせ インフォメーション

【Uターン促進枠】

山形県および町では、町内にUターンし、県内企業へ就業する方を対象に奨学金の返還を支援します。支援額は最大60万円でUターン前の事前応募が必要です。

募集人数／若干名  
募集期間／5月18日(月)～10月30日(金) 午後5時必着  
※詳細は山辺町ホームページをご覧ください。



Uターン促進

【申込み・問合せ】

美力発信課 シティプロモーション係  
☎(667) 1110

**広報モニターを募集します**

広報紙に対する意見や感想、提案などを町に伝える『広報モニター』を募集します。町の広報紙をより充実させるためです。

**住宅用再生可能エネルギー設備等設置費に対し補助金を交付します**

町では二酸化炭素排出量を抑制し、地球温暖化防止を推進しています。町全体で活動の輪を広げるため、再生可能エネルギーを利用した設備に要する費用に対し補助金を交付します。

対象者／町内に住所がある方で町税などの滞納のない方。  
対象設備／太陽光発電システム、蓄電システム、地中熱利用設備  
補助額／太陽光発電システム・25万円/kw、蓄電システム・10分の1、地中熱利用設備・10分の1(いずれも上限額あり)

申込期間／5月15日(金)～令和9年3月31日(水)まで  
申込方法／工事施工前後に所定の書類を添えて町民生活課へ申請が必要です。  
※予算が無くなり次第終了します。

【申込み・問合せ】  
町民生活課 生活環境係  
☎(667) 1109



**「婚活イベント」の開催を補助します**

結婚を希望する独身者の出会うの場を提供するイベントを開催する団体に、事業費の一部を補助します。

補助対象団体／町内に事業所を有する婚活支援活動を行う団体  
※宗教、政治、選挙活動、営利を目的とする団体または公益を害するおそれのある団体は対象になりません。

※1団体につき今年度1回限り。  
補助対象事業／次の①～④を満たす事業が対象になります。

め、皆さんの声をお寄せください。

役割／町の広報紙の内容について意見や感想、提案を年4回程度アンケート形式で回答していただきます。

謝礼／年額5,000円程度  
募集人数／5人程度(応募多数の場合は選考させていただきます。)

申込期限／6月5日(金)  
応募資格／町内に居住する18歳以上の方で、国または地方議会の議員でない方、あるいは国または地方公共団体の職員でない方

応募方法／申請書に必要事項を記載のうえ、美力発信課(役場2階)まで持参していただくか、郵送またはFAXなどで申し込みください。

※申請書は美力発信課窓口で配布するほか、町ホームページからダウンロードできます。

【申込み・問合せ】  
美力発信課 情報統計係  
☎(667) 1110  
FAX(667) 1112

①独身者の出会いの場を提供するためのイベント、婚活を推進するための講習会などを目標に募集すること

②参加者が20歳以上の独身者で、定員20人以上を目標に募集すること

③参加者が男女同数となることを目標に募集すること

④参加者のうち半数が町内に在住している方、町内に所在する事務所に勤務している方または親族が町内に居住している方になるよう努めること

※ほかの補助金を受ける場合は対象になりません。

補助金の額・補助対象経費／10万円を上限として、補助対象経費の合計額または10万円のいずれか低い額とします。

チラシ、ポスターなどの印刷製本費、広告掲載料、外部講師への謝礼、消耗品、通信運搬料、手数料、保険料などが対象です。

※参加者の飲食代などは補助対象外となります。  
【申込み・問合せ】  
保健福祉課 子育て支援係  
☎(667) 1107

**「人権なんでも相談所」の開設**

「人権擁護委員の日(6月1日)」にあわせ、人権なんでも相談所を開設します。

困りごと、心配ごとがある時は、ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

相談は人権擁護委員がお受けし、秘密は固く守ります。  
日時／6月3日(水) 午前10時～午後3時

場所／中央公民館  
町の人権擁護委員  
○大通 雄治さん(西館)  
○峯田 誠一さん(上宿)  
○後藤 淳子さん(東町)  
○熊谷 祐子さん(大門5丁目)  
○鈴木 佳宏さん(根際第1)

電話による相談ダイヤル  
・みんなの人権110番  
☎0570(003) 110

・子どもの人権110番  
☎0120(007) 110

相談時間は、平日の午前8時30分～午後5時15分  
【問合せ】  
総務課 庶務係  
☎(667) 1111

**線路に除草剤を散布します**

列車運転保安の観点から、今年度も線路用地内へ除草剤を散布します。

線路除草剤散布計画箇所／左沢線 北山形駅～左沢駅間  
散布施工日時／5月26日(火)～6月12日(金)の夜間(午後11時ごろ～午前6時ごろ予定)

※上記期間とは別日に施工する際は、周知期間を考慮の上改めて施工月日を周知します。

散布施工範囲／線路の碎石部分のみ  
散布薬剤／  
○ウイードチョップ液剤  
○ゼログラス液剤  
○サーベルDF

※薬剤3種類を混合して散布します。

散布施工業者／第一建設工業株式会社 山形工事所  
☎(647) 1712

【問合せ】  
東日本旅客鉄道(株) 東北本部 計画推進(工事) 片菊さん  
☎(635) 3645

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

●町へのご意見・ご質問をお寄せください。  
〒990-0392 山辺町緑ヶ丘5 『広報やまのべ』係  
☎(667) 1110 Fax (667) 1112  
E-mail : kouhou@town.yamanobe.yamagata.jp  
\*いただいたお便りは広報紙に掲載させていただく場合があります。  
\*差出人が不明のものは、掲載・回答はできません。  
\*匿名希望の場合でも、住所・氏名を忘れずにお書き添えください。

**山辺高校福祉科「ふくしかカフェ」お結び参加者募集のお知らせ**

今年度もふくしかカフェを開催します。今年のテーマは「防災」です。飲み物でほんの一息つきながら、日頃の備



**有害鳥獣（カラス・ムクドリ）一斉捕獲を行います**

山辺町鳥獣被害対策実施隊による有害鳥獣（カラス・ムクドリ）の一斉捕獲を行います。猟銃により捕獲しますので、実施期間はさくらんぼ畑などの果樹園地周辺には近寄らないようご注意ください。

日時／5月24日(日) 午前5時～7時ごろ

場所／町内果樹園地周辺（中・作谷沢地区を除く）

**問合せ** 山辺町鳥獣被害対策実施隊事務局（役場産業課内）  
☎(667) 11106

えやもしものときの行動について一緒に考えてみませんか？すぐにできる備蓄の工夫や災害時に役立つちよっとした知恵などを、実践しながら一緒に学び体験する時間になりたいと考えています。どうぞお気軽にご参加ください。

開催日／6月2日(火)、9月14日(月)、11月9日(月)

時間／午前10時～11時30分

場所／山辺高校（予定）

対象者／15人～20人程度。開催日全日参加できる方

参加費／無料（最終回のみ50円程度）

**申込み・問合せ** 山辺高校 福祉科  
☎(664) 5462

**2026年度国家公務員「税務職員採用試験」(高校卒業程度)のお知らせ**

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティーあふれる税務職員を募集しています。国の財政を支える税務職員に、あなたもチャレンジしてみませんか？

**受験資格**

①令和8年4月1日において、高校または中等教育学校を卒業後3年を経過している者、および、令和9年3月までに高校または中等教育学校を卒業する見込みの者

②人事院が①に掲げる者に準ずると認められた者

申込み受付期間／6月12日(金)～24日(水)まで

申込み方法／インターネット申し込み。国家公務員試験採用情報NAVI (<https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>)

これまで、保育施設に入所している児童に係る副食費補助の対象は「第3子以降の児童」でしたが、4月から「3歳児クラス以上の児童」について、月額5,100円を上限に補助します。

**補助のながれ**／毎月の副食費から補助金相当額が軽減されます。町から保育施設に補助金相当額を交付するため、手続きは不要です。

※町外の保育施設では対応が異なるため、毎月の副食費を保育施設にお支払いいただく場合があります。その場合は、9月頃に広報紙などでお知らせする申請期間中に町に申請してください。前期（4～9月分）と後期（10～3月分）に分けて補助金を交付します。

**対象児童**／町内に住所を有している3～5歳児クラスの児童（認定こども園、幼稚園、保育所、届出保育施設（認可

日頃の感謝を込めて初夏のライブを行います♪

日時／6月21日(日) 開場・午後2時30分、開演・午後3時

場所／中央公民館

入場料／無料

※飲食物持込み可

**問合せ** SMJO 三浦さん  
☎(664) 7104

第1次試験日／9月6日(日)

**問合せ** 仙台国税局人事第二課試験研修係  
☎022(263) 1111  
内線3236  
人事院東北事務局  
☎022(221) 2022

**スノーモンスタージャズオーケストラ(SMJO)「さくらんぼライブinやまのべ」**

**高齢者の方へシニアライフカードを配布します**

**問合せ** 保健福祉課 福祉係 ☎(667) 1107

高齢者および身体障がい者の福祉の向上を目的として、「シニアライフカード」を配布します。シニアライフカードを山辺温泉保養センター、デマンドバス（やまのべコミュニティバス）で提示していただくと料金の優待を受けられます。

利用開始日／令和8年6月1日(月)～

対象者／70歳以上の方、65歳以上70歳未満の身体障害者手帳をお持ちの方。

利用料金／

- 山辺温泉保養センター（入浴） 200円
- デマンドバス（やまのべコミュニティバス） 平野部 200円、山間部 500円

※回数券は対象外になります。

配布時期／

6月30日までに対象となる方には、令和8年5月下旬に郵送します。  
7月以降に対象となる方には、誕生日前に郵送します。



**副食費補助の対象を「3歳児以上全員」へ拡充します**

これまで、保育施設に入所している児童に係る副食費補助の対象は「第3子以降の児童」でしたが、4月から「3歳児クラス以上の児童」について、月額5,100円を上限に補助します。

**補助のながれ**／毎月の副食費から補助金相当額が軽減されます。町から保育施設に補助金相当額を交付するため、手続きは不要です。

※町外の保育施設では対応が異なるため、毎月の副食費を保育施設にお支払いいただく場合があります。その場合は、9月頃に広報紙などでお知らせする申請期間中に町に申請してください。前期（4～9月分）と後期（10～3月分）に分けて補助金を交付します。

**対象児童**／町内に住所を有している3～5歳児クラスの児童（認定こども園、幼稚園、保育所、届出保育施設（認可

外保育施設）、新制度へ移行していない施設に入所している児童)

**問合せ** 保健福祉課 子育て支援係  
☎(667) 1107

**Jアラートの全国一斉情報伝達試験を行います**

6月3日(水)午前11時ごろより全国一斉にJアラートの緊急情報伝達試験が実施されます。防災放送や登録メールアドレスから試験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、試験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

5月12日(火)~18日(月)は「民生委員・児童委員の日」活動強化週間です

町では、次の方々が厚生労働大臣より『民生委員・児童委員』に委嘱されています。民生委員・児童委員は、それぞれ担当する地区内において、生活などでお困りの方などの身近な福祉の相談役として活動をしています。何かお困りのときは、ひとりで悩まずにお近くの民生委員・児童委員へご相談ください。

問合せ 保健福祉課 福祉係 ☎(667) 1107

《民生委員・児童委員のみなさん》(敬称略)

氏名	地区名	連絡先電話番号	担当地区
村山美紀子	鍛冶町	☎(665) 8211	本町、駅前、鍛冶町
垂石いずみ	大手町	☎(664) 5166	仲町、大手町、東町
宗田紫津子	高橋2	☎(664) 6474	東高橋、高橋1・2
佐藤 正子	芦沢	☎(665) 7544	西高橋、芦沢
後藤 幸一	前小路	☎(664) 5391	弾正淵、上裏小路、下裏小路、東館、前小路
長岡 則子	前ノ内	☎(664) 6939	西館、前ノ内、西町
永岡 仁	上野	☎(664) 5639	北ノ宿、上野、上宿
志貴 友子	田中	☎(664) 5491	上田小路、田中、田小路
柏木 敦子	緑ヶ丘3	☎(664) 5513	緑ヶ丘2・3・4
鈴木 完二	緑ヶ丘5	☎(664) 6499	緑ヶ丘5・6
渡辺 優子	長嶋1	☎(664) 5571	長嶋1・2・3、沢寺
鎌上 辰幸	南町3	☎(664) 7092	南町1・2・3
垂石 幹男	新町1	☎(665) 7342	鍛冶町2、新町1、三河尻
武田 一志	新町2	☎(664) 5496	新町2・3、清水町
荒木 哲夫	大門町1	☎(664) 6525	大門町1
長岡 敏子	大門町2	☎(664) 6598	大門町2
大松多恵子	大門町3	☎(665) 7554	大門町3・4
武田美喜子	大門町5	☎(665) 8231	大門町5・6
桑原 廣	大門町7	☎(664) 8577	大門東光台、大門町7
渡辺 智子	西之表	☎(664) 8127	西之表、天神
武田 敏恵	学校前	☎(664) 5528	橋本、学校前、久保、南組、北組、蓮台寺
佐藤 千佳	上道	☎(664) 5627	熊沢、宿、上道、荒宿、鬼ノ目、杉下
齋藤百合子	東	☎(666) 2138	大蔵、北山
渡辺江身子	森	☎(666) 2505	北作
吉田 弘	築沢東部	☎(666) 2657	築沢
吉田真智子	畑谷東部	☎(666) 2730	畑谷
鈴木 和夫	根際3	☎(664) 6400	根際1・2・3・4
佐藤菜穂子	根際7	☎(664) 5750	根際5・6・7・8
丹野 長信	要害3	☎(665) 7275	要害1・2・3、下原
横山 正行	大塚4	☎(667) 0271	大塚1・2・3・4
佐藤 乾治	近江1	☎(665) 7116	近江1・2・3
設楽八重子	近江4	☎(665) 8446	近江4・5
沖田 和子	近江6	☎(665) 7121	近江6・7
井上 隆	近江8	☎(665) 8253	近江8・9
山澤 勉	近江4	☎(665) 7657	主任児童委員(町内全域)
安孫子千佳	西町	☎090(1494) 0937	主任児童委員(町内全域)

太鼓を叩いてみませんか

力強い音が心に響く「和太鼓」。リズムに合わせて体を動かす楽しさや、みんなで音を重ねる一体感を味わってみませんか。初心者の方でも安心して参加できます。基本の叩き方から丁寧にお教えしますので、初めての方やお子さんも大歓迎です。

日時/毎週土曜日 午後7時~9時

場所/相模公民館

※詳細は問い合わせください。

申込み・問合せ  
山辺太鼓鶴岡会長奥山吉二郎さん  
☎090(20228) 85579

BGキャンパス親子キャンプ春

BG(ボーイズ・ガールズ)は小学生4人のグループ、親子は親子ごとに1つのテントで過ごします。活動内容は、秘密基地づくりやハイキング、

火起こし体験など盛りだくさん。ミニキャンプファイヤーでは、焼きマシマロも楽しんでます。夕食はカレーを予定しており、ご飯はメスティンで炊きます。朝食はカートンドッグ。さらに、いかだアドベンチャーにも挑戦します。

日時/6月6日(土)~7日(日)

場所/山形市少年自然の家

対象/BGは小学4~6年生の計16人で構成します。親子は、小学生と保護者6組で、学年や人数は問いません。

参加費/1人 2,500円

申込み・問合せ  
どんぐりクラブ佐藤さん  
☎080(33320) 6768

場所/山辺南部公民館

対象者/結婚を希望する方(町内・町外大歓迎)

※男女問わず大歓迎です。家族の方も相談できます。

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

相談担当/山辺町婚活支援員・やまがた

※当日都合のつかない方は、個別に対応します。

※山辺町婚活支援員の会員(縁を取り持つ仲人さん)も募集中です。

申込み・問合せ  
山辺町婚活支援員・やまがた縁結びたい会員 竹俣さん  
☎090(3649) 8828

「憲法週間」にちなみ、法曹三者(山形地方裁判所、山形地方検察庁、山形県弁護士会)による裁判傍聴会を次のとおり行います。

日時/6月25日(木) 午後1時30分~3時45分まで(午後1時5分から受付開始)

場所/山形地方裁判所別館

内容/刑事裁判の傍聴、裁判官・検察官・弁護士による刑事裁判手続および裁判員制度の説明(内容について変更の可能性もあります)。

定員/先着25人

申込み方法/平日午前9時~午後5時までに電話またはMicrosoft formsによる申込み

申込み開始日/5月15日(金)

※ただし、定員になり次第締め切ります。

申込み・問合せ  
山形地方裁判所事務局総務課庶務係  
☎(623) 9513



本人および家族などの結婚に関する悩みごとの相談に応じます。相談は無料で、入金金や各手数料などは一切かかりませんが、事前に申し込みが必要です。

日時/6月14日(日)、28日(日) 午後1時30分~4時

毎月8日と18日は舞米豚の日です！みんなで舞米豚を食べましょう！

やまのべ うま レシピ  
いもの

食生活改善推進員の

切り餅を使って簡単に！  
～豚肉とさつまいものおこわ～

毎月19日は  
食育の日

毎月19日は家族ぞろって  
食事をしましょう。



※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〉(5人分)

- ・精白米 2合
- ・切り餅 1個
- ・豚バラ肉薄切り 100g
- ・さつまいも 120g
- A しょうゆ 小さじ4
- ・みりん 小さじ3
- ・だしの素 小さじ1
- ・黒ごま 小さじ1

〈作り方〉

- ①豚バラ肉は2cm幅に、切り餅は1cm角に切る。
- ②さつまいもは2cm角に切って水にさらす。
- ③炊飯器に洗った精白米とAの調味料を入れて、目盛りまで水を注いで軽く混ぜる。その上に①、②の材料をのせて通常モードで炊飯する。
- ④炊き上がったら、すぐに切り混ぜて茶碗に盛り、黒ごまを振りかけたらできあがり！

【広告】

当社施工にて補助金を活用できます  
雪害による保険代行手続きいたします  
塗装に関する 悩み 相談 見積 無料  
有限会社 飛塚塗装店 023-664-5468

相談内容／労働時間、解雇、



連合山形では、年に4回フリーダイヤルによる「全国一斉集中労働相談ホットライン」を実施しており、今回は「6月男女平等月間」にあわせて働く女性を中心とした労働相談を実施します。  
主催／連合山形  
実施日／6月9日(火)、10日(水)  
午前10時～午後6時まで  
電話相談／フリーダイヤル 0120(154)052  
相談方法／電話相談(女性相談員を配置します)、LINE E相談  
※LINE相談は午前10時～午後2時30分



空き家に関するご相談、ご依頼などお気軽にお問い合わせください。お近くの相談員が対応いたします。  
受付時間／平日 午前10時～午後4時  
問合せ  
(公社) 全日本不動産協会山形県本部  
☎(665)0100

【広告】

井戸水検査キャンペーン実施中！

現在、井戸水を利用している方、災害時に利用を考えている方一度検査してみたいかでしょうか？  
●井戸水検査料：5000円～10,000円(税別：採水料サービス)  
(検査料金は以下の項目種類によって変わります)  
(項目：色度、濁度、味、臭気、pH値、塩化物イオン、(亜)硝酸態窒素、一般細菌、大腸菌)

採水 検査 報告  
ご用命・お問合せ  
環境測定分析コンサル  
株式会社テトラス  
TEL:023-643-3226(大石・半澤)  
山形市大字志戸田550

連合「男女平等月間」全国一斉集中労働相談ホットライン！仕事で悩むあなたを応援します！

雇止め、残業代未払い、賃金カット、職場のパワハラ、カスハラ、休暇、女性差別など、労働に関する相談  
相談料／無料  
問合せ  
連合山形 副事務局長 小川さん  
☎(626)0555

空き家相談窓口のご案内

開業の要件や手続き、費用などのご質問になんでもお答えします。  
受付時間／平日午前10時～午後4時  
問合せ  
(公社) 全日本不動産協会山形県本部  
☎(642)6658

不動産業開業相談窓口のご案内

自社職人による 自社施工の塗装専門店  
外壁・屋根・すべて手塗り  
Home painting beyond  
023-664-5468 有限会社 飛塚塗装店



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.51

保健福祉センター ☎ (667) 1177

## 「ブレスト・アウェアネス」を日常に取り入れてみませんか？

「9人にひとり」という数字を聞いたことはありますか？これは女性が乳がんにかかるリスクを示しています。年間約10万人が乳がんにかかり、女性にとって最も多いがんです。

しかし、乳がんは早期発見・早期治療で90%以上の方が治りうる病気です。そして、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療につながる「ブレスト・アウェアネス」は、女性にとって大切な生活習慣です。

### 乳がんのリスクが高くなる方

次の理由に当てはまる方は、乳がんのリスクが高くなる可能性があります。

- ・初潮年齢が早い
- ・閉経年齢が遅い
- ・家族に乳がんになった人がいる
- …など

### 40歳代から増える乳がん！

乳がんは乳房の中にある乳腺に出来る悪性腫瘍で30歳代後半から増加し、40歳代後半に最も多く発生しています。

### 「ブレスト・アウェアネス」って？

『乳房を意識する生活習慣』を意味しています。女性が乳房の状態に日頃から関心を持つことにより、乳房の変化に気づきやすくなります。「あれ、なにか違うな」と感じたら速やかに医師に相談するという正しい受診行動を身につけましょう。

### 4つのポイント

- ①自分の乳房の状態を知る
- ②乳房の変化に気を付ける
- ③変化に気がついたらすぐ医師に相談する
- ④40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける

### 日常に取り入れてみませんか？

自分の普段の乳房の状態が分からないと違和感に気づけません。変化に気づくためにも、日頃から自分の乳房をチェックしてみましよう。乳がんを見つけようという意識ではなく、自分の乳房の感じや月経周期による変化を知っておくことが大切です。

### 触ってCheck



- ①両腕を下げた状態で乳房の形を鏡で見ます。両腕を上げた時、くぼみ・ひきつれ・乳首のへこみ・湿疹のようなただれはありませんか？

### 入浴時やシャワーで体を洗う時など



- ②仰向けの状態で、乳房が胸の上に平均に広がるように寝ます。指の腹で圧迫するように乳房や脇の下に触れた時、固く小さなしこりはありますか？
- ③左右の乳首を指で軽くつまみ、キュッとしぼった時、血のような液体はでませんか？

●人のうごき (令和8年5月1日現在) ※ ( ) 内は前月からの増減

人口13,013人 (-11) 【男6,407人 (-4) 女6,606人 (-7)】 世帯数4,847 (+6) 出生2人 死亡19人 転入35人 転出29人