

No.1523

市
報

かみのやま

7

2020.7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～

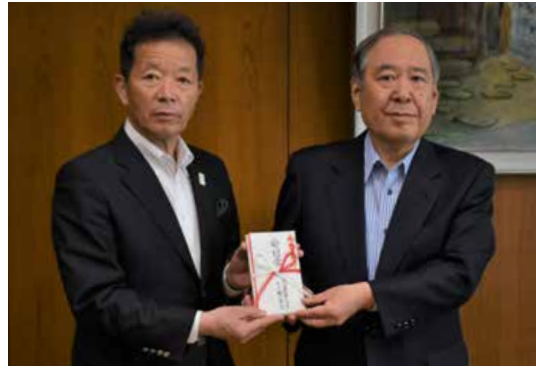
笑顔満開！おいしさ満点♪

6月22日、西郷第一小学校の1～4年生16人がさくらんぼ農家の鈴木隼人さんの農園で、さくらんぼの収穫体験を行いました。

秋葉千尋さん（1年）は「おいしいさくらんぼがたくさんとれました。みんなに自慢したいです！」と満面の笑みを見せました。



ありがとうございます



上山建設クラブ (堀川隆志 会長)

感染症対策に役立ててほしいと、100万円を寄附いただきました。



JAやまがた酪農部会 (渡辺康弘 部会長)

小・中学校の給食などで乳製品の消費拡大に役立ててほしいと、10万円を寄附いただきました。



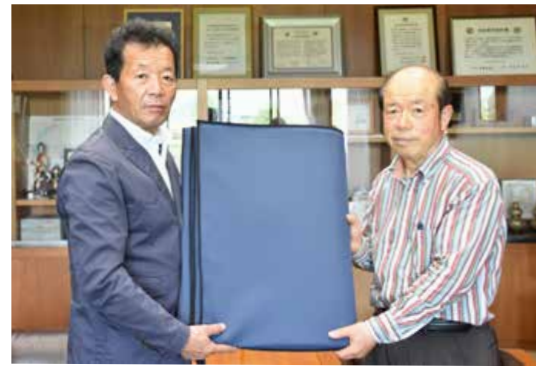
ニュートラックかみのやま (佐藤英明 代表取締役)

地域の環境美化のため、社員約30人が施設周辺の清掃活動に取り組みました。



丸松物産株式会社 (松村金榮 代表取締役会長)

福祉施設や医療現場で活用してほしいと、マスク2万400枚を寄附いただきました。



五十嵐庄七さん(金生2)

避難所などで使用する遮熱マット20枚を寄附いただきました。



株式会社上東建設 (堀川雅司 代表取締役)

利用者が気持ちよく利用できるようにと、三吉山駐車場周辺の除草と清掃を行いました。

おめでとうございます

令和元年度消防功労者

長年の功績などを称え、個人・団体が表彰されました。 ※敬称略。

●消防庁長官表彰

【永年勤続功労章】

◇団本部副団長…土屋博幸◇消防本部消防司令…鏡 明廣

●日本消防協会会長表彰

【精績章】

◇第2分団分団長…會田康彦

【勤続章】

◇ラッパ隊副分団長…細川一広◇第1分団団員…阿部勝敏◇第1分団団員…谷江正照◇第2分団団員…熊坂茂和◇第8分団団員…稲毛泰一◇第8分団団員…佐藤孝行◇第10分団団員…長岡啓一

●県知事表彰

【金条章】

◇消防団第6分団第1部

【特別功労章】

◇第8分団分団長…齋藤 徹◇第9分団分団長…安部徳朗◇消防本部消防司令…鏡 秀美◇消防本部消防司令…黒田彰久

【功労章】

◇第1分団団員…佐藤太志◇第2分団団員…小関卓也◇第3分団団員…小國英俊◇第3分団団員…齋藤征則◇第4分団団員…木村純一◇第5分団団員…梅津和彦◇第7分団団員…鏡 央明◇消防本部消防士長…長沼治人

【功績章】

◇第10分団分団長…長橋直弘◇第1分団副分団長…鈴木 保◇第2分団副分団長…石井茂治◇第5分団副分団長…木村護◇第7分団副分団長…尾形 純◇第9分団班長…岩瀬信之祐◇団本部団員…菅野京子◇第1分団団員…岩間 毅◇第2分団団員…佐藤智幸◇第4分団団員…佐藤達男

【精練章】

◇第3分団副分団長…鈴木 亮◇第3分団団長…近 好泰◇第4分団団長…秋葉昌樹◇第6分団団長…井上信人◇第9分

団団長…松下智徳◇第6分団班長…三浦友也◇第1分団団員…五十嵐知幸◇第1分団団員…鈴木和伸◇第2分団団員…京谷雄祐◇第4分団団員…鏡 栄二◇第6分団団員…久保田義尚

【家族功労者】 3人

●県消防協会会長表彰

【竿頭綬】

◇消防団第5分団

【優良章】

◇第3分団団長…柏倉賢一◇第5分団団長…齋藤清人◇第6分団団長…仲野逸郎◇第7分団団長…大坂龍一◇第8分団団長…齋藤拓也◇第8分団団長…齋藤道成◇第4分団班長…鍵水真一郎◇第1分団団員…高橋寛光◇第2分団団員…角田和弘◇第2分団団員…小林美佳◇第3分団団員…渡辺保宏◇第4分団団員…木村 大◇第6分団団員…栗野信一郎◇第7分団団員…鏡 紳一◇第9分団団員…須藤健太郎◇第9分団団員…與那覇翔来◇消防本部消防士長…柏倉和喜

【永年勤続章・45年】

◇第10分団団員…大宮 力

【永年勤続章・40年】

◇第5分団班長…小玉 直◇第10分団団員…江口敏昭◇第10分団団員…江口陽一◇第10分団団員…大宮英俊

【永年勤続章・35年】

◇第10分団団員…大宮幸男◇第10分団団員…長橋廣道◇消防本部消防司令…黒田彰久

【永年勤続章・30年】

◇第5分団団長…石井英幸◇第1分団団員…加藤敏男◇第1分団団員…佐藤廣和◇第2分団団員…吾妻永朗◇第2分団団員…安孫子昭一郎◇第10分団団員…横戸誠雄◇消防本

部消防司令…猪野幹男◇消防本部消防司令…木村昭彦◇消防本部消防司令補…飯島喜明

【永年勤続章・25年】 7人

【永年勤続章・20年】 27人

【永年勤続章・15年】 44人

【団体表彰】

◇金生1地区自主防災会

●県消防協会東南村山支部長表彰

【優良消防分団(竿頭綬)】

◇消防団第6分団

【優良消防部(銀条章)】

◇消防団第3分団第3部◇消防団第5分団第3部◇消防団第7分団第1部

【優良消防職団員】 37人

●市長感謝状

【永年勤続章・45年】

◇第10分団団員…大宮 力

【永年勤続章・40年】

◇第5分団班長…小玉 直◇第10分団団員…江口敏昭◇第10分団団員…江口陽一◇第10分団団員…大宮英俊

【永年勤続章・35年】

◇第8分団団員…柏倉 守◇第10分団団員…大宮幸男◇第10分団団員…長橋廣道

【永年勤続章・30年】

◇第5分団団長…石井英幸◇第1分団団員…加藤敏男◇第1分団団員…佐藤廣和◇第2分団団員…吾妻永朗◇第2分団団員…安孫子昭一郎◇第10分団団員…横戸誠雄

【永年勤続章・25年】 7人

【永年勤続章・20年】 25人

【永年勤続章・15年】 43人

【内助の功労者】 10人

【永年勤続退団者】 24人

●団長感謝状

【退団幹部】

◇元団本部分団長…八田博之◇元第1分団分団長…濱田益男

Pick-Up 04

市民や従業員、訪れる人の安全のために

「密ナシュラン」共通ステッカーでお出迎え

5月下旬、市観光果樹園やかみのやま温泉旅館組合を中心に「かみのやま3密対策プロジェクト（川口恭史会長）」が結成されました。業種や店舗ごとに新型コロナウイルス感染症防止のガイドラインを設け、対策を講じる店舗に「密ナシュラン」共通ステッカーを交付しています。



3密対策店舗では共通ステッカーを掲示している(写真／かみのやま温泉観光案内所)

▲密ナシュラン
共通ステッカー

市はこのような取組を支援しながら、今後も本市観光・商業などの地域経済の活性化を図っていきます。

これは、お客様に安心して来店してもらうとともに、従業員の安全も確保しようという取り組みが、現在の飲食店などにも拡大し、6月24日時点で69店舗が参加しています。

新型コロナウイルスの影響により経済活動が縮小している中、「衛生対策など、今自分たちにできることに取り組み、お客様を迎えたい」という強い思いが込められています。

Pick-Up 01

楽しい買い物でまちの応援を！

プレミアム付商品券を発行

市は、新型コロナウイルス感染症対策による外出自粛やイベントの中止などで影響を受けている市内の事業者などを応援し、地域経済を下支えするため、緊急経済対策としてプレミアム付商品券の発行支援を行いました。

支援を受けて、市商品券は、

市は、新型コロナウイルス感染症対策による外出自粛やイベントの中止などで影響を受けている市内の事業者などを応援し、地域経済を下支えするため、緊急経済対策としてプレミアム付商品券の発行支援を行いました。



マスクを着用した市民が来場(本庄地区公民館／6月15日)

振興会（伊藤正志会長）はプレミアム付商品券を発行。6月13日～21日の販売日には、3密対策を徹底した市内各会場に多くの人が足を運び、訪れた市民は「買い物を楽しみつつ上山のお店を応援したいです」と話しました。

商品券は、1セット14枚（全店共通券7枚・地域店舗専用券7枚）を1万円で販売。令和2年12月12日（土）まで市商工会の296店舗（6月17日時点）で使用できます。

※指定日に購入できなかった人は、購入申込書を記入の上、7月22日（水）までの月曜～金曜日、午前10時～午後4時に市商工会でお求めください。詳しくは市商工会のホームページをご覧ください。

Pick-Up 03

手続きの案内をスムーズに

窓口に番号案内表示システムを設置



市は、市庁舎内窓口の混雑緩和と個人情報保護のため、6月1日より、番号案内表示を開始しました。

発券機で番号札を受け取り、必要書類を記入して待つと、液晶ディスプレイの表示と音声案内で番号が呼び出されます。そのほか、待ち人数を確認することもできます。来庁時に利用ください。

Pick-Up 02

上山市の一員として頑張ります！

新たな地域おこし協力隊員が着任

趣味はサーフィンやスノーボードなどです！
よろしくお願いします！

鈴木保隆さん

山形市出身。東京都からUターン。
農林夢づくり課所属

6月8日、本市の新たな地域おこし協力隊員として、鈴木保隆さんが着任しました。

主に有害鳥獣による被害調査や追い払い、侵入防止柵の整備など、鳥獣害対策に携わります。

鈴木さんは「農作物の被害を減らすために力を尽くしたいです」と抱負を語ります。

やまがた緑環境税を活用

「三吉山の自然を守る会」が
登山道の階段補修を実施

5月30日、「三吉山の自然を守る会」（木村 正会長）のメンバーは、登山者が歩きやすいようにと、三吉山登山道の階段補修などの作業を行いました。

Pick-Up 05

古き良き檐下の文化をこれからも

かみのやま草屋根プロジェクト・宿場の景観整備



茅葺文化を地域で守る取組「かみのやま草屋根プロジェクト」の一環として、6月7日、羽州街道「檐下宿」研究会（佐藤司郎会長）など16人が檐下地内の再生茅場で下草刈りに汗を流しました。除草後は、檐下宿の竹垣修繕や庭木の剪定など、宿場の歴史・文化遺産を守ろうと、景観整備活動に取り組みました。



6月1日～7月5日

蔵王ペンション村オープンガーデン

鮮やかな花たちがお出迎え

蔵王ペンション村(小倉)で各ペンション自慢の庭を公開する「オープンガーデン 山の春～初夏の庭」が開催され、クレマチスやシャクナゲなどの色とりどりの花々が来訪者を出迎えています。

寒河江市から訪れた石川直樹さん・優香理さんは「鮮やかなたくさんの花たちと蔵王の澄んだ空気に心癒されました」と微笑みました。

※期間中は花苗の販売やランチの営業なども行われています。



6月18日・19日・23日・26日

高橋成樹選手による「夢クラス」

夢に羽ばたけ！小・中学生へエール

本市出身のプロサッカー選手・高橋成樹選手による、夢を叶えるための講話や体を動かす「夢クラス」が市内小・中学校5校で行われました。

本企画は、コロナ禍で不安やストレスを抱える地元の子どもの力になりたいと、高橋選手からの提案により実現したもので、児童・生徒あわせて約300人がプロ選手との夢のひと時を過ごしました。

6月19日に開催された宮川小で、高橋選手は「“百聞は一見に如かず”という言葉があるように、人から聞いた話よりも実際に自分で経験することは何よりも財産になります。小さなことにも挑戦し、自分なりに考えたり感じたりすることでそれぞれの夢に近づいてください」とメッセージを贈りました。参加した木村梨央さん(6年)は「私もサッカー選手になる夢があります。高橋選手のように夢に向かって努力を続けたいです」と目を輝かせていました。

6月5日

杵屋本店が小・中学校にお菓子を寄贈

元気いっぱいに、いただきます！



新型コロナウイルス感染対策のための休校期間が終わり、通常授業を再開した市内の小・中学校にエールを送ろうと、株式会社杵屋本店(菅野高志代表取締役社長)からお菓子が贈られました。

6月5日には、上山小学校で贈呈式を開催。代表で受けとった長谷部唯人さん(6年)は「みんなでおいしくいただきます」と話し、同日の給食ではお菓子を頬張るたくさんの笑顔が広がりました。



高橋成樹選手

■プロフィール

1998年生まれ。上山カメレオンFC、モンテディオ山形などを経て、現在はボックスヒル・ユナイテッドSC(オーストラリア)に在籍。ポジションはディフェンダー。



かみのやま健康ポイント事業

7月から

かみのやま健康手帳がスタート！

申込み・問合せ 健康推進課 内線154

市報6月号(10～11ページ)で紹介した「かみのやま健康ポイント事業」から、今回は「かみのやま健康手帳」の参加方法をお知らせします。

みんなで楽しく健康づくりをしましょう！

●参加条件 市内在住・在勤の18歳以上

●定員 1,000人(手帳は1人1冊)



STEP 1 手帳を手に入れる

健康推進課(市役所1階)、各地区公民館、市内の公共施設などに設置しています。

STEP 2 申込用紙を提出

手帳に入っている申込用紙を健康推進課(⑬番窓口/郵送/FAX)、公民館の回収箱のいずれかに提出してください。

STEP 3 健康づくりの目標を決める

「毎食野菜を食べる」「寝る前に柔軟体操をする」など、自由に決めてみましょう。

STEP 4 毎日の健康づくりを手帳に記録

目標の達成状況やウォーキングなどの運動・教室への参加、検診の受診など、日々の健康づくりを記録します。

STEP 5 年度末に手帳を提出

健康推進課に提出すると参加賞[※]がもらえます！
●提出期間 令和3年3月1日～5月28日
※活動量計を使った「かみのやま健康ポイント(10月開始予定)」にも参加する場合は、景品または参加賞がもらえます。

来月号は「かみのやま健康ポイント」を紹介予定！

「新しい生活様式」における熱中症予防

新型コロナウイルスの感染を防止するために◇身体的距離の確保◇マスクの着用◇手洗いや、「3密(密集・密接・密閉)」を避けるなどの「新しい生活様式」が求められています。

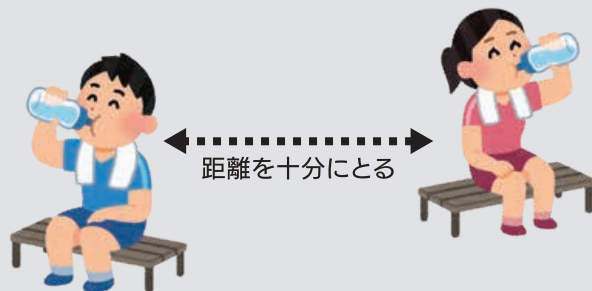
以下の5つのポイントを心がけ、熱中症を予防しましょう。

① 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用するなど、部屋の温度を調整
- ・感染予防のため、換気扇や窓の開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日などは特に注意する



② 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温や湿度が高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

③ こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



④ 日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養



⑤ 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



高齢者、子ども、障がい者は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。
3密(密集・密接・密閉)を避けつつ、周囲の人からも積極的な声かけをお願いします。

※厚生労働省『「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント』
(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html)をもとに作成。

新型コロナウイルス関連のお知らせ

支 援 事 業

●新型コロナウイルス感染症に関する傷病手当金について

申請先・問合せ 健康推進課(市役所1階⑥番窓口) 内線127

給与などの支払いを受けている被保険者が、新型コロナウイルスの感染や感染の疑いにより給与の全部または一部を受けることができなかった場合、傷病手当金を受け取ることができます。申請を希望する人は、必ず問い合わせください。

■支給要件 次のすべてを満たす人◇国民健康保険または後期高齢者医療保険に加入している◇給与などの支払いを受けている◇新型コロナウイルスに感染したまたは発熱などの症状により感染が疑われ、療養のため労務に服することができない◇給与などの全部または一部を受け取ることができない

■支給額 日額(直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額)×3分の2×労務に服することができない日数

■適用期間 令和2年1月1日から療養のため労務に服することができない期間 ※最長1年6か月。

●国税の納税猶予について

相談先・問合せ ◇仙台国税局猶予相談センター ☎0120-945-430
◇山形税務署徴収部門 ☎622-1611(内線181)

新型コロナウイルス感染症の影響により、国税を一時に納付することが困難な場合は、仙台国税局猶予相談センターまたは山形税務署徴収部門に電話で相談ください。

●労働保険の更新期間を延長します

問合せ 厚生労働省労働基準局労働保険徴収課 ☎03-5253-1111

新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間を8月31日(月)まで延長します。事業に係る収入に相当の減少があった事業主については、申請により労働保険料などの納付を1年間猶予することができます。

労働保険の年度更新は、山形労働局への郵送(山形市香澄町3丁目2-1山交ビル3階)または電子申請でも受け付けていますので利用ください。

相 談

●法務省 新型コロナウイルス感染症に関連した人権相談

新型コロナウイルス感染症に関連して、感染者や濃厚接触者、医療従事者などに対する誤解や偏見に基づく差別は決してあってはなりません。法務大臣メッセージをYouTubeの法務省チャンネル(<https://youtu.be/RYS00qCxo-0>)で配信していますのでご覧ください。

また、法務省では、新型コロナウイルス感染症に関連する不当な差別や偏見、いじめなどの被害を受けた人の相談を受け付けています。困った時は一人で悩まず相談ください。

■相談先 ◇みんなの人権相談 (ナビダイヤル)0570-003-110
◇インターネット受付 <https://www.jinken.go.jp/>(パソコン、スマートフォン共通)

■受付時間 月曜～金曜日、午前8時30分～午後5時15分

●県の相談窓口

新型コロナウイルスの感染が疑われる場合

予防方法や症状などの相談

日 時	土・日・祝日を含む毎日24時間
相談先・ 問合せ	新型コロナ受診相談センター ☎0120-88-0006(フリーダイヤル)

日 時	月曜～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ※祝日を除く。
相談先・ 問合せ	◇村山保健所 ☎627-1100 ◇県庁健康福祉部福祉企画課 ☎630-2315

※聴覚や言語に障がいのある人の相談はFAX(625-4294)で受け付けています。日時は月曜～金曜日、午前8時30分～午後5時15分。



「定員適正化計画(第6次)(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 庶務課 内線212

「定員適正化計画(第6次)」策定にあたり、市民のみなさんの意見を募集します。計画案の詳細は、市ホームページをご覧ください。

- 期間 7月2日(木)～15日(水)
- 提出方法 ①意見②住所③氏名を明記し、◇郵送(〒999-3192 上山市河崎一丁目1番10号 上山市役所庶務課宛)◇持参(市役所2階)◇FAX(672-1112)◇メール(info@city.kaminoyama.yamagata.jp)のいずれかで提出



令和元年度「住民基本台帳の一部の写し」の 閲覧状況をお知らせします

問合せ 市民生活課 内線111

閲覧年月日	閲覧者	請求事由(概要)	閲覧対象
令和元年5月23日	一般社団法人 中央調査社	「2019年6月東京オリンピック・パラリンピックに関する調査」の対象者抽出	◇三上◇牧野に住む20歳以上の日本人の男女12人
令和元年5月28日	株式会社 日本リサーチ センター	「子ども・青少年のスポーツライフに関する調査」の対象者抽出	◇松山◇石崎◇河崎に住む4～21歳の男女30人
令和元年7月23日	株式会社 R・T・ジオ リサーチ	「最上川水系環境整備事業評価検討における事業効果把握アンケート調査」の対象者抽出	◇みはらしの丘◇久保手◇金瓶◇四ツ谷◇大石◇朝日台◇弁天◇北町字外原◇裏町◇金谷◇狸森◇小白府に住む10世帯
令和元年8月9日	一般社団法人 新情報センター	「第13回飲酒・喫煙・くすりの使用についてのアンケート調査」の対象者抽出	金生西に住む15～64歳の日本人の男女30人
令和元年9月26日	株式会社 インテージ リサーチ	「医薬品及び医療機器の費用対効果評価におけるQOL尺度の標準値測定のための調査」における「健康に関するアンケート」の対象者抽出	弁天に住む10～80代の男女130人
令和元年10月1日	株式会社 日本リサーチ センター	「11月全国個人視聴率調査」の対象者抽出	鶴脛町に住む7歳以上の男女12人



国民年金の保険料を免除(猶予を含む)する制度があります

申請先・問合せ 市民生活課(市役所1階④番窓口) 内線114

令和2年度分(令和2年7月～令和3年6月)の申請は、7月1日から受付を開始します。
所得の減少や失業、災害などの理由で、国民年金保険料を納めることができないとき、申請して承認されると保険料の全額または一部の納付が免除・猶予されます。

令和元年度分(令和元年7月～令和2年6月)が免除承認されていた人も、継続申請の承認を受けた場合を除き、原則として申請が必要です。

- 持ち物 ◇年金手帳◇印鑑(代理人が手続きする場合)◇雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票など(失業などの理由で申請する場合)

■免除の内容

申請免除の種類	所得審査対象	所得基準	免除期間中に納める保険料(月額)	年金計算への反映
全額免除	本人・世帯主・配偶者	(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円	0円	8分の4
納付猶予	本人・配偶者	(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円	0円	0
4分の3免除 (4分の1納付)	本人・世帯主・配偶者	78万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除等	4,135円	8分の5
半額免除 (半額納付)	本人・世帯主・配偶者	118万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除等	8,270円	8分の6
4分の1免除 (4分の3納付)	本人・世帯主・配偶者	158万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除等	12,405円	8分の7

※免除の審査は、本人・世帯主・配偶者のそれぞれの所得で審査します。
※扶養親族等控除額、社会保険料控除額等は年末調整・確定申告で申告された金額です。

■免除の対象となる所得の「めやす」

世帯構成	全額免除	納付猶予	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
3人扶養(夫婦・子2人)	162万円	162万円	230万円	282万円	335万円
1人扶養(夫婦のみ)	92万円	92万円	142万円	195万円	247万円
扶養なし	57万円	57万円	93万円	141万円	189万円

※世帯の状況や各種控除等により異なります。



予防接種を忘れずに受けましょう

問合せ 健康推進課 内線157

予防接種	麻疹・風しん2期	ジフテリア・破傷風二種混合
対象	年長児(小学校入学前の1年間)	11歳以上13歳未満(標準的には小学6年生)
接種方法	個別接種	
料金	◇市内で受ける場合…無料 ◇市外で受ける場合…自己負担が発生する場合があります	
持ち物	予診票、母子健康手帳、保険証、市外で受ける場合は予防接種券※	

※「予防接種券」は健康推進課(市役所1階⑬番窓口)で交付しています。母子健康手帳を持参し、事前に窓口までお越しください。



毎日ウォーキング カレンダー 8月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
新型コロナウイルス感染症予防のため ☐ 自宅で体温を測定し、平熱を確認しましょう。 ☐ マスクをつけて参加しましょう。 ☐ 休憩時間におやつなどの交換は控えてください。 ☐ 天気や気温、参加者の体調によっては、コースや終了時間の変更がありますのでご了承ください。						1 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら
2 虚空蔵山山頂 体力度: 4 9:30~12:30 集合場所 上山城かし茶屋	3 西 山 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	4 蔵王高原坊平 体力度: ①…2 ②…4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	5 虚空蔵山北堰 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	6 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ライザレストラン	7 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	8 三吉山山頂 体力度: 4 9:30~12:30 集合場所 三吉山駐車場
9 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	10 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ライザレストラン	11 西 山 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	12 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	13 虚空蔵山北堰 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	14 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ライザレストラン	15 三吉山山頂 体力度: 4 9:30~12:30 集合場所 三吉山駐車場
16 西 山 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	17 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	18 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ライザレストラン	19 虚空蔵山北堰 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	20 三吉山中腹 体力度: 3 9:30~11:30 集合場所 三吉山駐車場	21 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	22 西 山 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋
23 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ライザレストラン	24 虚空蔵山山頂 体力度: 4 9:30~12:30 集合場所 上山城かし茶屋	25 西 山 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	26 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	27 虚空蔵山北堰 体力度: 3 9:30~12:00 集合場所 上山城かし茶屋	28 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ライザレストラン	29 三吉山中腹 体力度: 3 9:30~11:30 集合場所 三吉山駐車場
30 クアの道 中川コース 体力度: 4 10:00~12:00 集合場所 中川地区公民館	31 蔵王高原坊平 体力度: 4 10:00~12:10 集合場所 ZAOたいらぐら	市民参加料無料 ※事前の申込は不要です。 ●服 装: 歩きやすい靴、動きやすい服、帽子 ●持ち物: マスク、うちわ、タオル、飲み物、ティッシュなど				
申込み・問合せ 健康推進課 内線197 ※詳細は市ホームページをご覧ください。						



認定証などの更新を忘れずにしましょう

次の認定証の有効期限が7月31日で満了しますので、更新手続きをしてください。 ※手続きは代理も可。

●社会福祉法人等利用者負担軽減確認証

申請先・問合せ 健康推進課(市役所1階⑫番窓口) 内線151

■対 象 市民税非課税世帯で、一定の要件を満たす人

■持 ち 物 ◇申請書◇印鑑◇本人と世帯全員の通帳の写し(必ず記帳してください)

■申請方法 対象者には7月上旬に申請書を郵送します。申請書を記入の上、7月22日(水)までに健康推進課で手続きをしてください。

●介護保険負担限度額認定証

申請先・問合せ 健康推進課(市役所1階⑫番窓口) 内線151

■対 象 市民税非課税世帯で、預貯金の該当要件を満たす人 ※非課税年金も収入額に含めて審査します。

■持 ち 物 ◇申請書◇印鑑◇本人と配偶者の通帳の写し(必ず記帳してください)

■申請方法 対象者には7月上旬に申請書を郵送します。申請書を記入の上、7月22日(水)までに健康推進課で手続きをしてください。

●国民健康保険・後期高齢者医療の限度額適用および減額認定証

申請先・問合せ 健康推進課(市役所1階⑥番窓口) 内線123

■持 ち 物 ◇健康保険証◇印鑑◇限度額適用・減額認定証(令和元年度分)◇過去1年間の入院日数が90日を超えている人は証明できる領収証など

■受付期間 7月20日(月)～

■申請方法 ◇国民健康保険…健康推進課で申請◇後期高齢者医療…新規または90日以上 of 長期入院に該当する人のみ健康推進課で申請 ※令和元年度に限度額適用・減額認定証を持っていた人の中で該当する人には、令和2年度分の認定証を保険証と一緒に郵送する予定です。

●重度心身障がい(児)者医療証・ひとり親家庭等医療証

申請先・問合せ 健康推進課(市役所1階⑥番窓口) 内線121

6月30日で有効期限が満了していますので、更新が済んでいない人は早めの手続きをお願いします。 ※詳しくは市報6月号17ページをご覧ください。

有料広告 募集中!!

86mm
42mm
=15,000円/1回

178mm
42mm
=26,000円/1回

求人・企業案内、商品紹介などに活用ください

■掲載場所…市報お知らせページ
詳しくは問い合わせください。 市政戦略課 内線219

上山市公式チャンネル

ござっえTV

上山の“いいとこ” 世界へ発信中

パソコン・スマートフォンで
上山市 公式チャンネル 検索

上山市 LINE 公式アカウント
ぜひ登録ください!

←こちらから読取

問合せ
市政戦略課 内線211

市報バックナンバーあります!

問合せ 市政戦略課 内線219

きっと見つかる、
ワタシにつながる。

お知らせ

Information

新型コロナウイルス感染症
の対策などにより、掲
載している催しが延期ま
たは中止になる場合が
あります。詳細は各機関
へ問い合わせください。

市民プール 休業のお知らせ

問合せ

スポーツ振興課 内線319

新型コロナウイルス感染拡大
防止のため、今シーズンは開設し
ません。みなさんのご理解とご協
力をお願いします。

上山市・ ドナウエッシンゲン市 交流事業中止のお知らせ

問合せ

庶務課 内線215

新型コロナウイルス感染症対
策のため、今年度の友好盟約25
周年記念上山市民訪問団の派遣
および隔年で実施しているドナ
ウエッシンゲン市学生訪問団の
受け入れを中止とします。みな
さんのご理解・ご協力をお願い
します。

「クアオルト歯つらつ クラブ」参加者募集

申込み・問合せ

健康推進課 内線158

月に1回、仲間と一緒に楽し
く健康づくりをしましょう！

■期間 8月～令和3年3月
(毎月1回、年8回開催予定)

■場所 市保健センター

■日時・内容 1回目：8月3日
(月) 午前10時～11時30分◇オリ
エンテーション◇お口の健康に
ついて◇クアオルトについて◇
フレイルやロコモ简单チェック
など

2回目以降は、◇お口の健康
維持について◇誤嚥性肺炎につ
いて◇栄養について◇蔵王坊平
ゆつくり散策◇足のケアなど

※詳細は8月3日に連絡します。
■対象 次のいずれかに該当す
る65歳以上の人①食事の飲み込
みが悪くなった②お口の状態で
気になる③一人で歩くのが不安
④仲間と一緒に健康づくりをし
たい

■定員 先着20人
■参加料 無料
■申込期間 7月6日(月)～13日(月)
■申込み・問合せ
子ども子育て課 内線128
☐deai.kekkon@city.kamino
yama.yamagata.jp

■日時 7月26日(日)午後1時
～2時の間で30分程度

■場所 中部地区公民館2階和室

■対象 独身の男女

■参加料 無料

■申込期限 7月21日(火)
※申し込みの際に

①氏名②住所③年
齢④電話番号を伝
えてください。



雑紙回収袋の広告を 募集します

申込み・問合せ

市民生活課 内線118

■料金 ◇表面下部2枚(12cm
×13cm)：1万7500円◇裏
面下部2枚(9cm×13cm)：1万
4000円◇側面6枚(12cm×
18cm)：1万5000円

■発行枚数 7万枚(各世帯5
枚を配布予定)

■配布予定時期 9月

■申込方法 7月22日(水)まで

所定の申込用紙を提出してくだ
さい。申込用紙は市民生活課(市
役所1階)で配布します。
※掲載には審査があります。

「水中ストレッチ教室 第1期」参加者募集

申込み・問合せ

健康推進課 内線154

水圧や浮力を活かして無理な
く体を動かしませんか？

■日時 8月1日～9月26日の
毎週土曜日(全8回)、午前9時
25分～午後1時45分 ※8月15
日は休み。8月・9月には、採血・
体組成測定を行います。参加者
には、初回の日時を通知します。

■場所 温泉利用型健康増進施
設「のぞみ」(天童市) ※上山市
保健センター発着の無料送迎バ
スがあります。

■対象 次のすべてに該当する
人◇65歳以上◇更衣や歩行など
が自立している◇耳の聞こえに
難がない◇感染症対策に協力
※1年以内に心疾患・脳血管疾
患を発症した人、服薬など治療中
の人は、医師に相談してください。

■定員 20人

■参加料 4000円(8回分。
保険料、飲料水代、施設利用料な
どを含む) ※初回に一括で支
払い。原則返金はできません。

■申込期限 7月10日(金)

※申込多数の場合は抽選。

使用済みの農業用 ビニール類の有料回収

問合せ

市農業用使用済プラスチック
適正処理推進協議会

(農林夢づくり課内)

■日時 7月16日(木)午前9時
～10時30分

■場所 ◇山形農業協同組合
(南部営農センター・西郷集出
荷場・旧中川支店)◇株式会社
カトーコーポレーション◇ホク
シン農材株式会社山形支店◇有
限会社丸東◇南果連協同組合

■料金 ◇リサイクル可能な農
業用ビニールおよびプラスチック
類：56円/kg◇その他(リサイ
クル不可)：71円/kg

※土や泥を落とし、リサイクル
に協力をお願いします。9月・
11月にも共同回収を予定してい
ます。農薬プラボトルは11月に
回収予定です。

固定資産税の納税義務者 が亡くなった場合の 手続きについて

提出先・問合せ

税務課 内線137

令和2年7月15日以降に固定
資産(土地・家屋)の登記簿上の
所有者が死亡し、相続登記が完
了していない場合、現所有者(相

続人)が氏名、住所などを申告を
することが義務化されました。
※相続登記をしていない場合、
固定資産は相続人全員の共有資
産となります。

■申告方法 申告書に必要事項
を記入し提出してください。申
告書は税務課窓口(市役所1階)
に設置してあるほか、市ホーム
ページからもダウンロードでき
ます。 ※代表者の申告があれ
ば、相続人全員が申告をする必
要はありません。

■申告期限 現所有者(相続人)
であることを知った日の翌日か
ら3か月を経過した日まで

※この申告は、固定資産税の納
税義務者を決定するための申告
であり、登記簿上の所有者が変
わるものではありません。申告
がない場合、10万円以下の過料
が科されることがありますので
注意してください。

なんでも労働 相談ダイヤル

相談先・問合せ

連合山形地域協議会

☎6222・0551

労働の悩みを気軽に相談くだ
さい。

■日時 7月27日(月)午前10時
～午後6時

■内容 ◇解雇◇賃金カット◇
労働時間◇残業◇休暇など

こころの健康 電話相談窓口

相談先・問合せ

村山保健所保健企画課

☎6227・1184

新型コロナウイルス感染症の
影響で自粛を伴う生活などに
よる不安やイライラなどを抱え
ている人は気軽に相談ください。

■日時 月曜～金曜日、午前8
時30分～午後5時15分 ※祝日
を除く。

■場所 村山保健所(山形市十日町)

鳥獣被害対策を 支援します

申請先・問合せ

市鳥獣害防止対策協議会事務局

(農林夢づくり課内) 内線411

ニホンザルやイノシシなどに
よる農作物被害を防止するため
◇市内の地区会◇農事実行組合
◇農業者3人以上で組織する団
体などが実施する対策の経費を
助成します。

■助成対象 ①狩猟免許などの
取得経費②猟銃等新規購入経費
③簡易電気柵などの購入経費④
追い払いや捕獲の経費⑤緩衝帯
整備経費 ※①～③は個人の申
請も可能です。③は7月末まで
申請してください。狩猟免許の
取得などの日程は、新型コロナ
ウイルス感染症の影響により未

定です。決定次第お知らせしま
す。

■助成額 ①…全額(上限15万
円)②…3分の2(上限10万円)
③④⑤…2分の1(更新の場合
は3分の1。上限15万円)

■その他 小動物(ハクビシン、
タヌキ)捕獲用檻の貸し出しも
していますので相談ください。
※捕獲許可が必要です。

地籍調査を実施します

問合せ

税務課 内線165

登記内容を土地の現況に合わ
せて更新するため、測量調査を行
います。ご理解とご協力をお願い
します。

■調査地域 次の地域の一部◇
美咲町一丁目◇美咲町二丁目◇矢
来一丁目◇矢来二丁目◇矢来四丁
目◇南町◇石堂◇長清水一丁目

■期間 令和3年3月31日まで

7月は「社会を明るく する運動」強調月間です

問合せ

福祉課 内線147

みなさんで犯罪や非行のない
明るい社会を築きましょう。

■スローガン 「犯罪や非行を
防止し、立ち直りを支える地域
のチカラ」

つかさ工務店 補助金申請
屋根の塗装工事で
リフォーム補助金がもらえます!!
見積り相談は
無料です!!
上山市金生東7-47 023-616-6322

つかさ工務店で
申請手続きを
無料代行!!
新型コロナウイルス感染防止
に社員全員が気を配ります!!
白お電話・メール・郵便等のやりとりで
実際にお会いすることなく補助金申請手続きが
完了できるように対応いたします。
白 お客様と直接お会いしてお話させていただく際
はマスク着用を徹底いたします!! ☎616-6322

補聴器相談会
7月21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

慰霊追悼と友好親善の参加者募集

申込み・問合せ

一般財団法人山形県遺族会
☎631・0591

戦没地を訪れ、慰霊追悼と現地の人との交流を行います。日時や申込期限は訪問先により異なりますので問い合わせてください。

■訪問先 ◇旧ソ連◇アジア、オセアニアの旧戦域

■対象 戦没者の遺児

■参加料 10万円

勤労者の生活をサポートします

問合せ

東北労働金庫上山支店
☎672・6688

◎生活応援ローン(上山市勤労者生活安定資金)

市と労働金庫が提携して低金利で融資します。

■対象 労働組合や融資制度がない職場で1年以上勤務している人

■資金使途 ◇生活資金◇自動車資金◇教育資金◇福祉資金

■融資額 100～300万円以内

■固定金利(年) 1・25％～2・75％ ※令和2年4月1日現在。

■融資期間 7年～10年以内

※融資額、金利、融資期間は資金使途によって異なります。保証料は労働金庫で負担します。な

お、融資には審査があります。

ツキノワグマ生息状況調査について

問合せ

県環境科学 Research センター
環境企画部
☎0237・52・3124

蔵王山系に生息するツキノワグマの生息密度を推定するため、自動撮影カメラを設置していますのでご協力をお願いします。
■期間 7月7日(火)～10月30日(金)

■調査区域 ◇芳刈林道◇南蔵王林道周辺◇高森林道沿線◇大西沢林道周辺

「運動をする会」参加者募集

申込み・問合せ

健康推進課 内線197

毎日の生活に運動を取り入れ、心も身体もリフレッシュしませんか？

■期日 8月から予定

■時間 午前9時30分～11時

■場所 三友エンジニア体育文化センター軽スポーツルーム

■定員 1回30人程度(1人月2回程度) ※要事前申込。

■内容 ◇ストレッチ◇ヨガ◇リズム体操◇筋トレなど

■参加料 無料

■申込方法 ◇市役所1階105

紫苑庭を開園します

問合せ

生涯学習課 内線312

武家屋敷「旧曾我部家」裏の紫苑庭を開園します。土・日・祝日には、お茶のおもてなしがありますので、ぜひ来園ください。※新型コロナウイルス感染症の状況によりお茶のおもてなしを中止する場合があります。

■日時 7月4日(土)～11月3日(火・祝) いずれも午前10時～午後3時



無料法律相談

申込み・問合せ

市社会福祉協議会
☎673・2750

夏の省エネ県民運動「ライトダウンウィーク」

問合せ

市民生活課 内線118

6月から9月にかけて実施している「夏の省エネ県民運動」の一環として、7月6日～12日、施設のライトアップなどを消灯する「ライトダウンウィーク」が行われます。

本市では、次のとおり実施します。

■日時 7月10日(金)午後6時消灯

■実施施設 ◇市役所屋上のネオンサイン◇上山城のライトアップ

弁護士が相談に応じます。
※要予約。秘密は厳守します。
■日時 7月16日(木)①午前10時～正午②午後1時～3時

■場所 市民相談室(市役所1階)

■内容 ◇相続◇契約◇多重債務◇事故 など

「歯のきんさん ぎんさん コンクール」

問合せ

市歯科医師会地域保健担当
(永田歯科医院)
☎672・0215

市内在住の80歳以上で「自分の歯」を20本以上お持ちの人を「歯のきんさん ぎんさん」として表彰します。

■応募方法 8月31日(月)まで市内の歯科医院に申し込みください。

◎表彰 例年表彰式を行っていましたが、今年度は各歯科医院で個別に表彰します。

市で伐採した木をお譲りします

申込み・問合せ

財政課 内線233

材木の状況を確認していただいた上での販売となります。
※なくなり次第終了。

がんゲノム検査のお知らせ

問合せ

山形大学医学部附属病院
がんゲノム医療管理室
☎628・5534

がんゲノム検査を受けるには条件があり、事前の受診が必要です。現在かかりつけの主治医の先生より当院地域医療連携センターを通じて予約してください。

■場所 山形大学医学部附属病院がんゲノム医療管理室

■対象 次のすべてに該当する人◇進行固形腫瘍の標準治療が終了している(または終了見込み)◇数年以内の腫瘍標本が一定量以上保存されている◇比較的体調が安定している

■内容 ◇がんの遺伝子検査◇治療の検討

市民ゴルフ大会中止のお知らせ

問合せ

市民ゴルフ大会実行委員会
(蔵王カントリークラブ内)
☎688・7777

例年7月に開催の市民ゴルフ大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止とします。ご理解とご協力をお願いします。

■受付日時 月曜～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ※祝日を除く。

■価格 1000円

※1世帯につき、軽トラックの荷台からはみ出さない程度で1台分まで。

空き家相談会

申込み・問合せ

建設課 内線425

気軽に相談ください。 ※要申込。

■日時 8月14日(金)午前9時～午後4時

■場所 三友エンジニア体育文化センター軽スポーツルーム

■定員 20組

■申込期限 7月31日(金)

家庭教育電話相談「ふれあいほっとライン」

相談先・問合せ

県教育庁生涯教育・学習振興課
☎630・2876

FAX 630・2874
✉ yshogaku@pref.yamagata.jp

子育ての悩みを相談ください。子どもからの相談にも応じます。 ※秘密は厳守します。

■受付日時 月曜～金曜日、午前9時～午後4時15分 ※土・日・祝日を除く。

上山城イベント情報

【上山城歴史講座「赤松小三郎暗殺が意味するもの」】

江戸時代末期、普通選挙による議会政治を提言した先駆的思想家・赤松小三郎(上田藩士)の生涯を通して、当時の時代を解き明かします。 ※申込不要。

■日時 7月11日(土)午前10時～11時30分

■講師 岩井 哲さん(書肆屋主宰)

■参加料 要入館料 ※小・中学生は土曜日無料。年間パスポート入館者は資料代100円。

問合せ 上山城 ☎673-3660

人も、会社も、もっと元気に！

中退共済制度
CHU小企業退職金共済制度
詳しくはホームページへ
中退共 後援

◆掛金の一部を国が助成 ◆掛金は全額非課税。手数料も不要
◆外部積立型なので管理が簡単 ◆パートさんの加入もOK

(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211

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

高齢者サロン まじやれ

利用の際には
自宅での検温と
マスクの着用を
お願いします。

※イベント内容は、状況
によって変更・中止と
なる場合があります。

■申込み・問合せ
◇高齢者サロン
☎673-7588
◇二日町再開発(株)
☎677-0800

持 …必要な持ち物があり
ますので、問い合わせく
ださい。

【無料で参加できる催し】

百歳体操まじやれ会
毎週水曜日午後3時～
ストレッチ体操の会
3日(金)・17日(金)
午後1時30分～2時30分
将棋の会
6日(月)・20日(月)午後1時～4時
健康教室
7日(火)午後1時30分～2時30分
短歌の会
8日(水)午前10時30分～11時30分
オカリナを楽しむ会
8日(水)午後1時30分～2時30分
ビンゴゲーム大会
9日(木)・24日(金・祝)午後1時30分～3時

【材料代として参加料が必要な催し】

脳が目覚める絵の会 持
10日(金)午前10時30分～11時30分
参加料:500円
かな書道の会 持
13日(月)午後1時30分～3時
定員:15人 参加料:100円
写経(写仏)の会
15日(水)午前10時30分～11時30分
定員:15人 参加料:100円
楽しい生け花の会 持
15日(水)午後1時30分～2時30分
参加料:1,000円 申込期限:13日(月)

●庄内刺し子教室
～藍染め布の巾着袋作り～
17日(金)午前10時～午後1時
講師:小竹貞子さん(庄内刺し子作家)
定員:16人
参加料:材料代として800円
持ち物:裁縫道具、ボールペン、定規

●粘土アート教室
～本物そっくりのかわいいシロツメクサ作り～
20日(月)午前10時～午後1時
講師:志田庸子さん(花実アート教室講師)
定員:10人

防災出前講座
14日(火)午後1時30分～2時
いきいき交通安全教室
14日(火)午後2時～2時30分
ギター演奏を聴く会
22日(水)午後1時30分～2時30分
輪投げ大会をしよう
23日(木・祝)午後1時30分～2時30分
本の紹介の会
28日(火)午後1時30分～2時
とんと昔語りの会
29日(水)午後1時30分～2時30分
着付けの会 持
31日(金)午後1時30分～3時
定員:6人

折り紙の会 持
16日(木)①午前10時30分～11時30分
②午後1時30分～2時30分
定員:各10人 参加料:100円
はがき絵の会
23日(木・祝)午前10時～11時30分
定員:15人 参加料:500円
パステルアートの会 持
29日(水)午前10時30分～11時30分
定員:10人 参加料:500円
新手芸の会 持
30日(木)午後1時30分～3時
参加料:500円

参加料:材料代として500円
持ち物:手拭き用ウェットティッシュ、持ち帰り
用の紙袋など

●ビーズ教室～淡水パールとクリスタル
のネックレス作り～
日時:8月1日(土)午前10時～正午
講師:渡邊由美さん(ビーズ手芸教室・輝部
講師)
定員:16人
参加料:材料代として2,000円
持ち物:毛糸用かぎ針(8号)、老眼鏡(必
要な人)

「長屋門ギャラリー」は今月の掲載情報はありません。

図書館

■場所・申込み・問合せ
市立図書館
☎677-0850 ㊟677-0826
■休館日
毎週水曜日

■ご協力をお願いします

◇新型コロナウイルス感
染症対策のため、イベ
ントが延期または中止
となる場合があります。
今後の状況は、図書館
ホームページで随時お
知らせします。

◇当面の間、開館時間を
午前10時～午後5時と
します。

◇集団感染が発生した
場合の感染経路把握
のため、入館時には氏
名などの記入をお願い
します。

◇貸出・返却のほか、新
聞・雑誌の閲覧も可能
になりました。

◇イベント参加を除き、滞
在は1時間以内で願
います。

上山市立図書館
公式FaceBook
始めました



ぜひ登録ください!

Books 今月のオススメ本

コロンブスの図書館

エドワード・ウィルソン＝リー／著
五十嵐加奈子／訳 柏書房



本市出身の翻訳家・五十嵐
加奈子さんの新作!世界最
高の図書館を作り上げたコ
ロンブスの息子、エルナン
ド・コロンの知られざる人
生に光を当てたノンフィク
ションです。

ーズボラさんでもできるー
なあさんの寝たまま座ったままストレッチ
なあさん／著 廣済堂出版



コリや痛みに悩まされて
いる、つまずきやすくなった
…そんなあなたにオスメ
の一冊。解剖学を熟知した
著者が、忙しい人でも実践
しやすいストレッチを症状
別に紹介しています。

Event イベント情報

●よみきかせ
4日・11日・25日いずれも土曜日、午前10
時30分～11時30分
●おはなし会
7日(火)午前11時～11時40分
内容:「スプーンの会」によるよみきかせ、
手遊び
●絵本好きあつまれーよみきかせ講座ー
11日(土)午前10時30分～正午
講師:渡邊裕子さん(おはなしとつくって
遊ぼうの会紙ふうせん代表)
●夏のつどい
18日(土)午前10時～10時45分
内容:「スプーンの会」によるよみきかせ
や紙芝居、手遊び、パネルシアター
●日本語・英語よみきかせ
18日(土)午前11時～正午
●これよんでコーナー
18日(土)午後2時～3時30分

●名作映画鑑賞会『炎のランナー』
19日(日)午後2時～4時
※関連図書も展示します。
●折り紙講座～初級者編～
26日(日)午前10時～正午
内容:動かして遊べる折り紙の作り方
講師:吉田良子さん(日本折紙協会折紙
講師)
定員:15組程度 申込期限:25日(土)
持ち物:折り紙
●企画展「わが街、いま・むかし」
2日(木)～9月27日(日)
蟹仙洞の創立者・長谷川謙三さんが撮影
した昭和の街並みの写真と、現在の風景
を土屋一斗志さんがパネル化したセット
の展示
●図書のテーマ展示
「夏休みの宿題おたすけ隊」
13日(月)～8月18日(火)

ーホントに食べる?ー
世界をすくう虫のすべて
内山昭一／監修 文研出版



世界的な人口増加による
食糧難が危惧される中、課
題解決の切り札として注目
されている「昆虫食」を昆虫
料理研究家の著者が楽しく
解説。レシピも多数掲載し
ています。

あかちゃんとわらべうたであそびましょ!
さいとうしのぶ／構成・絵 のら書店



あかちゃんと一緒に遊べ
るわらべうたが多数紹介さ
れていて、みんなが笑顔に
なる一冊です。本書を読ん
で好きなりズム、心地よい
歌い方でぜひ歌ってみてく
ださい♪

働く 婦人の家

■場所・申込み・問合せ
働く婦人の家
☎673-3939
■申込受付開始
7月3日(金)

※ホームページにも、イベント
の詳細や写真などを掲載し
ています。

＋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、4月の市報と一緒に配布した「家族健康メモ」をご覧ください。2月に実施した検診世帯調査で申し込んだ人へは、4～6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。 ※検診を受けるには、事前の申し込みが必要です。
◆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「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
5(水)	本庄地区公民館	本庄地区
11(火)	中山地区公民館	中山地区
12(水)	中川農業者等トレーニングセンター	糸目・泉川・金谷・仙石・甲石・権現堂
13(木) [※]	市保健センター	新型コロナウイルス感染症対策のため中止となった地区
17(月)	茂吉ふるさと会館	金瓶
28(金)	山元体育館	山元地区

※13(木)の受診を希望する人は、健康推進課（内線154）まで連絡ください。

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）◆人間ドック

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については、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歳以上の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）

●問合せ 健康推進課 内線154

むし歯がなかったおともだち (3歳児健診R2.6.11)



布川涼楓ちゃん
すずか



金子 蓮くん
れん



山内爽楽くん
そら



高橋悠太郎くん
ゆうたろう



樋口碧一くん
あおい



金王海夏くん
かいな



伊藤琉翔くん
りゅうと



平賀絢士くん
けんと



柏倉英実人くん
えみと



鈴木紳太郎くん
しんたろう



石澤息吹くん
いぶき



井上琴乙ちゃん
こと



金原大和くん
やまと



児童扶養手当(7月期)を 振り込みます

指定口座に振り込みますので、確認してください。

■期日 7月10日(金)

●問合せ 子ども子育て課 内線159

子育て支援医療証について

8月に入っても届かない場合は問い合わせください。

■対象 7月2日～8月1日生まれの
1歳～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、課税証明書などを提出してください。

●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。

新型コロナウイルス感染症対策などにより、4月に配布した「家族健康メモ 子ども編」に掲載している健診の日時などに変更があります。

母子健康手帳交付

月曜～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（個別相談）

8月21日（金）
①午前9時30分～②午前9時50分～③午前10時10分～④午前10時30分～⑤午前10時50分～ ※要申込。
●対象：おおむね1歳未満の赤ちゃんとお母さん
●内容：◇赤ちゃんの体重測定◇育児相談◇母乳相談 など
●申込み・問合せ：子ども子育て課 内線169

4か月児健康診査

8月27日（木）
受付時間は対象者へ個別に通知します。
●対象：令和2年4月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇バスタオル◇4か月児健診問診票◇新型コロナ感染症拡大防止対策問診票
●問合せ：子ども子育て課 内線169

9か月児健康診査

8月18日（火）
受付時間は対象者へ個別に通知します。
●対象：令和元年11月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇バスタオル◇9か月児健診問診票◇離乳食の食事調査◇新型コロナ感染症拡大防止対策問診票
●問合せ：子ども子育て課 内線159

1歳児歯科健康相談

8月25日（火）
受付時間は対象者へ個別に通知します。
●対象：令和元年5月21日～31日、令和元年8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◇バスタオル◇新型コロナ感染症拡大防止対策問診票
●問合せ：健康推進課 内線158

1歳6か月児健康診査

8月25日（火）
受付時間は対象者へ個別に通知します。
●対象：平成30年12月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇1歳6か月児健診問診票◇新型コロナ感染症拡大防止対策問診票◇歯ブラシ◇バスタオル
●問合せ：子ども子育て課 内線159

2歳児歯科健康診査

8月20日（木）
受付時間は対象者へ個別に通知します。
●対象：平成30年7月生まれのお子さん
●持ち物：◇母子健康手帳◇歯ブラシ◇バスタオル◇1歳6か月児健診で配布した2歳児歯科健診問診票◇新型コロナ感染症拡大防止対策問診票
●問合せ：健康推進課 内線158

フッ化物塗布

※今年度は感染症対策とむし歯予防を考慮し、6か月間隔の塗布となります。
8月20日（木）・25日（火）
いずれも午後1時～2時30分受付
対象者には個別に通知します。
●持ち物：◇母子健康手帳◇歯ブラシ◇バスタオル◇フェイスタオル◇新型コロナ感染症拡大防止対策問診票
●問合せ：健康推進課 内線158

栄養・食事相談

8月27日（木）
午後1時30分～3時30分
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：8月17日（月）
●申込み・問合せ：健康推進課 内線155

こころの健康相談

8月26日（水）
午後1時30分～3時30分
●対象：眠れない、やる気がおこらない、子育てでイライラするなど、悩んでいる人やその家族 など
※秘密は厳守します。
●申込期限：8月21日（金）
●申込み・問合せ：健康推進課 内線157

申請を忘れずに「特別定額給付金」

新型コロナウイルス感染症の影響による緊急経済対策として、「特別定額給付金」を支給しています。申請に基づき順次入金しますので、忘れずに申請手続きをお願いします。

- 申請期限 8月14日(金)
- 申請方法 申請書は世帯主にお送りしています。次の①～③の書類を返信用封筒に入れ、市役所に郵送してください。

- ①申請書
- ②申請者本人確認書類(免許証、健康保険証など)のコピー
- ③口座確認書類(キャッシュカードまたは通帳)のコピー

- 支給対象 令和2年4月27日現在、上山市に住所がある人
- 支給額 1人につき10万円
- 問合せ 特別定額給付金対策室 内線350

◎給付金を装った詐欺に注意してください。

- 市や総務省などが
- ◇現金自動預払機(ATM)の操作
- ◇手数料の振り込み
- ◇メールを送り、URLをクリックしての申請手続きを求めることは、絶対にありません。
- 自宅や職場に市や総務省などをかたった電話や郵便、メールがありましたら、以下に相談ください。
- 相談先 上山警察署 ☎677-0110
警察相談専用電話 ☎#9110

もっと！
おしらせ additional town information

今月の相談日(7月・8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
7月2日・9日・16日・30日
8月6日・20日・27日
- ◆無料法律相談(第1木曜日) ※要予約。
7月2日、8月6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
- 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
7月14日、8月11日(第2火曜日)
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 県交通事故相談所(県庁2階)
※電話相談も受け付けています。

7月は食中毒予防月間です

STOP! 食中毒

問合せ ◇市民生活課 内線119 ◇健康推進課 内線156

予防
対策

夏場は食中毒が発生しやすい時期です。

『食品衛生3原則—つけない・増やさない・やっつける—』
を心がけ、食中毒を予防しましょう。

①「清潔」～食中毒菌をつけない～

- 調理前や肉・魚・卵などを触った後、トイレの後、動物に触った後は、必ず手を洗いましょう
- 肉や魚は他の食品に接触しないように、ポリ袋や容器に入れて保存しましょう
- 調理器具は、肉用・魚用・野菜用で使い分け、調理後は十分に洗浄・消毒しましょう
- 焼肉などの場合には、生肉用と焼いた肉用で箸を使い分けましょう
- ごみはこまめに捨てましょう

②「迅速・冷却」～食中毒菌を増やさない～

- 食品購入後は早めに持ち帰り、温度管理が必要な食品はすぐに冷蔵庫に入れましょう
- 冷蔵庫は10℃以下を保ち、食品は容量の7割程度を目安に入れましょう
- 食品を長時間常温で放置せず、手際よく調理しましょう
- 調理した食品は冷蔵庫で保管し、早めに食べましょう

③「加熱」～食中毒菌をやっつける～

- 食品は、85℃以上で1分間以上、中心部まで十分に加熱しましょう
- 包丁・まな板・ふきん・スポンジなどは、洗剤でよく洗い熱湯をかけて殺菌しましょう
- 幼児・高齢者・抵抗力の弱い人は、生食を控え、十分に加熱したものを食べるようにしましょう

今日の散歩道

編集後記

▽さくらんぼの収穫体験をした西一小の1～4年生は「一本の木には何個実がなるの?」「甘いのと酸っぱいのがあるの?」など、続々と農家さんに鋭い質問を投げかけていました。▽果樹が並ぶ通学路で登下校をしている子どもたち。発想や感性の豊かさは光るものがありますね♪(加藤)

▽上小の給食の時間を取材。感染症対策のため、机は前に向けたままでおしゃべりは控えて、ということでしたが、子どもたちの表情からは友達と一緒に過ごせる喜びが感じられました。▽「新しい生活様式」も定着してきたようです。マスクの下にもたくさんの笑顔が輝く夏になりますように。(星川)

➡次号は、7月31日発行です。

ゆかたを着てまちに出かけませんか?

市民ゆかたデー

●期日

7月7日(火)

公共機関や各施設でゆかたを着て業務を行います。
同日、ゆかたを着て来店・買い物をする、サービス・特典が受けられる店舗があります。

※詳しくは市観光物産協会ホームページをご覧ください。



人口の動き(5月末現在)

人 口 29,771人(△25)
男/14,274人(△16) 女/15,497人(△9)

世帯数 11,297戸(△14)
()は前月との比較

7月

市税等納期

問合せ 税務課
内線138

<納期限>

7月31日(金)

固定資産税・都市計画税(1期)
国民健康保険税(1期)
後期高齢者医療保険料(1期)
介護保険料(第1号被保険者/1期)
“便利で安心”口座振替を利用ください

7月の夜間・休日 診療当番医

新型コロナウイルス感染拡大防止のため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。

※8月の当番医は市報かみのやま8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
1(水)	渋谷医院	16(木)	山口クリニック
2(木)	金沢医院	17(金)	新田クリニック
3(金)	長岡医院	20(月)	吉井内科胃腸科
6(月)	上山ファミリークリニック	21(火)	軽井沢クリニック
7(火)	青山医院	22(水)	長岡医院
8(水)	尾上医院	27(月)	北村医院
9(木)	軽井沢クリニック	28(火)	須田医院
10(金)	北村医院	29(水)	渋谷医院
13(月)	原田医院	30(木)	高野せきね外科・眼科
14(火)	須田医院	31(金)	原田医院
15(水)	かみのやま耳鼻咽喉科		

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時は以下の当番医へ

※診療時間が「午後5時まで」に変更となっています。

	内科当番医	外科当番医
5(日)	原田医院	原田医院
12(日)	かみのやま病院	みゆき会病院
19(日)	尾上医院	みゆき会病院
23(木・祝)	上山ファミリークリニック	みゆき会病院
24(金・祝)	青山医院	みゆき会病院
26(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