

市報 No.1578

かみのやま

2025

2

坊平、冬の芸術品
仙人沢アイスガーデン

★ Topics

- p2-3 【特集】"かみのやま流" 健康の秘訣とは？
- p6-8 まちの出来事を紹介！「PICK UP！かみのやま」
- p24 「かみのやまのピース」#21 水野雄太さん

△現地に行くには危険な場所が多い
ため、冬山の天候に注意しながら、
必ず公認ガイドと入山してください。



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。

健康ポイントや糖尿病予防教室に参加する3人に日々の健康づくりについて聞きました。

【長沼さん】歩数が目に見えることがやる気につながっています。糖尿病予防などの教室では健康に役立つ情報が多く入ってきて、毎日少しずつ実践中。炒め物が多かったので油を使わない調理法に変えたり、市民農園で育てた野菜を食事で多く摂ったりしたところ、体重減につながりました。

【大竹さん】私は毎日ウォーキングに参加して、季節が変わる山の景色や仲間との会話が



健康づくりを 実践する人

【菅野さん】30代から筋力トレーニングをしていましたが、コロナ禍を経て運動機会が減っていました。事業への参加で、生活から抜けていた運動への意識が戻ってきました。晴れた日に歩くのは気持ちよく、雪の日も室内で身体を動かしています。

「運動しないと気持ちも身体もすっきりしない」と話す3人。心がけが習慣になり、日常の中に健康への意識や行動が溶け込んでいます。

【菅野さん】30代から筋力トレーニングをしていましたが、コロナ禍を経て運動機会が減っていました。事業への参加で、生活から抜けていた運動への意識が戻ってきました。晴れた日に歩くのは気持ちよく、雪の日も室内で身体を動かしています。

「運動しないと気持ちも身体もすっきりしない」と話す3人。心がけが習慣になり、日常の中に健康への意識や行動が溶け込んでいます。

【かみのやま健康ポイント】活動量計・スマートフォンアプリを活用した健康づくり応援事業。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できる。



健康づくりを 伝える人

健康マイスター講座

歩き方実践などの体験型講座を年4回程度開催。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159人が健康づくり、そして交流の輪を広げている。



自分の健康だけでなく、家族や地域の役に立てることが嬉しいですね。

↑足の力や血圧など身体の状態を年2回測る測定会では、健康マイスターのみなさんがスタッフとして活躍！

"かみのやま流"

健康の秘訣

とは？

令和2年度から市民参加の健康事業としてスタートした「かみのやま健康ポイント」「健康マイスター講座」。参加者や監修者の声、参加前後のデータ比較などを通して、事業の成果、健康の秘訣に迫る。

▼健康ポイントの主な成果

【健康づくりが定着】

約**90%**の人が2年以上継続して参加

【転倒予防に】

転倒する可能性のある人が約**50%**改善
→歩くのに必要な下肢筋力が向上した。

【活動量が増えて健康寿命延伸へ】

目標歩数3,000歩達成は75歳以上で約**90%**

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

【生活習慣病予防・フレイル予防に】

肥満度の指標BMI:25以上の肥満から**30%**が改善

20未満のやせの状態から男性で**100%**改善

20未満のやせの状態から女性で約**70%**が改善

「見える化」と「人とのつながり」がキーワード
「健康づくり」と言っても、何をしたらよいか分からない、なかなか続かないという人も少なくないでしょう。歩数やHbA1c

がったことはとても良いことです。ただし、本来の目的は正しい知識を吸収し、根拠に基づいた行動を継続することにあります。一時的な改善にとどまらず、講座が終わってからもぜひ継続してほしいです」と話します。

など、目標設定や過去の比較ができる「見える化」がこのまちの健康に大きく関わっています。また、家族や友人、参加者同士の会話の中で健康に関する話題が多くあがるようになったり、事業への参加で新しい交流が生まれたり、健康づくりを通して「人とのつながり」が好循環を生んでいます。始めるのに遅いことはありません。二つのキーワードをヒントにして自分のできることから一歩踏み出してみませんか？

糖尿病予防をきっかけにして、正しい知識と行動継続を
市では「HbA1c

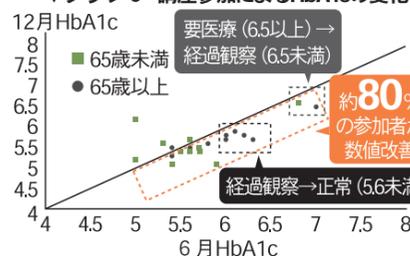
事業を監修する山下和彦先生(東都大学教授)は、効果を次のように分析します。初年度からの参加者の医療費は、国民健康保険料では一人あたり約20万円、後期高齢者医療費では約10万円の削減効果がありました(グラフ2)。また、「歩数が見える化」され、目標歩数を維持することで糖尿病・高血圧などの慢性疾患、心疾患、脳血管疾患などの予防にもつながっています」と話します。

山下先生は「結果的に数値減少につながる

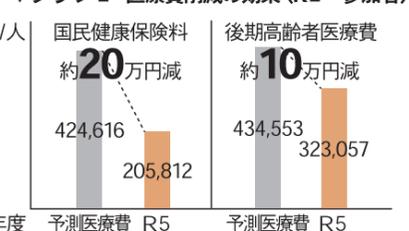
コントロール術を学ぼう」講座を2年間計8回開催。糖尿病や予備群の人だけでなく、食事や生活習慣の改善について学びたい人など、20〜84歳の延べ374人が参加しました。講座では「タンパク質を多く、脂質を抑えた食事」を「日ごろの運動で筋肉量を増やす」など、HbA1cをコントロールするための知識を学びました。そして、開始時と終了時にHbA1cを調べ、その変化を参加者にフィードバックしています(グラフ3)。

※HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)…糖尿病の指標となる数値。

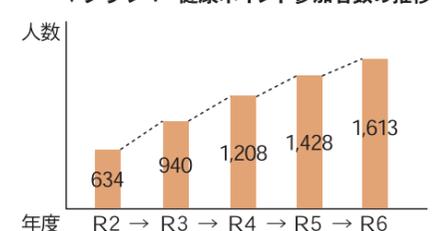
▼グラフ3 講座参加によるHbA1cの変化



▼グラフ2 医療費削減の効果(R2~参加者)



▼グラフ1 健康ポイント参加者数の推移



健康づくりを 支える人

かみのやま健康ポイント監修
山下和彦先生(東都大学教授)



■ 未来の学校づくり意見交換会で たくさんの意見をいただきました

令和6年9～11月に市内23か所で未来の学校づくりについて意見交換会を開催しました。いただいた意見は4つのテーマに分類し、これを参考に、検討委員会で議論を進めていきます。詳しい内容や会場ごとの意見は、市ホームページ(右ページの二次元コードから)をご覧ください。



意見交換会

教育内容の意見

- ・学力向上・学習環境の向上について、現状に満足せず、失敗を恐れずに試行錯誤していく教育であってほしい。英語教育は、実践の場を設け、英語嫌いをつくり、ぜひ進めてほしい。
- ・豊かな人間形成として上山に残りたい、戻りたい、応援したいと思える郷土愛を育むことが大事。
- ・上山でしか学べない独自性のある教育を望む。
- ・個に応じた能力を伸ばす時代にあった教育環境を整備してほしい。将来を考え、教育ICTの充実、デジタル活用能力を育成してほしい。 など

総合的な意見

- ・劇的な社会変化や、少子化が想像以上に進行していて、子の将来を考える良い機会になったが、「自分ごと」として参加する人が少ない。大事なことなので、当事者意識の醸成や情報提供方法などを含め、改めて意見を聞いてほしい。
- ・児童生徒、教職員からも意見を聞いてほしい。
- ・学校施設の老朽化による不公平がないようにしてほしい。
- ・人口減少や近年の自然災害を考慮し、学校と防災拠点施設のあり方を検討してほしい。 など

学校統合・大集団を望む意見

- ・教育の質の確保(切磋琢磨できる環境、複式学級解消、中学校での教科担任確保)や社会性・協調性の育成のためにも一定の集団が必要。
- ・上山全体を一つの地域「オール上山」として、全地域が統合校を支えていく体制が望ましい。
- ・部活動の選択肢が持てる学校にしてほしい。
- ・財政状況を踏まえた統合・老朽化の検討が必要。
- ・変化が速い社会なので15～20年先を見据え、早急に統合や小中一貫教育の検討をすべき。
- ・統合により学校施設環境の充実を望む。 など

学校現状維持・小集団を望む意見

- ・先生の目が行き届くなど、小規模校ならではのきめ細やかさ、魅力がある。一人ひとりに寄り添った学校になっていくと良い。
- ・学校の規模は人格形成、教育に関係ない。多くの経験をすることで魅力ある活動はできる。
- ・地域で子どもを育てることは大切。小学校は地域に残してもらいたい。
- ・小学校は、現在のまま地域に残してもらいたい。中学校は部活動も選択できない状況なので中学校の統合は仕方ないと思う。 など

■ 市民アンケートを行います。たくさんの意見をお願いします!

市民のみなさんの意見を把握し、「上山市未来の学校構想」の策定を進めるため、アンケート調査を行います。右の二次元コードから回答をお願いします。アンケート用紙への直筆記入を希望する人は問い合わせください。

回答期限 2月28日(金)午後5時



▲アンケート

※保護者(未就学児、市内小・中学校の児童生徒)には、別途、アンケート回答依頼文を配付します。依頼文記載の二次元コードから回答をお願いします。

未就学児の保護者 郵送 市内小・中学生の保護者 小学校・中学校経由で配付

※市内小・中学校の児童生徒、教職員へのアンケートは、市教育委員会で別途実施予定です。

子どもたちのために、市民みんなで、 上山の未来の教育・学校を考えよう!

問 教育企画課 内線302

■ 未来の学校構想検討委員会で、将来の教育・学校の検討を進めています

少子高齢化による児童生徒の減少やAI等の高度情報技術・グローバル社会の進展など、社会の急激な変化は子どもたちの教育環境にも大きな影響を与えています。

社会変化を見据え、長期的な展望を持ちながら、本市の魅力的な教育および小・中学校の将来のあり方を示す「上山市未来の学校構想」を令和7年度中に策定するため、令和6年8月から、保護者代表や地域関係者、学識経験者などによる「上山市未来の学校構想検討委員会」で検討を開始しました。主な検討内容は次のとおりです。検討経過や資料は市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ



検討委員会

第1回(令和6年8月28日)

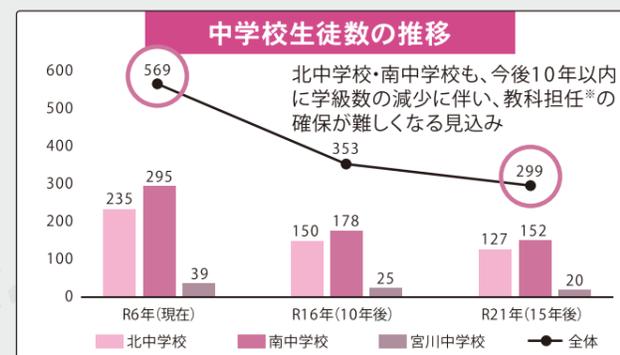
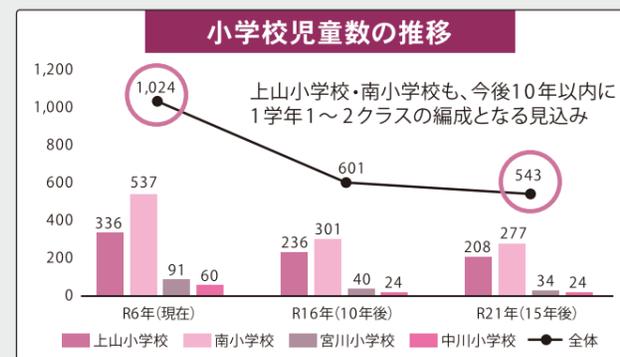
これまでの経過・現状・課題の情報共有、今後の検討の進め方 など

第2回(令和6年12月23日)

未来の学校づくり意見交換会で出された意見内容、アンケート調査概要 など

■ 本市の児童生徒・学校施設の状況

少子化が進行し、15年後の児童生徒数は、現在の半分程度になる見込みです(市教育委員会試算)。児童生徒数の減少に伴い、各学校の小規模化が進むことで、今後さまざまな課題が予想されます。また、学校の耐震化や必要な整備は実施しているものの、学校の老朽化も課題です。



■ 小規模化(学級・人数の減少)に伴い、 考えていかなければならない課題

- ・多様な学び、考え方の広がり
- ・切磋琢磨できる環境
- ・集団生活への適応能力
- ・男女比の偏り・クラス替えができないことによる人間関係の固定化
- ・複数学年で編制する複式学級の発生・増加による教育の質の確保、教職員の負担増加
- ・集団活動、部活動の選択肢の数
- ・中学校の教科担任確保(免許外指導の発生)

■ 市内小中学校の建築年数

上山小学校 > 築10年	北中学校 > 築52年
南小学校 > 築46年	南中学校 > 築64年
宮川小学校 > 築43年	宮川中学校 > 築65年
中川小学校 > 築31年	

※中学校における「教科担任制」とは、教科ごとに専門の教員が授業を担当する指導形態のこと。全授業で専門教科の教員による学習指導を行うためには、1学年に3学級以上(全体で9学級以上)が必要。



PICKUP かみのやま



毎年好評のマルシェ 笑顔の交流で心温まる

12月6日、市役所ロビーで「ふれあいマルシェ」が開催されました。障がい者施設の利用者が作った農作物やパン、小物などの販売のほか、山形盲学校の生徒による無料マッサージ体験が行われました。当日は長蛇の列ができ、訪れた人は「毎年楽しみにしています」と頬をゆるめました。



新年のはじまり 決意を新たに

1月6日、令和7年市民新年祝賀会を三友エンジニア体育文化センターで開催し、約230人が出席しました。山本市長は「第8次振興計画のもと、新しいことに挑戦していきたい」とあいさつ。また、山形大学花笠サークル「四面楚歌」による花笠踊りが披露され、新年のはじまりに花を添えました。

宮川中がリズムダンス 全国大会で受賞!

宮川中学校の全校生徒39人が「第12回全国小・中学校リズムダンスふれあいコンクール」に出場し、規定曲中学生部門で審査員特別賞を受賞しました。審査員からは「動きのキレと中学生らしい無邪気さが素敵でした」と好評で、阿部颯月さん(2年)は「みんなで作りあげるダンスは楽しかったです」と笑顔を見せました。



蔵王の山々を背景に約2分間のダンスパフォーマンスを披露

上山を盛り上げよう! 児童が作りあげた祭り

12月12日、南小5年生が企画したイベント「だいち祭」が三友エンジニア体育文化センターで開催されました。児童が考案したスポーツ体験や上山の歴史や観光などの発表が行われたほか、玉こんにゃくやジュースが振る舞われ、会場は訪れた児童や園児の笑顔で賑わいました。



子どもたちの 健やかな成長に

1月16日、「市学校保健大会」が三友エンジニア体育文化センターで開催され、約50人が出席。児童生徒の健康増進に貢献した個人・団体の表彰のほか、市養護教諭部会がメディアの利用状況などをはじめとする健康課題と生活習慣について話題提供をしました。また、意見交換も行われ、参加者は健康教育への理解を深めました。



鮮やかに小正月を祝う 団子木がお出迎え

市観光ボランティアガイド協会(佐竹吉廣 会長)のみなさんが1月8日にかみのやま温泉観光案内所、10日に上山城にミズキの木を設置し、色とりどりの団子や装飾を飾り付けました。佐竹会長は「観光客や地元の人に小正月の伝統行事を楽しんでもらいたいです」と笑顔で話し、訪れる人は団子木をにこやかに見上げていました。

- 受賞者のみなさん
- 山形市学校保健功労者表彰… 西塚みどりさん(養護教諭)・長棟裕美さん(同)
 - 山形県学校保健連合会 学校保健功労者表彰… 青野 宏さん(学校歯科医)
 - 山形県よい歯の学校表彰 優秀校・山形県ヘルシースマイル校… 南小学校

おめでとうございます

高齡者叙勲

公共のために尽力され、88歳になった功労者を国が表彰するものです。令和6年12月1日付けで受章されました。



旭日単光章

【地方自治功勞】 吉田賢造さん(藤吾)

「地域のみなさんのお力添えと家族の協力に感謝しています」と受章の喜びを語る吉田さん。平成3年から市議会議員を3期12年勤められ、「上山の人口減少を何とかしたいと、さまざまな施策に取り組みましたね」と議員活動を振り返ります。また、18歳から20年以上にわたり消防団員として活動するなど、地域活動にも積極的に参加しました。「これからも地域の役に立てばうれしいです」と笑顔で語ります。

全国民生委員児童委員連合会会長表彰

民生委員・児童委員として地域の福祉向上に尽力された人に贈られます。

永年勤続民生委員・児童委員表彰(10年勤続)

◇松坂康三さん(弁天) ◇石沢みどりさん(旭町)

山形県県土づくり感謝状

公共土木施設等の利用環境の改善、安全性の向上のために功績のあった団体・個人に県知事から表彰状が贈られました。

河川・海岸等の美化、環境保全及び愛護意識啓発活動部門

◇六・一会(皆川 泰 会長・旭町)

地すべり急傾斜地巡視業務部門

◇白畑昭良さん(菖蒲) ◇川合庄一さん(境)



PICK UP かみのやま



江口さん

山田さん

高校生が伝統行事やまちを活気づける!

上山明新館高校の生徒約20人が「加勢鳥スタンプラリー」を企画。2月11日の行事当日に市内でスタンプを集めた人に景品を贈るもので、代表の山田健太さん(3年)・副代表の江口文翔さん(同)は「カードは何度も練り直し、スタンプは消しゴムで手作りしたものです。観光客や地元の人に上山をもっと楽しんでほしいです」と話します。

↑スタンプカードは当日午前9時に上山城で配布するほか、市役所1階、観光案内所、図書館などに設置。チェックポイントは上山城、湯の上観音付近、鶴の休石、藩校上山明新館跡、新湯の足湯。実施時間は10:30~14:00。

上山の魅力、再発見の旅に出かけよう!

若者を中心に地域との交流を通じて上山の魅力を確認してもらおうと、「かみのやま地元修学旅行」が開催されています。12月22日は、市内の果樹園で本市産のラ・フランスを使ったケーキ作り体験や榎下宿名物「納豆あぶり餅」の振る舞いなど、参加者10人が上山の食を堪能。次回は4月ごろに開催される予定です。



「かみのやま若者つながりナイト」実行委員会が企画



総重量はなんと約180kg!

あたたかい支援で子どもたちに笑顔を

11月25日~12月6日、家庭に眠っている食品や日用品を必要とする人に届ける「フードドライブ」を市役所と市社会福祉協議会で実施し、米や乾麺、洗剤、文房具など多くの品が集まりました。集まった品はフードバンク活動団体のかみのやまこども食堂「かえる家」(萩生田充知子代表)に寄贈し、子育て世帯に渡されました。

令和6年度山形労働局委託 高齢者活躍人材確保育成事業 **シルバー人材センター** 広告

募集中! シルバー会員:60歳以上の働く意欲のある元気な皆さんの入会をお待ちしています。活用企業:人手不足をシルバーの力で解消してみませんか。

皆様のご希望をお聞きし、仕事を紹介いたします!!

公益社団法人 上山市シルバー人材センター TEL.023-673-2083
〒999-3146 上山市松山2丁目2番12号

公益社団法人 山形県シルバー人材センター連合会 〒990-0041 山形市緑町一丁目9-30 緑町会館3階 TEL.023-626-3566 FAX.023-626-3567

地域DMOの動き



多くの人で賑わった上山ブース（東北遊楽日）

かみのやまの魅力発信in台湾

昨年12月6日、台湾台北市内で開催された台湾旅行会社向けの「東北プロモーション&個別商談会」に参加しました。翌7日、8日には、台湾の一般旅行者向けに「日本東北遊楽日2024」に参加し、誘客プロモーションなどを行いました。

台湾からの支援に感謝し開催されてきたイベントで10回目。約9万5千人が詰めかけました。東北6県・新潟県の自治体や企業が参加する中、本市自慢のワインや山形ワインバル、冬季蔵王坊平の樹氷や、かみのやま温泉と蔵王温泉をつなぐ蔵王シャトルバスなど、本市の魅力が発信。ワインの試飲や加勢鳥なども登場させました。出展ブースには「どんな宿が



山形県が誇る観光資源である樹氷。世界では蔵王温泉の樹氷が有名で、毎年多くの外国人が訪れています。そこで、蔵王温泉とかみのやま温泉間の交通事情を改善することで、かみのやま温泉街への周遊や、温泉旅館への宿泊に結びつけようと「蔵王シャトルバス」の

かみのやま温泉と蔵王温泉をつなぐ蔵王シャトルバスを運行

商品を開発。1月11日〜2月28日の毎日、1日3往復が運行されています。地元や国内旅行者も利用できます。詳しくは市観光物産協会ホームページ（左の二次元コード）をご覧ください。



100社以上の台湾旅行会社が参加（商談会）

あるの「おいしい食べ物」「樹氷が観られるの」「冬以外は何が楽しめるの」など、本市の魅力に興味を持った人で賑わいました。



山本市長も駆けつけ、イベントステージや出展ブースでPR（東北遊楽日）



冬の魅力をタイに発信インフルエンサーを招く

蔵王坊平にも、世界に誇る樹氷がありますが、知名度不足が課題です。そこで、1月14日〜18日、タイ人インフルエンサー・BIRDさんを招いて蔵王坊平の樹氷トレッキングやスノーバギーなどを体験してもらい、SNSによる情報発信事業を実施。BIRDさんは「上山の樹氷は大きすぎて本当にきれいですね。このような多くの魅力がたくさん回って写真を撮られたらきつと楽しいです」と感動していました。情報発信事業は2月にも実施予定です。

幸せをつくりあう新・観光のまちへ

シリーズ vol.8
地域DMOの形成
New tourist town



シリーズ「地域DMOの形成 幸せをつくりあう新・観光のまちへ」では、持続可能な“稼げる”観光地域づくりを進めるため、地域DMOの動きや市内の観光状況についてお知らせしています。

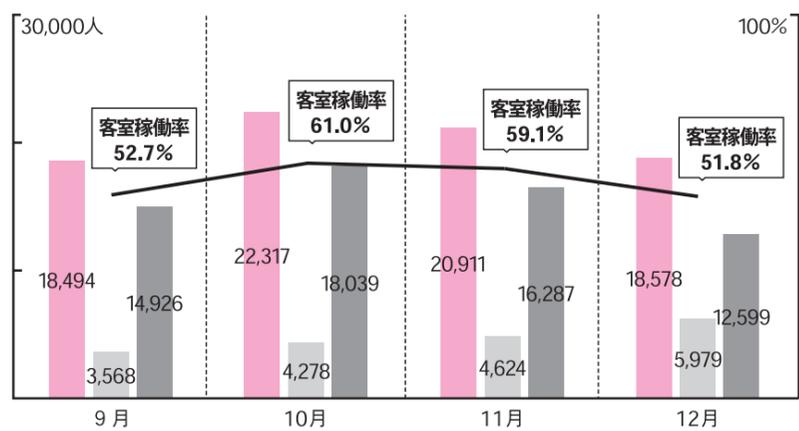
今回は、本市の宿泊動向や、かみのやま温泉や蔵王坊平の樹氷をはじめとする商品開発や海外プロモーションについて紹介します。

★DMOとは？…データに基づき、稼げる観光地域をつくるための司令塔となる法人のこと。上山市観光物産協会は単独市町村区域における「地域DMO」の「候補DMO」に認定。今後、活動実績を重ね「登録DMO」を目指します。

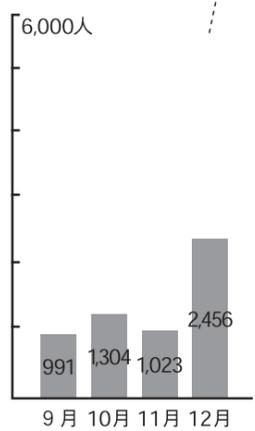
かみのやま温泉（市内旅館）

令和6年9月～12月

●宿泊者数・客室稼働率



●外国人宿泊者数



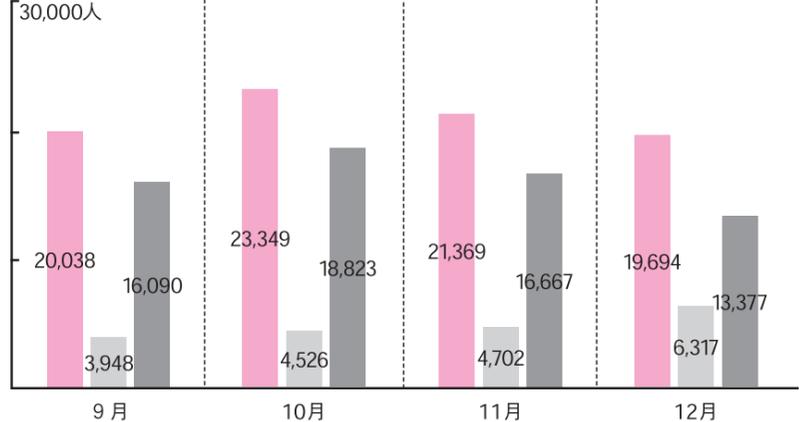
内訳(人)

台湾	3,753
香港	430
中国	205
シンガポール	200
タイ	200
アメリカ	175
韓国	160
マレーシア	103
ドイツ	96
オーストラリア	75
イギリス	71
インドネシア	53
フランス	34
カナダ	19
スペイン	8
インド	8
ロシア	4
イタリア	3
ベトナム	2
その他	175
計	5,774

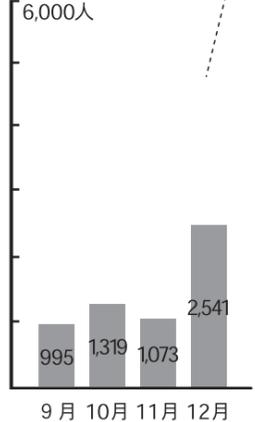
市内宿泊施設（かみのやま温泉+小倉・坊平ペンション村）

令和6年9月～12月

●宿泊者数



●外国人宿泊者数



内訳(人)

台湾	3,781
香港	460
中国	241
シンガポール	209
タイ	209
アメリカ	186
韓国	167
マレーシア	105
ドイツ	96
オーストラリア	76
イギリス	71
インドネシア	53
フランス	37
カナダ	22
スペイン	12
インド	8
ロシア	4
イタリア	3
ベトナム	2
その他	186
計	5,928

市県民税の申告相談

問 税務課 内線131~134

※詳細は市報1月号14~15ページをご覧ください。

※確定申告の詳細については、山形税務署(☎622-1611)へ問い合わせください。



感染症対策のため、発熱など体調が悪い人は来庁をご遠慮ください。

- 申告会場 上市市役所2階大会議室
- 受付時間 ①午前8時30分~11時30分②午後1時~3時30分(時間厳守をお願いします)
- 相談時間 ①午前9時~正午②午後1時~4時
※庁舎管理および事故防止のため、午前8時30分までは市役所庁舎への立ち入りをご遠慮ください。

●地区ごとの相談日程 ※水曜日は山形テルサ(山形駅西口)を利用ください。

期日	曜日	地区	
		午前	午後
2月4日	(火)	二日町1、上新丁、八日町1、大石、南町、西山	二日町2、新湯、荒町
6日	(木)	上十日町、中十日町、下十日町、柴町、八日町2、矢来1	石崎1、石崎2
7日	(金)	矢来4、矢来3	松山
10日	(月)	長清水1、長清水2	
13日	(木)	下新丁、石堂	河崎
14日	(金)	沢丁、軽井沢、三本松	金瓶
17日	(月)	新町、四ツ谷、みはらしの丘	
18日	(火)	旭町	矢来2、朝日台
20日	(木)	八幡丁、御井戸丁、久保手	弁天
21日	(金)	美咲町	北町、東町、湯町、湯町新道、葉山
25日	(火)	金生1	金生2、金生4
27日	(木)	仲丁、金生3	金生5、スカイタワー
28日	(金)	高松	石曾根、川口、小穴

期日	曜日	地区	
		午前	午後
3月3日	(月)	藤吾、阿弥陀地	赤坂、細谷
4日	(火)	糸目、金谷	泉川、甲石、坊平
6日	(木)	高野	仙石、永野、棚木
7日	(金)	蔵王、小倉	足ノ口、薄沢、権現堂
10日	(月)	関根、相生	三上、皆沢、赤山、柏木
11日	(火)	榎下、原口	須田板、久保川、中生居
13日	(木)	牧野、古屋敷	宮脇、泥部
14日	(金)	小笹、大門、菖蒲	下生居、上生居
17日	(月)	中山地区、山元地区	

●申告相談時に必要なもの

- ①還付口座がわかるもの(預金通帳など)
- ②給与、年金の源泉徴収票(扶養する家族分を含む)
- ③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)保険の領収書または支払証明書、医療費控除の明細書、身体障害者手帳など)
- ④収支内訳書(営業、農業、不動産所得がある人)
※記入の上、持参してください。
- ⑤収支を明らかにする帳簿、領収書など
- ⑥マイナンバー関係資料(次のいずれか)
◇マイナンバーカード
◇通知カード+免許証・保険証など
- ⑦税務署からの確定申告案内のはがき(ある場合)

※医療費控除を受ける人は、「医療費控除の明細書」の添付が必須です。
◇医療保険者から交付を受けた医療費通知(医療費のお知らせ)を添付することで明細の記入を省略できます。
◇医療費通知(医療費のお知らせ)に表示されていないものがある場合は、別途、医療機関などからの領収書に基づき「医療費控除の明細書」に追加記入する必要があります。
※収支内訳書や医療費控除の明細書は、国税庁ホームページ・税務課(市役所1階)にありますので、記入の上、会場に持参してください。

●申告書作成会場のお知らせ

- 問 山形税務署 ☎622-1611
- 日 2月17日(月)~3月17日(月)
いずれも午前9時~午後4時
※土・日・祝日を除く。3月2日(日)に限り開設します。
- 場 山形テルサ(山形駅西口)
- 対 ◇所得税(譲渡所得を含む) ◇個人事業者の消費税
◇贈与税の申告が必要な人

※混雑緩和のため、入場には「入場整理券」が必要です。整理券は各会場での当日配付とLINEによる事前発行があります。配付方法の詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。
※公共交通機関をご利用ください。

●確定申告は、ご自宅からスマホやパソコンでe-Taxをご利用ください

詳しくは国税庁ホームページへ
(<https://www.nta.go.jp>)



※上市市の申告会場では、消費税および地方消費税にかかる申告相談はお受けできません。インボイス制度への対応などで申告が必要な人は、所得税の確定申告とともに山形テルサで申告することをおすすめします。

市長とフリートークミーティング

問 庶務課 内線215

市民のみなさんと直接対話をしながら、これからのまちづくりを一緒に考える「市長とフリートークミーティング」を開催します。誰でも参加できますので気軽にお越しください。

期日	開催場所	期日	開催場所
2月3日(月)	中山地区公民館	2月12日(水)	北部地区公民館
2月6日(木)	西郷地区公民館	2月13日(木)	中部地区公民館
2月7日(金)	南部地区公民館	※時間はいずれも午後7時~8時30分。	

予防接種を忘れずに受けましょう

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
対象者	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/市外で受ける場合…自己負担が発生する場合あり	
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※ (池田小児科クリニック、ほんまこどもクリニック、みはらしの丘こどもクリニックは接種券不要)	

※「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。母子手帳を持参の上、健康推進課へお越しください。



上市市 加勢鳥の季節がやってきた!

問 市観光物産協会 ☎672-0839

400年以上前から伝わる冬の伝統行事「加勢鳥」。ワラで編まれたケンダイをかぶった約40羽の加勢鳥が上山城を中心とした市街地を練り歩きます。みなさんの「祝い水」でお出迎えください。

日 2月11日(火・祝)午前10時30分~
場 上山城正門前広場から市内を練り歩きます

広告

各施設サイズに対応
生地持ち込みOK!

健康は睡眠から!
ふとんの森谷

旭町2丁目3-1
☎672-0510



広告



◇処分方法が分からない
◇運び出しが難しい粗大ごみ等
◇自宅内や物置の不用品処分

ごみのお困りごと、おまかせください!
無料でお見積りもします。お気軽にご相談ください。

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

問 全国国民年金基金東北支部
☎0120・65・4192
対 ◇20歳以上60歳未満の国民年金加入者◇60歳以上65歳未満◇海外に居住し国民年金に任意加入している人 ※ただし、農業者年金、付加年金に入っていない

国民年金に上乗せする公的年金 国民年金基金制度の案内

問 県中央家畜保健衛生所
☎686・4410
次いで該当する家畜を1頭(羽)でも飼っている人は、毎年2月1日現在の飼育頭羽数などを県に報告する必要があります。
対 ◇牛◇水牛◇鹿◇めん羊◇山羊◇馬(ポニー含む)◇豚(ミニ豚、マイクロ豚を含む)◇猪◇鶏(烏骨鶏、チャボを含む)◇うずら◇あひる(カモを含む)◇きじ◇だちょう◇ほろほろ鳥◇七面鳥 ※前年に報告した人には、1月末日に用紙が送付されます。用紙が届かない人や新たに飼育を始めた人はご連絡ください。
申 2月12日(水) 必着 ※郵送(〒99012161 山形市大字漆山736 山形県中央家畜保健衛生所)またはFAX(68615715)

家畜を飼っている みなさんへ

お知らせ



健康ポイント参加者限定 冬期間の活動量アップイベント

問 健康推進課 内線164

2月1日(土)~28日(金)の期間中、1日6,000歩以上を12日間達成した人に抽選で景品が当たるほか、達成者全員に健康ポイント20ポイントを3月中に付与します。また、抽選に外れても再抽選で100人に健康ポイントオリジナルTシャツをプレゼントします(サイズ指定不可)。



●**応募方法** 条件達成者は、読取専用端末「あるこう!かざすくん」に表示される「抽選応募」ボタンから応募ください。抽選に参加できるのは2月28日(金)まで。A・Bコースのいずれかを選んでください。

- ◇Aコース(当選者10人)…市内旅館などで使える宿泊助成券(1万円分)
 - ◇Bコース(当選者119人)…健康ポイント応援企業協賛品(菓子や農産物、食事券など/商品は選べません)
- ※協賛品など詳しくは健康ポイント特設サイト(二次元コードを読み取り)をご覧ください。▶



●**当選者の発表** 3月上旬に読取専用端末「あるこう!かざすくん」、健康ポイント特設サイト、市公式LINEなどで当選者の管理番号を掲載し発表します。

●**景品受取**

日 3月24日(月)・25日(火)いずれも午前9時~午後4時30分 **場** 市役所2階大会議室

※この日時で受け取りができない場合は、3月26日(水)~31日(月)の平日に健康推進課(市役所1階③番窓口)へお越しください。

対 HPVワクチンの接種を3

接種機会を逃した人を対象とする「HPVワクチンのキャッチアップ接種」は、3月31日までの予定でしたが、キャッチアップ接種期間中(令和4年4月1日~令和7年3月31日)に1回以上接種した人について、経過措置として令和8年3月31日まで公費で接種できるようにになりました。

問 健康推進課 内線157
積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃した人を対象とする「HPVワクチンのキャッチアップ接種」は、3月31日までの予定でしたが、キャッチアップ接種期間中(令和4年4月1日~令和7年3月31日)に1回以上接種した人について、経過措置として令和8年3月31日まで公費で接種できるようにになりました。

問 福祉課 内線188
指定口座に振り込みますので確認してください。
日 2月5日(水)

問 児童手当を振り込みます
福祉課 内線188
指定口座に振り込みますので確認してください。
日 2月5日(水)

る人や法定免除を受け納付申出をしていない人、免除・納付猶予・学生納付特例の承認を受けている人は加入できません。
【メリット】①掛金は加入時から変動なく、全額社会保険料控除となり税金が軽減されます②受け取る年金も公的年金等控除の対象となります③加入後も掛金の額を口座単位で増減できます

これを受け、犯罪行為により

被害者等支援条例」を制定し、4月1日から施行しました。

問 福祉課 内線147
支給要綱を制定しました

山形市犯罪被害者等見舞金 支給要綱を制定しました

山形市では、犯罪被害者などの支援に関する施策の基本となる事項を定め、犯罪被害者などが受けた被害の早期の回復や軽減に向けた取組を推進するため、昨年3月に「山形市犯罪被害者等支援条例」を制定し、4月1日から施行しました。



▲市ホームページ

令和6年12月25日。

最低賃金が改定
山形県労働局労働基準部賃金室
☎624・8224
内 特定(産別)最低賃金(次のいずれも時間額) ◇一般産業用機械・装置等製造業:1012円 ◇電気機械器具等製造業:996円 ◇自動車・同附属品製造業:1012円 ◇自動車整備業(分解整備従事者に限る):1017円 ※効力発生日:令和6年12月25日。

山形県が改定
山形労働局労働基準部賃金室
☎624・8224
内 特定(産別)最低賃金(次のいずれも時間額) ◇一般産業用機械・装置等製造業:1012円 ◇電気機械器具等製造業:996円 ◇自動車・同附属品製造業:1012円 ◇自動車整備業(分解整備従事者に限る):1017円 ※効力発生日:令和6年12月25日。

山形県が改定 最低賃金が改定

4月に小・中学校に入学するお子さんの保護者に、入学通知書を送付しました。届いていない人や内容に変更が生じた人、1月20日以降に山形市に転入し入学通知書を受け取っていない人はご連絡ください。

令和7・8年度
公民館活動団体の登録

公民館で活動し、次の要件を満たす団体は、登録・認定されることで、公民館を2分の1の使用料で利用できます。
内 【登録基準】◇学習・文化・スポーツなどに関する事業を継続的に行う市内団体◇構成員が5人以上◇構成員の5分の4以上が市内に住所を有するまたは市内に住所を有する師などに依存した教室的なものでない◇登録団体・申請中の団体と名称または構成員などが類似しない【認定期間】令和7年4月1日~令和9年3月31日(2年間) ※2月14日(金)までに申請した団体は4月1日から減免が適用されます。以降は随時認定後に減免適用(認定期間は認定日~令和9年3月31日)。

令和7・8年度
公民館活動団体の登録
公民館で活動し、次の要件を満たす団体は、登録・認定されることで、公民館を2分の1の使用料で利用できます。

令和7・8年度 公民館活動団体の登録

公民館で活動し、次の要件を満たす団体は、登録・認定されることで、公民館を2分の1の使用料で利用できます。
内 【登録基準】◇学習・文化・スポーツなどに関する事業を継続的に行う市内団体◇構成員が5人以上◇構成員の5分の4以上が市内に住所を有するまたは市内に住所を有する師などに依存した教室的なものでない◇登録団体・申請中の団体と名称または構成員などが類似しない【認定期間】令和7年4月1日~令和9年3月31日(2年間) ※2月14日(金)までに申請した団体は4月1日から減免が適用されます。以降は随時認定後に減免適用(認定期間は認定日~令和9年3月31日)。



子どもに関する計画に意見をお寄せください パブリックコメントを募集します

問 ①~④子ども子育て課 内線145 ⑤教育企画課 内線303

●**意見の提出方法** ◇郵送◇FAX◇メールのいずれかで提出してください。

- ◇郵送(①~⑤共通)…〒999-3192 山形市河崎一丁目1-10 各担当課宛
- ◇FAX(①~⑤共通)…672-1112
- ◇メール…①~④子ども子育て課(kodomokosodate@city.kaminoyama.yamagata.jp)
- ⑤教育企画課(kyouikukikaku@city.kaminoyama.yamagata.jp)

●**閲覧場所** ①~④市ホームページまたは子ども子育て課(市役所1階⑩番窓口) ⑤市ホームページまたは教育企画課(市役所3階)

- ①山形市子ども計画(案)
- ②第3期山形市子ども・子育て支援事業計画(案)
- ③第2期山形市母子保健計画(案)
- ④山形市子どもの貧困対策推進計画(改訂案)

教育・保育や母子の健康、貧困対策を推進するための計画です。
期 閲覧期間…①・④2月17日(月)まで/提出期限…同日午後5時
閲覧期間…②・③2月10日(月)まで/提出期限…同日午後5時

⑤山形市学校施設長寿命化計画 改訂版(案)

安全・安心な環境で学ぶ学校施設を維持するための計画です。
期 閲覧期間…2月5日(水)~19日(水)
締 提出期限…2月19日(水)午後5時



●市役所への問合せは
☎023-672-1111(代表)

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

日本年金機構より
「ねんきんネット」
ご利用の案内

ネット専用番号
☎0570・0558・5555/
050から始まる電話番号を持つて
いる人は☎03・6700・1144

「ねんきんネット」は年金の
記録などをインターネット上で
確認できるサービスです。マイ
ナンバーに関するオンライン
サービス「マイナンバー」と
の連携で簡単に利用できます。
①マイナンバーカード②スマー
トフォン③暗証番号(数字4桁)
をご用意ください。詳しくは日
本年金機構ホームページをご覧
ください。

【ねんきんネット】でできること
◇年金記録の確認◇将来の年
金見込額の確認「ねんきん定期
便」や各種通知書の確認
◇オンラインでの確定申告に
使える「公的年金等の源泉徴収
票」「国民年金保険料控除証明
書」の電子送付
※1：ペーパーレス化希望の
場合は登録が必要です。※2：
税務署や市での確定申告にお
いて「ねんきんネット」で各
種通知書の確認から年金額な
どの入力・記入にご利用でき
ます。利用には希望登録が必
要です。

3月1日～8日は
「女性の健康について考える週間」
「めぐりあ」x健康推進課コラボ企画
女性のための健康講座

健康推進課 内線155

女性の身体は女性ホルモンの
影響により年代によって大きく
変化します。より健康に過ごす
ためのヒントを一緒に学びませ
んか。 ※参加無料。

日 3月5日(水) 午前10時30
分～11時30分
場 市総合子どもセンター「め
んごりあ」

対定 20～50歳代の女性・先着20人
内 女性の身体についての講話、
からだのほぐし方

申 市総合子どもセンター「め
んごりあ」へ電話で申し込みく
ださい(☎672・5407/
受付時間：午前9時～午後5時)
※託児も可能です(最大7人)。
申し込み時に申請してください。
締 2月26日(水)

献血にご協力ください

健康推進課 内線164

日場 ◇市役所食堂(地下)：
2月7日(金) 午後1時30分～
3時30分◇ヨークベニマル上山
店：2月8日(土) 午前9時30
分～11時30分◇コストコかみの
やま倉庫店：2月8日(土) 午
後1時30分～4時

かみのやま健康ポイント対象
ウエルシア栄養サロン講座
糖尿病予防

健康推進課 内線154

日 2月20日(木) 午後1時30
分～2時30分
場 講 ウエルシア上山弁天店/
同店薬剤師・管理栄養士
定料 先着12人・無料
締 2月13日(木)

山形広域都市計画
都市計画決定にかかる
案の縦覧

建設課 内線426

内 【決定内容・区域】◇用途地
域の変更：矢来四丁目・美咲町
二丁目・石堂地内◇特別用途地
区の変更：矢来四丁目地内◇都
市計画公園の変更(矢来四丁目
地内)◇矢来地区地区計画の決
定：矢来四丁目地内
場 縦覧場所：建設課(市役所
4階)

期 縦覧期間：2月18日(火)
～3月5日(水)の平日午前8
時30分～午後5時15分

受水槽は定期的に
点検しましょう

上下水道課 内線178

1年に1回以上、受水槽の管
理・点検を行ってください。
【管理方法】◇清掃：専門の清掃登

録業者に依頼してください◇点
検：水槽のひび割れや汚れ、異
物の混入などがないか点検して
ください。地震や台風、凍結
大雨の後は必ず点検してください
◇水質検査：水の汚濁や臭み、
味の変化などがないか日ごろから
確認してください。検査は専門の
登録機関に依頼してください。

【注意】有効容量10m³を超える受
水槽の設置者には、貯水槽の管理
状況や水質などについて1年に1
回以上、国に登録された検査機関
に依頼して検査を行い、検査報告
書を提出することが義務付けられ
ています。 ※検査機関について
は問い合わせください。

募集

「家族介護教室」
参加者募集

健康推進課 内線151

介護の知識や技術、サービ
スの利用方法を学びます。
日 3月7日(金) 午前10時30
分～正午 ※参加無料。

場 特別養護老人ホーム蓬仙園
◇介護サービス・福祉用具
の利用方法◇認知症予防◇栄養
指導◇介護技術の実技指導◇介
護相談
対 在宅で家族を介護している
人および一人暮らしの人を介護
している援助者
定締 20人/3月4日(火)

二十歳のじゅん

生涯学習課 内線312

日場 3月22日(土) 午前11時～
(10時～受付) / 三友エンジニア
体育文化センターエコーホール
対 平成16年4月2日～17年4
月1日生まれ ※2月中旬から
対象者へ案内を送付します。届
かない人は二次元コードから、
または生涯学習課へ連絡くださ
い。当日はYouTubeでの
生配信を予定。視
聴方法は案内をご
覧ください。



雪上観察会・森林環境保全
ボランティア養成講習会

蔵王緑の騎士団事務局・今野
☎080・6053・2708

◎雪上観察会：かんじき(貸し
出し)を履いて森林トレッキン
グをします。
日場 2月23日(日・祝) 午前9時
～11時30分 / 小倉フィールド(蔵王
樹水橋から市内へ約200m下る)
定 20人程度
◎森林環境保全ボランティア養成
講習会

日場 3月9日(日) 午後1時
30分～4時 / 山形ビッグウイング
内 森林の役割と大切さ・豊か
さ・楽しさについて
講 村山総合支庁森づくり推進室
※いずれも参加無料。

北部地区公民館
地域活動推進員募集

北部地区公民館
☎672・2545

内 ◇職務内容：公民館事業の
企画運営、事務補助など◇勤務
時間：週29時間(週休3日 / 一
部土・日・祝日勤務の場合あり)
◇給与：月額13万8千円(社
会保険・雇用保険適用)◇採用：
4月1日(火)

対定 明るく健康で基本的なパ
ソコン操作(エクセル・ワード)
ができ、普通自動車免許を持つ
56歳未満

申 履歴書1部を持参または郵
送(〒999-1316 上山
市弁天一丁目6番8号) ※2
月中旬から順次受付。面接につ
いては別途連絡します。
締 3月10日(月) 必着

水道メーター検針員
募集

上山管工事協同組合
☎673・3954

内 ◇勤務内容：市内の家庭・
施設に設置されている水道メー
ターの検針、お知らせ票の投函
◇勤務日数：2か月に1回、15
日間程度(偶数月の15日頃～末
日 / 担当地区の検針が終わり次
第終了)◇勤務時間：原則午前
8時30分～午後5時15分◇給与
：1件あたりの検針単価×件数

相談

管理栄養士がサポート
栄養・食事相談

健康推進課 内線154

日場 2月27日(木) 午後1時
30分～3時30分 / 市保健センタ
対 肥満や糖尿病、子どもの食
事などで悩みのある人など
締 2月12日(水)

不登校・ひきこもり
相談会IN上山

発達支援研究センター
☎623・6622

日場 2月19日(水) 午前10時
～正午 / 市役所1階市民相談室
※相談無料。要申込。

婚活はじめてみませんか
結ぶde愛

福祉課(市役所1階◎番窓
口) 内線147

結婚サポートによる個別相談
を開催しています。婚活のアドバ

イベント

おとなのためのワークショップ
「多肉植物を使った寄せ植え」

市文化団体協議会事務局
☎673・2288

日 3月1日(土) 午前10時～
11時30分
場 三友エンジニア体育文化セ
ンター2階201会議室
料 材料代2500円
講 加藤さゆりさん
定締 10人 / 2月17日(月)

檜下宿の雪の提灯回廊
2025

市観光物産協会
☎672・0839

日 2月8日(土)・9日(日)
午後5時30分～8時
場 檜下地区大黒屋周辺 ※駐
車場は宮川小・東地区公民館(会
場まで無料送迎あり)。かみのや
ま温泉駅前発の有料バスあり。

広告

ご入園おめでとうございます
お昼寝ふとん
そろそろ入園準備。一つひとつ
手づくりで丁寧に仕上げる当
店で選んでみませんか。
～ぐっすり眠って元気いっぱい～
橋本ふとん店
上山市三本松56 ☎672-1803

広告

未経験大歓迎!!
大工職人・見習い募集!!
私の方と一緒に働きましょう!
株式会社カタチハウス
☎616-6322 担当:五十嵐

広告

給与の状況

● 人件費の状況(千円) (令和5年度普通会計決算)

住民基本台帳人口 (令和6年3月末)	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B/A)	令和4年度 の人件費率
27,893人	19,979,907	1,025,161	2,774,678	13.9%	15.5%

※人件費には特別職(市長・副市長・市議会議員など)への支給を含む。

● 職員給与費の状況(千円) (令和5年度普通会計決算)

職員数 (令和6年 3月末)	給与費				1人あたり 給与費
	給料	期末勤勉手当	その他手当	計	
286人	1,075,385	417,812	145,518	1,638,715	5,730

※その他手当には退職手当を含まない。

● 職員の初任給の状況(円) (令和6年4月1日現在)

区分	区	上山市		山形県		国	
		大学卒	199,100	199,100	166,600	総合職 200,700	一般職 196,200
一般行政職	大学卒	199,100	199,100	166,600	総合職 200,700	一般職 196,200	
	高校卒	168,300	168,300	166,600			
技能労務職	高校卒	164,000	163,700	—			

● 職員の平均給料月額(円)および平均年齢 (令和6年4月1日現在)

区分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料	平均給与	平均年齢	平均給料	平均給与	平均年齢
上山市	312,500	366,300	40.8歳	349,200	372,200	54.1歳
山形県	331,100	404,400	43.7歳	332,100	369,700	53.8歳

※平均給与月額、令和6年4月の給料・扶養手当・住居手当・通勤手当・時間外勤務手当(選挙事務従事を含む)などの手当を合計したものの平均額。

● 職員手当の状況

【期末手当・勤勉手当】 (令和6年4月1日現在)

区分	上山市			国		
	6月期	12月期	計	6月期	12月期	計
期末手当	1.250月分	1.250月分	2.50月分	1.225月分	1.225月分	2.45月分
勤勉手当	0.975月分	0.975月分	1.95月分	1.025月分	1.025月分	2.05月分
加算措置	役職加算5~15%			役職加算5~20%・管理職加算10~25%		
1人あたり平均支給額	1,492千円			—		

【退職手当】 (令和6年4月1日現在)

区分	上山市		国		
	自己都合	勸奨・定年	自己都合	勸奨・定年	
支給率	勤続20年	19.6695月分	24.586875月分	19.6695月分	24.586875月分
	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分	28.0395月分	33.27075月分
	勤続35年	39.7575月分	47.709月分	39.7575月分	47.709月分
	最高限度	47.709月分	47.709月分	47.709月分	47.709月分
その他の加算措置		定年前早期退職特例措置(2~45%加算)		定年前早期退職特例措置(2~45%加算)	
1人あたり平均支給額		17,377千円		—	

※退職時特別昇給は上山市・国いずれもなし。1人あたり平均支給額は、令和5年度に退職した全職員の平均額。

【特別職の報酬等】 (令和6年4月1日現在)

区分	給料月額	期末手当	退職手当	区分	給料月額	期末手当	退職手当
給料	市長	920,000円	給料等月額に40%を加算し、6月期1.65月分	報酬	議長	435,000円	給料等月額に40%を加算し、6月期1.65月分
	副市長	695,000円	12月期1.65月分		副議長	385,000円	12月期1.65月分
					議員	360,000円	

※公表内容は令和6年12月2日時点。詳しくは市ホームページをご覧ください。

人事行政の運営等の状況

問 庶務課 内線240

市の公平性や透明性を高めることを目的とする「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市職員の任用や給与などについてお知らせします。

職員の任免および職員数

● 部門別職員数(人) (各年4月1日現在)

部門	令和6年	令和5年	増減	主な増減理由
一般行政				
議会	4	4		
総務・企画	53	53		
税務	19	19		
民生	59	59		
衛生	18	17	+1	健康増進業務の体制強化
労働	1	1		
農林水産	14	14		
商工	13	13		
土木	24	24		
小計	205	204	+1	
特別行政				
教育	33	30	+3	教育施策の充実等
消防	55	55		
小計	88	85	+3	

公営企業等

区分	令和6年	令和5年	増減	主な増減理由
水道	9	9		
下水道	5	4	+1	土木職員の追加配置
その他	10	9	+1	国民健康保険業務の体制強化
小計	24	22	+2	
合計	317	311	+6	

※職員数は一般職に属する職員数であり、山形広域環境事務組合派遣職員(令和6年3人・令和5年4人)を除く。

分限および懲戒処分の状況

● 分限処分者数(令和5年度)

※分限処分…公務能率の維持向上を目的として、本人の意に反し、その身に不利益な変動をもたらす処分。

区分	降給	降任	休職	免職
処分者数	0	0	4	0

● 採用者数(人)

区分	令和5年度中	令和4年度中
一般行政職	10	4
保健職	1	1
消防職	1	1
合計	12	6

● 退職者数(人) ※その他には、自己都合退職を含む。

区分	令和5年度中				令和4年度中			
	定年	早期	その他	小計	定年	早期	その他	小計
一般行政職	0	0	6	6	3	1	7	11
保健職	0	1	1	2	0	0	1	1
保育職	0	1	0	1	1	0	0	1
消防職	0	1	0	1	0	0	1	1
技能労務職	0	0	0	0	1	0	1	2
合計	0	3	7	10	5	1	10	16

● 職員採用試験実施状況(人) ※令和5年度中、追加募集を含む。

試験区分	申込者	第1次試験 受験者	第1次試験 合格者	最終 合格者
上級行政	51	39	14	6
初級行政	27	25	13	3
上級土木	3	2	1	1
初級土木	2	2	2	0
上級建築	1	0	0	0
初級建築	3	3	0	0
上級電気	4	4	3	0
初級電気	1	1	1	1
保健師	4	2	2	2
消防士	6	6	4	1

● 懲戒処分者数(令和5年度)

※懲戒処分…公務の規律と秩序を維持することを目的として、職員の一定の義務違反に対して、その責任を追及して行う行政上の不利益処分。

区分	戒告	減給	停職	免職
処分者数	0	0	0	0

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 申 申込み ☎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・振替休日休館。

- よみきかせ
 - 日 2月1日・8日・22日いずれも土曜日、午前10時30分～11時30分
- おはなし会
 - 日 2月4日(火) 午前11時～11時40分
- 日本語・英語よみきかせ
 - 日 2月15日(土) 午前10時30分～11時30分
- 名作映画鑑賞会『ハムレット』 関連図書も展示
 - 日 2月16日(日) 午後2時～4時30分 定 40人程度
- ふるさと散歩「清川八郎暗殺と金子与三郎」
 - 日 2月22日(土) 午後2時～3時30分

●今月のオススメ本

まいにちがプレゼント
いもとよこ/作・絵 金の星社
毎日朝が来て、今日は昨日になり、明日は今日になる…。時間は誰にでも平等に常に流れていきます。毎日プレゼントされる「今日」に新たなチャレンジをしたくなる、元気になれる本です。

雪の夜話
浅倉卓弥/著 中央公論新社
雪が降る公園で出会った少女。人生が上手く進まない主人公が、大人になってから、当時のまま変わらない少女と再会したことを軸にしたお話です。読んだ後にふわっとあたたかい余韻が残ります。

高齢者サロン まじゃれ 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。

- オカリナを楽しむ会(第1水曜日) 参加無料・申込不要
 - 日 2月5日(水) 午前11時～11時30分
- 歯科衛生士による「まちなか保健室」 参加無料・申込不要
 - 日 2月18日(火) 午前10時30分～11時30分

上山城 申 申込み ☎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。

- 春の企画展「かみのやま城のひなまつり」
江戸～現代の各時代を彩ったひな人形を一堂に展示。ひな人形に関する市内作家の作品も合わせて展示します。
期 2月22日(土)～4月6日(日)いずれも午前9時～午後5時15分(最終入館午後4時45分) ※木曜日休館。ただし3月20日(木・祝)開館、19日(水)休館。
- 体験教室「段ボール兜・甲冑&ひな人形作り」
段ボール製の子どもの甲冑と木製の小さなひな人形を作ります。
日 3月2日(日)◇午前の部…午前10時～◇午後の部…午後1時30分～
定 各部とも◇段ボール兜・甲冑…10人◇ひな人形…3人
料 ◇段ボール兜・甲冑…1,500円◇ひな人形…300円 ※別途要入館料。

働く婦人の家 申 申込み ☎673-3939
※申し込みは2月5日(水) 午前9時30分～。

- ズンバ(ZUMBA) かみのやま健康ポイント対象(20ポイント加算)
リズムに合わせて楽しみながら身体を動かせるダンス系エクササイズです。
日 3月8日(土) 午前10時～11時30分
講 小池千香子さん(ZUMBAインストラクター・チカフィット講師) 定 15人 料 無料 持 ◇屋内運動シューズ◇汗拭きタオル◇飲み物◇動きやすい服装

御井戸のでんきやさん 電気のことですぐ困っていませんか?
そのお悩み、気軽にお電話ください。
カード・PayPay 使用できます
電化プラン スギハロ株式会社 672-0754

広告

毎日ウォーキング カレンダー 2月

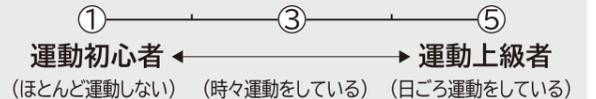
日時	コース	体力度	集合場所	日時	コース	体力度	集合場所
1(土) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋	15(土) 9:30~12:00	葉山	③	市役所食堂
2(日) 9:30~12:00	葉山	③	市役所食堂	16(日) 9:30~12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋
3(月) 9:30~12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋	17(月) 10:00~12:10	坊平(冷水)	④	蔵王ライザレストラン
4(火) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋	18(火) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋
5(水) ①9:30~12:00 ②9:30~11:00	①葉山 ②わかば河崎	③ ②	①市役所食堂 ②市役所食堂	19(水) 10:00~12:10	坊平(癒しの森)	③	ZAOたいらぐら
6(木) 10:00~12:10	坊平(癒しの森)	③	ZAOたいらぐら	20(木) 9:30~12:00	葉山	③	市役所食堂
7(金) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋	21(金) 9:30~12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋
8(土) 9:30~12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋	22(土) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋
9(日) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋	23(日・祝) 9:30~12:00	葉山	③	市役所食堂
10(月) 9:30~12:00	葉山	③	市役所食堂	24(月・振替) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋
11(火・祝) 9:30~12:00	まちなか	③	上山城かかし茶屋	25(火) 10:00~12:10	坊平ショート	④	蔵王ライザレストラン
12(水) 9:30~12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋	26(水) 9:30~12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋
13(木) 10:00~12:10	坊平ショート	④	蔵王ライザレストラン	27(木) 9:30~12:00	葉山	③	市役所食堂
14(金) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋	28(金) 9:30~12:00	西山	③	上山城かかし茶屋

今月のおすすめコース ～お手軽!葉山コース～



ガイドのイチオシポイント!
初心者～中級者向けのコースです。折り返し地点には、葉山神社があり、その周辺は、かつて「医王山」と呼ばれていました。また、スタート地点付近には、足湯があり、コースを歩いた後、ゆったりと温まることのできるのもおすすめポイントです。

▲ 体力度のめやす



問 健康推進課 内線154



◀ 詳細は市ホームページ

今月の相談日

- ふれあい相談
申 申込み 市社会福祉協議会 ☎673-2750
日 【一般相談】…2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】…2月6日(木)午後1時～4時 ※当日正午まで要予約/来月は3月6日(木)。
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 2月18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323
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 2月28日(金)
 - 国民健康保険税…8期
 - 後期高齢者医療保険料…8期
 - 介護保険料(第1号被保険者)…8期
 - 下水道事業受益者負担金…4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(12月末現在)

- 人口 27,584人(-51)
 - 男/13,288人(-30) 女/14,296人(-21)
 - 世帯数 11,250世帯(-12)
- ※()は前月との比較。

市報3月号は2月28日(金)発行です。

2月の平日夜間・休日当番医

平日夜間急病診療 19:00~21:00

当番医	当番医
3(月) 上山ファミリークリニック	17(月) 新田クリニック
4(火) 新田クリニック	18(火) かみのやま耳鼻咽喉科
5(水) 青山医院	19(水) 渋谷医院
6(木) 原田医院	20(木) 金沢医院
7(金) 軽井沢クリニック	21(金) 青山医院
10(月) 上山ファミリークリニック	25(火) 原田医院
12(水) 北村医院	26(水) 長岡医院
13(木) 金沢医院	27(木) 山口クリニック
14(金) 高野せきね外科眼科	28(金) 吉井内科胃腸科

休日診療 9:00~17:00

内科当番医	外科当番医
2(日) 高野せきね外科眼科	高野せきね外科眼科
9(日) 吉井内科胃腸科	みゆき会病院
11(火・祝) 山口クリニック	みゆき会病院
16(日) 上山ファミリークリニック	みゆき会病院
23(日・祝) 渋谷医院	渋谷医院
24(月・振休) 長岡医院	みゆき会病院

●次の時間帯では「消防テレホンサービス災害情報案内(☎673-1191)」で当番医を確認することができます。
 ◇月曜~土曜日...18:00~21:00 ※災害時は災害情報の後にアナウンスが流れます。
 ◇日曜日・祝日...8:00~17:00

●電話が繋がらない、診療時間外は市内救急告示病院のみゆき会病院(☎672-8282)または消防署(☎672-1190)へ電話してください。

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
 受付10:00~12:00/13:30~15:30

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)	#7119	633-0799

食改さんのおすすめレシピ

Vol.34
 干し大根の煮物

保存方法の一つである干し物は、水分がなくなることですま味がギュッと凝縮され美味しくなります。余分な油をキッチンペーパーでとることでヘルシーに仕上がります。



材料(2人分) ingredients

- 干し大根・麩・エリンギ各50g ●卵1個 ●揚げ油 適量
- 糸こんにゃく100g ●水1カップ ●だししょうゆ20cc ●酒・みりん各大さじ2

作り方 recipe

- 1 麩を水に浸して戻してから、水分をとる。
- 2 卵をからめて、油で揚げる。
- 3 ①をキッチンペーパーで包み、1晩おいて余分な油をとる。
- 4 次の日、鍋にすべての材料を入れて煮込む。



編集後記 Editor's Note

【加藤】私も「健康ポイント」に参加しています。昨年のハーフマラソン参加をきっかけに歩数や獲得ポイントが増え、高まる意欲!「猫はこたつで丸くなる」という歌詞がありますが、私は反対に、外でのびのび運動を頑張りたいと思います(笑)

【佐藤】「かみのやまのピース(次ページ)」に出演いただいた水野さん取材しました。二十歳のつどいへ向けた熱い意気込みを聞きました。どのような式典になるのか、当日も取材が楽しみです。

家庭の味が集合! おいしく健康に



1月24日、市保健センターで食生活改善推進員による「まとめの会」が開催されました。たんぱく豊富レシピなど、考案した計16品を持ち寄りました。

こどものけんしん・相談 市保健センター

●対象・持ち物・健診内容などの詳細は市ホームページをご覧ください。

乳幼児健診など	受付日時	対象
4か月児健康診査	3/21(金) 12:45~13:00	令和6年11月生まれ
9か月児健康診査	3/21(金) 13:00~13:15	令和6年6月生まれ
1歳6か月児健康診査	3/18(火) 12:30~12:45	令和5年9月生まれ
3歳児健康診査	3/13(木) 12:45~13:15	令和3年8月6日~8月31日生まれ
5歳児健康診査	3/18(火) 12:45~13:00	令和2年3月生まれ

問 子ども子育て課 内線159・169

乳幼児健診など	受付日時	対象
1歳児歯科健康相談	3/12(水) 12:30~13:15	令和6年2月・3月生まれ
2歳児歯科健康診査	3/12(水) 13:00~13:45	令和5年2月・3月生まれ
フツ化物塗布	3/12(水) 12:30~13:45	令和4年8月・9月生まれ
	3/18(火) 12:30~13:45	令和3年9月・令和4年3月生まれ

問 健康推進課 内線157

教室・相談	日時	内容
赤ちゃん広場 申込不要	3/5(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

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

出産・子育て応援給付金 問 福祉課 内線142

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が通知カードと本人確認書類
 ◇妊婦名義の銀行口座の写し(右の給付金手続きが必要)
 ※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。
 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。
 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 R7.1.9)

「体を動かして、三度の食事をしっかり食べよう!」~間食と食事の間は2時間あけよう~



おとなのけんしん・相談 健康推進課 内線155

検診世帯調査表にご協力ください

現在「検診世帯調査表(検診申込)」を発送しています。対象者全員分の検診の希望の有無を記入し、返信用封筒(切手不要)に入れて返送してください。検診を希望しない場合も提出をお願いします。 ※持参する場合は健康推進課(市役所1階⑬番窓口)へお越しください。

対 検診世帯調査の対象者...20歳以上
 ※調査名簿は令和6年12月1日現在の住民基本台帳をもとに作成しています。世帯代表で記入する場合は本人から希望を聞いて記載してください。

締 2月17日(月) 必着



「かみのやま」の ピース

#21

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！



水野雄太さん

みずの ゆうた／20歳。長清水在住。南小学校・南中学校・上山明新館高校出身。今年の「二十歳のつどい」実行委員長を務める。大人への決意は「責任と自覚を持って行動すること。失敗を恐れずに新しいことに挑戦すること」

仲間との再会、最高のひと時に。

「晴れやかな衣装に身を包み、大人への決意を新たにする『二十歳のつどい』。今年、上市市では約200人がその節目を迎えます。」

「久々の再会が、良い刺激になればと思います」と、3月22日の開催へ向け意気込むのは、実行委員長の水野雄太さん。

「自然豊かで、人が温かい上山が好きです。今後もずっと住み続けたいです」

実行委員長には迷わず手をあげました。委員会は昨年の10月に始動。市内と県外から9人ずつ、計18人が集まり、月に1回打ち合わせを行っています。

「県外のメンバーはオンラインで参加しています。初めて顔を合わせる人もいましたが、積極的に話し合い、新たな取組が決まりました」

その新しい取組が『地元企業からの協賛品の贈呈』です。

「打ち合わせの中で、進学や就職をきっかけに上山を離れる人が多いことが話題にありました。そこで、あらためて地元の良さを知り、就職などで上山に戻ってきてもらいたいという思いで企画しました」

1月時点で、数社の協賛が決まりました。

「若い人のためなら、と快く引き受けていただき、うれしく思います」

また、「参加した人の胸に残るものになりたい」と語る水野さん。

「僕たちの代は、新型コロナウイルスの影響で中学校の卒業式と高校の入学式が通常開催されませんでした。青春時代に戻るように、何気ない会話を楽しんでもらえたら最高です」

「将来は、小学校の教員になって育ててくれた上山に恩返しします」と、目を輝かせながら、爽やかな笑顔で語りました。