

市報 No.1564

かみのやま

2023

12

紅柿の
れて

ふるさとに輝く
初冬のしらせ。

★ Topics

- p2-3 【特集】健康づくりから地域に広がる輪
- p4-7 まちの出来事を紹介！「PICK UP！かみのやま」
- p14-15 幸せをつくりあう新・観光のまちへ
- p20 「かみのやまのピース」#7 山田久雄さん



上山市ホームページ
視覚障がい者などへの
支援アプリ「ナビレンス」
からも読み取れます。

「自分のため」が「地域のため」にも変わっていた。

特集

健康づくりから地域に広がる輪

令和2年度にスタートした「かみのやま健康ポイント」「健康マイスター講座」。事業4年目を迎え、現在市民約1400人が楽しみながら健康づくりに取り組んでいます。健康づくりを継続する中で、身体的な数値の改善だけでなく、参加者同士の交流やボランティア活動など、個人から地域へ広がりを見えています。

01 日々の活動が健康につながる かみのやま健康ポイント



【かみのやま健康ポイント】…市民のみなさんが健やかで幸せな毎日を送るために、活動量計・スマートフォン専用アプリを活用した健康づくりを応援する事業。歩数や体組成測定、健診など、健康増進につながる行動でポイントが貯まり、1年間で貯めたポイントに応じて地域で使える商品券と交換することができる。

令和4年度の成果

健康づくりが定着

約**90%**の人が
2年以上継続して参加！

活動量が増えて健康寿命延伸へ

約**60%**の人が
歩数増加！

歩数全体のうち、運動効果の高いアクティブ歩数（早歩き）はどの年代も平均

70%以上！

転倒予防に

転倒する可能性のある人が

約**60%**改善！

歩くのに必要な下肢筋力が向上しました。

生活習慣病予防・重症化予防に

HbA1c（糖尿病の指標）

約**20%**の人が改善！

LDL（悪玉）コレステロールについて要医療判定者

全員が改善！

来年度の参加者は令和6年4月に募集予定。今後市報などでお知らせしていきます。

健康ポイントを監修する先生に聞く！事業の効果とは？

参加継続率はなんと約90%！みなさん熱心に取り組んでいますね。「がんばりすぎず」「長く継続」すること、歩数や体重、HbA1c（糖尿病の指標）などを見える化することに事業の本質があります。

医療費などへの効果も出ています。3年間継続した人は参加していない人と比べて平均**82,291円**の削減になっており、糖尿病・高血圧・脂質異常症の疾患を持っている人の医療費は**6～8万円**の削減、さら

には心疾患・脳血管疾患の発症予防にもつながっています。過去に心疾患・脳血管疾患を経験した人は、フレイル（健康と要介護認定の間に位置する心身の虚弱状態）になりやすい傾向にありますが、本事業への参加で**再発が抑えられる**などの効果も期待できました。これは介護予防の効果といえます。歩数などの健康情報の見える化は、みなさんの健康や疾病の維持・改善にとっても役立っています。



山下和彦先生
（東都大学教授）

02 学び、伝えて、広がる 健康マイスター講座

【健康マイスター講座】…歩ける足づくりや歩き方実践講座などの体験型の講座を開催。自身の学びに加え、学んだ情報を家族や友人など身近な人に伝える健康マイスターとして128人が健康づくり、そして交流の輪を広げている。



講座を受講



測定会に参加



測定会のサポートも

健康マイスターのうち41人は、子どもたちの登下校時の見守りウォーキングや認知症の人への支援活動など、ボランティア活動においても精力的に活動しています。また、健康マイスター講座で学んだことを実際に自分たちで活動したいと、新たに愛好会を設立する動きもあります。健康マイスターのみなさんにそれぞれの活動や思いを聞きました。

認知症ボランティアにスタッフとして参加

木村励子さん（大門）



顔に合わせてみんなが笑い合える場所
認知症の人や家族が集まってお茶をしながら情報交換をする「かみのやまカフェ」や、認知症のある人もない人も一緒に
まちなかを歩く「オレンジウォーキング」に参加しました。みんな笑顔で楽しく交流しています。活動を続けていく中で顔見知りが増えて、私自身の活力にもなっていました。認知症の人の中にはだんだん閉じこもっていつてしまう人もいると思います。地域との関わりを持ついい機会になるといいなと思いが、今後も続けていきたいです。



有志がノルディックウォーキング愛好会設立へ

栗野登志子さん（四ツ谷）

渡邊直子さん（久保手） 菊地みや子さん（下新丁）

講座で経験したノルディックウォーキングを自分たちでもやってみたい
健康マイスター講座で初めてノルディックウォーキングを経験しました。専用のポールを使つてのウォーキングは膝や腰が痛くてもスムーズに歩くことができて、ぐんぐん前に進むのがとても楽しいです。講座が終わっても続けたいと思い、山下先生や健康推進課に相談したのがきっかけでした。私たちは講座で知り合つてまだ1か月ほどですが、3人とも思いは一緒です。愛好会としてのスタートは来年1月を予定。楽しみながら活動を続け、その輪が少しずつ広がっていくとうれしいですね。

子どもたちの下校時間に見守りウォーキング

中山千鶴さん（松山）

健康と子どもの安心のために

小学生が帰る夕方、学校のことや友だちのことなどいろいろな話をしてくれまます。活動を始め、活動の時間は、子どもたちも少し警戒するようでしたが、継続していると「昨日は来なかったね」と声をかけてくれる子もいて、今は後も続けたいです。



健康ポイントを通して取組は、今や個人の健康づくりにとどまりません。健康マイスターのみなさんの取組などを通して一人が二人、三人、そして地域へと伝わっています。「自分のため」が「家族や友だちのため」になり、だんだんと「地域のため」に。人々の視野や思いが徐々に広がり、そしてその輪はこれからも広がっていきます。



PICK UP かみのやま



日々の成果を披露 芸術の秋に魅せられて

「上山市総合文化祭」が10月28日・29日、三友エンジニア体育文化センターで行われました。舞踊や演奏などを披露する「かみのやま文化フェスタ オン・ステージ」と、絵画や書道、盆栽など力作の数々が並ぶ総合作品展が開催。訪れた人々は完成度の高さとそれぞれの個性に目を奪われていました。



紅柿生産者らが駅構内に120連をつるした

初冬を告げる 紅柿のれんでお出迎え

11月10日から、本市特産・紅干し柿のPRに、かみのやま温泉駅と観光案内所で紅柿のれんを飾っています。展示は12月27日まで。本市出身の佐藤 靖さん・珠希さん夫妻（山形市）は「昔は日常で当たり前になっていた景色ですが、改めて見るととても綺麗で素敵に感じますね」と笑顔で話しました。

多くの店舗が集って 大賑わい！

10月28日、三友エンジニア体育文化センター駐車場で「上山市産業まつり」が開催されました。市内商店のフード・お菓子・農作物販売や工業製品紹介のほか、周辺市町や姉妹都市・名取市の物産販売など、40以上の店舗が軒を連ね、市内外から訪れた約9,000人が楽しみました。



北中駅伝チーム 東北大会へ！

10月20日、北中学校男子駅伝チームの6人が県大会3位の報告と東北大会出場に向けて、市役所で開かれた激励会に出席。キャプテンの安達溪人さんは「一緒に練習してきた仲間分まで楽しみながら襷をつないでいきます」と熱く意気込みを語りました。10月28日の東北大会では22チーム中第10位の成果を収めました。



後列左から長谷部唯人さん・鏡 大清さん・中野 翔さん
前列左から安達溪人さん・小池柚葵さん・長谷川陽光さん



みんなでまちづくりを 市民と市長が意見交換

子育て世代や働き世代などの生の声を市政に反映させようと、9月から「市長とのフリートークミーティング」が始まりました。10月19日には、めんごりあで開催され、親子6組が参加。「子育てサロンなど地域で子どもをみる場所が少ない」「産後ケア事業に助けられた」など意見が交わされました。今後も継続的に実施していきます。



市役所1階ロビー（製作：県立鶴岡工業高校）とかみのやま温泉駅前（製作：県立米沢工業高校）に設置

やまがた雪未来国スポ カウントダウンボードが設置

令和6年2月21日～24日に開催される「第78回国民スポーツ大会冬季大会スキー競技会 やまがた雪未来国スポ」に向けて、機運を高めようと、市役所1階ロビーとかみのやま温泉駅前に大会までのカウントダウンボードが設置されました。本県選手が活躍できるよう市民一丸となって応援していきましょう。



PICK UP かみのやま



設立25周年を記念 笑顔が咲きますように

市観光ボランティアガイド協会（佐竹吉廣 会長）の設立25周年を記念し、10月17日、上山城で桜（エドヒガンザクラ）の植樹が行われました。同会の会員は現在23人で、上山城を中心に来訪者への観光ガイド活動を実施しています。当日は、関係者ら約30人が参加し、美しい桜と訪れる人々の笑顔が花開くことを祈りました。



きらきら輝く 白い歯を表彰

年長児でむし歯のない「きらきら乳歯」91人と自分の歯を20本以上持つ80歳以上の「歯のきんさん・ぎんさん」26人が、市内各保育施設・歯科医院で表彰されました。市歯科医師会が主催するもので、10月18日にはしらさぎ保育園で表彰式が行われ、子どもたちは白い歯でにっこりと賞状を受け取りました。

晩秋の上山路を疾走！ 食と自然で心を満たす

11月12日、上山市内をサイクリングで楽しむ「かみのやまツール・ド・ラ・フランス大会」が行われました。全国から集った約700人の参加者たちは、思い思いのペースでペダルをこぎながら、果樹園、檜下宿など巡ったほか、本市産ラ・フランスや芋煮などを味わい、かみのやまを存分に堪能しました。



本市産ラ・フランスPRに 期間限定スイーツを販売

本市産ラ・フランスを使用したスイーツを販売する「かみのやまラ・フランススイーツフェスタ」が11月12日から12月3日まで始まりました。市内外13店舗が、趣向を凝らしたケーキやパフェなど15品を開発。かみのやま温泉駅前で開催した先行販売会には、目当ての商品を買い求めたり、味わったりしている人で賑わいました。



感染対策グッズを 贈呈

11月6日、上山ロータリークラブ（土田秀頼 会長）から市内14か所の養護学校・福祉施設へアルコール消毒液と使い捨てゴム手袋が贈られました。受け取った深瀬幸敏理事長（社会福祉法人走翔会）は「感染症が流行する季節、ありがたく活用させていただき予防に努めます」と感謝を述べました。



賑わう上山城下 あふれる笑顔

「上山城まつり」が11月3日・4日に開かれ、訪れた人が市無形文化財・金生田植踊りや三味線、篠笛などの演奏、さらには甲冑着用体験、城門前広場に並んだグルメ・クラフトなどの屋台を楽しみました。4日にはバスケットボール3人制の試合が行われるなど新たな催しも加わり、賑やかな声が城下に広がりました。

公共施設などの 年末年始休業日程

年末年始にあたり、公共施設などの休業日程をお知らせします。
また、通常と時間を変更している施設がありますのでご注意ください。

●公共施設などの休業

施設	期間
市役所	12/29(金)～1/3(水)
市立図書館	12/27(水)～1/4(木)
三友エンジニア体育文化センター※	12/29(金)～1/3(水)
体育文化センター内トレーニング業務	12/29(金)～1/4(木)
各地区公民館	12/29(金)～1/3(水)
南部体育館	12/29(金)～1/3(水)
南部トレーニングセンター	12/29(金)～1/3(水)
生涯学習センター	12/29(金)～1/3(水)
中山体育館	12/29(金)～1/3(水)
中川農業者等トレーニングセンター	12/29(金)～1/3(水)
山元体育館	12/29(金)～1/3(水)

※三友エンジニア体育文化センターからのお知らせ

【2月分の施設使用申請期間を一部変更します】

◇申請期間…1/4(木)～5(金)◇抽選日…1/7(日)

●ごみ・し尿収集の休業

ごみ・し尿収集	期間
もやせるごみ	12/31(日)～1/3(水)
もやせるごみ以外	12/30(土)～1/3(水)
し尿収集(上山清掃)	12/29(金)～1/3(水)

※ごみ収集カレンダーで地区の指定日を確認してください。

施設	期間
働く婦人の家	12/29(金)～1/3(水)
上山城	12/28(木)～31(日)
経塚斎場	1/1(月・祝)
めんごりあ	1/1(月・祝)
高齢者サロン まじゃれ	12/28(木)～1/4(木)

●かみのやま温泉観光案内所

通常と時間を変えて営業します。

12/29(金)～1/3(水)…午前10時～午後4時

●市営バス・予約制乗合タクシーの運休

次の期間は運休とします。

12/29(金)～1/3(水)



●ごみ搬入施設の休業

施設	期間
リサイクルリレーセンター	12/30(土)～1/3(水)
古紙類置場(リサイクルリレーセンター内)	1/1(月・祝)～3(水)
エネルギー回収施設(川口)	12/31(日)～1/3(水)

広告

蔵王長寿園 パート支援員(2人)急募!

- 仕事内容 ①洗濯②入浴介護補助
- 賃金 時給900円、交通費
- 勤務時間 ①月曜～土曜日…14:00～17:00②月曜・火曜日…14:00～16:30／金曜・土曜日…9:30～11:30
※時間等応相談。②の人は資格があれば尚可。

◎申込方法など詳しくはお問い合わせください。

〒999-3103 養護老人ホーム 蔵王長寿園 〒672-0561
上山市金谷字土矢倉307-1

おめでとうございます

令和5年度大高根農場記念山形県農業賞

山形県の農業振興への功績と他の模範となる農業者として表彰されました。

株式会社高橋フルーツランド (高橋真也 代表取締役)

やまがたフラワーフェスティバル2023 花き品評会

10月13日、新庄市で開催された品評会で市内生産者3人が表彰されました。

【金賞】山形県知事賞

齋藤道成さん(トルコぎきょう)

【金賞】山形生花地方卸売市場社長賞

鏡 寿樹さん(トルコぎきょう)

【銀賞】山形県花き生産連絡協議会長賞

稲毛 昇さん(ハイブリッドスターチス)

ありがとうございます

有限会社シズカ技研

(古頭保雄 代表取締役)

「かみのやまツール・ド・ラ・フランス大会」の際のゴミ拾いに役立ててほしいと「クリーンアップトング」10本を寄贈いただきました。缶やペットボトルをつかみやすい形状の製品で、大会後の清掃に活用させていただきました。



田中 美智子さん(宮脇)

10月11日、37万円を寄附いただきました。田中さんは「本が大好きだった娘の37回忌にあわせて寄附しました。上山の子どもたちには本を読んで知識や想像力を豊かにしてほしいです」と話し、市立図書館の図書購入費にあてられます。

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。



電気のことで 困って いませんか?

そのお悩み、
気軽にお電話ください。
各種クレジットカード・
PayPay 使用できます

広告

空き家の残置物処分・片付け 私たちに任せください!

PayPay 使用できます

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


令和6年5月7日まで、市斎場～産業廃棄物処理会社の間が冬期閉鎖されますのでご注意ください。自然融雪および通行の安全が確認でき次第、開放します。

募集

令和6年度
上山市奨学生募集

申請 管理課 内線302

日本学生支援機構の第1種奨学金相当の額を、所得制限なく、無利子でお貸しします。

対 家族の住所が市内にあり、経済的理由で修学が困難な大学生（令和6年4月の入学予定者も含む）※他の奨学金との併用不可。

内 ◇賞与額（月額）：【国公立】自宅から通学：4万5千円／自宅外から通学：5万1千円【私立】自宅から通学：5万4千円／自宅外から通学：6万4千円

◇入学一時金：10万円◇返済期間：卒業した年から10～18年（無利子・貸与額により異なります）

定 採用人数：7人程度

締 令和6年1月5日（金）※提出書類は問い合わせてください。結果は1月下旬に通知予定。

参加チーム募集
第37回上山市民
インディアアカ大会

場 大会事務局（体育文化センター内） ☎673・2288

日 令和6年1月28日（日）午前9時～受付開始

対 市内在住・在勤・在学の高校3年生以上（平成18年4月1日以前生まれ）、または上山市イ

弁護士による
無料相談会

申 健康推進課 内線157

日 令和6年1月16日（火）・2月20日（火）午後1時30分～3時30分

場 市役所1階「市民相談室」
内 弁護士による相談（借金、家族、労働の問題等）と保健師による心の相談 ※要申し込み。

管理栄養士がサポート
栄養・食事相談

申 健康推進課 内線154

日 令和6年1月18日（木）午後1時30分～3時30分

場 保健センター・1月10日（水）市役所1階市民相談室

不登校・ひきこもり
相談会IN上山

申 発達支援研究センター ☎623・6622

日 12月13日（水）午前10時～正午

場 市役所1階市民相談室 ※相談無料。個別相談。

イベント

市民新年祝賀会

式典のみ開催。参加無料

申 庶務課 内線215

日 令和6年1月4日（木）午前11時～三友エンジニア体育文化センターエコーホール

締 12月15日（金）

ンディアカ協会登録者・登録チーム ※チーム編成は1チーム4人以上8人まで。男子がコートに入れる人数は最大2人まで。

申 申込用紙と参加料2千円を添えて1月9日（火）午後5時までに体育文化センターまたは各地区公民館へ。

温泉プールを使った
健康づくり教室

申 健康推進課 内線155

膝や腰に不安があり、ウォーキングなどの運動ができない人におすすめの教室です。「水中ストレッチ教室」と「チャレンジコース」から選択してください。

対 65歳以上で日常生活（更衣・歩行・排泄など）が自立し、耳の聞こえに不安がない人 ※治療中の人はかかりつけ医にご相談ください。

締 12月11日（月）※申込多数の場合は抽選。初参加者優先。
◎水中ストレッチ教室（全8回／定員20人）

日 令和6年1月6日～2月24日の毎週土曜日、午前9時25分集合・午後1時45分解散 ※12月21日（木）に初回オリエンテーション、令和6年2月29日（木）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。

料 4千円 ※送迎料8回分。送迎回数に応じた金額を初回に

新春消防出初式

問 市消防本部 ☎672・1190

日 令和6年1月7日（日）午前9時50分～11時5分

◇観閲：午前9時50分～十日町通り◇分列行進：午前10時15分～二日町プラザ前◇祝賀放水：午前10時30分～眉川橋

◎交通規制：午前9時～11時15分・石崎交差点～新丁クラシクほか

12月3日～9日は障害者週間・
12月は山形県障がい者差別解消強化月間
パネル展示会・
上山ふれあいマルシェ

問 福祉課 内線187

日 展示：12月4日（月）～7日（木）／マルシェ（農作物・小物・パンなどの販売）：12月8日（金）午前11時30分～午後1時

場 市役所1階ロビー

ニートラックかみのやま
先着180人にプレゼント・
全員特典ポイント2倍
お客様感謝デー

問 ニートラックかみのやま ☎672・0373

日 12月29日（金）：カップラーメン／12月30日（土）：ビスケット／12月31日（日）：スナック菓子／令和6年1月1日（月・祝）：紅白大福

一括支払い。原則返金不可。
◎水中ストレッチチャレンジコース（全5回／定員8人／無料）

日 令和6年1月6日（土）～2月29日（木）午前10時～午後10時の間で都合の良い日時 ※初回は個別指導付き（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。

日本赤十字社地震救援金・
人道危機救援金の受付

問 福祉課 内線147

◇2023年アフガニスタン地震救援金：12月28日（木）まで

◇イスラエル・ガザ人道危機救援金：令和6年1月31日（水）まで

水回りなどをリフォーム内覧可
市営住宅入居者募集

問 建設課 内線429

内 金生住宅4階建て12号棟402号室 ※月額1万6900円／2万5200円程度。入居者の所得に応じて決定。敷金は3か月分。入居時期は令和6年1月下旬以降。

対 次のすべてに該当する人①市民または市内勤務②住宅に困窮していることが明らか③所得が公営住宅法施行令に該当④同居親族がいる（60歳以上・障がい者（基準あり）・生活保護受給者は単身可）

申 建設課（市役所4階）にある申込書に必要事項を記入し提

出／申込期間：12月4日（月）～8日（金）午前8時30分～午後5時15分 ※申込多数の場合は抽選。連帯保証人2人（原則市内在住）が必要。市が認める保証会社も利用可（緊急連絡先1人（原則県内在住）が必要）。

県営住宅入居者募集

申 県すまい情報センター ☎647・0781

内 ①土屋倉アパート3DK：2戸②金生アパート3DK：2戸③驚ヶ袋アパート3DK：2戸④長清水アパート3DK：2戸

※いずれも一般用・倍率優遇有。①：単身可③④：各1戸単身可。現に同居し、または同居しようとする親族があり（単身可を除く）、所得が公営住宅法規定に該当する人 ※県外在住者も可。

締 12月7日（木）午後4時30分
持 県営住宅抽選申込書・63円切手2枚

相談

地域の優良農地を守り継ぐために
農地の「じ」相談ください

問 農業委員会事務局 内線406

今後、耕作できなくなるなど、農地の悩みは各地区の農業委員・農地利用最適化推進委員に気軽に相談ください。

NEWS 01 新型コロナワクチン 秋開始接種

対 1・2回目（乳幼児は1～3回目）を完了している生後6か月以上
●ワクチンの種類・回数…オミクロン株【XBB.1.5】1価ワクチン・1回
●接種方法…◇個別接種（市内医療機関）◇集団接種（三友エンジニア体育文化センター／12歳以上のみ／12月3日（日）・9日（土）・10日（日）／12月で終了）
●接種券（黄緑色）の発送…すべての対象者に発送済み
●接種希望の転入者は…これまで受けた分の接種済み証（受けたことがない人は前住所から発行された接種券）を持って健康推進課（市役所1階③番窓口）で手続きをしてください。

●予約方法（黄緑色の接種券がある人）
◇インターネット…24時間受付。右の二次元コードから
◇コールセンター…平日9:30～17:00【個別】 ☎0120-238-250
【集団】 ☎0120-181-618（コールセンターは12月28日で終了予定。1月以降は医療機関に直接予約する方向で調整中です）
※1月以降は日程が限られるため、接種希望者は早めにご予約ください。

問 健康推進課 内線156

NEWS 02 地区会が宝くじ助成で備品を整備

一般財団法人自治総合センターから宝くじの助成を受けて、甲石地区会・石堂地区会が防災備品・公民館備品を整備しました。

①甲石地区会
◇簡易トイレ
◇防災用倉庫
◇発電機 など

②石堂地区会
◇除雪機
◇ワンタッチテント
◇空気清浄機 など



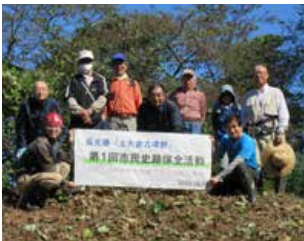
問 庶務課 内線282



問 市政戦略課 内線226

NEWS 03 ふるさとの歴史を守り伝える保全活動

上山に現存する
古墳を守る



10月14日、県史跡矢倉古墳群（養護老人ホーム蔵王長寿園内）で、参加者13人が古墳の除草と雑木撤去を行いました。参加者の一人は「上山に古墳があることを知らない人は多いと思います。活動を通して、古墳を知り、興味を持つ人が増えていけばうれしいですね」と話しました。

●保全活動に際して、阿子島 功さん（山形大学名誉教授）・荒木雄之さん（市文化財専門員）を講師に学習会も実施されました。

ふるさとの街道の
歴史を後世へ



10月21日、国史跡羽州街道金山越で、市民や東北芸術工科大学の学生など計18人が素掘り側溝の復旧と木歩道の修繕を行いました。参加者は「保全活動だけでなく史跡を学習できて有意義な時間になりました」と話しました。 ※「県みどり豊かな森林環境づくり推進事業」の支援を受けて実施。

Interview

観光の「今」を みなさんと共有して

地域DMO
(一社) 上山市観光物産協会
五十嵐伸一郎 会長



上山市は、温泉・自然環境をはじめとした地域資源に恵まれています。観光のまち」とよばれる一方で、観光客がどの地域・国から来訪されているのかを把握し、計画に沿ってどのように誘客するのかなどの戦略・戦術が未熟でした。DMOでは、実態を適切に把握しながら、「調査し、考え、実行していく」この3つをしっかりと進めていきたいと考えています。さらには、これらのデータを市民のみなさんに公表し、観光に対する理解を深めてもらえるよう努めていきます。

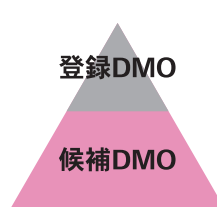
かみのやまの観光は、早急にインバウンドに対しても取り組むことが重要です。海外からのお客様の現状を知っていただくことで、事業者のみなさんにはビジネスチャンスと捉えてもらうきっかけに、また市民のみなさんや本市に通勤・通学しているみなさんには、海外からのお客様が多く遊びに来ていることを知ってもらうことで「あいさつしてみよう」「話してみよう」と、コミュニケーションを取っていききたいと思える意識を醸成していきたいと考えています。言わば、観光客との交流です。交流は「場」を一方的に提供することではなく、かみのやまに関わる人たちによって、自発的にまちなかで湧き起こることだと思っています。その環境づくりのために、DMOが役割を担っていきます。

ABOUT DMO

DMO区分



登録の仕組み



▶市観光物産協会が認定を受けたのは「候補DMO」。今後、活動実績などを重ね、登録条件をクリアしていくことで、登録DMOに申請することができます。登録DMOの認定を受ければ、候補DMOより有利な支援制度などを利用できるようになり、地域づくりを加速させる手法が広がります。

人、5年前の平成28年3月末の3万1673人と比較して、3254人減少しています。かみのやま温泉への宿泊者数においても、25万8935人から23万1730人と、2万7205人減少しています。(グラフ1)

観光産業は多くの業種が関係する総合産業であり、地域内に対しての経済波及効果が大きいという特徴があります。また、自然や歴史、文化、まち並み、人など「かみのやま」のすべてを観光客は求めて訪れます。そのようなことから、市民のみなさんからも現状に触れてもらい、「観光」がより身近な存在になることで、住む人も訪れる人も幸せを実感できる地域になるのではないのでしょうか。

DMOとは何か

DMOは端的に言う「各種データに基づき、稼げる観光地域を創るための司令塔となる法人」のことです。地域内の観光・商業・交通関係事業者や自治体などとともに協議を重ね合いながら、持続可能な観光地域づくりに取り組むことが役割とされています。

上山市観光物産協会は、市と連携して月別の宿泊者数やインバウンド宿泊者数調査を実施し、データ蓄積に着手しました。(グラフ2・3)

今後はインバウンド誘客推進に向け、より詳細な調査を実施する予定です。

▼今回は2月号掲載予定



幸せをつくりあう 新・観光のまちへ

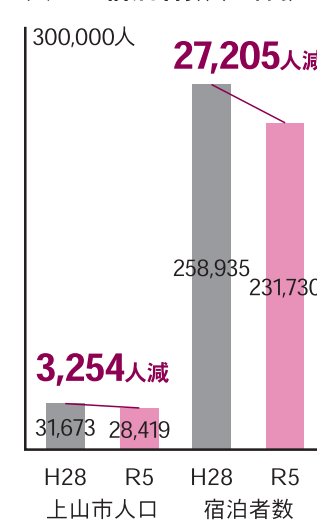
令和5年3月31日、一般社団法人上山市観光物産協会が、地域DMO・候補DMOとして観光庁から認定を受けました。国は、観光の意義を▽成長戦略の柱▽地方創生の鍵▽国際社会での日本の地位向上▽自らの文化、地域への誇りの醸成と位置づけています。これらの意義を果たすべく、持続可能な「稼げる」観光地域づくりを進めるための地域のけん引役を認定するのが、DMO認定制度です。本号より、DMOの動きや観光動態について定期的にお知らせしていきます。

観光庁によると、観光による経済効果は、定住人口1人あたりの年間消費額(130万円)を旅行者の消費額に換算すると、外国人旅行者8人分、国内旅行者(宿泊)23人分、国内旅行者(日帰り)75人分となると示しています(2019年)。人口減少による市内経済の縮小に対応するには、人口を増やすことが理想的ですが、全国的にも減少している人口を増加させるのは容易ではありません。そこで、インバウンド(訪日外国人旅行者)をはじめ、観光客による消費活動を増加させることで、人口減少により縮小する地域経済の活性化につなげるのが、観光施策の大きな目的の一つとなります。

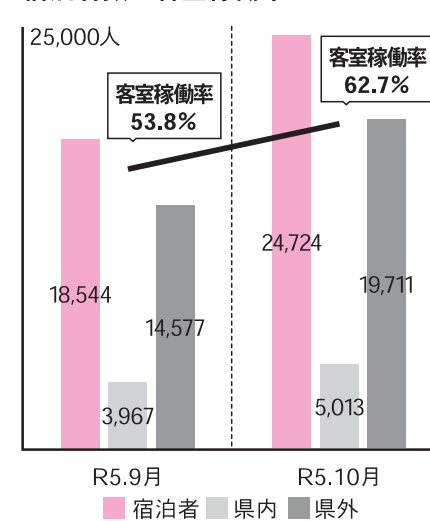
本市の人口は、令和5年3月末で2万8419人

DETA

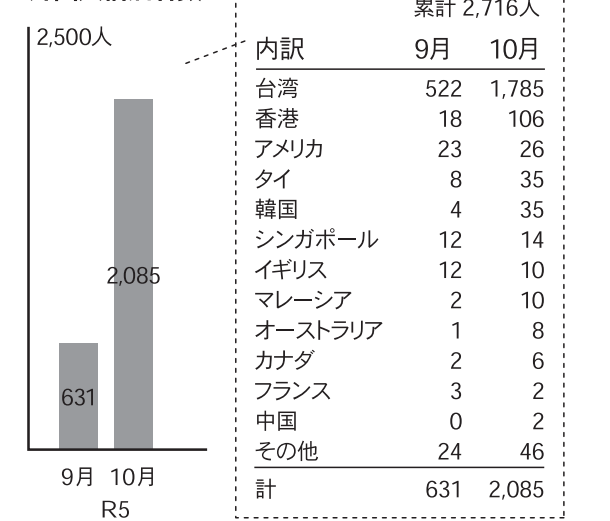
グラフ1
人口・宿泊者数(5年間)



グラフ2
宿泊者数・客室稼働率



グラフ3
外国人宿泊者数



累計 2,716人		
内訳	9月	10月
台湾	522	1,785
香港	18	106
アメリカ	23	26
タイ	8	35
韓国	4	35
シンガポール	12	14
イギリス	12	10
マレーシア	2	10
オーストラリア	1	8
カナダ	2	6
フランス	3	2
中国	0	2
その他	24	46
計	631	2,085

施設情報

申 申込み 問 問合せ 日 日時 期 期間 内 内容 定 定員 料 料金 講 講師 持 持ち物



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。

●ハンドベルコンサート

日 12月9日（土）午前11時～11時30分

●冬のつどい

日 12月16日（土）午前10時～10時45分

●日本語・英語よみきかせ

日 12月16日（土）午前11時～正午

●英語ストーリーテリングとうたの会 パート4

日 12月16日（土）午後2時～3時 講 語り手…森 俊樹さん（ALT・かみのやま地域おこし協力隊員）

●名作映画鑑賞会『山河遥かなり』 関連図書も展示

日 12月17日（日）午後2時～4時頃 定 40人程度

●明新生の読みタイ聞かせタイ

日 12月24日（日）午前11時～正午

●今月のオススメ本



教養としての歴史小説

今村翔吾／著 ダイアモンド社

直木賞作家の著者が、小学5年生から読み込んできたさまざまな歴史小説を紹介するとともに、生き方を学ぶ・ビジネスに役立つなど幅広い視点で歴史小説を語ります。これから歴史小説を読み始める人の道標にもなる一冊です。

●冬休み子ども上映会『ダヤンとジタン』

日 12月25日（月）①午前10時30分～11時②午後2時～2時30分 定 各30人程度

●企画展「遠藤由美子チョークアート展」

期 令和6年1月28日（日）まで ※期間中展示替えを行います。

●図書のテーマ展示「クリスマスだから図書館へ行こう!」

日 12月2日（土）～26日（火）

◇クリスマスに関する本の展示

◇ラッピングブック

ブックポストのご利用について
休館日や閉館後（夜間）の本の返却には、ふつかまちPLAZA1階交差点入り口（北東側）にあるブックポストをご利用ください。なお、ブックポストには視聴覚資料、紙芝居、利用カードなどは入れないでください。



すごい地球!

ーオーロラ、火山、氷河、恐竜、レアな動植物まで地球46億年の神秘とロマンを旅の雑学とともに解説ー
地球の歩き方編集室／編集 地球の歩き方
驚きの自然景観など、一度は見てみたいと思う地球のすごいところを紹介。なんと蔵王の樹氷群も掲載!旅のヒントも盛り込んだ、この星を学ぶ一冊です。



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。

●ストレッチ体操の会

申込不要／参加無料

日 12月1日・15日（毎月第1・第3金曜日）午後1時～2時

●オカリナを楽しむ会

申込不要／参加無料

日 12月13日（水）午前11時30分～正午



上山城

申 問 上山城 ☎673-3660 料 大人420円・高大生370円・小中学生50円

※市内在住・在学の小中高生は毎週土曜日無料。木曜日休館。

●私のイチ推し☆ 上山城と〇〇写真展

期 12月2日（土）～27日（水）午前9時～午後4時45分

内 来館者投票を実施し最多得票の写真出品者には賞品を授与

●上山城体験教室「クリスマスリースを作ろう」

日 12月16日（土）①午前10時～正午②午後1時～3時

定 各5人（空きがあれば当日参加も可）

料 入館料+材料代・保険料300円

●上山城体験教室「正月飾りを作ろう」

日 12月23日（土）①午前10時～正午②午後1時～3時

内 しめ縄と熊手づくり（お子さんでも簡単に作ることができます）

定 各5人（空きがあれば当日参加も可）

料 入館料+材料代・保険料300円

●上山城元旦登城

日 1月1日（月・祝）午前7時15分～午後3時30分



毎日ウォーキング カレンダー

12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（金）9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場	16（土）9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋
2（土）9:30～12:30	虚空蔵山北堰+矢竹	④	上山城かし茶屋	17（日）9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
3（日）9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋	18（月）9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋
4（月）9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かし茶屋	19（火）10:00～12:10	蔵王高原坊平（癒しの森）	③	ZAOたいらぐら
5（火）9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	20（水）9:30～12:30	虚空蔵山北堰+矢竹	④	上山城かし茶屋
6（水）9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	21（木）9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
7（木） ^① 9:30～12:00 ^② 9:30～11:00	^① 葉山 ^② わかば河崎	^③ ^②	市役所食堂	22（金）10:00～12:10	蔵王坊平（冷水）	④	蔵王ライザレストラン
8（金）9:30～12:30	虚空蔵山北堰+矢竹	④	上山城かし茶屋	23（土）9:30～12:00	まちなか	③	上山城かし茶屋
9（土）9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	24（日）9:30～12:30	虚空蔵山北堰+矢竹	④	上山城かし茶屋
10（日）9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かし茶屋	25（月）9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
11（月）9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	26（火）9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かし茶屋
12（火）9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場	27（水）9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋
13（水）9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋	28（木）10:00～12:10	蔵王高原坊平（癒しの森）	③	ZAOたいらぐら
14（木）9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	29（金）～2024年1月3（水）まで お休み			
15（金）9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かし茶屋				

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▶



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】…12月7日・14日・21日・28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）】…12月7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 12月12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 令和6年1月4日（木）

■固定資産税・都市計画税…4期

■国民健康保険税…6期

■後期高齢者医療保険料…6期

■介護保険料（第1号被保険者）…6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（10月末現在）

●人口 28,146人（-65）

男／13,544人（-34） 女／14,602人（-31）

●世帯数 11,234世帯（-5）

※（ ）は前月との比較。

市報1月号は1月9日（火）発行です。

広告

普通免許のみで応募可能！免許取得支援制度あり！

バス運転士・整備士募集

正社員採用（59歳まで）※60歳以上はパート採用可

・運転士：路線バスの運転業務 月給18万～25万

・整備士：バスの定期点検、修理 月給17万～23万

詳しくはお問い合わせください。

山交バス株式会社 勤務地：上山営業所または山形営業所

〒990-0834 山形市清住町1-1-20

TEL:023-647-5171 mail:saiyou@yamakobus.co.jp



シフト制、年間休日100日
社保完備、各種手当あり

大型二種
自動車整備士
資格をお持ちの方には
入社祝金を支給！
※パートは除く



➡ 12月・1月上旬の平日夜間・休日当番医 **+**

🏠 平日夜間診療 19:00～21:00		🏠 休日診療 9:00～17:00	
当番医	当番医	内科当番医	外科当番医
12/1(金) 軽井沢クリニック	18(月) 上山ファミリークリニック	12/3(日) 新田クリニック	新田クリニック
4(月) 上山ファミリークリニック	19(火) 新田クリニック	10(日) 上山ファミリークリニック	みゆき会病院
5(火) 山口クリニック	20(水) かみのやま耳鼻咽喉科	17(日) 山口クリニック	山口クリニック
6(水) 北村医院	21(木) 高野せきね外科・眼科	24(日) 北村医院	北村医院
7(木) 原田医院	22(金) 原田医院	31(日) 吉井内科胃腸科	みゆき会病院
8(金) 吉井内科胃腸科	25(月) 長岡医院	1/1(月・祝) みゆき会病院	みゆき会病院
11(月) 軽井沢クリニック	26(火) 金沢医院	2(火) 渋谷医院	渋谷医院
12(火) 青山医院	27(水) 青山医院	3(水) 高野せきね外科・眼科	高野せきね外科・眼科
13(水) 長岡医院	1/4(木) 原田医院	7(日) 上山ファミリークリニック	みゆき会病院
14(木) 金沢医院	5(金) 新田クリニック	8(月・祝) 青山医院	みゆき会病院
15(金) 渋谷医院			

電話がつかない、診療時間外、土曜、12/28(木)・29(金)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
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
		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.21
大根とツナのごまマヨ和え

大根の水切り・味付けが袋一つでできる簡単レシピ。
 冬の甘い大根でぜひお試しください！

ingredients	材料 (2人前)
	大根…約5cm・ツナ缶…70g (1缶)・スプラウト (レッドキャベツ) …適量
	【A】マヨネーズ…大さじ1・しょうゆ…小さじ1/3・白すりごま…大さじ1

▼作ってみよう！レシピ集はこちらから

recipe	作り方
	① 大根の皮をむき、薄いちょう切りにする。
	② ポリ袋に①と塩を入れ、もみ込んで5分置く。
	③ 水気を切り、ツナ缶 (油は捨てる) と材料Aを入れてもみ込む。
	④ 彩りとしてスプラウトを上のにせて完成♪

編集後記
 加藤 ▽今月は表紙、裏表紙と柿づくしになりました。見て食べて上山の初冬を味わいたいですね!▽特集では健康マイスターを取材。「商品券と交換できるから始めてみたんですよ」と話すみなさんも今や“沼”にハマっています。栗野さんたち3人組はととも息が合っていて、付き合いが長いからこそその雰囲気なのかと思いきや、知り合ったのは最近とのこと。つい「え!ホントですか?」と聞き返してしまいました(笑)▽来月は新春号です。次号もお楽しみに～!

Editor's Note

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	1/26(金) 12:45～13:00	1歳児歯科健康相談	1/24(水) 12:45～13:15
9か月児健康診査	1/26(金) 13:00～13:15	2歳児歯科健康診査	1/24(水) 13:15～13:45
1歳6か月児健康診査	1/24(水) 12:45～13:15	フツ化物塗布	1/24(水) 12:30～14:00
3歳児健康診査	1/11(木) 12:45～13:15	問 健康推進課 内線158	

問 子ども子育て課 内線159・169

教室・相談 (要申込)	日時	内容
母親教室	1/30(火) 10:00～12:00	妊娠中の過ごし方・市の手続きとサービス・お産の経過と呼吸法・妊娠中の栄養・授乳について
赤ちゃん広場	1/17(水) 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 持 月曜～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:15
 ◇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 R5.11.9)
 「間食は補食です。一日1～2回を目安にしましょう!」～季節の野菜や果物もいいですね～

➡ おとなのけんしん・相談 **👶**

各種健診・検診 ※料金は年齢や加入の健康保険で異なります。
 ●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)

集団健診 ●特定健診 ●後期高齢者健診 ●胃がん・大腸がん・肺がん検診

期日	場所	対象地区
12/ 5(火)	市保健センター	長清水・松山
12(火)		三本松・予定日に受けられなかった人

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

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 ※新規申し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。

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 山形検診センター(688-6511/ナビダイヤル1)
日 1月17日(水) 17:00～18:30受付
場 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)

「かみのやま」の ピース

#7

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



山田久雄 さん

やまだ ひさお／42才。足ノ口在住。今年から山形農業協同組合広域干柿部会部会長を務める。自身は柿やブドウ（シャインマスカット・デラウェア）、米を生産している。趣味はバイク乗り。

季節を感じながら家族みんなで味わってほしい。

山形農業協同組合広域干柿部会で部会長を務めている山田久雄さん。11月から展示している紅柿のれんじに際し、作り手としての思いを語ります。

「柿が吊るされている様子は上山らしい風景の一つ。上山人はその景色から冬の訪れを感じ、『もうすぐ一年が終わるな』という気持ちになるという話をよく聞きます。また、駅などでの展示は、観光客のみなさんにも知ってもらうチャンスです。上山特産の紅柿を知って味わってもらいたいです」

「干し柿は、そのまま食べる以外の楽しみ方もあります。切り干し大根や酢のものと和えて食べる家庭もありますし、妻や子どもはチョコレートをかけてと絶品だと言いますね」

今年の柿は、春の凍霜害と夏の高湿乾燥による影響から、市内の収穫量が例年より約4割減とい

う厳しい状況にあります。「これから気温が下がり、蔵王から冷たい風が吹き下されると、渋みの強い紅柿は二層甘みを増します。上山ならではの旬の味覚は今年はさらに貴重なものになりますね」

山田さんは21歳で農業をスタート。父親から受け継いだ柿と米のほか、新たにシャインマスカットやデラウェアの生産も始めました。農業の面白さは、季節や作物、工程の違いから、毎日することが違う自由さにあると話します。

「時期によっては朝4時から作業することもあります。好きなのことなのでまったく苦に感じません。農家同士や友人との助け合いも多く、一緒に楽しみながら農業と向き合っています。人と関わりながらいいものができ、それを美味しく食べてもらえるのはとてもうれしいこと。今後もしこ上山で農業を続けていきたいです」