

市報 No.1559

かみのやま

2023

7

あわ
せの
黄色い
花畑

📷「菜の花フォトコンテスト（4月22日～5月8日）」でグランプリに輝いた伊藤沙生さん（酒田市）の写真。伊藤さんは「広大な菜の花畑、きれいな空と山々、ため息がでるほど圧巻の景色に毎年家族で訪れるたびに元気と笑顔もらっています」と話しました。

★ Topics

p2-3 新副市長が就任／危険業務従事者叙勲 受賞者のみなさん

p4-5 まちの出来事を紹介！「PICK UP！かみのやま」

p20 「かみのやまのピース」#2 高橋恵子さん



市LINE公式
アカウント

おめでとうございます

危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章

【警察功労】 稲毛俊治さん（関根）

稲毛さんは、42 年間警察官を勤められ、主に捜査に携わってきました。「小学校の卒業文集で将来の夢に描いたのが警察官。犯罪を起こしてしまった人の再犯防止のために全力で向き合ってきました。家族や同僚の支えのおかげで勤め上げることができました」と話します。現在は、登校時の交通安全指導や年金支給日の詐欺被害防止活動などに取り組まれ、地域の安全に温かい目を向け続けています。



瑞宝単光章

【防衛功労】 加藤敬幸さん（石堂）

海上自衛官として約 40 年間勤められ、船の通信オペレーションなどを担当された加藤さん。「安全かつ迅速に情報を伝えることを心がけました。国外に出向くこともあったため、見聞が広がり、さまざまな国の人とコミュニケーションをとりながら業務にあたりました」と当時を振り返ります。「刻々と変わる世界情勢の中で、人々の安全や安心のために力を尽くしてほしい」と後輩たちへエールを送ります。



瑞宝単光章

【警察功労】 中山清人さん（仲丁）

「県民の安全を第一に、事故のない社会を目指して尽くしてきました。警察の仕事をやりがることができて良かったです」と警察官人生を振り返る中山さん。36 年間にわたり、主に交通関係の業務に従事されました。現在は上山地区交通安全協会の一員として、毎朝通学路に立ち子どもたちや地域の安全のために活動しています。



瑞宝単光章

【警察功労】 横山敏明さん（美咲町）

警察官在職 42 年間、主に地域・交通部門の業務が長かった横山さん。「警察の仕事は地域とのつながりが一番大事。地域のみなさんの協力に感謝しながら、住民の安全・安心を守るためこつこつと業務に励みました。転勤が多く、支えてくれた家族にも感謝しています」と話します。今後は警察官の経験を活かして、地域活動に参加していきたいと意気込みます。



A message from the Deputy mayor

新副市長に 鈴木英夫氏が就任



■鈴木英夫副市長

本市出身。1987年市職員に採用。生涯学習課長や庶務課長、商工課長、財政課長を歴任。

6月23日に開かれた市議会6月定例会の議決を受け、新副市長として鈴木英夫氏の就任が決まりました。任期は7月1日（令和9年6月の4年間です）。

就任にあたって

このたび市政の重要な節目に副市長を拝命させていただき、職責の重さを痛感しております。フットワークの軽い山本新市長に全力でついていきます。最近の上山市は明るい話題も多く、まちづくりの芽があちこちで芽吹いています。また、平成時代の長いトンネルを抜け、財政状況も着実に改善しています。この好機をとらえ、市民のみなさんと一緒になって未来につながるかみのやまの実現に向けスタートします。どうぞよろしくお願いいたします。



人事異動が発表

※異動は7月1日付。（ ）は旧職。

市長事務部局

●課長級

▽財政課長：鈴木直美（健康推進課長）▽健康推進課長：漆山 徹（農林夢づくり課長）

▽農林夢づくり課長：伊藤智彦（建設課副主幹）

●副主幹級

▽建設課副主幹兼都市計画係長：鏡 直紀（建設課主査）▽同兼都市整備係長：鎌水潤一（建設課副主幹）

●主査級

▽健康推進課主査：永石将人（庶務課主査）

●退職者（6月30日付）

▽鈴木英夫（財政課長）

●農業委員会事務局

●課長級

▽併事務局長：伊藤智彦（建設課副主幹）

ありがとうございます

株式会社エタニティー・タイシン （渡邊 眞 代表取締役会長）

介助型車いす5台を寄贈いただきました。車いすは、市保健センター・市経塚斎場・中部地区公民館で活用させていただきます。

渡邊会長は「高齢者や身体の不自由な人などが安全に施設を利用することができればうれしい」と話します。





PICK UP かみのやま



テープカットで開場を祝った／キャンプ場の利用は10月末まで

蔵王坊平にキャンプ シーズン到来！

6月1日、蔵王坊平キャンプ場の開場式が開催され、関係者約30人が開場を祝うとともに、利用者の安全を祈願しました。今季初の利用者となった伊藤英範さん（米沢市）は「初めてキャンプをしたのが蔵王坊平です。大自然を感じられるローケーションが心地よくて今年も足を運びました」と笑顔で話しました。



笑顔がいっぱい 「笑」店街！

6月4日、十日町商店街で「十日町いろは市」が開催され、歩行者天国になった商店街に延べ約13,000人が来訪。商品の売り出しや、はたらく車の展示などが行われ、訪れる人、迎える人、まちにたくさんの笑顔があふれました。消防士体験をした中村志緒さん（山形市）は「目的が楽しかったです」と満面の笑みを浮かべました。

広げよう 健康づくりの輪

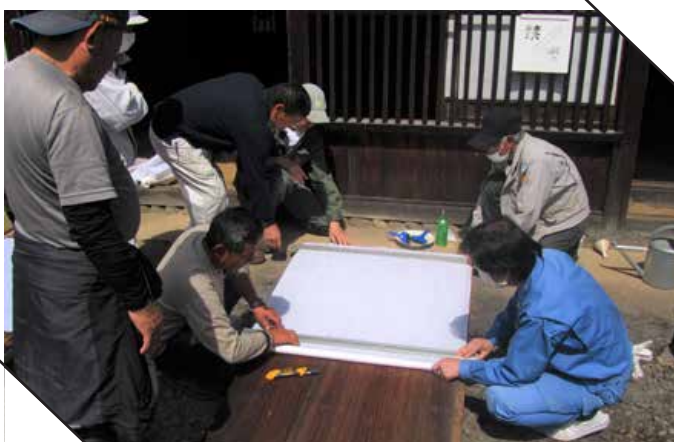
かみのやま健康ポイントの「はなまるスタンプ※」で令和2年度以降の継続参加者と昨年度新規参加者のスタンプ獲得数上位各5人に表彰状が手渡されました。昨年度新規参加者1位の市川みさ子さんは「楽しみながら健康づくりを続けたいです」と話しました。※「あるこう!かざすくん」に活動量計等を1日に10か所かざして獲得できる「カセ坊スタンプ」を10個集めると1個獲得できる。



山本市長から表彰を受ける市川さん（5月26日・三友エンジニア体育文化センター）

咲き誇る花々が 出迎えて

5月20日から7月2日にかけて「山の春から初夏の庭」と題し、蔵王ペンション村オープンガーデンが行われ、各ペンションの庭の公開やカフェの営業、花苗の販売などで、訪れる人を楽しませています。南陽市の70代女性は「来るたびにさまざまな花と出会うことができるので、これまで30回以上訪れています」と微笑みました。



時を越え今に伝わる 文化財を守る

4月29日、国重要文化財「旧尾形家住宅」で春季清掃が行われ、旧尾形家住宅保存会員など18人が参加しました。文化財を後世へとつなぐため、参加者は住宅内外の清掃のほか、雪囲いの撤去や障子の張り替えなどに汗を流しました。



職員が段ボールベッドの組み立てを確認（市役所大会議室）

避難所の迅速な 開設・運営のために

5月30日、市は豪雨などの自然災害を想定した避難所の開設訓練を実施しました。職員30人が参加し避難者の受け入れ方法や段ボールベッド、簡易テントの組み立てなど、避難所の開設から運営まで一連の流れを確認。参加した職員は「避難所開設の際は訓練に沿って迅速に対応したいです」と災害への備えを再確認していました。

スマイルプロジェクト★かみのやま

今年のテーマは“かみのやま夏祭り”!

7/29

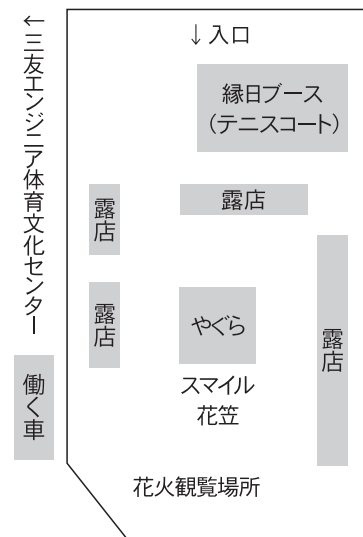
三友エンジニア体育文化センター
市民総合運動広場／正午開場
(予備日7月30日／花火のみ開催)



- ★働く車大集合 正午～午後4時
- ★特設!縁日ブース 正午～午後7時
- ★露店飲食ブース 正午～午後9時
- ★スマイル花笠 午後5時30分～7時
- ★スマイル市民花火 午後7時30分～8時30分



▼会場イメージ



▼露店飲食ブース店舗一覧

- | | | |
|---|---|---|
| 大國屋
やまぶきっちゃん
丸内牛肉店
豚肉生姜焼き屋
五十番食堂
新華楼
長好亭みさき
花淵商店
ドーナツ小屋maaru
上山市商工会青年部
そば処 七色
kitchen-菜縁
Jam's Kitchen
ZOROS HOTDOG STAND
とり途家
クラッカー | cafe ARB
キッチン アンバース
醍醐味
Tapiocaman
TEI'S YES
BAKERS823
焼そば専門店テンテン
COCO夢や
きかぬ大衆酒場シマエ門店
いいわけサンド
つるしょくHAWAII号
kafuu crepe
アイデアのおもちゃ箱
炭火串焼きちーけん
秋場ファーマーズグループ
ICHI's BANANA | space CORE
サンバブラジル
そばうどん 呑み処 きのくにや
渡辺商店
マミ食品
KUROBOSHI
ニコルクレープ
肉撃の直美
鉄板焼き〜つかさYA〜
イソップバーガー
ワンTOM
シンチャンラーメン
独選焼肉 ひとりじめ
村山地区お祭商業協議会
momosakutree〜桃桜〜 |
|---|---|---|

Topic

当日は「市民ゆかたデー」。着付けブースも設置!

- 問 市観光物産協会 ☎672-0839
会場内ブースではレクチャーを受けながら着付けができます(無料)。
日 7月29日(土)午後3時～6時 場 三友エンジニア体育文化センター



今年のテーマは「かみのやま夏まつり」。初の試みとして、会場にやぐらを組み、どこか懐かしい、昔ながらの夏祭りの雰囲気を作りあげます。そこから眺める打ち上げ花火も見ごたえ充分です!そして、祭り

といえば、焼きそばやかき氷などの露店ですよね。今年は例年の2倍以上の約50のお店が軒を連ねます。7月29日は家族や友人と「スマイルプロジェクト★かみのやま」へ遊びに来てください!

Interview

小松亮太さん

(公社)上山青年会議所第47代理事長

問 上山青年会議所 ☎672-7721

詳しくはInstagramもチェック! ▶



まちと人と、つながる、みつかる まち体験部活動スタート | 部員募集!

かみのやまで暮らす人、おいしいお店、行事...
まちの魅力を体験して、かみのやまラブを拡散しましょう!



問 観光・ブランド推進課 内線194

かみのやまをもっと楽しみたい人、知りたい人、伝えたい人の応募をお待ちしています!

内 月1回程度、温泉やグルメなど、市内の地域資源や魅力を題材にした体験・学びに参加。感じたこと、発見したことなどをSNSで投稿していただきます。
※投稿前には、SNS基礎講座(4～5回予定)に参加いただきます。

期 令和6年8月31日まで1年間

定 15人程度(先着)

対 活動用にSNSアカウントの作成ができる人で、市内在住、在勤・通学している18歳～49歳。

申 ①住所②氏名③年齢④職業⑤連絡先を記載の上、7月24日(月)まで
☐ k.brand@city.kaminoyama.yamagata.jpへメール

休日にも出張します

マイナンバーカード出張申請サポート

申 問 市民生活課 内線113

☐ simin@city.kaminoyama.yamagata.jp

マイナンバーカードの交付申請を希望する市内の事業所や施設、サークル、イベント会場などに職員が出張し、申請に必要な顔写真撮影や申請手続きをサポートします。
「市役所へ行くのが難しい」「地区に来てほしい」という人は、ぜひご利用ください。

対 要件…マイナンバーカードを新規に申請する市民がおおむね5人以上見込まれること

日 月曜～金曜日、午前9時～午後5時

申 電話・メール・申込みフォーム(右の二次元コードを読み取り)のいずれかで申込みください。
申込みの際に①希望日時②人数③場所④代表者名・連絡先⑤受付スペース・電源の用意ができるかを伝えてください。



申込みはこちら▶



7月・8月は休日でも申請サポートに伺います!

子ども会や地区行事、イベントにも伺いますのでご利用ください。 日 午前9時～正午

よくある質問

Q1 どれくらいの時間で手続きはできるの?

A1 一人あたり最短10分程度で手続きができます。イベントの開始前などにも利用できます。

Q2 申請に必要なものを教えてください。

A2 本人確認書類(運転免許証、健康保険証、子育て医療証など)をご用意ください。また、国から届いた個人番号カード交付申請書や通知カードがあるとスムーズに受付ができます。必要書類がそろうことで、カードを郵送で受け取ることができます。

国民年金の保険料を免除・猶予します

令和5年度分(令和5年7月～令和6年6月)

申 問 市民生活課(市役所1階④番窓口) 内線114

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4年度(令和4年7月～令和5年6月)分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 ◇年金手帳◇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)

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
納付猶予	本人・配偶者	(扶養親族等の数+1)× 35万円+32万円	0円	0
全額免除	本人・世帯主・配偶者	(扶養親族等の数+1)× 35万円+32万円	0円	8分の4
4分の3免除 (4分の1納付)		88万円+扶養親族等控除額+ 社会保険料控除等	4,130円	8分の5
半額免除 (半額納付)		128万円+扶養親族等控除額+ 社会保険料控除等	8,260円	8分の6
4分の1免除 (4分の3納付)		168万円+扶養親族等控除額+ 社会保険料控除等	12,390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。

令和4年度「住民基本台帳の一部の写し」の閲覧状況

申 問 市民生活課 内線112

住民基本台帳法に基づき、令和4年度に国・地方公共団体や個人・法人が請求した「住民基本台帳の一部の写し」の閲覧状況を公表します。

閲覧年月日	閲覧者	請求事由(概要)	閲覧対象
令和4年 5月17日	(株) インテージ リサーチ	2022年度「旅行・観光消費動向調査(一般統計調査)」の対象者抽出	泉川・仙石・糸目・薄沢・棚木・永野・蔵王・坊平・大門・菖蒲・古屋敷・宮脇に住む男女85人
令和4年 5月27日	(一社) 中央調査社	「テレビ視聴に関する調査」の実施のための対象者抽出	栄町に住む16歳以上の日本人男女14人
令和4年 7月8日		「第15回メディアに関する全国世論調査」の実施のための対象者抽出	新丁・北町本丁・御井戸丁に住む満18歳以上の日本人男女20人
令和4年 8月5日		「防災に関する世論調査(附帯調査:プラスチックごみ問題)」の実施のための対象者抽出	朝日台一丁目・二丁目に住む満18歳以上の日本人男女14人
令和4年 9月16日		「新型コロナウィルス感染症に関する世論調査」の実施のための対象者抽出	新町一丁目・四ツ谷一丁目に住む満18歳以上の男女12人
令和4年 11月24日		「令和4年度国語に関する世論調査」実施のための対象者抽出	金生に住む満16歳以上の日本人男女18人

広告

御井戸丁のでんきやさん

電気工事、家電販売・修理、
アンテナ工事など承ります。



夏を

快適に

エアコン洗淨

プロに

お任せください!

各種クレジットカード・
PayPay 使用できます

ゴミの処分はプロにお任せ!

「50周年記念キャンペーン」
9月末までご利用金額より5%割引
(個人のお客様に限ります)

お気軽にお電話ください! ◀ホームページ▶

〒999-3115 上山市高野169-19
株式会社 ミツワ企業 ☎673-1131

広告

予防接種を忘れずに受けましょう

申 問 健康推進課 内線157

予防接種	麻しん・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	
接種費用	◇市内医療機関…無料◇市外…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③番窓口)で交付しています。母子手帳を持参し窓口へお越しください。

より健康に過ごすために 健康講座参加者募集

申 問 健康推進課 内線155

全7回の講座を通してより健康に過ごすヒントを学びませんか? ※1回のみの参加、複数回まとめたの申込みも可。
各回かみのやま健康ポイント20ポイントを付与。参加無料。動きやすい服装で参加ください。

持 共通の持ち物…飲み物・健康ポイント参加者は活動量計(アプリ参加者はスマートフォン)

日時	内容	持ち物	締切・定員
8月8日(火) 午後1時30分～3時 ※午後1時～受付。	「フットケア～足の健康づくり実践編～」 講 山下和彦さん・山下知子さん(東都大学) 場 市保健センター	筆記用具・爪切り・フェイス タオル(床で使用)・健康ポイ ント参加者は足の測定結果	7月19日(水) 先着30人
9月4日(月) 午後1時30分～3時 ※午後1時～受付。	「歩き方実践講座」 講 芝田竜文さん(全日本ノルディック・ウォーク連盟) 場 三友エンジニア体育文化センター アリーナ 働き世代におすすめ!	筆記用具・室内シューズ・ ヨガマットまたはバスタオル	8月23日(水) 先着50人
9月30日(土) 午後6時30分～7時40分 ※午後6時～受付。	「～日々の疲れを取るために～腰まわりのストレッチ・スクワット」 講 東海林美佐江さん(山形県健康づくり推進機構) 場 三友エンジニア体育文化センター 武道場	筆記用具・運動できる服 装・ヨガマットまたはバス タオル	9月20日(水) 先着40人
①10月17日 ②10月24日 ③11月7日 ④11月21日 いずれも火曜日、午前10時～11時 ※午前9時30分～受付。 4回とも参加できる人大歓迎!	「歩ける足づくり」4回シリーズ ①足から元気に!足の大切なお話 ②足のお手入れをしてみよう! ③足の体操でカラダも元気に! ④自分に合った靴と歩き方を知ろう! 講 大場マッキー広美さん(フットヘルパー協会) 場 三友エンジニア体育文化センター エコホール	①筆記用具 ②爪切り・爪ヤスリ・保湿クリーム ③新聞紙・フェイスタオル (床で使用) ④いつも履いている靴	10月4日(水) 各回先着50人

広告



電気代を節約したい方へ

- ✓ 窓リフォームで電気代を節約できます
- ✓ 窓リフォームで日差しをカットできます
- ✓ 室内温度の上昇を抑えて冷房効率がアップします
- ✓ 熱中症対策にもなる窓リフォームです

節電
節約は

窓から



株式会社 カミケン 上山市新町1-12-11 ☎023-672-2896 カミケンリフォーム事業部 マド本舗ハオス本店



毎日ウォーキング カレンダー 7月

日時	コース	体力度	集合場所	日時	コース	体力度	集合場所
1 (土) 10:00～12:10	蔵王高原坊平	③	ZAOたいらぐら	17 (月) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場
2 (日) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	18 (火) 10:00～12:10	蔵王高原坊平	③	ZAOたいらぐら
3 (月) 9:30～12:00	クアの道 宮生	③	宮生地区公民館	19 (水) 9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋
4 (火) 9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋	20 (木) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
5 (水) ①9:30～12:00 ②9:30～11:00	①葉山 ②わかば河崎	③ ②	市役所食堂	21 (金) 10:00～12:10	蔵王高原坊平	③	ZAOたいらぐら
6 (木) 10:00～12:10	蔵王高原坊平	③	ZAOたいらぐら	22 (土) 9:30～12:00	矢竹	③	上山城かし茶屋
7 (金) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	23 (日) 9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋
8 (土) 10:00～12:10	樹氷原ショート	⑤	蔵王ライザレストラン	24 (月) 9:30～12:00	クアの道 本庄	③	本庄地区公民館
9 (日) 9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋	25 (火) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場
10 (月) 9:30～12:00	矢竹	③	上山城かし茶屋	26 (水) 10:00～12:10	蔵王高原坊平	③	ZAOたいらぐら
11 (火) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	27 (木) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
12 (水) 10:00～12:10	樹氷原ショート	⑤	蔵王ライザレストラン	28 (金) 9:30～12:00	矢竹	③	上山城かし茶屋
13 (木) 9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場	29 (土) 10:00～12:10	樹氷原ショート	⑤	蔵王ライザレストラン
14 (金) 10:00～12:10	蔵王高原坊平	③	ZAOたいらぐら	30 (日) 10:00～12:10	蔵王高原坊平	③	ZAOたいらぐら
15 (土) 9:30～12:00	まちなか	③	上山城かし茶屋	31 (月) 9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場
16 (日) 10:00～12:10	樹氷原ショート	⑤	蔵王ライザレストラン				

問 健康推進課 内線164 ※詳細は市ホームページをご覧ください。

(株)でん六×"クアオルトかみのやま"ウォーキングイベント

問 市政戦略課 内線224

抽選会で豪華賞品が当たるチャンス!全員に参加賞もあります。 **料** 大人2,500円・小学生以下1,000円 ※昼食・おやつ付き。

日 7月22日(土) 午前9時30分受付開始～午後1時30分終了(雨天決行) **甲** ①名前(全員分) ②電話番号を記載し、NPO法人蔵王

場 蔵王高原坊平コース(蔵王ライザレストラン集合) **テラポイト協会へFAX(023-672-8733)または同**

定 先着30人 **締** 7月15日(土) **ホームページの「問合せ」(次の二次元コードから)へ**



今月の相談日

●ふれあい相談

申問 市社会福祉協議会 ☎673-2750

日 【一般相談】…7月6日・13日・20日・27日 いずれも木曜日、午前9時～午後3時

【無料法律相談(要予約)】…7月6日(木)午後1時～4時

場 市役所1階市民相談室

●行政相談

問 市民生活課 内線124

日 7月11日(火)午後1時30分～4時

場 市役所1階市民相談室

●教育相談

問 学校教育課 内線308

日 月曜～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後4時

場 市役所3階教育相談室

●交通事故相談

問 県交通事故相談所 ☎630-3047

日 月曜～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後4時

場 県庁2階 ※電話相談もできます。

市税等納期

●納期限 7月31日(月)

■固定資産税・都市計画税…2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”口座振替をご利用ください。

問 税務課 内線138

人口の動き(5月末現在)

●人口 28,337人(－38)

男／13,633人(－14) 女／14,704人(－24)

●世帯数 11,225世帯(－1)

※()は前月との比較。

市報8月号は8月1日(火)発行です。



申問 庶務課(市役所2階／内線214)

職種(試験区分)		受験資格
上級行政	一般採用 (大学卒業程度)	平成6年4月2日～平成14年4月1日生まれの人
	社会経験者採用 (大学卒業程度)	昭和59年4月2日以降生まれで、令和5年6月末現在で5年以上の社会人としての職務経験がある人
初級行政	一般採用 (高校卒業程度)	平成14年4月2日～平成18年4月1日生まれの人
	社会経験者採用 (高校卒業程度)	昭和59年4月2日以降生まれで、令和5年6月末現在で5年以上の社会人としての職務経験がある人
上級電気 上級建築 上級土木	一般採用 (大学卒業程度)	平成6年4月2日～平成14年4月1日生まれで、各職種に関する大学卒業程度の専門的知識を有する人
	社会経験者採用 (大学卒業程度)	昭和39年4月2日以降生まれで、令和5年6月末現在で5年以上の社会人としての各職種に関する職務経験がある人
初級電気 初級建築 初級土木	一般採用 (高校卒業程度)	平成14年4月2日～平成18年4月1日生まれで、各職種に関する高校卒業程度の専門的知識を有する人
	社会経験者採用 (高校卒業程度)	昭和39年4月2日以降生まれで、令和5年6月末現在で5年以上の社会人としての各職種に関する職務経験がある人
保健師	一般採用 (大学卒業程度)	平成6年4月2日以降生まれで、保健師資格を有する人(令和6年3月末まで取得見込みの人を含む)
	社会経験者採用 (大学卒業程度)	昭和59年4月2日以降生まれで、保健師資格を有し、令和5年6月末現在で5年以上の保健師・看護師などとしての職務経験がある人
消防士	一般採用 (高校卒業程度)	平成9年4月2日以降生まれの人
	消防士経験者・救急救命士採用 (高校卒業程度)	昭和59年4月2日以降生まれで、令和5年6月末現在で3年以上の消防士経験がある人または救急救命士資格を有する人

※社会経験者採用の「職務経験」にはアルバイトやパートタイム、契約社員を含みません。

※職種の併願はできません。詳しくは受験案内をご覧ください。

●住所要件……………採用後、特別な理由がある場合を除き上山市内に居住できる人

●採用予定人数……………いずれの区分も若干名

●受験案内・申込書…市ホームページからダウンロードできます。

申 7月3日(月)～8月2日(水) ※受付は土・日・祝日を除く。



詳細や「先輩職員の声」はこちらから

くらしの情報

お知らせ

STOP! 食中毒、 食中毒予防月間

市民生活課 内線119／
健康推進課 内線156

「食品衛生3原則―つけない・増やさない・やっつける―」
①「清潔」く食中毒菌をつけないく
◇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◇調理器具は、肉用・魚用・野菜用で使い分け、調理後は充分に洗浄・消毒◇焼き肉などの際は生肉用と焼いた肉用で箸を使い分ける◇こみをこまめに捨てる

②「迅速冷却」く食中毒菌を増やさないく
◇食品購入後は早めに持ち帰り、要冷蔵食品はすぐに冷蔵庫へ◇冷蔵庫は10℃以下を保ち、容量の7割程度を目安に入れる◇食品を長時間常温で放置せず、調理後は冷蔵庫で保管し、早めに食べる

③「加熱」く食中毒菌をやっつけるく
◇食品は85℃以上で1分間以上、中心部まで充分に加熱◇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◇幼児・高齢者・抵抗力の弱い人は、生食を控え充分に加熱したものを食べる

水道メーター取替にご協力ください

上下水道課 内線179

各家庭で使用している水道メーターには検定期限があり、対象地区で無料の取替作業を行います。※作業員は「上下水道課」の腕章または「上山管工事協同組合」のネーム入りベストを着用。

7月6日(木)～31日(月) 午前8時～午後5時

対 二日町(一部)・十日町・石曾根・川口・赤坂・藤吾・阿弥陀地・小穴・久保川・大門・菖蒲・下生居・中生居・上生居・足ノ口・甲石・薄沢・永野・朝日台

がん患者のための

医療用ウィッグ・

乳房補整具購入費助成

健康推進課 内線164

がんと診断され、治療を受けている人の就労や社会参加を応援し、療養生活の質がよりよいものになるよう、医療用ウィッグ(かつら)・乳房補整具(補整パッドなど)の購入費の一部を助成します。

対 対象者：次のすべてに該当する人◇市内に住所がある◇がんと診断され、がん治療を受けている、または受けていた◇がん治療に伴う脱毛または乳房切除により、就労や社会参加に支

障がある。または、支障が出るおそれがあり、ウィッグ・乳房補整具が必要◇他の法令に基づく公的助成などを受けていない◇過去に同助成を受けていない(過去にウィッグの助成を受けていても乳房補整具の助成は受けることができます)

対 助成要件：次のすべてに該当するもの◇令和4年4月1日以降に購入◇就労や社会参加などのために購入◇がん治療に伴う脱毛または乳房切除に対応う脱毛または乳房補整具の助成は受けることができます

内 助成額：◇医療用ウィッグ：2万円または購入経費の2分の1の額のいずれか低い額◇乳房補整具：1万円または購入経費の2分の1の額のいずれか低い額



▲詳しくはこちら

使用済みの農業用 ビニール類の有料回収

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) 内線411

日 7月19日(水) 午前9時～10時30分

場 ◇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)カトーコーポレーション◇ホクシン農材(株)山形支店◇(有)丸東◇南果連協同組合

料 ◇リサイクルできるものの軟質プラスチック)：1kgあたり

場 山形ビッグウイング(山形市) 1種目6千円(テキスト代含む) ※1種目追加ごとに千円加算

締 ①7月19日(水)②8月4日(金)

狩猟免許試験

県みどり自然課

630・3404

日 9月9日(土)・10日(日) ※申込み後いずれかの受験日が指定されます。受験日の選択はできません。

場 県庁

申 申請用紙を県みどり自然課へ提出。 ※申請用紙は県ホームページまたは村山総合支庁環境課で入手できます。申請期間：7月31日(月)～8月14日(月)。

料 ①3900円(すでに狩猟免許試験を受けており、現在持っている狩猟免許の有効期間内に、別の種類の狩猟免許試験を受ける人)②5200円(①以外の人)

消費税のインボイス制度 説明会・登録要否相談会

場 山形税務署(山形市)

622・1611(音声案内)2

日 8月23日(水)①午前10時～11時②午後2時～3時 ※要申込み。

締 8月21日(月)

午後5時



▲制度の詳細はこちら

献血にご協力ください

健康推進課 内線164

日 7月8日(土)①午前10時～11時30分②午後1時30分～4時

場 ①おーばん上山店②コストコ上山倉庫店

児童扶養手当を 振り込みます

福祉課 内線188

7月11日(火)に指定口座に振り込みます。

マイナンバーカードの受取り・申請に 7月の休日窓口

場 市民生活課(市役所1階)③ 番窓口) 内線113

カードの受取りや暗証番号を再設定する場合は、原則本人の来庁が必要です。平日の手続きが難しい人はご利用ください。

日 7月8日(土)・23日(日) いずれも午前9時～正午

内 マイナンバーカードの受取り・申請・暗証番号再設定など

7月は「社会を明るく する運動」強調月間

福祉課 内線147

「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」をスローガンに、保護司会・更生保護女性会のみなさんが駅前や街頭などで広報活動を行います。

限度額適用・減額認定証 の申請・更新

申 健康推進課(市役所1階)⑥ 番窓口) 内線123

国民健康保険と後期高齢者医療の限度額適用および減額認定証は、7月31日が有効期限です。7月20日以降、更新の手続きをしてください。 ※課税状況によつては、交付対象にならない場合がありますので、詳細は問い合わせください。なお、令和4年度に後期高齢者医療の限度額適用および減額認定証を持っていた対象者には、令和5年度分の認定証を郵送予定です。後期高齢者医療は、新規または90日以上長期入院に該当する人のみ申請してください。国民健康保険は、例年通り窓口で申請してください。

持 ◇健康保険証◇限度額適用・減額認定証(令和4年度分)◇過去1年間の入院日数が90日をを超えている人は証明できる領収書または入院証明書

ペットと暮らす家づくり
カタチハウス
犬も猫もびっちも
飼っている社長が
アドバイスします
023-616-6322
ネコちゃん用
通り抜け
出入り口
床
ドア
滑りにくい
傷に強い

エコキュート
交換限定で超特価!!
34.8万円!!
追焚き付
標準工事費込!!
金庫エフ-47
担当
※税込382,800円となります

くらしの情報

●親医療証の更新

申問 健康推進課 内線121

「重度心身障がい（児）者医療証」「ひとり親家庭等医療証」の更新対象者へ6月中旬に医療証などを送付しています。同封の書類により手続きしてください。また、該当の医療証を持っている人で、新しい医療証が届いていない場合はご連絡ください。

子育て支援医療証

問 健康推進課 内線121

7月に入っても届かない場合は問い合わせください。※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。
対 6月2日～7月1日生まれの1歳～小学3年生

自動車臨時運行許可申請書の様式が変わります

問 市民生活課 内線113

7月3日から、自動車臨時運行許可申請書の様式を全国統一書式に変更します。申請書への押印が不要となり、窓口で本人確認が必要となります。※申請書は窓口や市ホームページから入手できます。

募集

結ぶde愛

～婚活始めてみませんか？～

申問 福祉課 内線147

☐deai.kekkon@city.kaninoyama.yamagata.jp
上山市結婚サポートに相談してみませんか？ ※要申込み。参加無料。申込み時に、氏名・住所・年齢・電話番号・希望日時をお伝えください。

日 7月23日（日）・24日（月）

①午後1時～1時30分②1時40分～2時10分③2時20分～50分

場 中部地区公民館

締 7月20日（木）

市シルバー人材センター入会説明会

場 市シルバー人材センター
場 673・2083

日 7月20日（木）・8月17日（木）

いずれも午後1時30分～
対 健康で就労意欲のある市内在住のおおむね60歳以上

持 筆記用具

食生活改善推進員養成講習会

申問 健康推進課 内線154

食や健康に興味があり、ボランティア活動をしたい人を募集します。
日 7月20日（木）・27日（木）、

8月30日（水）、11月6日（月）、12月8日（金）、1月19日（金）、7月～12月のクアオルト毎日ウォーキングの開催日の1日（全7回）※振替日あり。
場 市保健センターなど
対 市内在住で講習会終了後健康づくりの担い手として活動できる人
内 栄養や健康の講話・上山市の健康づくり事業体験・調理実習など
料 テキスト代として1700円程度
締 7月12日（水）

「水中ストレッチ教室」参加者募集

申問 健康推進課 内線155

①水中ストレッチ教室と②チャレンジコースのいずれかに参加ください。

対 更衣や歩行などが自立しており、耳の聞こえに難がない65歳以上 ※1年以内に心疾患・脳血管疾患を発症した人やその他の疾患で服薬等治療中の人は医師に相談してください。

締 7月13日（木）

①水中ストレッチ教室第2期（全8回）

日 8月5日～9月23日の毎週土曜日、午前9時25分集合・午後1時45分散 ※7月28日に初回説明会、9月28日にまとめの会を行います。

場 温泉利用型健康増進施設「のぞみ」（天童市）※上山市役所発着の送迎バスあり。

相談

管理栄養士がサポート栄養・食事相談

申問 健康推進課 内線154

日 8月16日（水）午後1時30分～3時30分

場 市保健センター

対 肥満や糖尿病、お子さんの食事などで悩んでいる人
締 8月8日（火）

不登校・ひきこもり相談会IN上山

申問 認定NPO法人発達支援研究センター ☎623・6622

日 7月26日（水）午前10時～正午

場 市役所1階市民相談室
※個別相談。無料。要申込み。

イベント

上山ふれあいマルシェ

問 福祉課 内線187

障がい者施設の利用者が育てたトマト・ほうれん草などの農作物、小物、パン、ワインなどを販売します。また、七夕の飾り付けイベントも実施。障がい者の社会参加支援のため、ぜひお越しください。

定 15人 ※申込み多数の場合抽選。初参加者を優先。落選者から抽選で②の教室を紹介する場合あり。

料 4千円（8回分） ※原則初回に一括支払い・返金不可。送迎バスを利用しない人や事前に欠席日が決まっている人を除く。

②水中ストレッチ チャレンジコース第2期（計5回）

日 8月5日（土）～9月30日（土）午前10時～午後10時の間で都合の良い日時 ※初回は健康運動指導士の個別指導付き（要予約）。2回目以降は自由に利用可。

場 温泉利用型健康増進施設「のぞみ」（天童市） ※送迎なし。
定 8人 ※申込み多数の場合は抽選。初参加者優先。

料 無料

自衛官募集

申問 自衛隊山形募集案内所

☎634・3439

内 募集種目：①自衛官候補生（任期制自衛官コース）②一般曹候補生（生涯自衛官コース）③航空大学（パイロットコース）※募集年齢は①・②：18歳以上33歳未満③海：18歳以上23歳未満、空：18歳以上21歳未満。
締 ①通年②9月5日（火）③9月7日（木）

◎説明会

日 7月26日（水）午後3時～5時
場 市役所1階105会議室

あそびの広場

場 かのき幼稚園お日さま

☎673・5547

日 7月12日（水）・8月2日（水）午前10時～11時20分ころ ※午前9時45分～10時受付。

対 入学前のお子さん

持 水着・バスタオル・サンダル・水筒

夏休み親子下水道教室

申問 建設技術センター下水道事業所 ☎654・8400

家庭から排水される汚水が、きれいになるまでの仕組みを親子で一緒に学びます。 ※参加無料。

日 8月1日（火）午前9時～正午

場 山形浄化センター（天童市）
内 ◇ビデオ鑑賞（下水道の役割・しくみ）◇施設見学◇顕微鏡による微生物の観察◇工作または実験

対 小学4～6年生の児童と保護者
定 20組（40人）
締 7月25日（火）

●市役所への問合せは ☎023-672-1111（代表）

申 申込み **問** 問合せ **日** 日時 **期** 期間 **場** 場所 **対** 対象
内 内容 **定** 定員 **料** 料金 **講** 講師 **持** 持ち物 **締** 申込締切

介護保険事業

運営協議会委員を募集

申問 健康推進課（市役所1階②番窓口） 内線151

年2回程度開催される介護保険事業運営協議会で、介護保険事業などについて、ご意見などをいただく委員を募集します。

内 ◇主な協議内容：介護保険事業の運営状況、地域包括支援センターの運営状況、地域密着型サービスの事業所の運営などに関すること◇任期：8月から2年間◇報酬：1回あたり4千円

定 5人以内

申 申込書に応募理由（200字程度）を添えて提出してください。 ※申込書は窓口でお渡ししています。

締 7月14日（金）

かみのやまの魅力をぎゅっと15秒に！山形ふるさとCM大賞 上山市出品作品募集

問 観光・ブランド推進課 内線196

（株）山形テレビ主催「第23回山形ふるさとCM大賞」に上山市として出品する映像作品を募集します。

対 次を満たす個人・団体：①市内在住・在勤・在学、市内出身者など本市に縁がある②審査会・番組収録（11月16日（木）やまぎん県民ホール）でプレゼンテーションができる
内 上山の観光・物産・伝統・



▲詳しくはこちら

上山市スポーツ協会事務局員募集

申問 市スポーツ協会 ☎673・2288

対 定 ◇健康でスポーツが好きな人◇基本的なパソコン操作（Word・Excel）ができる人・1人

内 市スポーツ協会に関する業務
期 8月1日～令和6年3月31日（更新あり）

締 7月20日（木） ※採用が決定的次第締切。書類選考後、面接日時などを連絡します。募集要項など詳しくは、市スポーツ協会ホームページをご覧ください。

広告

バイキングスタッフ募集！

アルバイト・パート
未経験者歓迎！



バイキング会場での食事のサービス
●出勤…7:00～10:00／17:00～21:00（応相談） ●時給…860円～

〒999-3141 上山市新湯1-33

☎023-672-1212

山形県 かみのやま温泉

仙 漢 園 月 岡 ホ テ ル

広告

補聴器相談会

日時 7月14日（金）
午前10時～正午

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
上山市仙石字元糸目797

ご都合の悪い方は、訪問相談も承ります

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

広告

宝くじ

公式サイト

宝くじがネットで
購入できる！

宝くじ公式サイト

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます



お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料）
TEL 011-330-0777（有料）



図書館

問 ☎677-0850 FAX 677-0826

開館…午前9時～午後7時（祝日は午後4時30分まで） ※水曜日休館。

●絵本好きあつまれ！（よみきかせ講座）

日 7月8日（土）午前10時～11時30分

●夏のつどい

日 7月15日（土）午前10時～10時45分

●日本語・英語よみきかせ

日 7月15日（土）午前11時～正午

●名作映画鑑賞会『スパイの妻』

日 7月16日（日）午後2時～4時頃 定 40人 ※関連図書も展示。

●上山市立図書館×最上広域交流センター ゆめりあ
プラモデル制作体験会

日 7月22日（土）午後2時～3時 定 10組程度

●おりがみ講座

日 7月23日（日）午前10時～正午 持 作品を持ち帰る袋

日 100円 定 10組程度

●とんと昔と影絵のつどい

日 7月30日（日）午前10時～11時 定 40人程度

●今月のオススメ本



インスタ英語日記

maho/著 Gakken

独学で英語を習得した人気英語講師mahoが、英語日記でよく使われる表現やフレーズを中心に事例とともに紹介。SNSにちょっと英語を取り入れてみたい人や英語を学びたい人におすすめです！

●明新生の読みタイ聞かせタイ

日 7月30日（日）午前11時～正午

●夏休み子ども上映会『がんばれ ルルロロ ～しあわせのおやつ～ 他5話』

日 8月3日（木）①午前10時30分～11時②午後2時～2時30分 定 各回40人程度

●図書館 de ボードゲーム

日 8月5日（土）午後2時～4時 定 20人程度

●企画展「上山市立図書館×最上広域交流センター
ゆめりあ プラモデル展」

期 7月21日（金）まで

●図書のテーマ展示

◇テーマ展示「中学生による展示」

期 7月7日（金）～8月27日（日）

◇「夏休みの宿題おたすけ隊」

期 7月14日（金）～8月22日（火）

アウトドア六法

ー 正しく自然を楽しむ、守るための法律 ー

中島慶二/監修 山と溪谷社

「遭難した時の救助・捜索費用は払わないといけないの?」「川で釣りっしていいの?」など、知っているようで意外と知らないアウトドアに関する法律を分かりやすく解説する一冊。アウトドアを楽しむ前にぜひ一読を!



高齢者サロン
まじゃれ

申 問 ☎673-7588

※土曜・日曜日閉所。定例イベントなどは、高齢者サロンまじゃれ（ふつかまちPLAZA2階）や市民ロビー・福祉課（市役所1階）に設置しているチラシをご覧ください。

●かな書道の会 要申込み

日 7月10日（月）午後1時～2時30分

定 10人 料 手本代として100円

●熱中症対策のおはなし 要申込み

日 7月18日（火）午前10時30分～11時30分

講 大塚製薬㈱ 定 18人 料 無料



働く婦人の家

申 問 ☎673-3939

※7月5日（水）午前9時30分～受付開始。

●夏の編み物教室～カメレオンバッグ作り～（2日間で完成）

日 7月27日（木）・8月3日（木）午前10時～正午
ボタンを外すとトートバッグや巾着に変身!ブルー系またはピンク系を選んでください。

講 櫻井京子さん・櫻井由香さん（編み物愛好会・桜会講師）

定 10人（かぎ針編み経験者）

料 材料代として2,000円

持 4/0号・5/0号のかぎ針・ハサミ・とじ針



●健康教室～免疫力を高めて健康な毎日を!～

日 8月9日（水）午前10時～11時30分

免疫力を高めて病気にかかりにくい身体を手に入れませんか?クイズや軽い体操も交えて楽しく学べる教室です。

講 三瀧尚美さん（健康管理士上級指導員）

定 15人

料 無料

持 飲み物・筆記用具

市民ゴルフ大会

場 蔵王カントリークラブ

☎688・7777

日 7月23日（日）午前7時～

※受付：午前6時30分～。表彰・懇談会：午後6時30分～。

対 市内在住・在勤・上山市をこよなく愛する人

定 先着220人

料 2千円 ※別途プレーフィ

（一般）9千円、懇談会費3千円。

料金は当日持参してください。

申 蔵王カントリークラブ・上山ゴルフガーデン・生涯学習課のいずれかに申込用紙を提出

締 7月1日（土）～15日（土）

サマースクール
かみのやま2023

申 問 学校教育課 内線306

市内で活躍するALT（外国語指導助手）と一緒に、楽しく英語を学びませんか? ※参加無料。

日 8月1日（火）・2日（水）

午前9時～午後0時30分 ※参加はどちらか1日。

場 中部地区公民館

対 小学生（中学生も可）

定 先着各30人

持 水筒・室内シューズ・ハンドタオル

申 メール申込み：✉tmori@city.kaminoyama.yamagata.jp

締 7月17日（月・祝）

国史跡「橋下宿」の魅力Ⅲ
～現在に伝わる羽州街道参勤の歴史～

問 生涯学習課 内線313

平成26年に被災した金山峠の災害復旧の記録や、昨年度実施された橋下宿本陣に残された関札の調査成果などを展示しています。

期 7月23日（日）まで ※休館日（木曜日）を除く。要入館料。

場 上山城1階特別展示室

第6回
「古道探訪ウォーク」

申 問 郷土史研究会・原田誠

☎090・5301・6446

上山城下～橋下宿の羽州街道はまもなく400年を迎えます。それ以前に使われていた本庄街道を

探訪し、昼には橋下名物・納豆あぶり餅を食べます。※小雨決行。

日 7月17日（月・祝）午前9時出発～正午ころ

場 本庄地区公民館

料 700円（資料代・食事代）

締 7月12日（水）

市総体
ソフトテニス競技

申 問 市ソフトテニス連盟・

佐藤 ☎672・4461／

仲野 ☎674・2568

日 7月30日（日）午前8時30分～市民総合運動広場（三友エ

ンジニア体育文化センターそ

ば）テニスコート

内 種目：男子・女子ダブルス

対 市内在勤・在学者または市内の中学校・高校を卒業した人

締 7月21日（金） ※参加無料。

荒町川フェスティバル

問 事務局・富澤

☎090・7331・1115

荒町川に約千匹の金魚を放流し、金魚すくいを行います。

※参加無料。未就学児・小学校低学年は保護者同伴で参加ください。

日 7月23日（日）午前11時～正午

場 荒町川「くりかわ橋」と「おうまや橋」の間

市民ゆかたデー&
山形ワインカーヴコラボ企画
浴衣でセタワインバル

問 市観光物産協会

☎672・0839

「山形ワインバル」に出店したワイナリーのワインを楽しむ特別企画です。また、当日は「市民ゆかたデー」開催日。ゆかたでワインを楽しみませんか?（ゆかた以外の人も大歓迎です）

日 7月7日（金）午後5時～8時

場 かみのやま温泉観光案内所内

料 チケット制：2千円／5杯（当日追加チケット販売あり） ※詳しくは市観光物産協会ホームページまたは問い合わせください。



現在接種できるワクチン

●昨年度から続いている接種

◇6か月～4歳（乳幼児接種）…1・2・3回目

◇5歳～11歳（小児接種）…1・2・3回目（3回目はオミクロン株対応ワクチン）

◇12歳以上（従来株）…1・2回目

●令和5年春開始接種（前回接種から3か月経過後に接種可能／8月末までの予定）

◇5歳～11歳…基礎疾患のある人（申請が必要です）

◇12歳～64歳…基礎疾患のある人、医療従事者等（申請が必要です）

◇65歳以上…すべての人

※詳しくは市ホームページ（右の二次元コードを読み取り）をご覧ください。

申 個別接種専用コールセンター ☎0120-238-250（土・日・祝日を除く午前9時～午後7時）



令和5年度秋開始接種（9月以降を予定）

対 5歳以上で初回接種（1・2回目）を終了したすべての人

※詳しくは、国から方針が示され次第、お知らせします。

新型コロナワクチン

問

健康推進課
内線156

7月の平日夜間・休日当番医

当番医		当番医	
3(月)	上山ファミリークリニック	18(火)	青山医院
4(火)	新田クリニック	19(水)	かみのやま耳鼻咽喉科
5(水)	長岡医院	20(木)	高野せきね外科・眼科
6(木)	軽井沢クリニック	21(金)	軽井沢クリニック
7(金)	渋谷医院	24(月)	長岡医院
10(月)	吉井内科胃腸科	25(火)	新田クリニック
11(火)	山口クリニック	26(水)	北村医院
12(水)	北村医院	27(木)	山口クリニック
13(木)	原田医院	28(金)	原田医院
14(金)	金沢医院	31(月)	金沢医院

山形市休日夜間診療所 ☎635-9955 山形市医師会館(山形市香澄町二丁目9-39)	
休日の急患は	診療科目:内科・外科・小児科 9:00～11:45、13:30～17:00
夜間の急患は	診療科目:内科・小児科 診療日:毎日 内科/19:00～23:00 小児科/19:30～22:30

山形市歯科医師会 ☎629-9988 休日救急歯科診療所(年末も開設) 10:00～16:00(受付/15:30まで)	夜間救急電話相談 毎日19:00～翌8:00	区分	フッシュ回線・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

食改さんのおすすめレシピ

Vol.16
野菜の肉みそかけ

1人分で野菜が250g以上とれる一品。肉みそは、豆腐や麺類にのせると、たんぱく質を足せる便利な常備菜に！

材料 (4人前)		※大・小…大さじ・小さじ。	
豚ひき肉…300g	キャベツ…5枚		
しょうが…1片	ごま油…大1		
ねぎ…1本	油…大1/2		
ピーマン…2個	塩コショウ…適量		
にんじん…1/2本	【A】◇みそ…大3◇砂糖…大2と1/2		
きゅうり…2本	◇酒・みりん…各大2◇醤油…小1		



編集後記

佐藤 ▽「いろは市」取材しました。子どもから大人まで多くの人で賑わい、歩行者天国の十日町通りはまっすぐ歩けないほどの盛況ぶりでした。イベントが戻りつつあることを嬉しく思いながらも準備や運営に奔走されていた方々には頭の下がる思いです。▽8月号はワインバルを紹介予定です！

休日診療 9:00～17:00	
内科当番医	外科当番医
2(日) 青山医院	みゆき会病院
9(日) 山口クリニック	山口クリニック
16(日) かみのやま病院	みゆき会病院
17(月・祝) 長岡医院	みゆき会病院
23(日) 上山ファミリークリニック	みゆき会病院
30(日) 吉井内科胃腸科	みゆき会病院

電話が繋がらない、
診療時間外、土曜日は
みゆき会病院(市内救急告示病院) ☎672-8282
または 消防署 ☎672-1190 へ

山形市休日夜間診療所 ☎635-9955 山形市医師会館(山形市香澄町二丁目9-39)	
休日の急患は	診療科目:内科・外科・小児科 9:00～11:45、13:30～17:00
夜間の急患は	診療科目:内科・小児科 診療日:毎日 内科/19:00～23:00 小児科/19:30～22:30

夜間救急電話相談 毎日19:00～翌8:00	区分	フッシュ回線・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



作り方

- しょうが・ねぎをみじん切りに。ねぎは少し残し水にさらす。
- 鍋にごま油を熱し、しょうが・ねぎ・ひき肉を炒めてAを入れ、塩・コショウで味を調える。
- 野菜を千切りに。きゅうりは塩小さじ1をふって水気をしぼる。
- 鍋に油を熱し、きゅうり以外の野菜を手早く炒め、最後にきゅうりを入れ塩コショウで薄味に調味する。
- 器に盛り付け②をかけて、①のさらしねぎを飾る。

加藤 ▽紫苑庭は、私が初めて取材に伺った場所。お母さん方が当時のことを覚えていてくれて嬉しくなりました。▽いろんな話をする中で料理の話題に。ポテサラダのレシピを教わったので、帰って早速作ってみました。「じゃがいもはすりつぶすとなめらかな食感に。コショウは多めに…」おいしくできました！

8月のけんこうの広場

Health Square

こどものけんしん・相談

場 市保健センター

●対象者へ個別にお知らせしています。持ち物などは通知をご覧ください。

乳幼児健診など	受付日時	乳幼児健診など	受付日時
4か月児健康診査	8/25(金) 12:45～13:00	1歳児歯科健康相談	8/23(水) 12:45～13:15
9か月児健康診査	8/25(金) 13:00～13:15	2歳児歯科健康診査	8/23(水) 13:15～13:45
1歳6か月児健康診査	8/23(水) 12:45～13:15	フツ化物塗布	8/23(水) 12:30～14:00

問 子ども子育て課 内線159・169 **問** 健康推進課 内線158

教室・相談(要申込)	日時	内容
赤ちゃん広場	8/17(木) 9:30～11:30	赤ちゃんの体重測定・育児相談・母乳相談・離乳食相談

申 問 子ども子育て課 内線159・169

母子健康手帳交付 **場 問** 子ども子育て課 内線169

日 月曜～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:15 **窓口で案内します**

持 ◇妊娠届出書◇マイナンバーカードか通知カードと本人確認書類
◇妊婦名義の銀行口座の写し(右の給付金手続きで必要)
※妊婦本人が来ることができない場合は問い合わせください。

出産・子育て応援給付金 **問** 福祉課 内線142

国の出産・子育て応援給付金事業により、妊娠から出産・子育てまで身近な相談に応じながら経済的支援をします。
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

内 妊婦1人につき5万円、出生児1人につき5万円を支給

むし歯がなかったおともだち (3歳児健診 R5.6.8)

「歯と歯の間のケアでむし歯・歯周病予防を！」～デンタルフロスや歯間ブラシを使いましょう～



おとなのけんしん・相談

問 健康推進課 内線154・155

各種健診・検診

●20～39健診(20～39歳) ●特定健診(40～74歳) ●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・大腸がん・肺がん・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)
※検診料金は年齢や加入している健康保険によって異なります。

時間外乳がん検診 日中時間の取れない人におすすめです。

申 問 やまがた健康推進機構山形検診センター (688-6511・ナビダイヤル1)

日 8月9日(水) 17:00～18:30受付

場 やまがた健康推進機構山形検診センター

対 乳がん検診(40歳以上)、子宮頸がん検診(20歳以上)

施設検診(山形検診センター)

●20～39健診 ●特定健診(または後期高齢者健康診査)、胃がん・大腸がん・肺がん・子宮頸がん・乳がん検診 ●レディース検診(子宮頸がん・乳がん検診のみ) ●人間ドック
※新規申込みや日程変更は山形検診センター(☎688-6511)に直接連絡ください。

個別検診(指定医療機関)

●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・乳がん検診
※申し込んだ人で問診票(健康診査票)が手元に届かない人は問い合わせください。

「かみのやま」の ピース

#2

かけがえのないピースとして、かみのやまを輝かせているみなさんを紹介！



高橋恵子 さん

たかはしけいこ／松山在住。74歳。紫苑庭運営委員会運営委員長。武家屋敷にある紫苑庭に訪れた人を温かくもてなしている

「紫苑庭」ここは心がほっとする場所。

「訪れる人も、迎えるわたしたちも、みんなが居心地のいい、心がほっと和む場所です」

穏やかな表情で話すのは、武家屋敷・旧曾我部家の敷地内にある「紫苑庭」で来訪客をもてなす、紫苑庭運営委員会運営委員長の高橋恵子さん。

同会は、平成17年に発足し、以来18年にわたって4月下旬～11月上旬の週末と祝日にお茶のもてなしをしています。

「二人旅の方やお子さん連れ、年配のご夫婦など、さまざまな人が立ち寄ってくれます。『どこからいらしたんですか？』という会話から、旬の食材や料理のレシピ、まちのお店などの話に花が咲き、帰るころには『実家に帰ってきたみたい』『また来るね』と、言ってくれるのがうれしいですね」

アットホームな紫苑庭に惹かれ、そして、地元のものをも10年以上贈り

合ったり、毎年必ず足を運んでくれたりする人が増えています。

「訪れる人が気持ちよく過ごせるように、月に2回、委員で庭園整備をしています。また、地域の人々が草刈りをしてくれたり、建物の塗装や修繕をしてくれたり、みんながこの場所を守っています」

地域の関わりや支えがあつて、たくさん笑顔が輝いていると、高橋さんは目を細めます。

観光客と市民が交流できる貴重な場として多くの思い出を提供していることが評価され、今年5月、運営委員会は「観光功労者」を受賞。高橋さんは「先輩方が頑張ってきたことが認められてうれしいです。市民のみなさんにももっと知ってもらい、気軽に立ち寄ってほしいです。そして、これからもみんなの憩いの場所であり続けたいですね」と微笑みます。 ■