

市報 No.1588

かみのやま

2025

12

秋めく上山路に
笑顔きらめく

かみのやまツール・ド・ラ・フランス
～ライドアラウンド編～1DAYイベント 6ページに関連記事

★ Topics

- p2-6 まちの出来事を紹介！「PICK UP！かみのやま」
- p8-9 ～上山に初冬のかがやき～ 干し柿のれん
- p24 「かみのやまのピース」 #31 荒木 清さん



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。



PICK UP かみのやま



▲写真左から、今野健志代表理事（上山管工事協同組合）、横山秋男理事長（各務原市管工事協同組合）、浅野健司市長（各務原市）、山本幸靖市長（上山市）、横山 秀会長（各務原市土木防災協会）、堀川隆志会長（上山建設クラブ）

災害に備えて 広域的な連携体制を強化

11月14日、市は岐阜県各務原市と「災害時の相互応援に関する協定」を締結しました。今回は両市の民間団体同士も災害時の迅速な復旧を図るため、同様の協定を締結。各務原市の浅野健司市長は「災害は必ず起こるという心構えで、両市民の生命を守るために尽力したい」と挨拶を述べました。

上山の子どもたちが 学びの成果を発表

本市では、11月の第2土曜日を「かみのやま教育の日」とし、上山の人・自然・文化で育てる「いのち輝く上山っ子」をスローガンに掲げています。11月8日には三友エンジニア体育文化センターで記念式典と小中総合文化祭を開催。短歌発表や英語スピーチのほか、作品展示では、感性豊かな作品が披露されました。



空き家問題を解決し まちの活性化へ

10月23日、株式会社山形一進社（菊池圭輔 代表取締役社長）と「空家等の対策に関する連携協定」を締結しました。市内の空家等対策重点区域内を中心に、同社が年度ごとに空き家1軒を無償で解体します。菊池社長は「社会問題にもなっている空き家問題を一緒に解決しまちづくりに貢献できれば」と話しました。



協定書を交わす菊池代表取締役社長（左）と山本市長



協定書を交わす高野裕一東北営業部長（左）と山本市長

県内初!自動販売機の 売り上げで子育て支援

10月22日、ダイードリンク株式会社（中島孝徳 代表取締役社長）と「子育て支援の推進に関する連携協定」を締結し、取組の一環として「上山市子育て応援自動販売機」が市総合子どもセンター「めんごりあ」に設置されました。飲み物などを購入すると、購入金額の一部が市に寄付され、子育て支援に活用されます。



万が一に備えて 災害対策を確認

10月19日、本庁中部地区を対象に大雨による災害を想定した市総合防災訓練が行われました。段ボールベッドなどの防災物品の展示や消防団と連携した水防訓練を実施。川合英子さん（美咲町）は「いつ起こるかわからない災害のために今できることを学ぶことができた」と話しました。



日々磨き上げた 芸術・文化を披露

10月24日～26日、第69回市総合文化祭が三友エンジニア体育文化センターで行われました。絵画や書道などの力作が並ぶ総合作品展や、舞踊や演奏を披露する「かみのやま文化フェスタ オン・ステージ」が開催され、日々の取組の積み重ねが光る作品や演目が来場者の心をつかんでいました。

檐下・秋の風物詩 茅刈りに汗が光る

11月3日、市内の茅葺文化の保存や継承のために活動する「かみのやま草屋根プロジェクト」による茅刈り作業が檐下地区で行われました。10年目となる今年は、地区住民や大学生など約60人が参加。刈取った茅は春頃まで乾燥させた後、市内の古民家の屋根に活用されます。



自慢の産品が大集合 買い物客で大賑わい

10月25日、「上山市産業まつり」が三友エンジニア体育文化センター駐車場で開催されました。市内外から食品や工業品、工芸品のほか、姉妹都市・名取市の水産加工物など45の店が軒を連ねました。買い物客は「果物や野菜など、上山の秋の味覚を楽しむことができ、大満足です」と笑顔を見せました。



PICK UP かみのやま



名取の秋を満喫！ 上山・名取の子が交流

10月11日～12日、「海の子山の子交歓会」が姉妹都市の宮城県名取市で開催され、両市の小学4年生～中学2年生47人が参加しました。サップや薪割り体験、オリジナル牛タンラー油づくりなど、名取の秋を満喫。第2部は来年1月に上山市で開催予定で、子どもたちは蔵王坊平での再会を約束しました。

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」77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」32人が市内保育所・歯科医院などで表彰されました。市歯科医師会が主催するもので、10月28日には上山あいこども園で表彰式が行われました。子どもたちは白い歯を見せて、元気に賞状を受け取りました。



世代を超えて 上山で音楽の喜びを

8月、上山を拠点に音楽活動を展開する「NPO法人スローライフな音楽活動」（相田淳一理事長）が設立されました。聴く人も演奏する人も、吹奏楽を通じて、音楽に親しむことができる場を地域に増やそうと活動しています。10月19日には、元吹奏楽部員のメンバー43人による「スローライフプラス発表会」が山形市の東ソーアリーナで開催され、日々の練習の成果を会場に響かせました。

幸せをつくりあう 新・観光のまちへ

シリーズ vol.13
地域DMOの形成
New tourist town



市観光物産協会は令和7年10月1日付で観光庁より「登録観光地域づくり法人（登録DMO）」に認定されました。

私たちのコンセプトは「ゆかたとワインの似合うまち」。560年以上の歴史を持つ温泉や城下町の情緒、豊かな自然、そしてかみのやまワインなど、上山ならではの魅力を市民のみなさんと共に磨き、全国へ、世界へ発信していきます。

住んでよし、訪れてよしの上山を、一緒に育てていきましょう。

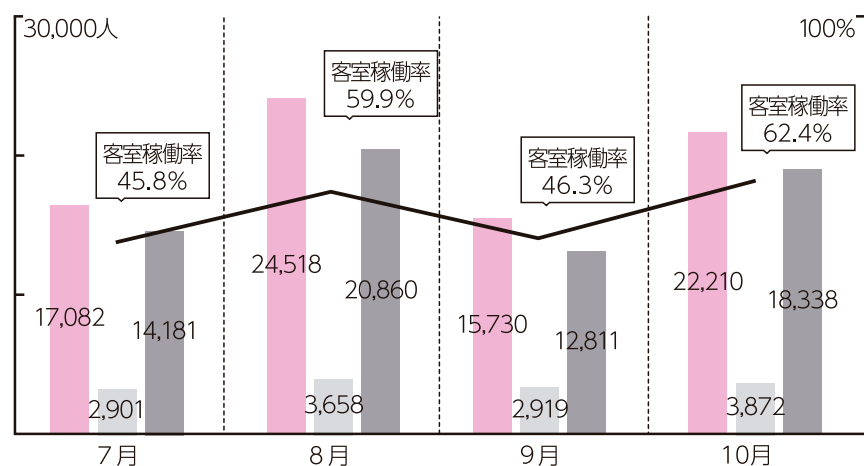
かみのやま温泉（市内旅館）

令和7年7月～10月

●宿泊者数・客室稼働率

■宿泊者 ■県内 ■県外

●外国人宿泊者数



内訳(人)

| | |
|---------|-------|
| 台湾 | 2,569 |
| 中国 | 613 |
| 香港 | 183 |
| アメリカ | 114 |
| 韓国 | 77 |
| タイ | 57 |
| イギリス | 52 |
| ドイツ | 48 |
| シンガポール | 47 |
| オーストラリア | 36 |
| フランス | 32 |
| カナダ | 29 |
| マレーシア | 12 |
| フィリピン | 10 |
| ロシア | 9 |
| イタリア | 7 |
| インドネシア | 4 |
| ベトナム | 4 |
| スペイン | 4 |
| インド | 2 |
| その他 | 164 |
| 計 | 4,073 |

内訳(人)

| | |
|---------|-------|
| 台湾 | 2,602 |
| 中国 | 615 |
| 香港 | 205 |
| アメリカ | 116 |
| 韓国 | 82 |
| イギリス | 64 |
| タイ | 57 |
| ドイツ | 48 |
| シンガポール | 47 |
| オーストラリア | 36 |
| フランス | 32 |
| カナダ | 29 |
| ベトナム | 24 |
| マレーシア | 12 |
| フィリピン | 10 |
| ロシア | 9 |
| イタリア | 7 |
| インドネシア | 4 |
| スペイン | 4 |
| インド | 2 |
| その他 | 774 |
| 計 | 4,779 |

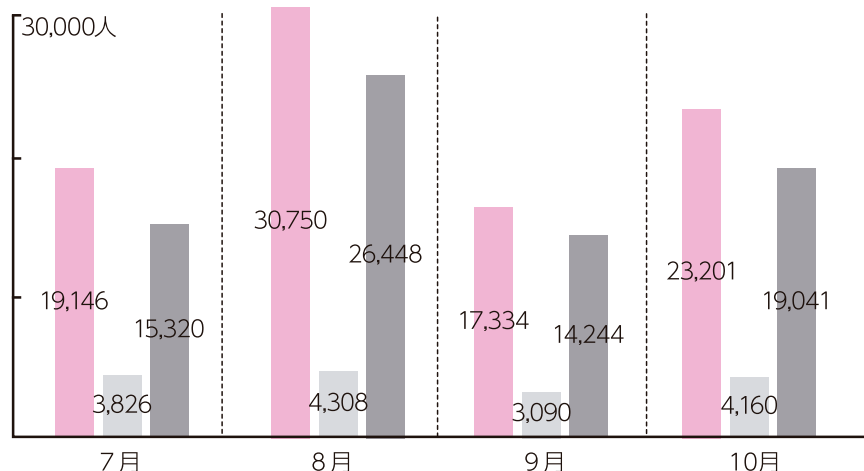
市内宿泊施設（かみのやま温泉+小倉・坊平ペンション村）

令和7年7月～10月

●宿泊者数

■宿泊者 ■県内 ■県外

●外国人宿泊者数



発信…地域DMO（一社）上市市観光物産協会／次回は令和8年2月号に掲載予定



PICK UP かみのやま



自然と食を楽しみ ペダルをこぐ

「かみのやまツール・ド・ラ・フランス～ライドアラウンド編～『1DAYイベント』」が11月9日に開催され、参加者約100人がフルーツラインから歴史・観光名所を巡る約50キロのコースを走りました。檜下地区・大黒屋では納豆あぶり餅やラ・フランスなどが振る舞われ、参加者は「心も体も満たされました」と話しました。

上山の玄関口に誕生 シェアする町屋

10月5日、空き店舗を改修した、チャレンジキッチン、カフェ、セレクトショップが集まる「かみのやま風月堂」のオープンを記念してセレモニーが行われました。事業者の末永玲於さん（株式会社ローカル・インキュベート）と須藤清貴さん（株式会社やまの庭）は「挑戦したい人を支え、駅前をもっと賑わいのある場所にしたい」と意気込みました。



市民公園が おまつり一色に！

市民有志によるイベント「けやきの森のおまつり2025」が10月12日、市民公園で開催されました。クラフト体験やグルメ、縁日など多くのブースが並んだほか、障害物競争などのイベントが行われ、会場は1日だけの「おまつりの村」に大変身。あいにくの雨に負けないほどの活気にあふれていました。

（上山に初冬のかがやき）

干し柿のれん



上山に冬の訪れを告げる

紅干柿展示が11月14日、かみのやま温泉駅とかみのやま温泉観光案内所で行われ、柿生産者など約10人が、1本16個ずつまとめた上山原産「紅柿」を計150本吊るしました（12月26日まで展示予定）。

上山原産「紅柿」は、300年以上前から栽培され、蔵王から吹きおろす寒風にさらすことで、水分が抜かれ、甘みを凝縮させた干し柿に変身します。

橙色の実が軒先でゆらゆらと揺れる風景は、昔懐かしい雰囲気を感じさせ、市民に親しまれてきました。

また、市内相生地区などでは紅柿のほか、平核無柿の収穫、吊るし作業も盛んに行われ、今年もオレンジのカーテンがまちを彩っています。



1_かみのやま温泉駅では心待ちにしていた利用客が紅干柿を眺める／2_初冬の風物詩を写真に収める姿も／3_秋から冬にかけて行われる作業は昔から変わらない風景／4_かみのやま温泉駅とかみのやま温泉観光案内所に約2400個の紅柿を吊るした／5_手作業で柿をまとめる／6_光り輝く干し柿のカーテンは見たえ十分(相生地区)／7_収穫した柿の皮むき作業／8_思いを込めて丁寧に作業に励む／9_紅干柿の展示作業にご協力いただいたみなさん



▲写真後列左から 須田善昭さん、山田久雄さん、金子武史さん、鈴木隼人さん、渡辺善永さん、金原成美さん、木村正和さん（JAやまがた南部営農センターセンター長）、北澤正樹さん、北澤 智さん、舟越正美さん（JAやまがた広域干し柿部会会長）

県猟友会 ライフル・スラッグ大会 第3位

猟友会 上山支部

【ライフルの部】 高橋光一さん(長清水1)、佐藤秀幸さん(高松)、野本 悟さん(三上)

【スラッグの部】 日野正人さん(北町)、高橋貴宏さん(みはらしの丘)

やまがたフラワーフェスティバル2025 花き品評会

【金賞・東日本橋花き社長賞】 山口 大さん(三本松/シンフォリカルポス)

【金賞・世田谷花き社長賞】 齋藤道成さん(金谷/トルコギキョウ)

ありがとうございます

東京上山会 (清野能昭 会長)

子どもたちの成長のために役立ててほしいと「かみのやま教育ゆめ基金」として5万円を寄附いただきました。



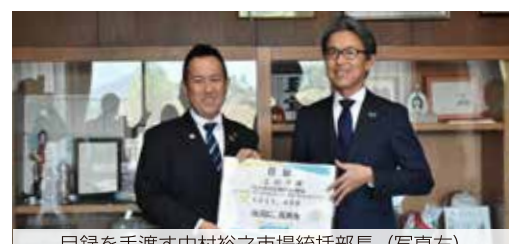
株式会社庄・設計
(五十嵐 直哉 代表取締役)

南部体育館軽スポーツルームの天井に遮熱工事を寄附いただきました。気温の高い夏場や、冬の断熱対策として、利用者が安全に運動できる環境作りに活用させていただきます。



山形県中部地区局長会 山形南・上山部会
(丹野雅貴 部会長)

10月24日、子どもたちの健やかな成長と育成のため、地域貢献活動の一環として、市総合子どもセンター「めんごりあ」に玩具3点(10万円相当)を寄附いただきました。



目録を手渡す中村裕之市場統括部長 (写真右)

明治安田生命保険相互会社 山形支社
(松本定重 支社長)

10月24日、子育て施策などの地域振興のため、「地元の元気プロジェクト」の一環として、81万1,400円を寄附いただきました。子育て環境充実のために活用させていただく予定です。



山形農業協同組合
(栗原秀行 代表理事組合長)

10月29日、カーブミラー5基を寄贈いただきました。同組合からは昭和48年から継続して寄贈いただいており、今回の寄贈で累計421基となりました。

おめでとうございます

市功労者を称えて

福祉活動功労



写真左から…後藤さん・佐藤和利さん・佐藤俊郎さん・木村さん

佐藤和利さん(三本松)

佐藤俊郎さん(三本松)

後藤美佐子さん(長清水1)

木村奈巳子さん(金生1)

青少年育成功労



写真左から…高橋さん・武田さん・山川さん

武田浩実さん(櫛下)

高橋貴裕さん(高野)

山川恵子さん(永野)

模範活動青少年団体

上山レッドウィング

野球スポーツ少年団

青少年健全育成市民運動協力者

大石玲児さん(中山)

技能功労



写真左から…井上さん・山口さん (市技能功労者褒賞式出席者)

【建築大工】 山口 智さん(長清水1)

【塗装・看板】 笹原浩治さん(皆沢)

【電気】 井上与志信さん(久保手)

文化芸術功労



写真左から…青木 勝 会長 (上山美術会)・山田さん

【美術】 上山美術会

【音楽】 山田澄子さん(中山)

「いじめ防止」標語上市市優秀標語

高橋虎汰朗さん(北中3年)

「大丈夫? その一言で 未来が変わる」

川合斗和さん(上小6年)

「『ありがとう』 いじめをなくす まほうだよ」

鈴木結菜さん(上小5年)

「助けては 言わないんじゃない 言えないの」

かみのやま地域おこし協力隊 活動報告会

申 問 市政戦略課 内線223

地域おこし協力隊の3人が今年度の活動などについて発表します。うち2人の隊員は今年度をもって退任となるため、3年間の集大成の活動報告会です。

日 12月20日(土)午後2時30分～(開場午後2時～)

場 ふつかまちPLAZA 2階 中会議室

◎活動報告パネル展

期 12月15日(月)～19日(金)

場 市役所 1階 市民ロビー



▲地域おこし協力隊の3人。
左から、本多智咲さん、高橋 歩さん、
村井綾香さん

コミュニティ助成を活用し 防災備品を整備

問 庶務課 内線282

(一財)自治総合センターから宝くじの助成を受け、永野地区会が防災倉庫などの防災備品を整備しました。



運動を始めるきっかけにもおすすめ 温水プールを使った健康づくり教室参加者募集

申 問 健康推進課 内線155

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、介護認定を受けていない人

締 12月8日(月) ※申込多数の場合抽選。初参加者優先。

場 スポーツクラブ&スパ「ルネサンス山形24」(山形市)

水中ストレッチ教室(全8回)

日 1月5日～2月23日の毎週月曜日 集合:午前9時15分/解散:午後0時30分
※上山市役所発着の送迎バスあり。12月22日(月)に初回オリエンテーションを行います。

定 20人 料 4,000円(送迎料8回分) ※送迎回数に応じた金額を初回に一括で支払い(原則返金不可)。

チャレンジコース(全5回)

日 1月6日(火)～2月28日(土) ※無料。送迎なし。初回はトレーナーの個別指導付き。2回目以降は自由に利用可。
(ルネサンス山形24で実施しているアクアプログラムへの参加可) 定 15人



泳げなくても大丈夫!

温水プールを使った運動教室です。膝や腰に痛みがある人でもプールの中で負担をかけずにゆったりと運動ができ、筋力アップを期待できます。仲間と一緒に運動をはじめてみませんか?

※水着の準備が心配な人は相談ください。



マド
窓のおこまりは
カミケンへ
ガラス修理
窓や戸の修理
ご相談ください
戸車交換
株式会社 カミケン TEL 023-672-2896

御井戸丁のでんきやさん
家電販売・電気工事・修理・
アンテナ工事など承ります。
電化プラン
スギハラ 株式会社
672-0754
電気のこと
困って
いませんか?
その悩み、
気軽にお電話ください。
カード・PayPay
使用できます

低所得者世帯の冬期間の生活支援策として 1世帯につき灯油購入費1万円を助成します

問 福祉課 内線147

対象世帯には、11月中旬に「支給のお知らせ」または「申請書」を送付しました。

対 次の①～③のすべてに該当する世帯

①令和7年度市町村民税が世帯員の全員が非課税(0円)の世帯

②令和7年10月1日現在で上山市に住民登録がある世帯

③次のいずれかの世帯条件に該当する世帯

●高齢者世帯…65歳以上(昭和36年4月1日以前生まれ)のみの世帯

●障がい者世帯…令和7年10月1日時点で◇身体障害者手帳1級・2級◇療育手帳A◇精神障害者保健福祉手帳1級の人がいる

●ひとり親世帯等…◇父親または母親がいない18歳以下(平成19年4月2日以降生まれ)の児童を扶養◇両親が死亡または行方不明などの特別の理由により、18歳以下の児童を扶養

※令和7年10月1日現在で生活保護受給世帯や社会福祉施設などの入所者のみの世帯は対象外。

申 ◇「申請書」が届いた世帯…申請書を同封の返信用封筒で郵送

◇「支給のお知らせ」が届いた世帯…手続き不要で「支給のお知らせ」記載の口座に支給

締 令和8年1月30日(金) ※当日消印有効。土・日・祝日、年末年始を除く。

※申請書などが届かない場合…令和7年1月2日以降に上山市に転入した人がある世帯には申請書などを送付しません。前住所地での課税状況などを確認の上、対象世帯に該当する場合は問い合わせください(申請には前住所地からの非課税証明書の添付が必要)。また、それ以外で対象と思われる世帯で申請書などが届かない場合は問い合わせください。



市で使用しなくなった車を売却します

問 財政課 内線234

予定価格以上の入札額で、最高価格を落札額とします。最高価格者が複数の場合は市で抽選の上、落札者を決定。物品代金の納入を確認後、現状で保管場所から落札者が搬出してください。

●マイクロバス(平成22年式 三菱ローザ 車いす移動車)

◇規格…23人乗り。オートマチックトランスミッション。4WD。全長699cm、全幅201cm、全高268cm◇総走行距離…15万200km(令和7年10月末現在)
◇燃料…軽油◇付属品…ホイール付き夏用タイヤ6本◇車両状態…交通事故歴有(平成26年3月) ※修理済み。

申 申込書を財政課(市役所2階/〒999-3192 上山市河崎一丁目1-10)へ提出
※申込書は内覧会の際に交付するほか市ホームページからダウンロードできます。

締 12月24日(水)午前11時必着

◎内覧会 日 12月18日(木)午前10時～10時30分

場 市役所南側駐車場 ※内覧を希望する場合は事前に連絡ください。



危険!! ヒートショック カタチハウスでヒートショック対策
冬場のお風呂!! リフォームをしませんか?
寒い脱衣所から熱いお湯につかるのほとてもキケンです!!
ユニットバスを最新のものに交換したり、脱衣所に暖房機を設置することをオススメします!!
023-616-6322 5才まで

公共施設などの 年末年始休業日程

●公共施設などの休業

| 施設 | 期間 |
|-------------------|-----------------|
| 市役所 | 12/27(土)～1/4(日) |
| 市立図書館 | 12/28(日)～1/4(日) |
| 三友エンジニア体育文化センター※ | 12/29(月)～1/3(土) |
| 体育文化センター内トレーニング業務 | 12/29(月)～1/4(日) |
| 各地区公民館 | 12/29(月)～1/3(土) |
| 南部体育館 | 12/29(月)～1/3(土) |
| 南部トレーニングセンター | 12/29(月)～1/3(土) |
| 生涯学習センター | 12/29(月)～1/3(土) |
| 中山体育館 | 12/29(月)～1/3(土) |
| 中川農業者等トレーニングセンター | 12/29(月)～1/3(土) |
| 山元体育館 | 12/29(月)～1/3(土) |

※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 (日)・5 (月) ◇抽選日…1/7 (水)

●ごみ・し尿収集の休業

| ごみ・し尿収集 | 期間 |
|------------|-----------------|
| もやせるごみ | 1/1(木・祝)～4(日) |
| もやせるごみ以外 | 12/27(土)～1/4(日) |
| し尿収集(上山清掃) | 12/27(土)～1/4(日) |

※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 | 12/28(日)～1/4(日) |
| 上山城 | 12/29(月)～31(水) |
| 経塚斎場 | 1/1(木・祝) |
| めんごりあ | 1/1(木・祝) |
| 高齢者サロン まじゃれ | 12/27(土)～1/4(日) |

●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(月)～1/3(土)…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(月)～1/3(土)

●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 | 12/27(土)～1/4(日) |
| 古紙類置場(リサイクルリレーセンター内) | 1/1(木・祝)～3(土) |
| エネルギー回収施設(川口) | 1/1(木・祝)～4(日) |

除雪への協力をお願いします

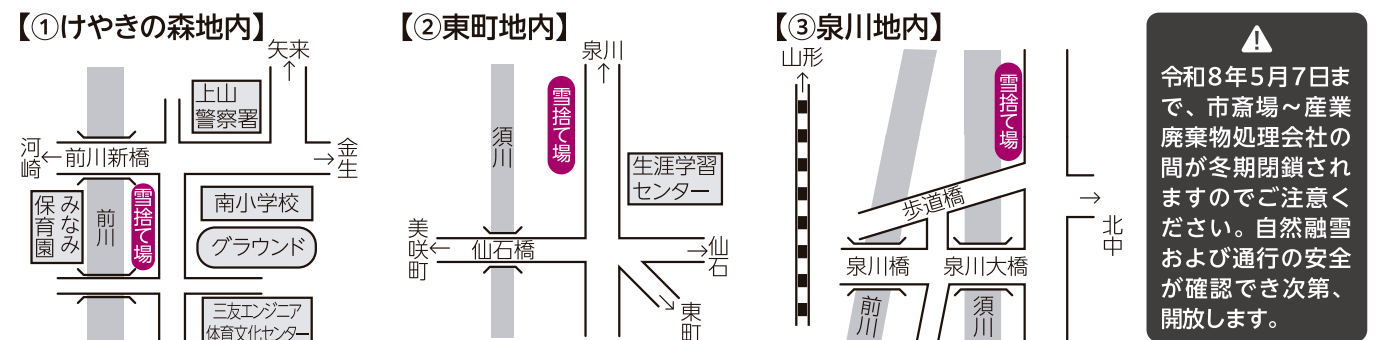
市ではバス路線や主要道路を中心に除雪し、私道などは地域みなさんに協力いただいています。安全・安心な生活のため、引き続き協力をお願いします。

- 除雪に関する問合せ
地区会長を通して建設課へ 内線428
- 国・県道の除雪に関する問合せ
◇県道と国道348号・458号…村山総合支庁建設部道路課 ☎621-8393
◇中山地内県道…置賜総合支庁建設部道路計画課 ☎0238-26-6080
◇国道13号…山形河川国道事務所山形国道維持出張所 ☎641-2090

- 出勤の基準…おおむね10cm以上の積雪(午前2時時点)で作業が必要と判断した場合、午前2時30分に作業を開始し、通勤・通学に支障がないように除雪します。また、安全な通学のため、通学路を優先的に除雪します。
- 県と連携…県と除排雪作業(車道部)の協定を結び、幹線市道9路線を県で、県管理道路2路線を市で効率よく除雪します。

- 県で除雪を行う市管理道路…◇竜王橋東宮橋線◇新湯通り線◇石曽根川口線 ほか6路線
- 市で除雪を行う県管理道路…◇(県)小穴二日町線(小穴地内) ◇(県)狸森上山線(国道458号～市斎場・国道348号～産業廃棄物処理会社)

- お願い
- 通行の妨げや事故の原因になるため、路上駐車や道路に雪を出すことはしないでください。
 - 道路に張り出した庭木などの枝は伐採・剪定してください。
 - 雪を捨てる場合は次の3か所をお願いします。 ※雪以外の土砂やゴミなどが混在しないよう注意してください。



①除・排雪費用の一部を助成します 内 助成額…上限2万円(市民税所得割課税世帯は1万円)

【高齢者世帯】 申 問 健康推進課(市役所1階⑩番窓口) 内線151

対 65歳以上の一人暮らしまたは高齢者のみの世帯 持 ◇通帳の写し◇領収書の写し

【障がい者世帯】 申 問 福祉課(市役所1階⑩番窓口) 内線187

対 ◇障がい者のみの世帯◇障がい者と65歳以上の高齢者のみの世帯 ※障がい者の範囲…◇身体障害者手帳1・2級◇療育手帳A◇精神障害者保健福祉手帳1級 持 ◇各種手帳◇通帳◇印鑑◇領収書

※いずれの利用も1世帯1回のみ。親族などから支援を受けることができる人や生活保護受給者は対象外。

②高齢者通路除雪支援事業 申 問 健康推進課(市役所1階⑩番窓口) 内線151

玄関先～公道の必要最低限の除雪を支援します。対 65歳以上のみの世帯かつ要介護(支援)認定または基本チェックリストに該当する事業対象者(親族などから支援を受けられる人を除く) 料 1回(30分以内) 200円(年度内10回まで)

締 ①・②のいずれも令和8年3月31日(火)

問 市民生活課 内線119
油の流出は、環境悪化につながる大きな問題です。流出事故が起きた場合、処分費用は原因者の負担になるため、次のことに注意して事故を防ぎましょう。
◇ホームタンクなどから灯油を小分けする時はその場を離れない。自動で止まるストップ弁や防油堤を設置する◇屋根からの落雪による配管の破損やホームタンクの転倒に注意する◇除雪作業で油配管を破損しないよう

油の流出に注意

申 締 定 講
英語検定の受験と、受験料補助金制度の利用促進のため、試験対策講座を実施します。 ※無料。
日 12月26日(金) 午後1時30分～4時
場 ふつかまちPLAZA小・中会議室
対 実用英語技能検定を受験しようとする市内の小・中学生
講 英語教育コーディネーター、ALT(外国語指導助手)
締 定 持 30人程度・筆記用具
申 12月15日(月) 二次元コードまたはメール

令和7年度 第3回英語検定 対策講座

申 問 学校教育課 内線324
英語検定の受験と、受験料補助金制度の利用促進のため、試験対策講座を実施します。 ※無料。
日 12月26日(金) 午後1時30分～4時
場 ふつかまちPLAZA小・中会議室
対 実用英語技能検定を受験しようとする市内の小・中学生
講 英語教育コーディネーター、ALT(外国語指導助手)
締 定 持 30人程度・筆記用具
申 12月15日(月) 二次元コードまたはメール

申 問 税務課 内線136
次の場合、申告書の提出が必要ですので、固定資産を所有している人は確認してください。
「土地や家屋の所有者が亡くなった」
◇相続登記をしていない：相続人の申告◇未登記家屋を相続：所有者の申告
「家屋を新築・増築・取り壊した」
不動産登記の有無に関わらず申告
申告書に必要事項を記入の上、税務課(市役所1階の番窓口)に提出してください。申告書は税務課窓口または市ホームページで入手できます。

お知らせ

固定資産を所有しているみなさんへ

申 問 健康推進課 内線154
かみのやま健康ポイント対象20ポイント
ウエルシア栄養サロン講座
高血圧予防
日 12月18日(木) 午後1時30分～2時30分
場 ウエルシア上山弁天店／同店薬剤師・管理栄養士
締 定 先着12人 ※無料。
申 12月11日(木)

目印を立てる◇配管やホームタンクを定期的に点検する ※事故を起こした・発見した際はすぐに市消防本部(☎672・1190)へ連絡ください。

食改さん特製ヘルシーランチをいかがですか？

問 健康推進課 内線154
みなさんは、普段のランチで健康を意識していますか。働き世代を対象に自分に合った「食事の適量を知る」ヘルシーランチイベントを開催します。
日 12月12日(金) 正午～午後1時
場 市保健センター2階健康教育室
対 20歳以上の市民、市内在勤者
内 自分の食事の適量を学ぶ講話、ランチの試食 ※無料。
申 ◎メニュー：ヘルシーバターチキンカレー、選べる副菜、デザート
締 定 二次元コードから
申 12月7日(日) 先着20人

(☐)gakyou@city.kaminoyama.yamagata.jp



▲申込みはこちら

県最低賃金額が改正

問 山形労働局労働基準部 624・8224
12月23日より、時間額1032円に改正されます。

賀放水：午前10時30分～眉川橋
◎交通規制に協力ください
日 場 午前9時～11時15分／石崎交差点～新丁クランクほか

児童手当

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 12月5日(金)

ひろばねず体操教室

問 加藤接骨院 673・1765
接骨師の指導のもと、転倒予防、筋力強化訓練などを行います。
日 場 ◇1月6日～3月17日の毎週火曜日：三友エンジニア体育文化センター◇1月7日～3月18日の毎週水曜日：働く婦人の家 いずれも午後1時～2時 ※無料。2月11日(水)は祝日のため12日(木)に移動。
対 定 65歳以上・各会場30人

募集

運転職員募集

●業務内容：高齢者デイスサービスの送迎(主にミニバンの運転)
●勤務時間：朝 7:30～9:30
お気軽に お問い合わせください
デイスサービスセンターまる
上山市牧野字清水21番地1
特別養護老人ホーム みずほの里 内
☎ 674-3388



社会福祉法人
みゆき福祉会

Men's & Lady's
Be-Style
ビー スタイル

メンズ ハイライト +4,400円
レディース メッシュ +8,800円
検索
http://bestyle-hair.com
☎ 673-6355 上山市金生西 3-1-16

広告

広告

市民の健康づくりの指針「湯ったり健康かみのやま21 第三次」

10年後の自分の姿をイメージして

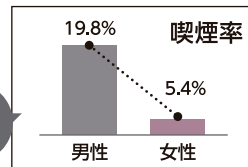
問 健康推進課 内線155

禁煙をすることで健康寿命が10年延びるとも言われています。喫煙はさまざまな病気の原因になりますが、やめることでそのリスクを減らすことができます。

健康の現在地 わたしたちの健康課題って？

- ☑ 全体の喫煙率が1割を超えている
- ☑ 妊娠中の喫煙率が1.0%である

男性は女性の約4倍



たばこについてどのくらい知っていますか？

- 病気のリスクを高めます
- 肌や歯にも影響を与えます
- 加熱式たばこも「たばこ」です

がん・心臓病
脳卒中・呼吸器疾患など
の原因になる

歯や歯茎が変色する
口臭や歯周病の
原因になる

シミやシワが
出やすくなる

紙たばこと同じ
有害物質が
含まれる



課題解決へ ～市の取組～

市は乳幼児健診や健康教室で喫煙による健康被害の普及啓発を実施しています。禁煙週間(5月31日～6月6日)には、「たばこの害」や「禁煙の大切さ」を広く知ってもらうイエローグリーンキャンペーンを展開しました。今年度は新たな取組として、禁煙意思のある方へ禁煙情報の個別通知や特定保健指導などの健診を活用した禁煙支援をはじめ、ポケットティッシュ配布による広報活動を行っています。

禁煙するのに遅すぎることはありません

- 周囲の人に禁煙を宣言する
- たばこが吸いたくなった時の対処法を考える(アメやガムを食べる、歯みがきなど)
- 禁煙外来を利用し禁煙を目指す ※市内で禁煙治療ができる医療機関は、【山形県 禁煙外来】で検索



子どもが生まれたことをきっかけに禁煙しました。子どもと触れ合う時間も増え、たばこ代削減+保険料の割引で家計の負担も減り、良いことづくしです。



病気になったことをきっかけに自分の身体と家族に心配をかけないように、禁煙を決心しました。



身近な人からの「たばこをやめてほしい」という声をきっかけに日々の努力でやめることができました。

【ポケットティッシュ配布】



健康教室などで配布



医療機関で配布

【イエローグリーンキャンペーン】



保健センター
イエローグリーン
にライトアップ

みんなで取り組んでみよう

喫煙が健康に与える影響を理解し、禁煙・受動喫煙防止の輪を広げていきましょう。

| 妊娠出産期・乳幼児期 (～5歳) | 学童・思春期 (6～19歳) | 成人期 (20～64歳) | 高齢期 (65歳以上) |
|-----------------------|-------------------|--------------------------------------|----------------|
| ▶ たばこの害について学ぼう | | ▶ 自分や周りの健康のために禁煙しよう | |
| ▶ 20歳未満・妊婦の喫煙は絶対にやめよう | | ▶ 喫煙による健康への影響を理解し、地域全体で受動喫煙の防止に取り組もう | |

今回は
健康を
支える環境
づくり編!

●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 締締切

**参加チーム募集
第39回上山市民
インディアカ大会**
問 大会事務局体育文化センター内
☎673・2288
日 令和8年1月25日(日) 午
前9時～受付
場 三友エンジニア体育文化センター
対 市内在住、在勤、在学の中学
生以上、または市インディアカ
協会登録者・登録チーム ※1
チーム4人～8人。男子がコー
トに入れる人数は最大2人まで。
申 申込用紙と参加料二千円を体育
文化センターまたは各地区公民館へ
令和8年1月7日(水)午後5時
締

**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17日(水) 午前10時～正午
場 市役所1階市民相談室
※無料。要申込。

健康相談
申 健康推進課 内線156
気分が落ち着かない、気がか
りなことがあって眠れないなど
の悩みを精神科医に相談しませ
んか。「ひきこもり」や「不登校」
なども相談できます。本人だけ
でなく家族の相談も可能です。
日 12月19日(金) 午後1時30
分～3時30分 ※1件あたり相
談時間50分。要予約。
場 市保健センター
12月12日(金)
締

市営住宅入居者募集
申 建設課 内線429
募集住宅：◇金生住宅4階
内



建11号棟302号室(月額：1
万5100円)◇2万2500円
程度。所得に応じて決定。敷金
3か月分) ※令和8年2月下
旬以降入居可能。
対 次のすべてに該当する人：
◇市内在住または在勤◇現に住
宅に困窮していることが明らか
◇所得が公営住宅法施行令に該
当◇同居親族がいる ※60歳以
上、障がい者(基準あり)、生活
保護受給者は単身でも可。
申 建設課(市役所4階)にあ
る所定の申込書に必要事項を記
入し提出 ※連帯保証人2人
(原則市内在住)が必要。確保
が難しい場合、市が認める保証
会社の利用も可。希望する場合
は、申し込み時に緊急連絡先1
人(原則県内在住)が必要。申
込多数の場合は抽選。事前相談
可。内覧を希望する人は事前に
連絡ください。
期 12月15日(月)～19日(金)
いずれも午前8時30分～午後5時

**「第63回上山市学校
保健大会」講演会**
申 学校教育課 内線309
日 令和8年1月15日(木) 午後
3時～4時40分
場 三友エンジニア体育文化セ
ンター軽スポーツルーム
対 学校保健・教育・子育て支
援関係者、幼児小中学生の保護
者など
内 「子どもたちのすこやかな発
達のために大人ができること
」スマホ、ネットとの付き合い合
い方から考える」
講 簡野宗明さん(山形大学医
学部精神医学講座)
締 令和8年1月7日(水)
※無料。要申込。

**障がい者の社会参加を支援
パネル展示会・
上山ふれあいマルシェ**
問 福祉課 内線187
障がいへの理解を深めるため
のパネル展示や、障がい者施設
の利用者が作製・栽培をした金
谷ごぼう・長ねぎなどの農作物、
小物、パンなどを販売します。
山形盲学校の生徒による無料
マッサージ体験も実施します。
日 ◇パネル展示会：12月2日
(火)～4日(木)◇上山ふれあ

**令和8年度
市奨学生募集**
申 教育企画課 内線363
大学・短大への修学を希望す
る学生に対し、日本学生支援機
構第1種奨学金相当額を無利子
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かつ学

イベント

業成績が優れた大学・短大生
※令和8年4月の入学予定者も
含む。他の奨学金との併用不可。
内 ◇貸与額(月額)：〔国公立〕
自宅から通学：4万5千円、自
宅外から通学：5万4千円〔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年～18年※貸
与額により異なります。無利子。
7人程度
定 令和8年1月7日(水)
※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。
締 12月4日(木)

**西郷地区公民館
事務長募集**
申 西郷地区公民館
☎672・2540
内 ◇職務内容：公民館事業の
企画運営、施設の維持管理、資
金管理など
◇勤務時間：週35時間 ※一部
土・日・祝日勤務の場合あり。
◇給与：月額21万6千円(健康
保険・厚生年金・雇用・労災保
険適用)
◇採用：令和8年2月1日(日)
対 市内に居住し、健康で意
欲的かつ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っている65
歳未満・1人
申 履歴書1部を公民館に持参ま

たは郵送ください。(〒999-1
3234 藤吾下原412-13)
※面接日程は別途連絡。
締 12月25日(木)

相談

**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 12月10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、子どもの食
事などで悩んでいる人
締 12月4日(木)

**ハローワークやまがたマザーズ
コーナー上山出張相談
おしごと相談会
inめんごりあ**
問 ハローワークやまがたマザーズ
コーナー ☎646・7360
子育てしながら働くのが不安
な人や、子の入園をきっかけに
就職活動を始めたい人へ、就職活
動の内容及び開始の時期など、不
安や疑問を解消するために、専門
の職員がやさしくお答えします。
日 12月18日(木) 午前10時～
11時30分
場 総合子どもセンターめんご
りあ
対 就職活動を考えている保護者

料。どなたでも参加できます。
内 ◇午後1時30分～県中学生
人権作文コンテスト表彰 ◇午
後2時45分～特別講演(渡部有
さん(フリーアナウンサー))
演題「夢に向かって～自分で決
める 自分の未来～」

**第5回上山ゆづがく塾
～Welcome to KaminoYama～**
申 増戸
☎090・8783・3554
みんなで英会話を楽しませ
よう。
日 12月13日(土) 午後1時30分
～3時
場 ふつかまちPLAZA
2階ふりーらん
講 アイザック・ルツツイさん
(元外国語指導助手) ほか
料 定 500円(茶菓子代含む)
10人
**けやきの森の
くりすます会**
問 実行委員会・武田
☎672・0313
ミニクリスマスツリー・リ
ース作りやお楽しみ抽選会などイ
ベント盛りだくさん！
日 12月6日(土) 午前10時～
午後2時
場 ふつかまち
PLAZA2階
ふりーらん
▲詳しくはこちら

広告

米沢牛 山形牛
お歳暮に“山形の味”
贈ってみませんか？



豚角煮、豚みそ漬
全国にクール便でお届けします!!

丸肉牛肉店

ご注文
承り中
山市矢来一丁目7-26
☎672-0298

クリスマス・年末に!

オードブル
ローストビーフ
とりもも焼
ご予約は
12/15(月)まで

広告

ゴミの処分はプロにおまかせ!

「上山市にござってえ!キャッシュレスで
最大10%戻ってくるキャンペーン」
利用できます!(PayPay)



〒999-3115 上山市高野169-19

株式会社 ミツワ企業 ☎673-1131

広告

超大型補助金は最大200万円
今年がラストチャンス!!
窓の断熱リフォームをお考えの方は、いますぐこちらへ
株式会社 カミケン ☎0800-800-8320

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 対対象



図書館

申問 ☎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・12月28日～1月4日は休館。

●よみきかせ 毎月1・2・4土曜日

日 12月6日・13日・27日いずれも土曜日午前10時30分～11時30分

●ハンドベルコンサート

日 12月6日（土）午前10時30～11時30分

●講演会「『見えない』を『見える』に！視覚障がい者の未来を拓くテクノロジーと読書バリアフリー」要申込

日 12月7日（日）午後2時～3時30分

講 木村 清さん（全盲の視覚障がい者） 定 50人

●冬のつどい

日 12月14日（日）午前10時30分～11時15分

●日本語・英語よみきかせ 毎月第3土曜日

日 12月20日（土）午前10時30分～11時30分

●明新生の読みタイ聞かせタイ

日 12月21日（日）午前11時～正午

●名作映画鑑賞会『グランド・ホテル』毎月第3日曜日

日 12月21日（日）午後2時～3時55分

●冬休み子ども上映会『ムーミン谷とウィンターワンダーランド』

日 12月25日（木）①午前10時～11時30分②午後2時～3時30分 定 各回30人

●本のテーマ展示「図書館でブックリスマス！」

期 12月2日（火）～25日（木）

●ラッピングブック

期 12月13日（土）～ ※無くなり次第終了。

内 図書館職員のおすすめ本をコメント付きで貸出

●企画展「木村輝子 日本画展～ゆめと優しさ～」

期 12月4日（木）～令和8年1月27日（火）

●今月のオススメ本



ドイツのクリスマスマーケット

見市 知／著 産業編集センター

ホットワインに焼きソーセージ、可愛らしいお菓子やおもちゃ、キラキラのオーナメント。光り輝く小さなお店が並ぶ場所にはクリスマスのわくわくが詰まっています。クリスマスマーケットの本場・ドイツの童話のような世界を感じられる一冊です。



余った毛糸で何つく？

ーかぎ針編みのかわいいアイディアレシピー
ブティック社

いつか使うかも、そう思って取って置いた半端に残っている毛糸たち。どんどんたまる余り毛糸を楽しく消費しましょう。気軽に編めるかぎ針編みのかわいい小物が満載です。



高齢者サロン
まじやれ

問 ☎673-7588 ※土曜・日曜日閉所。定例イベントなどは、高齢者サロンまじやれ（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。

●将棋の会 申込不要 参加無料

日 12月15日（月）午後0時30分～2時30分

●とんと昔語りの会 申込不要 参加無料

日 12月25日（木）午前11時～正午



上山城

問 ☎673-3660 料 大人600円・高大生500円・小中学生200円

※市内在住・在学の小中高生は毎週土曜日無料。開館：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、令和8年1月1日（木・祝）は開館（開館時間：午前7時～午後4時15分（最終入館午後3時45分））。

●第3回「私のイチ推し☆ 上山城と〇〇写真展」

応募いただいた自分の「推し」と上山城と一緒に写した写真を展示します。来館者投票を実施し、最も票の多かった写真出品者には賞品を授与します。

期 令和8年2月1日（日）まで

●好評につき会期延長決定！企画展「初開催から90周年 かみのやま競馬関係資料展」

上山競馬場にまつわる懐かしい品々を展示します。

期 令和8年1月12日（月・祝）まで

広告

利用会員募集

遠方の病院へもOK！ 山大、東北中央病院や、済生病院など

- くるまイス用の車もあります
- 付きそい人も同乗できます
- 会員登録（無料）が必要
- 要介護の方はすぐに認定可能

2kmまで 550円
以降、205m毎に40円加算
くるまイス用+450円



ドライバー募集

勤務時間…8:00～18:00（日曜・祝日定休）

- 勤務例 ①午前のみ週4回…約7万円／月
- ②午前～夕方まで週5日…約16万円／月

※自家用車持込、出来高制。二種免許不要。

ご希望の勤務時間・曜日を
お聞かせください

特定非営利活動法人 かみのやま福祉運送サービス ☎ 679-4231

※お問い合わせは
午後にお願います。



今月の相談日

●ふれあい相談

申問 ふれあい相談所 ☎673-2750（市社会福祉協議会内）

日【一般相談】…12月4日・11日・18日・25日
いずれも木曜日、午前9時～午後3時
【無料法律相談】…12月4日（木）午後1時～4時 ※当日正午まで要予約。

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9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（休業日を除く）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（休業日を除く）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8年1月5日（月）

■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”な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 27,080人（－36）

男／13,058人（－9） 女／14,022人（－27）

●世帯数 11,184世帯（－1）

※（ ）は前月との比較。

市報1月号は1月7日（水）発行です。

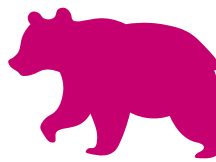


クマ多数出没！ご注意ください



問 市民生活課 内線119

クマによる被害が全国で多発しています。市内でも目撃が相次いでおり、クマと遭遇する危険性の高い状態が続いています。対策方法を知ることによって被害を防ぎましょう。



被害を防ぐためにできること

実のなる樹木に注意



柿や栗などの実のなる樹木は伐採やトタンを巻くなどの対策をしましょう。

複数人で行動を



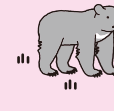
一人で行動せず、農作業などの際には音の出るものを携帯しましょう。

エサになるものを放置しない



家の周囲の取り残しの作物やハチの巣、生ゴミは撤去しましょう。

草刈りで見通しよく



見通しの悪い場所の草刈りをして、クマの隠れ場所をなくしましょう。

毎日ウォーキング中止のお知らせ

問 健康推進課 内線154

毎日ウォーキングは、現在、クマの出没が多発していることを受け、参加者の安全確保のため、中止しています。

再開する際は、市ホームページおよび、市公式LINEでお知らせします。



▲市内のクマ出没
状況はこちら

マイナンバーカード窓口

のご案内



延長窓口12月 8日 月 ～午後6時30分

休日窓口12月14日 日 午前9時～正午

カードの受取り、申請、更新、暗証番号の再設定ができます。

※住所異動、届出の受付、証明書の交付はできません。

市外のご家族・ご友人に
お声がけください



みなさまの想いを未来につなぐ――。

上山市ふるさと納税



問 観光・ブランド推進課 内線199

▲市ふるさと納税オリジナルサイト「KAMINOYAMADE」はこちら

➡ 12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 |
|-------------------|--------------------|
| 1(月) 吉井内科胃腸科 | 15(月) 上山ファミリークリニック |
| 2(火) みゆき会病院 | 16(火) 原田医院 |
| 3(水) 北村医院 | 17(水) 長岡医院 |
| 4(木) 金沢医院 | 18(木) 軽井沢クリニック |
| 5(金) 渋谷医院 | 19(金) 高野せきね外科・眼科 |
| 8(月) 上山ファミリークリニック | 22(月) みゆき会病院 |
| 9(火) みゆき会病院 | 23(火) 青山医院 |
| 10(水) 長岡医院 | 24(水) かみのやま耳鼻咽喉科 |
| 11(木) 山口クリニック | 25(木) 金沢医院 |
| 12(金) 新田クリニック | 26(金) 原田医院 |

🏠 救急告示病院

休日・夜間・時間外の急患 みゆき会病院 ☎672-8282

※診察可能か電話確認後、受診してください。

| 夜間救急 電話相談 毎日18:00～ 翌8:00 | 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.44

豚肉、じゃがいも、りんごのソテー

クリスマスにもおすすめの一品です。りんご、じゃがいもに豚肉の旨味を移すように、じっくり炒め合わせるのがポイント。

材料(4人分)

ingredients

●豚バラ肉(ブロック)…400g ●じゃがいも…200g ●りんご…1個 ●ローズマリー…1枝(またはドライ 適宜) ●オリーブ油…適量 ●塩・こしょう…適量

作り方

① 豚肉は1.5cm角に切る。 ② じゃがいもは皮をむいて1.5cm角に切り、水に5分さらして、水気を切ってよく拭く。 ③ りんごは皮をむいて1.5cm角に切る。 ④ 鍋にオリーブ油とちぎったローズマリーを入れて熱し、豚肉を入れて炒め、脂が出てきたら取り出す。 ⑤ ④の鍋にじゃがいもを入れて炒め、透き通ってきたら豚肉を戻し入れてりんごも加え、こんがりとし、色づくまで炒める。 ⑥ 塩とこしょう各適宜で調味する。



recipe

矢作 ☞干し柿を作る過程を初めて間近で見せていただきました。鮮やかなオレンジ色の柿がカーテンのように並ぶ様子はまさに圧巻の一言。ぜひ市ホームページから、カラーの紙面をご覧ください! 雪がちらつきはじめ、冬の訪れを感じています。こたつでぬくぬくと、上山の干し柿を頬張る日が待ち遠しいです♪

佐藤 ☞かみのやまツール・ド・ラ・フランス取材しました。少し肌寒い天気でしたが、参加者のみなさんにカメラを向けると、颯爽と走る中でも笑顔で応えていただきました。県外からの参加者も多く、いも煮やラ・フランスなど、上山の秋を満喫している様子が印象的でした。

➡ こどものけんしん・相談 ☺



▲市ホームページ

📍 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 | 1/28(水) 12:45～13:00 | 令和7年9月生まれ |
| 9か月児健康診査 | 1/28(水) 13:00～13:15 | 令和7年4月生まれ |
| 1歳6か月児健康診査 | 1/21(水) 12:30～12:45 | 令和6年6月生まれ |
| 3歳児健康診査 | 1/8(木) 12:45～13:15 | 令和4年6月21日生まれ～7月31日生まれ |
| 5歳児健康診査 | 1/21(水) 12:30～13:00 | 令和3年1月1日生まれ～2月15日生まれ |

📍 子ども子育て課 内線169

| 教室・相談 | 日時 | 内容 |
|-------------|-------------------|---|
| 赤ちゃん広場 申込不要 | 1/7(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 |
| 母親教室 要申込 | 1/27(火) 10:00～正午 | 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 |

📍 申 問 子ども子育て課 内線169

母子健康手帳交付 📍 問 子ども子育て課 内線169

📅 月曜～金曜日 8:45～16:30 (窓口で案内します)
📌 ◇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)

妊婦のための支援給付金 📍 問 福祉課 内線142

子ども・子育て支援法により、妊娠期からの切れ目のない身体的、精神的、経済的支援を行うため、妊婦に支給します。
📌 ◇1回目…妊婦1人につき5万円◇2回目…妊娠している子ども1人につき5万円

むし歯がなかったおともだち (3歳児健診 R7.11.13)

「よくかんで食べる習慣を身に付けましょう!」～飲み込む前に、あと10回かんでみよう～



➡ おとなのけんしん・相談 ☺

📍 健康推進課 内線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歳以上など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で異なります。

歯周疾患検診

●受診券のある20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の人は、12月末まで協力歯科医療機関で無料で受診できます。

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。詳しくはホームページを確認ください。



▲市ホームページ

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。

📅 令和8年1月14日(水) 午後5時～6時30分受付
📍 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)
📍 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)

PIECE OF
KAMINOYAMA

「かみのやま」の ピース

#31

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！



荒木 清さん

あらき きよし/16歳。上明新館高校1年。10月に開催された「わたしHIGA輝く国スポ2025」馬術少年トップスコアで優勝。父・勝夫さんも35年前の国体で優勝経験があり、親子2代で日本一の栄冠を掴んだ。(写真提供：国スポ県選手団)

心をひとつに、信頼で跳ぶ「人馬一体」

人と馬が優雅に舞い、力強く走る「馬術」。高校1年生ながら、荒木清さんは国民スポーツ大会・馬術少年トップスコアで日本一に輝きました。

「馬と心を通わせ、一つになった瞬間でした」

馬術トップスコアは難易度によって点数が異なるさまざまな障害を自由に選択し、60秒間にどれだけ多く跳んだかを加点方式で競います。勝敗を左右するのは、成功すれば200点加点、失敗すれば200点減点される特殊障害「ジョーカー」。大一番で2回成功させ優勝を手繰り寄せました。

荒木さんが馬術に出会ったのは小学2年生の頃。父・勝夫さんが市内で営む馬術クラブで初めて馬に乗りました。「最初は上手く乗れず悔しかった。負けず嫌いの性格もあり、馬術に夢中になりました。競技の上で最も大切

にしていることは、愛馬・ティフェレットとの信頼関係です。2年ほど前にクラブに来た際は「暴れん坊」だったという愛馬に登校前の毎朝5時から騎乗し、心の距離を縮めました。「馬に乗る時だけではなく、手入れの時など、四六時中コミュニケーションを取ることを意識しました。その結果、馬と心がひとつになる、「人馬一体」の状態を競技中に作れた。技術や体力より、心をあわせることが勝つために必要だと学びました」と相棒と育んだ絆を語ります。

日本一はあくまで通過点。今後は海を渡り、世界の舞台での飛躍を誓います。

「将来は馬術の本場、『ドイツ』で世界に通用する力を身に着けた。そして、オリンピックのメダルを上山に持ち帰り、みなさんに恩返ししたいですね」