

No.1519

市
報

つみのやま

3

2020.3月号

また来たくなるまち ずっと居たいまち ～クアオルト かみのやま～

加勢鳥様のお出ましだ！

加勢鳥
上山市民俗行事
Kasedori





1_加勢鳥保存会のみなさんが息の合った音色で祭りを盛り上げた／2_勢いよく祝い水!子どもたちから笑みがこぼれる／3_今年も海外からたくさんのファンが訪れた／4_「踊りが面白くて好き」と子どもカメラマンもカメラを構える／5_願いを込め、加勢鳥の頭部にタオルを巻くのも行事の楽しみ方の一つ／6_加勢鳥が通るコース各所では、市民のみなさんが「食」でおもてなし。訪れた人々の心と体を温めた／7_加勢鳥とともにたくさんの人が市内を練り歩いた



加勢鳥

セドリ

上山市民俗行事
Kasedori

寒さ残る2月11日、上山市民俗行事「加勢鳥」が市内で繰り広げられ、県内外や海外から参加した34羽の加勢鳥たちが跳ねまわりました。

五穀豊穰・商売繁盛・火の用心などを願う「祝い水」が豪快に浴びせられると、冷たさに歯を食いしばる加勢鳥たちの姿に、訪れた人々から大歓声が沸き起こりました。

初参加の中村 孝さん（山形市）は「初めは冷たさに震えていましたが、祝い水をかけたみなさんが笑顔になると、こちらもだんだんと笑顔になり、気持ちよくなってきました」と微笑みました。

伝統を引き継ぎ跳ねる加勢鳥たち、支える人々、躍動する一瞬を収めようとシャッターを切るカメラマン、加勢鳥にちなんだ食に舌鼓を打つ人…。加勢鳥への関わり方・楽しみ方は人それぞれ。多くの人が集い、魅力を楽しみ尽くしました。



まちくくアオルトかみのやま」を設定。その実現に向け、さまざまな施策を市民のみなさんとともに推進してきました。

**ずっと居たいと思えるまちに
後期4年間の取組**

前期基本計画の最終年度である今年度、前期4年間の成果・課題を整理するとともに、市民のみなさんの意向を把握するため、9月から上山市振興審議会を開催。1月28日、市長へ答申を行い、「後期基本計画」を策定しました。

検討の結果、計画の根本となる将来都市像や将来指標などの「基本構想」、実現の柱となる「施策の大綱」などは変更せず、各施策について目標を達成するために、現状を踏まえた修正を行いました。

本計画の実現には、これまで以上に、市民、地域・団体、事業者、行政、それぞれが役割を果たしながら、協創していくことが重要です。

行政も各施策に着実に取り組みますので、みなさんのご協力をお願いします。

■将来都市像実現のための6本柱



①はぐくむ 笑顔いっぱいのまち

【主な施策】◇未婚男女の交流会◇インフルエンザ予防接種費用の一部助成◇病児保育施設の支援◇小中学校のICT化◇ホストタウン関連事業 など



③にぎわう 魅力と活力あふれるまち

【主な施策】◇かみのやま温泉インター産業団地の分譲◇中心商店街の活性化◇ワインツーリズム、インバウンド対策◇有害鳥獣対策 など



⑤つながる みんなで創る住みよいまち

【主な施策】◇市民団体のまちづくり活動支援◇ドイツ・ドナウエッシングゲン市との交流◇クアオルトを通じた広域連携の推進 など



②やすらぐ 元気であたたかいまち

【主な施策】◇ICTを生かした健康ポイント事業◇高齢者サロン「まじゃれ」の運営◇障がい者世帯の除雪費助成 など



④うるおう 快適に暮らせるまち

【主な施策】◇市営バス・市営予約制乗合タクシーの運行◇若者・子育て世帯向け住宅建設の支援◇空き家対策◇防災ラジオの整備 など



⑥すすめる 施策実現のための行政運営

【主な施策】◇市報・SNSを活用した市政情報の発信◇ふるさと納税◇かみのやまファンクラブの運営◇持続可能な財政運営 など

第7次上山市振興計画 後期基本計画 を策定しました

●問合せ 市政戦略課 内線221

本市が目指すべき道を示す
「羅針盤」として

昨今、少子高齢化や人口減少が叫ばれていますが、本市もその例外ではありません。

時代の流れを見据えながら、上山の明るい未来を切り拓いていくため、平成28年度、本市はその指針となる「第7次上山市振興計画」を策定しました。計画では、目指す将来都市像として「また来なくなるまちずっと居たい

■将来指標

将来指標①

令和5年度人口
28,700人



将来指標②

住み続けたい率
80%



将来指標③

クアオルト認知度
90%



■計画の構成

基本構想

基本計画

実施計画

①基本構想（平成28年度～令和5年度）

市民、地域・団体、事業者、行政、みんなの計画。将来都市像や基本的な方向性、役割分担を定めています。

②基本計画（前期4年、後期4年）

行政が行う計画。基本構想で定めた目標を実現するため、行政が役割を果たしていくべき手段を施策として示します。

③実施計画（毎年度検証）

行政が行う計画。基本計画を達成するための手段で、財政状況や社会情勢を加味し、事業として示します。

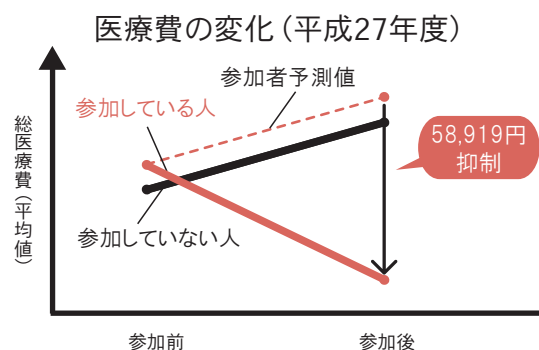
TOPIC

計画をみなさんにお知らせ 地区説明会を開催

第7次上山市振興計画後期基本計画の策定に伴い、本計画の地区説明会を1月28日～2月17日にかけて、各地区公民館10か所で開催。出席した市民のみなさんと意見を交わしました。



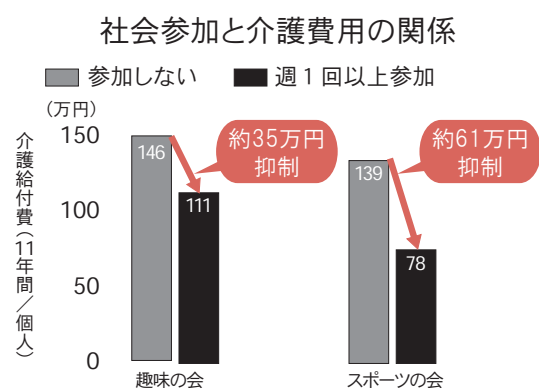
！ 運動習慣や社会参加が 「医療費」「介護給付費」の抑制に



◀毎日ウォーキングに年間5回以上参加している人が、実際にかかった医療費と、参加しなかった場合にかかったであろう医療費を比較したもの。

平成28・29年度にも同様の調査を実施し、3年間の平均で、1人当たり年間約48,000円の医療費の抑制が見られた。

※山下和彦教授（了徳寺大学）らによる分析
※参加者予測値…年齢・性別・参加前の医療費・現病歴をそろえた人々の医療費の変化より算出

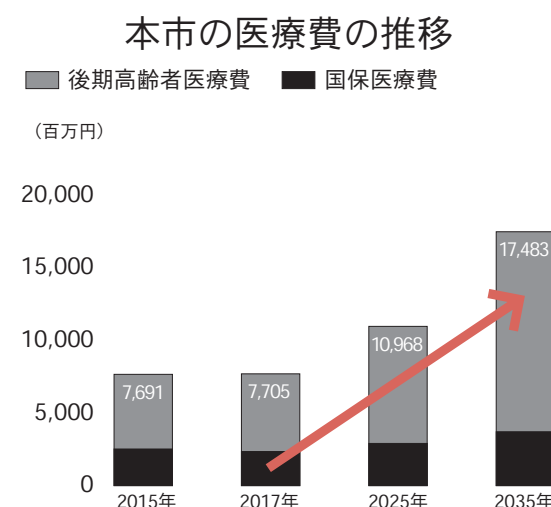


◀齊藤雅茂准教授（日本福祉大学）らが行った「運動と介護給付費抑制の分析」によると、趣味の会やスポーツの会に参加していた人は、介護費用が抑制されることが認められている。

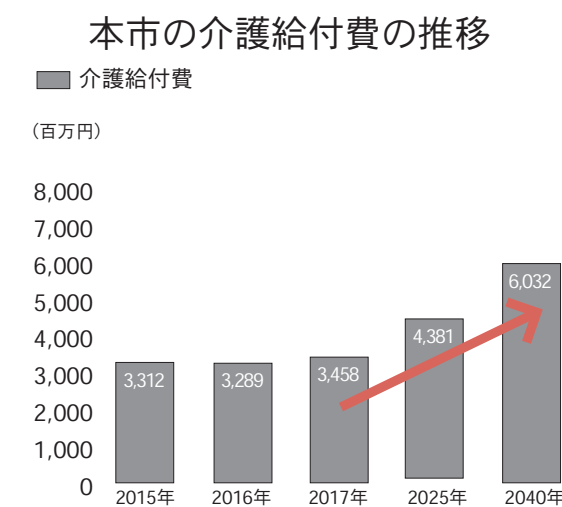
※イギリスの医学雑誌「オープン誌」に掲載。



！ 本市の「医療費」「介護給付費」は 今後さらに上昇すると予測されています



77億500万円（2017年）
↓ 約2.3倍
174億8,300万円（2035年）



34億5,800万円（2017年）
↓ 約1.7倍
60億3,200万円（2040年）

温泉健康施設について

2月19日に開かれた第495回臨時会において「温泉健康施設建設及び運営事業に係る債務負担行為」が、賛成少数として否決されました。

市は、「市民の健康増進」を重要施策の一つとして位置づけ、各種事業に取り組んでいます。温泉健康施設建設事業の取扱いについて検討を進めながら、今後も市民の健康寿命の延伸に向けた施策を展開してまいります。

「医療費」「介護給付費」の上昇を防ぐために
本市が抱える課題の一つとして、高齢者の増加などを原因とする「医療費や介護給付費の上昇」が挙げられます。
上昇を抑えるためには、生活習慣病などを運動や生活習慣の改善で予防することが重要です。クアオルト健康ウォーキングの参加者を対象に行った調査などからも、運動習慣や社会参加が「医療費」「介護給付費」の抑制につながることは明らかです（上図）。

誰もが運動を習慣にできる環境をつくる
しかしながら、現状は「適切な指導のもとで運動する場所がない」「足腰に痛みがあって健康ウォーキングへの参加は難しい」などを理由に、運動できない人がいます。市民の誰もが、運動習慣や社会参加ができる環境をつくるために、市は、クアオルト健康ウォーキングのほか、各種健診や百歳体操などを引き続き推進していくとともに、新たな健康づくりを実現する場づくりを進めていきます。



令和2年度の市県民税の申告相談を受け付けています

申告は3月16日月まで

問合せ 税務課 内線131～134

受付時間	午前8時30分～11時30分 午後1時～3時30分	相談時間	午前8時30分～正午 午後1時～4時
------	------------------------------	------	-----------------------

※庁舎管理および事故防止のため、午前8時までは市役所庁舎内に入ることができませんのでご了承ください。

今年度の申告会場は、上山市役所（2階大会議室）です。

■申告相談時に必要なもの

- 印鑑
- 還付口座がわかるもの（預金通帳など）
- 給与、年金の源泉徴収票（扶養する家族分を含む）
- 所得控除の対象になるもの（社会保険、国民健康保険、国民年金、生命保険、地震（旧損害）保険、医療費などの明細書・領収書または支払証明書や、身体障害者手帳など）
- 収支内訳書（営業、農業、不動産所得がある人）
※収支内訳書は税務課（市役所1階）にありますので記載して会場に持参ください。
- 収支を明らかにする帳簿、領収書など

■上山市で確定申告する人

税務署から確定申告案内のはがきが送付された人は、申告会場へはがきを持参ください。

- マイナンバー関係資料（①、②のいずれか）
 - ①マイナンバーカード（両面コピー）
 - ②マイナンバー通知カード（コピー）＋免許証・保険証など

地区ごとの相談日に申告できなかった人

■期日 3月12日（木）、13日（金）、16日（月）
※会場、受付・相談時間は同じです。



詳細は市報1月号12、13ページをご覧ください。



市無料職業紹介所を廃止します

問合せ 商工課 内線184

雇用情勢の改善により利用者が減少したことなどから、3月31日をもって廃止します。あわせて、毎週火曜日発行の求人情報誌も3月31日の発行をもって廃刊します。今後の求職・求人情報については、最寄りのハローワークなどを活用ください。



ペットボトルごみを正しく出しましょう

問合せ 市民生活課 内線118

市報2月号19ページに誤りがありましたので訂正してお知らせします。



※キャップとはがしたラベルは、プラスチック類へ。
全面が糊付けされているラベルは無理に取る必要はありません。

地域活動推進員（中川地区公民館）を募集します

- 申込み・問合せ 中川地区公民館 ☎679-2501

- 業務内容…公民館主催講座などの企画・実施、事務
- 勤務時間…週29時間
- 報酬（月額）…123,000円
- 採用期間…4月1日～令和3年3月31日（更新の可能性あり）
- 加入保険…健康保険、厚生年金、雇用保険、労働保険

- 募集人数…1人
- 申込方法…履歴書を中川地区公民館に持参または郵送（上山市高野字念仏壇66-3）※返信用切手（84円）を同封してください。
- 申込期限…3月10日（火）

お子さんの入園入学に備えて

3月1日～7日は「子ども予防接種週間」です。

予防接種の受け忘れはありませんか

母子健康手帳の「予防接種の記録」を確認し、受けていない予防接種があれば、体調が良い時に早めに接種しましょう。 ※対象年齢を過ぎると全額自己負担となりますので、注意してください。

■予防接種と対象年齢（接種日に市内に住所を有する人が対象です）

①ヒブ感染症	2か月～5歳未満
②小児用肺炎球菌	2か月～5歳未満
③B型肝炎	1歳未満
④百日せき・ジフテリア・破傷風・ポリオ 4種混合	3か月～7歳6か月未満
⑤不活化ポリオ	3か月～7歳6か月未満
⑥BCG	1歳未満
⑦麻しん・風しん混合1期	1歳～2歳未満 ※1歳になったら早めに接種しましょう。
⑧麻しん・風しん混合2期	小学校就学前の1年間（年長の時期）
⑨水痘（水ぼうそう）	1～3歳未満 ※1歳になったら早めに接種しましょう。
⑩日本脳炎1期	3歳～7歳6か月未満
⑪日本脳炎2期	9歳～13歳未満
⑫ジフテリア・破傷風2種混合	11歳～13歳未満
⑬子宮頸がん予防	中学1年生～高校1年生の女子

⑤……④の予防接種をした場合は、接種する必要はありません。

⑦・⑧…麻しん・風しんは感染力が非常に強く、保育園や幼稚園、学校などでは、集団で流行します。

2回（1期、2期）の予防接種を確実に受けましょう。

⑬……現在、積極的な接種勧奨をしていません。接種する場合は、有効性とリスクを理解した上で接種してください。

⑩・⑪…以下の人は、対象年齢が拡大されています。詳しくは健康推進課に問い合わせください。

■対象：平成11年4月2日～平成19年4月1日生まれ（20歳未満）

平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれ（9歳以上13歳未満）

■市内委託医療機関（令和2年1月末現在） ※事前に必ず予約してください。

	ヒブ感染症	小児用肺炎球菌	B型肝炎	百日せき・ジフテリア・破傷風・ポリオ4種混合	不活化ポリオ	BCG	麻しん・風しん2種混合	水痘	日本脳炎	ジフテリア・破傷風2種混合	子宮頸がん
青山医院 ☎672-7777				○			○	○	○	○	
金沢医院 ☎672-3230										○	
上山ファミリークリニック ☎673-1680	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
軽井沢クリニック ☎674-7300									○	○	
須田医院 ☎672-7785			○	○			○	○	○	○	
新田クリニック ☎672-8001							○				○
原田医院 ☎672-1028	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
みゆき会病院 ☎672-8282	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
吉井内科胃腸科クリニック ☎673-7515			○	○			○	○	○	○	○
県立こども医療センター※ ☎673-3366	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※通院者に限ります。

■市外で接種する場合は、事前に健康推進課（市役所1階窓口⑬）で「予防接種券」の申請が必要です。

☎問合せ 健康推進課 内線157

百歳体操ニュース

～楽しく健康寿命をのばそう～

介護予防運動として全国で普及している「百歳体操」。本市でも、40団体・総勢約620人のみなさんが、週1回みんなで集まり、楽しみながら汗を流しています。

このたび、◇甲石地区◇阿弥陀地地区◇下生居地区のみなさんが、取組開始から1周年を迎えました。参加者は、「階段の昇り降りが楽になった」「荷物の持ち運びが苦にならなかった」などの効果を実感しています。

甲石地区



1周年
おめでとう
ございます!



阿弥陀地地区



下生居地区



「かみかみ百歳体操」にも挑戦してみませんか?

●問合せ 健康推進課 内線158

百歳体操を1年以上継続している地区を対象に、食べる力や飲み込む力をつける「かみかみ百歳体操」を紹介しています。平成30年12月から支援を開始し、現在、市内16か所で実施されています。

興味のある地区へ説明に伺いますので、気軽に問い合わせください。

3か月継続したみなさんに聞きました!

飲み込みが良くなりました!...45人

唾液が出るようになりました!...56人



滑舌が良くなって会話が楽しくなりました!...59人

むせる回数が減りました!...40人

市非常勤職員(会計年度任用職員)募集

●申込み・問合せ 庶務課 内線214

■時間 月～金曜日午前8時30分～午後5時15分

■申込方法 申込書兼履歴書を庶務課(市役所2階)へ提出 ※様式は、庶務課で配布、または市ホームページからもダウンロードできます。

■申込期限 **3月10日(火)必着**

1 国民健康保険税納税相談員

■勤務時間…週29時間

■勤務場所…上山市役所

■報酬(時給)…1,017円

■業務内容…国保税などの納税推進、納税相談

①いずれの募集も、4月1日～令和3年3月31日が任用期間です(契約更新の可能性あり)

②国民健康保険税納税相談員・介護認定調査員・児童厚生員・保育士・学校生活指導員・学校教育支援員・地域活動推進員は任用後、社会保険・雇用保険に加入となります

2 介護認定調査員

■勤務時間…週29時間

■勤務場所…上山市役所

■報酬(時給)…1,239円

■業務内容…介護認定のための調査

3 児童厚生員

■勤務時間…週24時間(シフト制)

■勤務場所…市内児童館

■報酬(時給)…954円

■業務内容…保育

4 保育士

■勤務時間…週38時間30分(シフト制)

■勤務場所…市内保育園

■報酬(時給)…1,034円

■業務内容…保育
※保育士資格が必要です。

5 保育補助員(保育園)

■勤務時間…午前7時30分～8時30分、午後5時～7時(シフト制)

■勤務場所…市内保育園

■報酬(時給)…保育士資格有1,128円、無1,062円

■業務内容…保育補助

6 学校生活指導員

■勤務時間…週29時間

■勤務場所…市内小・中学校

■報酬(時給)…1,247円

■業務内容…特別支援学級の学習・生活支援
※教員免許が必要です。

7 学校教育支援員

■勤務時間…週24時間

■勤務場所…市内小・中学校

■報酬(時給)…997円

■業務内容…通常学級の学習・生活支援

8 地域活動推進員

■勤務時間…週29時間(シフト制)

■勤務場所…市内地区公民館(本庁地区)

■報酬(時給)…1,017円

■業務内容…地区公民館の運営

9 部活動指導員

■勤務時間…年間210時間(上限)

■勤務場所…市内中学校

■報酬(時給)…1,608円

■業務内容…部活動指導

きっと見つかる、
ワタシにつながる。

お知らせ

Information

『上山市結婚サポーター』
結婚相談会
「上山で婚活してみませんか？」

申込み・問合せ

子ども子育て課 内線128

「上山市結婚サポーター」による個別の相談会です。

日時 3月15日(日) 午後1時～4時の間で30分程度

場所 中部地区公民館2階和室

対象 結婚を希望する市内在住または在勤の人

参加料 無料

申込期限 3月13日(金)

支援活動員を募集します

申込み・問合せ

公益社団法人やまがた被害者支援センター

☎642・3571

活動内容 ◇月2回程度の電話相談◇裁判や病院などへの付

かみのやま温泉駅前広場
整備基本設計(案)について
パブリックコメントを募集します

提出先・問合せ

建設課 内線424

基本設計(案) について市民のみなさんからの意見を募集します。詳細は、3月16日(月)から市ホームページで公開予定です。同時に建設課窓口(市役所4階)にも閲覧用を準備します。

募集期間 3月16日(月)～27日(金)

提出方法 ①意見②住所③氏名を明記し、建設課まで持参、郵送、FAX(672・1112)、メール(info@city.kaminoyama.yamagata.jp)のいずれかで提出 ※いただいたご意見は、設計の参考にさせていただきます。

フェアラ相談室

場所・申込み・問合せ

山形市男女共同参画センター(ファアラ)

☎645・8077

内容・日時

◎一般相談(女性カウンセラーが心の相談に応じます)

き添い

■対象・募集人数 20歳以上・約10人

■申込期限 4月15日(水)

在宅高齢者調査にご協力ください

問合せ

福祉課 内線142

高齢者福祉政策の推進のため、民生児童委員が「在宅高齢者数等調査(4月1日時点)」に伺います。ご協力をお願いします。

人工透析の通院費を助成します

申請先・問合せ

福祉課 内線141

自家用車や公共交通機関で通院し、人工透析を受けている人に交通費(平成31年4月以降分)を助成します。

■対象 世帯構成員全員が所得税非課税の世帯

■持ち物 ◇印鑑◇振込先の通帳

■申請期限 3月13日(金)

在宅酸素療法を行っている人を支援します

申請先・問合せ

福祉課 内線141

呼吸器機能障がい の身体障害

き添い

■対象・募集人数 20歳以上・約10人

■申込期限 4月15日(水)

在宅高齢者調査にご協力ください

問合せ

福祉課 内線142

高齢者福祉政策の推進のため、民生児童委員が「在宅高齢者数等調査(4月1日時点)」に伺います。ご協力をお願いします。

人工透析の通院費を助成します

申請先・問合せ

福祉課 内線141

自家用車や公共交通機関で通院し、人工透析を受けている人に交通費(平成31年4月以降分)を助成します。

■対象 世帯構成員全員が所得税非課税の世帯

■持ち物 ◇印鑑◇振込先の通帳

■申請期限 3月13日(金)

在宅酸素療法を行っている人を支援します

申請先・問合せ

福祉課 内線141

呼吸器機能障がい の身体障害

者手帳(1級・2級を除く)を持つていて、医師の処方 で在宅酸素療法を行っている人に助成金(平成31年4月以降分)を支給します。

■助成額 月額1600円

■持ち物 ◇身体障害者手帳◇印鑑◇振込先の通帳

■申請期限 3月13日(金)

資源回収推進奨励金を交付します

申請先・問合せ

市民生活課 内線118

集団資源回収を実施した地区や団体などに、奨励金を交付します。

■申請期限 3月19日(木)

からだが目覚める運動「スローエアロビック体験」&健康マイレージ景品お渡し会

問合せ

健康推進課 内線155

誰でも気軽に楽しく参加できる軽運動を行います。健康マイレージ当選者への景品お渡し会もあります。 ※申込不要。

■日時 3月18日(水) ◇開場：午前9時～◇体験会：午前9時30分～10時30分◇景品お渡し会：午前11時～正午

■場所 三友エンジニア体育文化センター

スローエアロビック無料体験教室

申込み・問合せ

県エアロビック協会・渡部

☎090・3369・4182

音楽に合わせて楽しく踊る「スローエアロビック」を体験しませんか？

■日時 3月18日(水) 午前10時30分～11時30分

■場所 三友エンジニア体育文化センター

■対象 55歳以上

「日本一美酒県 山形」フェア

問合せ

実行委員会

(県商業・県産品振興課内)

☎630・2542

県内52の酒蔵と15のワイナリーが大集合します。

■日時 3月21日(土)・22日(日) 午前10時～午後5時 ※22日は午後4時まで。

■場所 山形ビッグウイング

■内容 ◇日本酒・ワインなどの県産酒の試飲・販売◇山形ならではの食べ物や工芸品の販売など ※試飲には、前売券(2000円)が必要です。詳しくは、「日本一美酒県山形」で検索してください。

化センター

■講師 渡部留美子さん(県エアロビック協会)

■対象 20歳以上 ※景品お渡し会は、健康マイレージの当選通知が届いた人のみ。

■参加料 無料

■持ち物 動きやすく暖かい服装、室内シューズ、飲み物

※景品お渡し会に参加する人は、健康マイレージの当選者通知文を持参ください。

児童扶養手当を振り込みます

問合せ

子ども子育て課 内線159

3月期支払分を3月11日(水)に指定口座に振り込みますので、確認ください。

特定(産業別)最低賃金が改定されました

問合せ

山形労働局労働基準部賃金室

☎624・8224

■内容 ◇一般産業用機械・装置等製造業：859円◇電気機械器具等製造業：843円◇自動車・同附属品製造業：858円◇自動車整備業：862円

※いずれも時間額。

上山古文書に親しむ会
令和2年度会員募集

申込み・問合せ

小山

☎090・8424・2837

■日時 ◇基礎コース：毎月第2水曜日◇一般コース：毎月第4土曜日、いずれも午後1時30分～3時

■場所 中部地区公民館

■参加料 4000円(年間)

※教材代を含む。

上山城イベント情報

【上山城歴史講座「近代の伊達政宗イメージと地域意識」】
地域の人々が伊達政宗に何を託し、何を語ったのか。近代に浮上した政宗像を紹介します。 ※申込不要。

■日時 3月14日(土)午後1時30分～3時

■会場 多目的ホール

■講師 栗原伸一郎さん(東北大学学術研究員)

■参加料 入館料 ※年間パスポート入館者は資料代のみ100円。

【上山城企画「最上三十三観音巡り」参加者募集】

■日時 1回目…5月24日(日)午前8時～午後5時30分
※今回は1回目のみの受付。2回目…7月5日(日)、3回目…10月18日(日)は後日募集します。

■コース 1～11、19、20番札所(上山、山形、天童、東根、村山市)

■参加料 3,500円(バス代、昼食代、納札代など)
※納経・ご朱印を希望する人は、申込時にお伝えください。別途、納経帳(1,500円)、納経料(各所300円)が必要です。

■定員 先着20人

人口の動き (1月末現在)

人 口 29,974人(△41)

男／14,358人(△16) 女／15,616人(△25)

世帯数 11,299戸(△7)

()は前月との比較

不用品の処分・遺品整理など
おまかせください！

整理ができない・時間がとれないなど、気軽に
問い合わせください！専門の遺品整理士もいます！

PayPay 使用できます

〒999-3115 上山市高野169-19

三ツワ企業 ☎673-1131

広告

4月

申込み・問合せ **クアオルト推進室** 内線224 ※詳細は市ホームページをご覧ください。

廣告



リフォームのご相談 お気軽に!!

どんな小さなことでも
ふんわりとお申し付けください。

(株)つかさ工務店
023-672-1753
土山市金生東2-7-47 (三から亭さん前)

広告



廣告

廣告

補聴器相談会

日時 **3月24日(火)**
午前10時～正午
ご都合の悪い方は、訪問相談も承ります

お気軽に
ご相談ください



場所 さふらん 上山店

〒999-3122 **ヨークタウン上山内**
上山市仙石字元系目797

TEL (023) 677-0017
FAX (023) 677-0018

図書館さ 行くべ！

問合せ・申込み 市立図書館 ☎677-0850 FAX 677-0826
〒999-3143 上山市二日町10番25号
開館時間 午前9時～午後7時(祝日は午後4時30分まで)
休館日 毎週水曜日

Library Information

今月のおすすめ本

※詳しい情報は市立図書館ホームページへ。



老いてこそデジタルを。
若宮正子/著 1万年堂出版 2019.12
世界最高齢のアプリ開発者であり、「世界が尊敬する日本人」にも選ばれた84歳の著者が、人生100歳時代を生きるシニアのために、AIやスマホ決済、LINEの便利な活用法などをわかりやすく解説！デジタルの力を借りて、高齢者を取り巻く詐欺や認知症、難聴などのマイナスの事柄をプラスに変えてみませんか？



地図で見る日本の地震
山川 徹/文 寒川 旭/監修 偕成社 2020.1
本市出身の著者が2013年に企画し、6年の歳月を経て発行された本書は、最古の地震から2019年の山形県沖地震まで、日本の地震の歴史を地図で地域ごとに解説した児童書です。「地震の巣」と言われる日本列島に暮らす私たちにとって、過去に起きた地震を知ることが防災の第一歩です。



365日の親孝行
志賀内 泰弘/著 リベラル社 2019.11
親と過ごせる時間はどれくらいあるのでしょうか。親孝行したいと思っても、忙しさで実家から足が遠のいたり、そもそも何をしたらいいのかわからなかったり…。「父と話し合ったら自動車免許を返納してもらおう」「母の好きなジャニーズの話をする」など、家族との幸せな時間につながる、親孝行のアイデア満載の一冊です。



なんとかする工作
青木亮作/著 玄光社 2019.12
「アイロンをやってみた」「トイレに行きたくない」など、子ども(クライアント)からの突然の無理難題に、困惑した経験はありませんか？本書は、身近にあるものだけの工作で「なんとかした」ある父親の記録を書籍化したもの。工作のアイデアだけでなく、子どもとの関わり方を教えてくれる楽しい一冊です。

イベント情報

※参加料はすべて無料です。

●よみきかせ

日時：毎週土曜日午後2時～ 内容：図書館ボランティアによる絵本のよみきかせや紙芝居 ※21日は自由に選んだ作品をよみきかせする「これよんでコーナー」

●春のつどい

日時：14日(土)午前10時30分～11時30分
内容：◇パネルシアター◇大型絵本のよみきかせ◇バルーンアートワークショップ など 定員：25人

●日本語・英語よみきかせ

日時：21日(土)午前10時30分～11時30分
内容：同一絵本の日本語・英語によるよみきかせ・歌など

●名作映画鑑賞会『真昼の決闘』

日時：15日(日)午後2時～3時30分頃 ※関連図書の展示も行います。

●布絵本と遊具展

日時：20日(金・祝)～22日(日)午前10時～午後3時
内容：自由に触って遊ぶことができる「ボランティアサークルつくしんぼ」の作品展示
【同時開催】「布の手作り体験講座」
対象：小学3年生以上 内容：布製のマスコット制作

●まちなかコンサートin市立図書館

日時：23日(月)午前11時～正午 定員：60人(要整理券) 内容：「上山音楽祭“ル・シャトーかみのやま”2020」のイベントとして、チェリストで音楽監督を務める中木健二さん(東京藝術大学准教授)と受講生によるチェロコンサート ※整理券は1人2枚まで、図書館カウンターで配布します。

●とんと昔と影絵のつどい

日時：24日(火)午前10時30分～11時30分
内容：「とんと昔上山会」の昔語りと「上山昔ばなし切り絵の会」の影絵の上映 定員：80人

●図書のテーマ展示「また、歩き出す」

期間：3日(火)～23日(月) 内容：東日本大震災の関連図書・防災情報の展示

●企画展「地図・絵図で見る上山城下町の昔と今」

展示期間：5日(木)～4月30日(木) 内容：武家屋敷の調査報告パネルの展示。

◎『第62回読書感想文・第24回読書感想画入賞作品集』は図書館でも閲覧・貸出ができます。地区公民館にも配布しましたので、ぜひご覧ください。

子育て支援センター ナビ

●参加料はすべて無料です



「子育て支援センターナビ」は、今回をもって市報での掲載を終了します。情報は、上山市のLINE公式アカウント内でお知らせしています。
ID検索 ▶@kaminoyama_city

めんごりあ

☎672-5407 開館時間：午前9時～午後6時 休館日：11日(水)

●ピヨピヨタイム

日時：3日、10日、17日、24日、31日いずれも火曜日、午後2時～3時
対象：生後3か月～1歳くらいのお子さんと保護者
内容：自由に遊びながらの交流、絵本のよみきかせ、手遊びなど

●なかよし広場【ひなまつり】

日時：3日(火)午前11時～正午

●折り紙遊び【干支 かみふうせん】

日時：18日(水)午前10時30分～11時30分

●子育て育児講座 市保健師によるトイレトレーニング

「すっきりパンツになれ」

日時：19日(木)午前10時30分～11時30分

●太鼓をたたいて楽しもう【火勢太鼓】

日時：25日(水)午前10時30分～11時30分

●孫と一緒に遊ぼう会

日時：26日(木)午前11時～正午

●バースデータイム「3月生まれ」(要予約)

日時：30日(月)午前10時30分～11時

対象：3月生まれのお子さんと保護者

●大きくなったかな？

いつでも「身体測定」ができます。スタッフへ申し付けください。

その他、さまざまなイベント・レッスン(講座)を企画しています。

詳しくは、ホームページまたは館内掲示物をご覧ください。

上山あい保育園内子育て支援センター(藤吾)

☎673-1108

※3月は全日休館となります。

ながやもん 長屋門ギャラリー

展…展示 販…販売 音…音楽
体…体験教室 イ…イベント

体 リトルギフト「パッチワークを楽しみましょう」

7日(土)、21日(土)いずれも午前10時30分～午後3時30分
ポーチなどの簡単な小物を作ります。材料持ち込みOK。体験セットもあります。
佐藤 ☎090-5352-0778 (要予約)

展体販 ながやもん sakura fes

8日(日)午前10時～午後4時
「かみのやま桜フェス」のサテライト会場として、長屋門ギャラリーを花々でデコレーションします。作家手作りの品や絵本原画の展示、ワークショップを楽しむことができます！
観光課 ☎672-1111

体 美e・ベリー「アロマDe健康生活～貴方はアロマを、どんな風に楽しみたいですか？～」

10日(火)、28日(土)いずれも午前10時30分～午後3時
【ベーシックアロマ】基材(オイル、蜜蝋、ジェル、消毒用エタノールなど)と精油を選び、セルフケア用品を作ります。
【ワンコインアロマ】お好みの精油をブレンドし、芳香浴として楽しむことができます。
延澤 ☎090-4554-8368 (要予約)

ころう 体 小炉具工房「実用折紙研究室」

10日(火)、17日(火)いずれも午前10時～午後3時
折り紙でどんな形が作れるか研究してみませんか？
孫田 ☎090-1066-0413

体 おへひょ「大人の合宿・自分で作る瓢箪の灯り」

14日(土)～17日(火)午前9時30分～午後5時30分
瓢箪灯り作り合宿。2日間、参加できる人のみ。途中参加、退場可。定員4人。
河合 ☎080-3332-4578 (要予約)

展体販 かみのやまの雛祭り2020

20日(金・祝)～29日(日)午前10時～午後5時
※29日は午前10時～午後4時。

【創作人形作家 渡邊 渡 出張アトリエ】

20日(金・祝)、21日(土)、23日(月)～27日(金)、29日(日)
本市出身の人形作家・渡邊 渡さんの出張アトリエです！古布で人形を作る様子を公開しますので、気軽にお越しください♪

【傘福・わらだ・つり雛】

20日(金・祝)～22日(日)、25日(水)、27日(金)～29日(日)
「花布の会かみのやま」の原田靖子さんと会員のみなさんが手作りした、大ぶりや中ぶり、傘福、わらだタペストリーなどの作品を展示します。体験教室「大豆を網で包んで作るお雛様」も開催。所要時間は3時間程度で、複数日にわたる制作もできます。参加料1,000円。予約不要。
観光課 ☎672-1111

●ギャラリー利用についての申込み・問合せ

☒ gozattee.kaminoyama@gmail.com

＋各種健診・検診

本市の健診・検診は、次の方法で行っています。下記以外の日程は、「家族健康メモ」に掲載していますので、ご覧ください。2月に実施した検診申込書で申し込んだ人へは、4～5月に問診票（健康診査票）を郵送しています。まだ申し込んでいない人は問い合わせください。

＜各種検診の対象年齢＞

◆20～39健診（20～39歳）◆特定健診（40～74歳の市国民健康保険加入者）◆後期高齢者健康診査（満75歳以上 ※後期高齢者医療保険加入者）◆胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、乳がん検診（40歳以上）◆子宮頸がん検診（20歳以上）◆人間ドック（40歳以上の市国民健康保険加入者）

※40～74歳で市国民健康保険以外の保険に加入している「被扶養者」が下記の会場で「特定健診」（または人間ドック）を受けるには、加入している健康保険所の発行元（保険者）が発行する「特定健診受診券」が必要です。「特定健診受診券」については、保険者に問い合わせください。生活保護受給者の健康診査は無料ですので健康推進課に申し出てください。

各地区公民館で受診（集団検診）

◆特定健診◆後期高齢者健康診査◆胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診

期 日	場 所	対象地区
9(木)	茂吉ふるさと会館	金瓶
16(木)	北部地区公民館	四ツ谷・朝日台
24(金)		弁天・大石
28(火)		旭町
30(木)	中山地区公民館	中山

指定医療機関で受診（個別検診）

◆特定健診（65歳以上の市国民健康保険加入者）◆後期高齢者健康診査◆子宮頸がん検診、乳がん検診 ※受診できる医療機関は問い合わせください。

山形検診センターで受診（施設検診）

◆20～39健診（20～39歳）◆特定健診（または後期高齢者健康診査）・胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診◆レディース検診（子宮頸がん検診、乳がん検診のみの検診）◆人間ドック

●問合せ 健康推進課 内線155

むし歯がなかったおともだち

（3歳児健診R2.2.13）



奥山葉叶ちゃん
わかな



栗野葉陽くん
ようひ



加藤汐莉ちゃん
しおり



今野明莉ちゃん
めいり



小松優菜ちゃん
ゆな



土谷遥希くん
はるき



齋野蓮那ちゃん
はすな



高橋皇磨くん
おうま



鈴木陽也くん
はるや



本木創詠くん
そうた



大澤嘉文くん
よしひみ



阿部弛六くん
たゆむ



滝口莉音七ちゃん
りおな



布川結唯ちゃん
ゆい



歯みがきと糸ようじで
すみずみまできれいにね！

子育て支援医療証について

4月に入っても届かない場合は問い合わせください。

●1歳～9歳外来・入院用

■対象 3月2日～4月1日に誕生日を迎える
1歳～令和2年度小学3年生

※課税状況が確認できない人には案内を送付しますので、課税証明書等の提出をお願いします。

●小中学生外来用

■対象 令和2年度小学4年生～中学3年生

※入院用の医療証交付には申請が必要です。令和2年度小学4年生で、ひとり親家庭等医療に該当するお子さんには、申請案内を送付しますので、4月末までに手続きをしてください。

●申請先・問合せ 健康推進課 内線122

＋ Health Information

けんこうメモ

●場所／市保健センター

※駐車場が満車のときは、市役所北側・消防署の駐車場を利用ください。

母子健康手帳交付

月～金曜日（祝日を除く）
午前8時30分～午後5時15分

●場所：子ども子育て課
●持ち物：◇妊娠届出書 ※個人番号（マイナンバー）の記載が必要◇個人番号が確認できるもの（個人番号カード、通知カードなど）◇本人確認ができるもの（運転免許証、保険証など）
●問合せ：子ども子育て課 内線169

赤ちゃん広場

4月15日（水）
午前9時30分～11時30分
赤ちゃんとお母さん、楽しい時間をすごしましょう。
●対象：おおむね1歳未満の赤ちゃんとお母さん
●問合せ：子ども子育て課 内線169

4か月児健康診査

4月23日（木）
午後0時45分～1時15分受付
●対象：令和元年12月生まれのお子さん
●持ち物：母子健康手帳、赤ちゃん訪問時配布したアンケート
●問合せ：子ども子育て課 内線169

9か月児健康診査

4月28日（火）
午後0時45分～1時15分受付
●対象：令和元年7月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇4か月児健診で配布した9か月児健診問診票◇食事調査アンケート
●問合せ：子ども子育て課 内線159

1歳児歯科健康相談

4月21日（火）
午後0時45分～1時15分受付
●対象：平成31年4月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇1歳児歯科健康相談票◇歯ブラシ◇タオル◇赤ちゃんギフトについてのアンケート
●問合せ：健康推進課 内線158

1歳6か月児健康診査

4月21日（火）
午後1時～1時45分受付
●対象：平成30年10月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇1歳児歯科相談で配布した1歳6か月児健診問診票◇アンケート◇歯ブラシ◇タオル
●問合せ：子ども子育て課 内線159

2歳児歯科健康診査

4月16日（木）
午後1時～1時45分受付
●対象：平成30年4月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇歯ブラシ◇タオル◇1歳6か月健診で配布した2歳児歯科健診問診票
●問合せ：健康推進課 内線158

フッ化物塗布

4月16日（木）・21日（火）
いずれも午後1時～2時30分受付
●対象（16日）：2歳3か月・2歳6か月・2歳9か月・3歳・3歳3か月のお子さん
●対象（21日）：1歳3か月・1歳9か月のお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇歯ブラシ◇タオル
●問合せ：健康推進課 内線158

栄養・食事相談

4月16日（木）
午後1時30分～3時30分
食事・食生活に関する相談で、無理のない食生活を栄養士がサポートします。
●対象：肥満や糖尿病、お子さんの食事などで悩んでいる人
●申込期限：4月10日（金）
●申込み・問合せ：健康推進課 内線164

ホームページにも
市の情報がたくさん詰まっています

<http://www.city.kaminoyama.yamagata.jp/>

パソコン・ケータイで

上山市

検索

市報かみのやま（カラー版）もご覧ください



やまがた緑環境税を活用

もりのきょうしつ～冬～

1月15日、しらさぎ保育園の園児30人が、県森林インストラクター会を講師に、木の実や植物の種子を使った木工クラフトを体験しました。

子どもたちは、市産材の敷板に松ぼっくりやドングリなどを飾り、思い思いの作品を完成させました。



おめでとう
ございます

山形県啓翁桜品評会

【県知事賞】

鈴木 章さん(甲石)

ありがとうございます



株式会社おーばん上山店
(高野道生 店長)

本市の社会福祉の充実に役立ててほしいと、チャリティーイベントの収益金76,000円が市に寄附されました。



一般財団法人
上山市体育・文化振興公社

11月に同公社などが開催した映画「あの日のオルガン」の上映会の収益金で、市内小・中学校8校と市立図書館に原作本や関連の絵本が寄贈されました。

Pick-Up 03

小笹うるいの美味しさににっこり♪

食農体験教室



昨年3月、GI（国が地域の特産品を登録し守る制度）に登録された伝統野菜「小笹うるい」の魅力を知ってもらおうと、2月7日、宮川小学校で食農体験教室が開かれ、4年生19人が参加しました。

子どもたちは、生産者から栽培方法や美味しい食べ方を学んだほか、実際に小笹うるいを試食。黒田晃太郎くんは「甘くてシャキシャキして美味しい!」と目を輝かせていました。



Pick-Up 02

外からの視点でまちの未来を考える

明海大学不動産学部研究発表会



1月31日、本市と連携協定を結ぶ明海大学（千葉県）の学生10人による空き家等の活用に関する研究発表会が市役所で開かれ、NPO法人かみのやまランドバンク関係者や上山明新館高等学校の生徒、市民など約100人が出席しました。

昨年8月～12月に実施した本市でのフィールドワークの研究成果に、横戸市長は「蔵の活用など、地元の人が気づかないようなアイデアをいただいた。今後一つでも実現できるようにしていきたい」と述べました。

Pick-Up 01

みはらしの丘分譲地(上山市保有地)の全分譲が完了

最終契約者が市役所を訪問

平成25年からスタートした上山市保有分の蔵王みはらしの丘分譲地は、全ての売買契約を完了しました。

1月24日、最終契約者となった土屋翔太さん（静岡県沼津市）が市長を訪問。本市出身の土屋さんは「ふるさとに家族と戻って来たいと思っていたので、希望に叶う土地を購入することができて、とてもうれしいです。上山市での新たな生活が楽しみです」と笑顔を見せました。

▶契約書を交わした土屋さん一家（左から亜紗美さん、颯斗くん、翔太さん）と横戸市長



市民農園を利用しませんか？



①ヴェンテンガルデン (旧上山農業高校実習田跡)

- 利用面積 1区画30㎡
- 利用期間 4月上旬～12月中旬
- 利用料 1,500円(1区画／年間)
- 募集区画 11区画 ※申込多数の場合は抽選。
- 申込方法 3月12日(木)まで、印鑑を持参し市民生活課(市役所1階窓口⑤)へ

●申込み・問合せ 市民生活課 内線119

②高松地内 (市役所南側駐車場向かい)

- 利用面積 1区画50㎡
- 利用期間 4月上旬～翌年12月中旬
- 利用料 2,500円(1区画／年間)
- 募集区画 3区画 ※申込多数の場合は抽選。
- 申込方法 3月12日(木)まで、印鑑を持参し農林夢づくり課(市役所4階)へ

●申込み・問合せ 農林夢づくり課 内線461

もっと！ おしらせ

additional
town information



今月の相談日(3月・4月)

——— 気軽においでください ———

●ふれあい相談 ☎673-2750

- ◆一般相談(木曜日) 午前9時～午後3時
3月5日・12日・19日・26日
4月2日・9日・16日・23日・30日

◆無料法律相談(木曜日) ※要予約。

- 3月5日、4月2日 午後1時～4時
場所 市民相談室(市役所1階)
問合せ 社会福祉協議会 ☎673-2750

●教育相談 ☎672-1111

- 月曜～金曜日 午前9時～午後4時
場所 教育相談室(市役所3階)
問合せ 学校教育課 内線309

●行政相談 ☎672-1111

- 3月10日、4月14日 午後1時30分～4時
場所 市民相談室(市役所1階)
問合せ 市民生活課 内線124

●交通事故相談 ☎630-3047

- 月曜～金曜日 午前9時～午後4時
場所・問合せ 県庁1階交通事故相談所

自宅で「確定申告」ができます

確定申告書の作成会場は大変混雑し、長時間お待ちいただく場合があります。自宅で作成し「e-tax(電子申告)」や郵送で提出しませんか？

■利用方法

国税庁ホームページ

「確定申告書等作成コーナー」

→①「e-tax(電子申告)」で送信

→②印刷(白黒も可)し、山形税務署に郵送

※詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

●問合せ 山形税務署 ☎622-1611

スマートフォンは
こちらから▶



今日の散歩道

編集後記

▽新春恒例の西郷新春寄席の取材。開始前から会話を楽しむ観客のみなさんの笑顔を見て「これ以上盛り上がるのだろうか？」と心配した私でしたが、寄席が始まると、会場はさらなる歓声や笑い声に包まれました。▽健康につながるといわれる「笑い」。元気に笑いながら過ごせる一年になりますように。(佐藤)

▽「加勢鳥様のお出ましだ！」今年も盛大に行われた上山市民俗行事「加勢鳥」。豪快な祝水を前に「こんな寒い時期に水をかぶるなんて大変だね～」と微笑む観客が。だからこそ“奇習”と呼ばれ、年齢や国籍を越えてみんなが笑顔になるのではと感じた瞬間でした。▽来年の2月11日も、ぜひ楽しみに行きましょう！(加藤)



1月27日

市食生活改善推進員「まとめの会」

“愛”デア満載！健康レシピ



市食生活改善推進員約40人が、生活習慣病予防などを目的に、市保健センターで身体に優しい料理の研修会を行いました。

参加者たちは「香辛料を効かせて減塩する」「豆腐を使うことでヘルシーかつ食べ応えが増す」など各家庭のアイデアを発表し、互いに試食しました。

今回のレシピは、市ホームページで3月末に公開する予定です。ぜひお試しください！

1月19日

西郷新春寄席

笑顔で一年をスタート！



恒例の西郷新春寄席が三木屋旅館で開催され、地区民など約300人が集まり、年初めの笑いを楽しみました。

地区のみなさんが民謡や舞踊などの郷土芸能を披露したほか、歌手の朝花美穂さんが出演。毎年楽しみに訪れているという人は「みなさんの楽しい発表を見ると、一年の始まりを感じますね」と満喫していました。

1月11日・12日

少年少女ミニバスケットボール大会

狙うはゴールとチームの勝利

三友エンジニア体育文化センターで「第41回上山市少年少女ミニバスケットボール大会」が開催され、市内の小学生19チーム146人が◇少年の部◇少女の部◇低学年の部に分かれ、熱戦を繰り広げました。

木村美月さん(中川小)は「緊張したけれど、ゴールを決めることができてとても嬉しかったです」と満面の笑みを見せました。



1月26日

上山市民インディアカ大会

世代や性別を超え躍動！

「第33回上山市民インディアカ大会」が三友エンジニア体育文化センターで開催され、37チーム約270人が参加しました。

インディアカは、羽根付きのボールを手で打ち合うスポーツ。老若男女がチームの勝利を目指し、いきいきとしたプレーを見せました。

【各リーグ優勝チーム】◇茶ばつヘルメッツ◇つづらなみかん◇小松笑会◇NRG-い



3月の夜間・休日 診療当番医

**☎受診前に
必ず当番医に
電話してください**
※お子さんの受診は各医療
機関へ相談するか、山形市
休日夜間診療所へ

※4月の当番医は市報かみのやま4月号に掲載します。毎月初旬については、市または市医師会ホームページ
(毎月1日から閲覧可)をご覧ください。消防テレホンサービス ☎673-1191または消防署 ☎672-1190へ。

平日夜間診療

午後7時～9時は以下の当番医へ
※変更になる場合があるので、必ず当番医に電話で確認後、
受診してください。

	当番医		当番医
2(月)	須田医院	17(火)	軽井沢クリニック
3(火)	長岡医院	18(水)	かみのやま耳鼻咽喉科
4(水)	渋谷医院	19(木)	原田医院
5(木)	原田医院	23(月)	山口クリニック
6(金)	新田クリニック	24(火)	尾上医院
9(月)	上山ファミリークリニック	25(水)	北村医院
10(火)	山口クリニック	26(木)	高野せきね外科・眼科
11(水)	青山医院	27(金)	吉井内科胃腸科
12(木)	金沢医院	30(月)	須田医院
13(金)	吉井内科胃腸科	31(火)	青山医院
16(月)	長岡医院		

①電話がつかないときや、午後9時以降は…

消防署☎672-1190または
山形市休日夜間診療所(詳細は下記)へ

休日診療

緊急を要する場合を除き、
午前9時～午後5時30分は以下の当番医へ

	内科当番医	外科当番医
1(日)	北村医院	北村医院
8(日)	尾上医院	みゆき会病院
15(日)	渋谷医院	渋谷医院
20(金・祝)	金沢医院	みゆき会病院
22(日)	軽井沢クリニック	軽井沢クリニック
29(日)	高野せきね外科・眼科	高野せきね外科・眼科

①急患の場合や、午後5時30分以降は…

消防署☎672-1190へ

山形市休日夜間診療所

場所: 山形市医師会館(山形市香澄町二丁目9-39)

※紙面の都合で名称を
一部省略している医療
機関があります。

山形市休日夜間診療所 ☎635-9955

休日の
急患は

●診療科目: 内科・外科・小児科
●午前9時～11時45分
●午後1時30分～5時

夜間の
急患は

●診療科目: 内科・小児科 ●診療日: 毎日
●内科: 午後7時～11時 小児科: 午後
7時30分～10時30分

山形市歯科医師会 ☎629-9988

休日救急歯科診療所(年末も開設)
●午前10時～午後4時(受付: 午後
3時30分まで)

夜間救急電話相談

●毎日午後7時～翌朝午前8時

区 分	プッシュ回線・携帯電話	ダイヤル回線・IP電話・PHS
小児の救急(15歳未満)	# 8000	633-0299
大人の救急(15歳以上)	# 8500	633-0799

各医療機関の問合せ先

青山医院(八日町)672-7777
尾上医院(栄町)672-0018
金沢医院(旭町)672-3230
かみのやま耳鼻咽喉科(美咲町)687-1287
かみのやま病院(金谷)672-2551
上山ファミリークリニック(河崎)673-1680

軽井沢クリニック(軽井沢)674-7300
北村医院(矢来)695-5000
渋谷医院(十日町)672-2501
須田医院(美咲町)672-7785
高野せきね外科・眼科クリニック(八日町)672-0239
長岡医院(沢丁)672-0308

新田クリニック(金生)672-8001
原田医院(石崎)672-1028
藤倉医院(矢来)672-7331
みゆき会病院(弁天)672-8282
山口クリニック(四ツ谷)677-0050
吉井内科胃腸科クリニック(金生)673-7515