

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）

心静かに書き写す
博士の想い



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/>



▲7月28日、安達博士とゆかりのある了廣寺で、博士が残した言葉を書き写す「書写体験」が行われました。「武力での解決では無い、武器を捨てて、平和に生きる世界を…」参加者は、安達博士が残した言葉や仏教の教えに触れながら、その意味や込められた思いを感じ、平和について改めて考える機会となりました。

おたふくかぜ予防接種費用を助成します

対象／接種日に1歳になる方から令和8年度に年長児期（令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ）のお子さん

助成額／3,000円（1人につき1回限り）

接種期間／令和9年3月31日(水)まで

※予診票は医療機関のものをお使いください。

※おたふくかぜは任意予防接種のため接種券は必要ありません。

※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。



高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種を受けましょう

対象／町内在住で①、②のいずれかに当てはまる方

①次の年齢に当てはまる方

接種日時点で65歳の方

②60歳～64歳の方で、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／接種費用：11,720円、助成額：5,920円、自己負担額：5,800円

接種期間／令和9年3月31日(水)まで

※一人につき1回のみの助成です。

※町外の医療機関で接種する場合は、医療機関によって接種料金が異なるため、自己負担額も異なることがあります。お会計の際に、各医療機関が定める接種料金から助成額を差し引いた金額をお支払いください。

※一部医療機関では、接種費用全額を支払い後に保健福祉センターで払戻の手続きが必要となります。詳しくはお問い合わせください。

※接種するときは、事前に医療機関へ予約をしてください。



問合せ 保健福祉センター ☎（667）1177

定期予防接種を受けましょう！

町では法律に基づく定期予防接種を実施しており、対象となるお子さんの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
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
ヒブ	追加	初回接種終了後7カ月以上 （※2～60カ月未満）	1回
四種混合 （ジフテリア、百日せき、破傷風、不活化ポリオ）	1期追加	1期初回終了後12～18カ月（※90カ月未満）	1回
	※四種混合ワクチン製造終了のため、在庫が不足しています。在庫がない場合は五種混合ワクチンまたは三種混合ワクチンでの対応となりますので、医療機関にご確認ください。		
五種混合 （ジフテリア、百日せき、破傷風、不活化ポリオ、ヒブ）	1期初回	生後2～7カ月（※2～90カ月未満）	20日以上の間隔をおいて3回
	1期追加	生後6～18カ月（※90カ月未満）	1回
二種混合		満11歳（※11歳～13歳未満）	1回
B C G（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	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19年4月1日までに生まれた20歳未満の方は、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		小学校6年～高校1年相当の女子が対象。接種開始時期により回数が異なりますので、医療機関にご確認ください。	2～3回
水痘（みずぼうそう）		生後12～36カ月未満	半年～1年の間隔をおいて2回
B型肝炎		生後2～9カ月（※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
RSウイルス感染症		接種時点で、妊娠28週0日～36週6日までの妊婦	1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、マイナンバーカード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。

10月から接種開始するもの

季節性インフルエンザ予防接種の費用を助成します

下記の方へ助成を行います（1シーズン1回限り）。

接種期間／10月1日(木)～令和9年1月31日(日)まで

助 成 対 象 者	町から助成が受けられる額
小学1年生～中学2年生	1,500円助成
生後6カ月～年長児、中学3年生	2,000円助成

生後6カ月～
中学3年生対象

【助成申請・お手続きについて】

町内実施医療機関と町外の一部医療機関ではお会計の際に接種料金から助成額が差引かれますので、お手続きは必要ありません。差額分を医療機関でお支払いください。
※実施医療機関については、保健福祉センターまでお問い合わせください。
※接種対象者が限られている医療機関もありますので、ご注意ください。

その他の医療機関については、接種費用全額支払い後に保健福祉センターで払戻の手続きが必要となります。払戻のお手続きについてなど、詳しくは保健福祉センターまでお問い合わせください。

高齢者新型コロナワクチン接種の費用を助成します

接種期間／10月1日(木)～令和9年3月31日(水)まで

対象／65歳以上の方、60歳～64歳で心臓や腎臓、呼吸器などに重い病気のある方（身体障害者手帳1級相当）

助成額／7,800円 自己負担額は7,800円程度です。

65歳以上の方対象

季節性インフルエンザ予防接種の費用を助成します

接種期間／10月1日(木)～令和9年1月31日(日)まで

対象／65歳以上の方、60歳～64歳で心臓や腎臓、呼吸器などに重い病気のある方（身体障害者手帳1級相当）

助成額／2,000円 町内医療機関の場合：自己負担額は1,800円程度です。

山形県内の医療機関（山形県医師会へ加入している医療機関）で、お会計の際に接種料金から助成額が差引されます。手続きの必要はありません。差額分を医療機関でお支払いください。
ただし、一部医療機関では、接種費用全額支払い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。
※払い戻しが必要な医療機関の確認や手続きなどは保健福祉センターまでお問い合わせください。

問合せ 保健福祉センター ☎（６６７）１１７７

高齢者带状疱疹ワクチン予防接種を受けましょう

带状疱疹ワクチンには乾燥弱毒生水痘ワクチン（生ワクチン）と乾燥組換え带状疱疹ワクチン（不活化（組換え）ワクチン）の２種類があり、いずれか１種類を接種します。

対象／山辺町在住で下記①、②のいずれかに当てはまる方

①令和8年度中（令和9年3月31日(水)まで）に次の年齢になる方

【65歳】（昭和36年4月2日～昭和37年4月1日生）	【70歳】（昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生）
【75歳】（昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生）	【80歳】（昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生）
【85歳】（昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生）	【90歳】（昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生）
【95歳】（昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生）	【100歳】（大正15年4月2日～昭和2年4月1日生）

※5歳ごとの接種は令和12年3月31日までの経過措置となります。

②60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障がいがあり日常生活がほとんど不可能な方

○接種費用と助成額

種 類	接種費用（1回あたり）	助成額（1回あたり）	自己負担額（1回あたり）
生ワクチン	9,000円	4,500円	4,500円
不活化（組換え） ワクチン	22,000円	11,000円	11,000円

※生ワクチンは1回、不活化（組換え）ワクチンは2カ月以上の間隔を置いて2回接種します。不活化（組換え）ワクチンを接種される場合、接種期間内に2回目の接種が終了するようご注意ください。（令和9年4月以降の接種は全額自己負担になります。）

※町外の医療機関で接種する場合は、医療機関によって接種費用が異なるため、自己負担額も異なることがあります。お会計の際に、各医療機関が定める接種費用から助成額を差し引いた金額をお支払いください。

※子どもの水痘ワクチン不足にならないよう、なるべく带状疱疹ワクチン（不活化（組換え）ワクチン）を接種してください。

接種期間／令和9年3月31日(水)まで

接種するときは、事前に医療機関へ予約をしてください。

問合せ 保健福祉センター ☎（６６７）１１７７



のべらボVol.9

みんなの好きと得意でつくるまちの文化祭

7月26日に山辺町中央公園・武道館にて、山辺町、(株)パストラボ、東北芸術工科大学の三者協働による「のべらボVol.9」が開催されました。当日は、フードやマルシェ、ワークショップなど、さまざまなブースが出展。会場は過去最高の来場者でにぎわい、子どもから大人まで幅広い世代の方がイベントを楽しむ姿が見られ、笑顔あふれる一日となりました。



ワークショップやマルシェ、防災体験など、多彩なブースが盛りだくさん！

日本赤十字社山形県支部山辺町分区 災害時簡易トイレが交付されました

日本赤十字社山形県支部より災害救護活動用器材として、自動ラップ式簡易トイレが7月23日に交付されました。水を使わずに排泄物を1回ごとと密封し、処分まで簡単に行うことができます。バッテリーが備わっているため、断水や停電時にも使用可能です。近年、各地で災害が多発していることから、災害時の備えとして有効活用していきます。



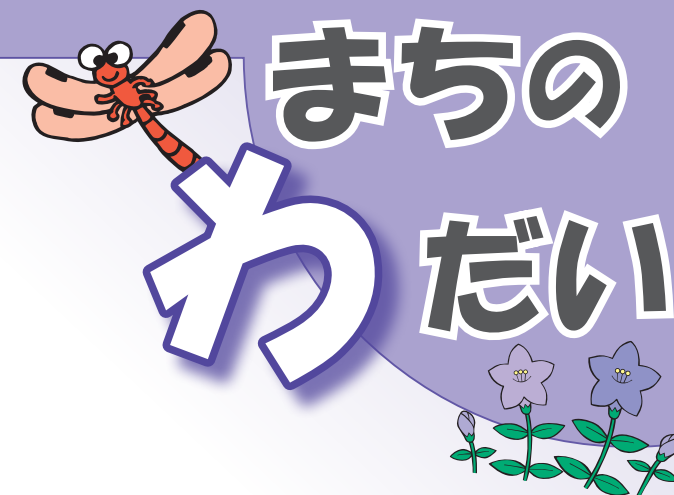
断水や停電時にも使用できる簡易トイレ



男女平等の社会について理解を深めました

男女共同参画出前講座 自分らしく生きる社会へ

7月21日、22日に山辺中学校で中学1年生を対象に男女共同参画出前講座を開催しました。講座では、ジェンダーやワーク・ライフ・バランスについて一緒に考え、一人ひとりが自分らしく生きられる社会について学びました。



仲間との再会を喜び、楽しい時間を過ごしました



二十歳という節目を仲間とともに笑顔で祝いました

令和8年度山辺町二十歳を祝う会 笑顔で迎えた二十歳の門出

夏の陽気に包まれた8月15日、中央公民館で「令和8年度山辺町二十歳を祝う会」が開かれ、平成17年度生まれの対象者159人のうち110人が出席しました。

式典では、二十歳を祝う会実行委員長の真木太希さんまき たいきが出席者を代表し、「これまで支えてくれた家族や友人への感謝を伝えるとともに、何事にも挑戦していく」と決意を述べました。

式典後の記念イベントでは、やまべ牛乳で乾杯。久しぶりに再会した友人と学生時代の思い出を語り合い、笑顔が広がりました。

やまのべ・まるごと・夏祭り 夏を“まるごと”楽しもう！

8月11日～16日にかけて、町内各地区で盆踊り大会が開催されました。山辺地区では8月11日、今年度から「やまのべ・まるごと・夏祭り」と名称を改め、さまざまな催しが行われ、多くの出店が並びました。これまで雨の影響などで開催できない年が続いていましたが、今年は4年ぶりに開催。工藤綾乃さんくどう あやのによるスペシャルライブも行われ、会場には多くの人が集まりました。参加者は音楽に合わせて笑顔で踊るなど、にぎやかな夏の夜を楽しみました。



4年ぶりの開催で、会場は笑顔と熱気でいっぱい



盛り上がりも最高潮に！





やまべ学童クラブ

元気いっぱい！やまべ学童夏祭り

8月6日、やまべ学童クラブによる夏祭りが町武道館で開催されました。今年は会場を武道館に移し、子どもたちが自ら考え、準備した射的やお化け屋敷など、夏祭りらしいお店が並びました。会場には元気な声が響き、各ブースを巡りながら夏祭りを満喫しました。



当たるかな？狙いを定めて射的に挑戦！



eスポーツで元気に体を動かしました

山辺町更生保護女性会

地域の人みんなで楽しく交流！

8月4日、山辺町更生保護女性会が主催のミニ集会が開かれました。この取り組みは、夏休みなどを利用して地域の子どもから大人までが交流するもので、各地区で開催されています。第3分団地区では「ミニ集会对賢キッズ&地域食堂」と題し、eスポーツやスイカ割りで盛り上がりしました。最後は、手作りのホットドッグをみんなで味わい、思い出に残る一日となりました。



クイズ形式で減塩について理解を深めていました

山辺町保健福祉センター

輝らりまつり初開催！

8月20日、山辺町保健福祉センターで輝らりまつりが開催されました。会場では、ベジチェックや体組成測定などができる健康チェックコーナー、減塩について学ぶコーナーなどが設けられ、多くの来場者でにぎわいました。参加者は、楽しみながら自身の健康について学び、健康づくりへの関心を深めていました。



声磨きで健康に！

令和8年度商工業永年勤続者表彰式

長年の功績に敬意を込めて

7月30日、町と町商工会共催による「令和8年度商工業永年勤続者表彰式」が中央公民館で行われました。町内事業所に5年以上～40年以上勤務する32名の方々を表彰。長年にわたり地域産業の発展に尽力された功績を称えました。また、特別表彰としてオリエンタルカーペット株式会社、米富繊維株式会社が表彰されました。



表彰を受けた皆さん

山辺町・日立市交流協会

親子ツアーで日立市の魅力を満喫！

『2026夏休み！親子で日立市かみねレジャーランドと大洗水族館へ行こう』が友好都市・茨城県日立市で8月1日から2日間にわたり開催されました。町内の小学生親子10組が参加し、日立市の文化や食、自然に触れ、友好都市への理解を深める充実したツアーとなりました。



日立市を満喫し、充実した2日間を過ごしました



みんなで協力して蒸しパンづくり

山辺町食生活改善推進協議会

親子で一緒にお菓子づくり♪

7月30日、山辺町食生活改善推進協議会による「親子でお菓子づくり」が開催されました。蒸しパンづくりに挑戦した親子は、食改の皆さんに教えてもらいながら、生地を混ぜたり盛り付けをしたりと協力して、愛情がたっぷり詰まったおいしい蒸しパンができあがりました。

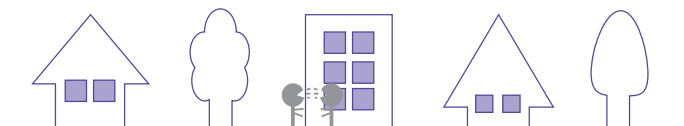
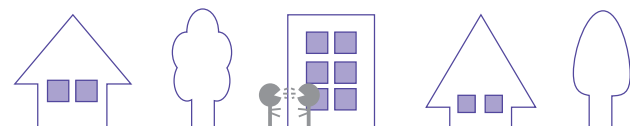


子どもたちは舞子さんの華やかさに魅了されていました

安達峰一郎記念保育所

初めての舞子さんにうっとり

7月31日、安達峰一郎記念保育所に「やまがた舞子」の方々が訪れました。園児たちは、美しい踊りや華やかな着物姿に見入りながら、舞子さんの所作や三味線の音色に興味津々。舞子さんについてのクイズや、三味線の音に合わせてみんなで花笠踊りを楽しみ、日本の伝統文化に親しみました。



お知らせ

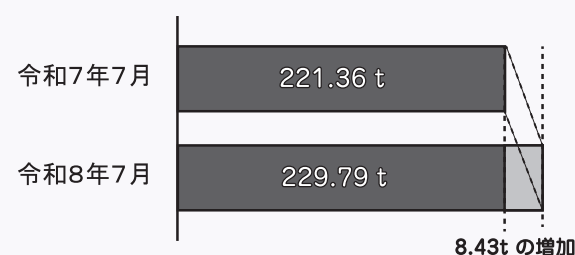
INFORMATION

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



7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。また、町公式LINEより粗大ごみの予約ができます。ぜひご活用ください。



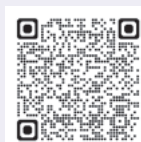
※令和7年7月との比較+8.43 t
(家庭系：+0.69 t、事業系：+7.74 t)

ごみ分別アプリを利用しましょう

【ごみ分別アプリ】



iPhone、iOS
端末をお使い
の方



Android端末
をお使いの方

【町公式LINE】



モンテディオ山形ホームゲーム「市町村応援デー」のお知らせ

モンテディオ山形が実施する「市町村地域応援デー」が開催されます。J2で熱戦を繰り広げるモンテディオ山形に、あなたの熱い声援を送ってみませんか。

期日／9月26日(土) 午後5時キックオフ

対象／山辺町に在住・在勤の方

対戦チーム／サガン鳥栖

会場／NDソフトスタジアム山形

応援デー実施概要／一般ホーム自由席・自由南席（前売券1,300円）、一般バックスタンドゾーン1・4（前売券2,000円）、特別価格で購入いただけます。小中高生は、ホーム自由席無料。

※当日券は前売券と料金が異なります。詳しくはモンテディオ山形ホームページをご確認ください。

応援デー席券購入方法／モンテディオ山形オフィシャルサイトページの市町村応援デー

モンテディオ山形が実施する「市町村地域応援デー」が開催されます。J2で熱戦を繰り広げるモンテディオ山形に、あなたの熱い声援を送ってみませんか。

期日／9月26日(土) 午後5時キックオフ

対象／山辺町に在住・在勤の方

対戦チーム／サガン鳥栖

会場／NDソフトスタジアム山形

応援デー実施概要／一般ホーム自由席・自由南席（前売券1,300円）、一般バックスタンドゾーン1・4（前売券2,000円）、特別価格で購入いただけます。小中高生は、ホーム自由席無料。

※当日券は前売券と料金が異なります。詳しくはモンテディオ山形ホームページをご確認ください。

応援デー席券購入方法／モンテディオ山形オフィシャルサイトページの市町村応援デー



問合せ
教育課 スポーツ振興係
☎（６６７）１１１５

令和8年度山辺町総合防災訓練(避難訓練)

および 防災フェスティバル を開催します

今年の山辺町総合防災訓練は、大規模な地震が発生した想定での避難訓練を実施します。町民の皆さんは、午前9時00分の防災放送塔からの放送と同時に、ご自宅などで「姿勢を低くする」、「頭を守る」、「動かない」といった身を守る行動をとっていただき、その後、ガスの元栓や電気のブレーカーなどの確認をして、中央公園すば一く山辺へ避難してください。

災害時は、一人ひとりの適切な行動が被害を最小限に抑えることにつながります。いざという時のために、防災訓練に参加しましょう。

また、昨年に引き続き、防災を身近に感じていただくための防災フェスティバルを開催します。働く車の展示や自衛隊による炊き出しなど、地震・火災・水害などの災害に備えるための体験型イベントが盛りだくさんです。防災グッズの展示・販売もあります。いざというときに役立つ知識を、楽しみながら身につけましょう！



日時 10月4日(日) 午前9時～正午ごろ

会場 中央公園、町民総合体育館

内容 避難訓練、防災フェスティバル



～避難訓練～（自由参加）

午前9時00分 地震発生
(防災放送にて周知)

午前9時03分 避難開始
(防災放送にて避難開始周知)

午前9時40分 避難完了(すば一く山辺)

午前9時45分 避難訓練終了



※災害、天候などの影響により、訓練が中止になる場合があります。

～防災フェスティバル～（自由参加）

午前10時00分 防災フェス開始

- ・火災防ぎょ訓練
- ・防災グッズ販売
- ・自衛隊による炊き出し
- ・陸上自衛隊第20普通科連隊長による防災講話など
- ・車両展示
- ・放水体験
- ・土のう作り体験

正午頃 防災フェス終了

※詳細は町ホームページにてご確認ください。



問合せ 防災対策課 危機管理係 ☎（６６７）１１１９

10月は歩いて健康づくり！
「オクトーバー・ラン&ウォーク」に参加しませんか？

全国自治体対抗のウォーキング・ランニングイベント「オクトーバー・ラン&ウォーク」が10月1日(木)～31日(土)まで開催されます。スマートフォン専用のアプリを使って、期間中の歩数や走行距離を記録するだけで気軽に参加できます。年齢や体力に関係なく、自分のペースで楽しみながら健康づくりに取り組めるイベントです。

参加者の歩数や距離は自治体ごとに集計され、全国ランキングにも反映されます。また、日頃の散歩や通勤、買い物など、いつもの生活の中で無理なく参加できます。この機会に、ご家族やご友人と一緒に、楽しみながら運動習慣づくりを始めてみませんか。なお、上位自治体には表彰が行われます。

開催期間／10月1日(木)～31日(土)
参加方法
・スマートフォンに専用アプリをダウンロード
・アプリ内で参加自治体を選択
・エントリリー完了後、10月1日(木)から歩数、走行距離を記録
参加申し込み期間／10月31日(土)まで
参加料／無料



公式サイト

問合せ
教育課 スポーツ振興係
☎(667) 1115

Taikensha
後藤ひろひと講演会開催!!

今回のTaikenshaの講師は、山形市出身の劇作家「後藤ひろひと」さん。昨年度に引き続き、後藤ひろひとさんがゲストをお呼びして語ってくれる大人気コーナー『ひろのべ』vol.2を開催します！

今回のゲストは、俳優 松尾貴史さん。おふたりの出会いとは？お互いの魅力は？などなど、深掘りしていきます！
日時／9月29日(火) 午後7時～
場所／中央公民館
受講料／2,000円(高校生以下無料)
演題／『ひろのべ』vol.2 大王、こと後藤ひろひとさんが山辺に誰かを連れてきて語ります！

問合せ
中央公民館
☎(664) 6033

人工透析を受けている方へ
通院費の一部を助成します

人工透析を受けている方の経済的負担を軽減するため、医療機関への通院に必要な交通費の一部を助成します。
対象／町内在住者のうち、人工透析治療のため交通機関(自家用車を含む)を利用して通院している身体障がい者の方
※本人および世帯の所得税の

課税状況により該当にならない場合があります。
対象期間／令和8年4月～9月まで
持ち物／申請書類一式、身体障害者手帳、振込み先の通帳の写し
※申請書類には、医療機関から記入していただく書類があります。必要書類は保健福祉課福祉係(役場1階②番窓口)に用意しております。
申請期限／10月16日(金)【期限厳守】

申込み・問合せ
保健福祉課 福祉係
☎(667) 1107



「子育て支援者養成講座」の受講者を募集します

子育ての手助けをしたい方、子育て経験を生かして何かを始めたいと思っている方やファミリー・サポート・センターの活動に興味のある方など、たくさんの方の参加をお待ちしています。

開催日／10月28日(水)～11月17日(火)のうち9日間
場所／山辺町保健福祉センター「輝りやまのべ」検診室
内容／保育の心、子どもの発育と病気、栄養と食生活、子どもの世話や遊びなど多方面から学びます。講師は、小児科医や保育士、栄養士、心理の専門家の方々です。また、講義だけでなく、手遊びなどの楽しい実技もあります。

申込期限／10月21日(水)
受講料／無料
※別途テキスト代3,200円が発生しますが、山辺町・中山町ファミリー・サポート・センターの援助会員として活動する場合はテキスト代も無

料になります。
その他／全課程修了者には、一般財団法人女性労働協会の修了証が交付されます。

申込み・問合せ
山辺町・中山町ファミリー・サポート・センター
(月曜日～金曜日 午前9時～午後5時)
☎(687) 1720
FAX: (687) 1721



在宅酸素療法を行っている方へ電気料金の一部を助成します

在宅酸素療法を行っている方のうち、医療費の助成が適用されない身体障がい者の経済的負担を軽減するため、電気料金の一部を助成します。
対象／町内在住者のうち、呼吸器機能障害で等級が3級お

よび4級の身体障害者手帳を所持しており、かつ医師の指示で在宅酸素療法を行っている方

助成額／月額1,600円
対象期間／令和8年4月～9月
持ち物／申請書、身体障害者手帳、振込み先の通帳の写し
申請期限／10月16日(金)【期限厳守】
※はじめて申請される方は事前登録が必要です。必要書類は保健福祉課福祉係(役場1階②番窓口)に用意しております。

申込み・問合せ
保健福祉課 福祉係
☎(667) 1107



税務署総合窓口における受付時間について

各種オンライン手続きの拡充を鑑み、令和8年10月1日以降、全ての税務署で総合窓口における受付時間を、原則として午前9時から午後3時とするとなりました。

なお、総合窓口の受付時間外であっても、開庁時間内(午前8時30分から午後5時)に来署された場合は、必要な対応を行った上で、次回以降は受付時間内に来署いただくという旨を案内することとしております。

※総合窓口では申告・申請書などの受理、用紙の交付、国税の納付手続、納税証明書の交付などを行っております。

問合せ
山形税務署管理運営部門
☎(622) 1611
※音声ガイダンスに従って2番を選択してください。

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

まいまいとん
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

食生活改善推進員の

やさしい甘さを感じる
～鶏手羽のマーマレード煮～



〈材料〉(5人分)

鶏手羽中	15本	A	水	150ml
キャベツ	350g		マーマレードジャム	大さじ2.5
にんじん	1本		酒	大さじ2.5
ブロッコリー	150g		しょうゆ	大さじ2.5
サラダ油	小さじ2		貝割れ大根	適量

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。

※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キャベツはざく切り、にんじんは5mm厚さの輪切りにする。ブロッコリーは子房に分ける。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、鶏手羽中を焼く。焼き色がついてきたらキャベツ・にんじん・Aの調味料を加え、アルミホイルで落とし蓋をして中火で10分間煮る。
- ③②にブロッコリーを加え、蓋をしてさらに10分間煮る。※たまに全体を混ぜ合わせる。
- ④器に盛りつけ、貝割れ大根を添えたらできあがり！

結婚相談会を開催 します

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、入会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／10月11日(日)、18日(日)
午後1時30分～4時

場所／山辺南部公民館

対象／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・やまがた縁結びたい会員
※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

A i ナビやまがたの登録料が改定されます

1対1の出会いの機会を提供するマッチングシステム「A i ナビやまがた」の登録料改定が実施されます。

改定日／令和8年9月15日 改定内容／従来：1万円(会員期間：2年間)改定後：1年会員…5,000円(新規登録時)、3,000円(更新時) 2年会員…7,000円(新規登録・更新時)

※詳しくは、やまがたハッピーサポートセンターホームページをご覧ください。

申込み・問合せ やまがたハッピーサポートセンター ☎(687)1972

ソロプチミスト山 辺☆感謝チャリ ティー茶会&バ ザーを開催します

日時／10月4日(日) 午前10時～午後2時

場所／中央公民館1階集会室・研修室

茶券／800円

※バザーのみ参加は無料

主催／国際ソロプチミスト山辺

申込み・問合せ

国際ソロプチミスト山辺

会長 後藤さん

☎090(9536)7973

「ひきこもり」に ついて学ぶ会を 実施します

村山保健所では、ひきこもりについて悩んでいるご家族を対象に学習会を開催します。

この機会にひきこもりについて学び、ご家族ができることを考えてみませんか。

日時／10月23日(金) 午後1時30分～4時

会場／村山総合支庁西村山地域振興局 西棟3階講堂(寒河江市大字西根字石川西355)
定員／20人
参加費／無料
申込期限／10月16日(金)まで電話またはやまがたe申請でお申し込みください。



申込み・問合せ

村山保健所 精神保健福祉担当

☎(627)1184

ワークショップ「竹 あかりをつくり」

好きな絵柄の模様を貼り付け、竹に穴をあけ灯りを灯すと、見ているだけで心が落ち着くような竹あかりが出来上がります。

日時／10月18日(日) 午前9時～
対象／小学生以上(低学年の場合は保護者同伴)
場所／相模公民館
定員／先着20人(定員に達し次第締め切ります。)

山辺の里スポーツ クラブ「星ふる ロードを歩こう」

きれいな夜景を眺めながら、星ふるロードを歩きましょう。

日時／10月9日～11月13日毎週金曜日(全6回) 午後7時30分～8時30分(雨天中止の場合あり)

集合場所／町民総合体育館前

歩く場所／町中央公園周辺・星ふるロード

募集人数／15人程度

参加料／山辺の里スポーツクラブ会員の方は無料。それ以外の方は600円

※会員以外の方の料金には、レクリエーション保険料が含まれています。

服装／ウォーキングに適した服装

申込み方法／所定の申込書に

参加料を添えてお申し込みください。
申込期限／10月2日(金)
申込み受け付け時間／平日の正午～午後4時
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

第8回あやぎ祭り2026を開催 します

山形県立中央病院で「第8回あやぎ祭り2026」を開催します。お誘い合わせの上お気軽にご来場ください。

日時／9月27日(日) 午前10時～午後3時

内容／ドクターヘリの見学会やロビーでの演奏、踊りのイベント、出店、病院の特性を活かした各種健康チェックや体験コーナーなど

問合せ

県立中央病院

☎(685)2626



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.53

保健福祉センター ☎ (667) 1177

守ろう こころといのち

9月10日～16日は「自殺予防週間」です。

今回のコラムではこころの病気とゲートキーパー(相談窓口)について、ご紹介します。

こころの病気は、誰でもかかりうる病気です。生涯を通じて4人に1人がこころの病気にかかるともいわれています。こころの病気は特別な人にかかるものではなく、誰でもかかる可能性のある病気といえるでしょう。



こころの病気の初期サイン

こころの病気になるときは、多くの場合、少しずつ病気のサインが出ているものです。こころの病気の初期サインを知り、サインが出ていることに気がついたら、早めに専門家に相談するようにしましょう。

- ✓ 気分が沈む、憂うつ
- ✓ 何をするのにとも元気が出ない
- ✓ イライラする、怒りっぽい
- ✓ 理由もないのに、不安な気持ちになる
- ✓ 気持ちが落ち着かない
- ✓ 胸がドキドキする、息苦しい

- ✓ 何度も確かめないと気がすまない
- ✓ 周りに誰もいないのに、人の声が聞こえてくる
- ✓ 誰かが自分の悪口を言っている
- ✓ 何も食べたくない、食事がおいしくない
- ✓ なかなか寝つけない、熟睡できない
- ✓ 夜中に何度も目が覚める



早期の治療が大切です

こころの病気は、治療にある程度の期間が必要な場合も少なくありません。一概に、どれくらいで回復できるかはいえませんが、早めに治療するほど、重症化や慢性化を防ぐことができます。



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、資格が必要な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。町や県でも養成講座を開催していますので、ぜひ受講していただき、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。



相談窓口について ～相談窓口は多数ありますが、いくつかご紹介します～

【電話相談】

- ・こころの健康相談統一ダイヤル 午前9時～正午、午後1時～5時(土日祝除く) ☎ 0570 (064) 556
- ・よりそいホットライン 24時間対応 ☎ 0120 (279) 338
- ・山形いのちの電話 午後1時～10時 ☎ (645) 4343

【子ども向け電話相談窓口】

- ・チャイルドライン
月～土：午後4時～9時 第4日曜日：午後4時～6時30分(年末年始除く) ☎ 0120 (99) 7777
- ・24時間子供SOSダイヤル ☎ 0120 (0) 78310
- ・子どもの人権110番 平日 午前8時30分～午後5時15分 ☎ 0120 (007) 110

LINE相談

こころの健康相談@山形(山形県)
午後6時30分～10時(年末年始除く)



親子のための相談LINE
平日 午前8時30分～午後5時15分



出典：こころの情報サイト(国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所)

●人のうごき(令和8年9月1日現在) ※ () 内は前月からの増減

人口12,973人(+2)【男6,377人(-5) 女6,596人(+7)】 世帯数4,845(+7) 出生5人 死亡13人 転入26人 転出16人