

かみのやま

2026

9

交流の旅は、これからもつづく。

～友好都市・ドナウエッシンゲン市から学生訪問団が来市～



★ Topics

- p2-3 【特集】 学生訪問団が会い、学んだ 茂吉を迎える旅
- p4-8 まちの出来事を紹介！「PICK UP！かみのやま」
- p16 市営バス 北部循環線の運行を開始します
- p28 かみのやまのピース #40 田島大輔さん



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。



～interview～

茂吉がつないだ未来

学生訪問団は太鼓の演奏や花笠音頭などの日本文化を体験したほか、斎藤茂吉記念館や上山城、榎下宿などを訪れ、上山の歴史について学習。さらに、保育園や学校を訪問し、園児や小学生、高校生と交流を深めました。斎藤茂吉がきっかけで生まれた交流で、どのような経験をえたのでしょうか。



異文化に触れた貴重な体験

サラ・ドゥ・シュルモンさん (17歳)

ホストファミリーや上山の人々に歓迎されて、素晴らしい時間を過ごすことができたことに感謝しています。上山はお城や榎下宿など歴史的な建物が多く、文化を大切にしている印象を受けました。

一番うれしかったことは、家族の一員のように日常生活を送らせてもらい、上山の文化や食、自然を体験できたことです。上山の自然は私のふるさとの景色とも似ていて、斎藤茂吉さんもこの景色を眺めていたかと思うと、感慨深いですね。

時を越え、流れは続く

茂吉が歩んだ時代から、およそ100年。今、その絆を受け継ぐ若者たちが互いのまちを訪れ、斎藤茂吉を知り、文化を学び、人と出会い、新たな交流を育んでいます。

次の夏は、上山の学生団がドナウエッシンゲン市へ。かつて茂吉が歩いた地を次の世代が訪ねます。

1人の旅から生まれた絆は、川の流れるように、絶えず次の世代へと続いていくでしょう。



現代まで結ぶ“絆”に感謝

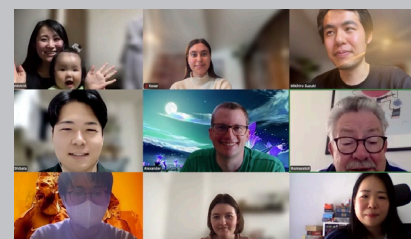
ラウラ・シュレーダーさん (17歳)

斎藤茂吉さんによって上山市とドナウエッシンゲン市の交流が始まったことに最も驚きました。記念館を訪れ、100年以上前に斎藤茂吉さんが歩んだ偉大な旅が、現代の私たちのような若い世代にも影響を与えていることがロマンチックで、魅力的ですね。私たちは当時の斎藤茂吉さんと逆のルートを辿りましたが、互いに行き来することが過去と現在を結ぶ特別な絆のように感じます。この絆が長く続くことを願っています。

pick up /

多様に広がる、交流の輪

両市の交流は、時代とともに新しい形で続いています。交流をさらに広げ、それぞれの文化を身近なものにするため、今年3月、有志によるオンライン定例会(代表・鈴木幹太さん/本市出身)が立ち上がりました。ZOOMで3か月に1回、両市出身、または両市に関心のある幅広い世代がさまざまなテーマで交流しています。代表の鈴木さんは「気軽に交流できるリアルタイムの交流を実現したかった。翻訳字幕を活用しているので、興味のある人は参加してほしいです」と話します。



▶次回は9月26日(土)
午後6時～7時予定。
申込は二次元コードから。



ドイツ・ドナウエッシンゲン市から来ました！

【特集】学生訪問団が会い、学んだ

茂吉を辿る旅

◇訪問団のみなさん(写真左から)
ララ・ベンツェルさん/ジェイソン・クレマンさん/サラ・ドゥ・シュルモンさん/フロリアン・フォルマーさん/フェムケ・チュアシュマンさん/ラウラ・シュレーダーさん/フィニア・ブランクさん/アイダン・ユセイノフさん/ナタリア・ランゲさん/マリナ・クリスティッチさん

6月、うれしいニュースが上山に飛び込んできました。2028年放映予定、本市ゆかりの歌人である斎藤茂吉と妻・輝子をモデルにしたドラマの制作が決定し、改めて斎藤茂吉の名が全国に知れ渡りました。

盛り上がりを見せる中、7月31日～8月11日には、友好都市盟約を結ぶドイツ・ドナウエッシンゲン市から16～18歳の学生9人と引率者1人のあわせて10人の学生訪問団が来市。市民と交流したり、上山の文化・歴史に触れたりしました。特に、斎藤茂吉記念館では熱心に話を聴く姿が見られました。これを機に、学生訪問団と一緒に斎藤茂吉の歴史を振り返ってみましょう！



～茂吉を知る～

斎藤茂吉ってどんな人？

歌人

全17冊の歌集を刊行(生涯の作歌数は約1万8千首に及ぶ)。ふるさとの自然や家族、自分の喜びや悲しみを短歌に表した。

医師

日本と欧州で精神医学を学び、医師として治療にあたり、院長として病院経営に尽力。医学者としての生活を、短歌の題材にしたこともある。



斎藤茂吉(欧州留学時)
画像提供：斎藤茂吉記念館

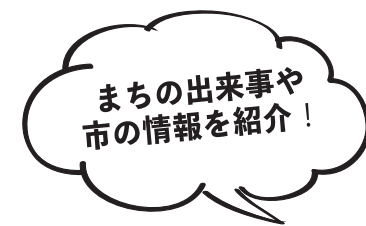
pick up /

一冊の紀行が、100年後の交流につながる

1924年、斎藤茂吉は欧州に留学した際、人生で1度だけドナウエッシンゲン市を訪れ、その体験を紀行「ドナウ源流行」に綴り発表しました。この縁がきっかけで、約70年後の1995年、友好都市盟約が結ばれ、それから30年以上の交流が続いています。斎藤茂吉は、ドナウ川とふるさとの母なる川・最上川を重ねあわせたのかもしれません。

茂吉の年表

- 1882年
山形県南村山郡金瓶村(現：上山市金瓶)に守谷家の三男として生まれる。
- 1896年
東京で医院を開業していた同郷出身の斎藤紀一のもとに身を寄せる。(14歳)
- 1902年
第一高等学校第三部入学(20歳)
- 1906年
根岸短歌会に入会し本格的に短歌を始める。(24歳)
- 1910年
東京帝国大学医科大学(現在の東京大学医学部)卒業(28歳)
- 1913年
第一歌集「赤光」を出版(31歳)
- 1914年
紀一の次女・輝子と結婚(32歳)
- 1921年
欧州へ留学(39歳)
- 1951年
文化勲章を受ける(69歳)
- 1952年
「斎藤茂吉全集」全56刊出版(70歳)
- 1953年
死去(70歳9か月)



PICKUP かみのやま



◀8月20日、「上山市まち・ひと情報発信ラジオ がいるがいろ」を通して子どもたちの想いがまちに届けられました。各種ポッドキャストで配信中！



もっと知ってほしい 私の推し・かみのやま

7月28日、「かみのやま子ども会議」が市役所大会議室で開催され、小学4年生～中学2年生の児童生徒9人が参加しました。子どもたちは、自分の考える地域の魅力を発表し、「上山市にもっと多くの観光客に来てもらうには？」をテーマに、自分にできること、市民に伝えたいことを語り合いました。

あたたかい支援を こどもたちへ

6月22日～7月3日、家庭や職場で食べきれない・おすそ分けしたい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。米や乾麺、洗剤、文房具など合わせて約240kgが集まり、フードバンクかみのやま（かえる家／萩生田充知子代表）を通じて、子育て世帯に贈られました。



安全・安心で 住みよいまちに

7月24日、「安全安心なまちづくり上山市民大会」が三友エンジニア体育文化センターで開催され、出席者約100人が警察署員の講話などを通して、事故や犯罪防止への意識を高めました。また「“明るいやまがた”夏の安全県民運動上山市出発式」も実施。ご当地ヒーロー「言霊戦士・ヤンバイダー」の号令でパトカーなど10台が広報パレードに出発し、市内では啓発活動が行われました。



雨の向こうに 大輪の花火と笑顔咲く

上山青年会議所主催の「スマイルプロジェクト ☆(きらり) かみのやま」が7月25日、市民総合運動広場で行われ、雨模様のなか多くの来場者でにぎわいました。

会場には、射的やつかみ取りに挑戦できる縁日コーナー、グルメを楽しむ屋台などが並んだほか、花火に先立って市内小学生が制作したボール型のイルミネーションも設置され、会場を華やかに演出しました。日暮れには雨も上がり、市民から寄せられた募金や協力金をもとにした約4,000発の花火を打ち上げ。夏の夜空を美しく彩り、まちいっばいに笑顔が花開きました。

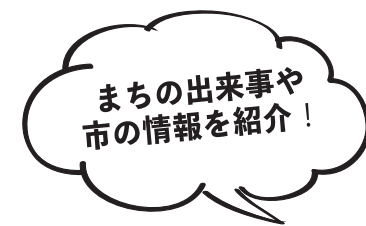
①_小学生が制作した色とりどりのイルミネーション(約420個)を丁寧に飾り付け／②・③_雨もなんのその！縁日コーナーには子どもたちの元気な声があふれる／④_上山明新館高生も運営協力イベントを支えた



▲写真左から、山本市長、鈴木しおりさん、工藤祥平さん（JICA山形デスク）、伊藤 萌さん（平成25年～27年に青年海外協力隊として派遣）

上山から世界へ羽ばたく 青年海外協力隊派遣

7月10日、JICA青年海外協力隊として出国を前に、鈴木しおりさんが山本市長を表敬しました。教員である鈴木さんは、パラオへ小学校教育の発展のために令和10年3月までの2年間派遣されます。市内からの協力隊派遣は13年ぶり、山本市長は上山と世界の交流の輪がさらに広がることを願い、エールを送りました。



PICK UP かみのやま



高校生の安全を守り ボランティアの輪を広げる

7月13日、国際ソロプチミストかみのやま（石井さち子会長）が上山明新館高等学校1年生にデートDV防止を啓発するしおり200部とJRC Sクラブにボランティア活動の支援として助成金3万円を贈呈。石井会長は「安全な夏休みを過ごし、ボランティア活動に励んでください」と呼びかけました。



豊かな自然の中 仲間とともに挑む

8月2日、「第49回蔵王坊平クロスカントリー大会」が開催され、県内外のランナー述べ769人が標高1,000mに位置する蔵王高原坊平クロスカントリーコースを駆け抜けました。ゲストランナー・柏原竜二さん、招待選手・東洋大学陸上競技部がレースを盛り上げ、参加者はそれぞれの目標を胸に一心にゴールを目指しました。

よりよいまちを目指して 青年市長が意見交換

7月7日・8日、「令和8年度全国青年市長会北海道・東北ブロック会議」が市内で開催され、北海道・東北地方の13市長が参加しました。公園住宅イッテや上山城などの市内施設の視察のほか、「官民が連携したまちづくり」をテーマに各市の取組を共有し、それぞれの市が目指す豊かなまちづくりへの意識を高めました。



農地の悩み 気軽に相談ください

7月21日、農業委員辞令交付式が市役所で行われ、山本市長から委員へ辞令が手渡されました。27日には、同会場で木村辰也農業委員会会長から農地利用最適化推進委員へ委嘱状を交付。任期は令和11年7月までの3年間で、地域の農業者の相談や農地のマッチングに取り組みます。



農業委員

【会長】木村辰也さん 【会長職務代理者】鈴木萬四郎さん

大澤裕司さん（仙石）
関 和昭さん（中山第1）
川合千穂さん（荒町）
北澤 智さん（相生）
尾形智代さん（原口）
羽島誠一さん（藤吾）
遠藤雅文さん（檜下）
渡邊和志さん（久保手）

黒田浩次さん（牧野）
木村富士子さん（中生居）
飯島喜男さん（永野）
大場正明さん（小穴）
江口勘四郎さん（入丸森）
吉田敏恵さん（藤吾）
鈴木萬四郎さん（金瓶）
木村辰也さん（久保川）

農地利用最適化推進委員

平吹正見さん（菅）
井上隆市さん（久保手）
関野晴美さん（阿弥陀地）
松田信朋さん（川口）
川口俊一さん（三上）
木村 巧さん（皆沢）
木村武志さん（原口）
中島伸一さん（宮脇）
鈴木寿和さん（甲石）
山田有希子さん（足ノ口）



中学生が全国・東北の 舞台で活躍誓う

7月24日、「中学校総合体育大会 全国・東北大会出場者激励会」が市役所で開催されました。8月上旬から下旬にかけて開催される陸上・柔道競技に出場する3人に、副市長・教育長・教育委員からエールが送られ、奈良崎愛来さんは「自己ベストを更新して全国で上位進出を目指したい」と意気込みを語りました。

【出場者】（写真左から）◇奈良崎愛来さん（北中3年／陸上競技女子100mH）◇清野瑠亜さん（南中1年／陸上競技1年1500m）◇齋藤暖仁さん（北中3年／柔道男子個人66kg級）※奈良崎さんは全国・東北大会に出場、ほか2人は東北大会出場。

サービス停止のお知らせ

⚠️ ご注意ください!

市税納付書のeL-QR読取を利用した納付ができません

eLTAXは利便性の向上を目指し、令和8年9月にシステムを更改します。
eLTAX更改に伴うサービス停止期間中は電子申告・電子納付等の手続きができません。皆様のご理解・ご協力をお願いします。



停止期間

令和8年9月19日(土) 0:00 ~ 9月24日(木) 8:30

令和8年9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

敬老の日

国民の休日

秋分の日

8:30
まで

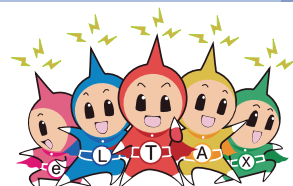
⚠️ ご注意ください

申告期限や納付期限が過ぎてしまうと
不申告加算金が課されたり
延滞金が生じたりする場合があります。
サービス停止期間を考慮した手続きを
お願いします。

どんな手続きができなくなるの?

- ✕ eLTAXを利用した電子申告・電子納付等
- ✕ eL-QR・eL番号を利用したキャッシュレス納付
(地方税お支払サイト・スマホ決済アプリを利用した納付)
- ✕ OSS(自動車保有関係手続のワンストップサービス)を利用した電子申告に伴う電子納付

「eLTAXサービス停止」に関するお知らせはeLTAXホームページをご覧ください。
<https://www.eltax.lta.go.jp/news/14857>



PICK UP かみのやま



ワインぶどう園地を視察する大越さんと岸平会長

個性・魅力の言語化で さらなるPRへ

7月30日~31日、かみのやまワインの郷プロジェクト協議会(岸平典子会長)が世界的ソムリエの大越基裕さん(東京都)、地元ソムリエの横山広信さん(山形市)を招き、市内ワイナリー・ワインぶどう園地でのフィールドワーク、テイスティング会を実施しました。かみのやまワインの豊かな味わいを生み出す栽培環境や醸造について意見を交わし、産地のイメージづくりに取り組みました。

かかし祭りのルーツを辿る 北海道から中高生が来訪

7月27日~28日、かかし祭りや災害応援協定で交流のある北海道共和町の中高生5人が本市を訪れました。将来の地域社会を担う次世代リーダー育成事業の一環として、初の訪問研修を実施。上山城や武家屋敷を見学し、生徒たちは「上山の魅力を知り、自分たちがどう生かせるか考えたい」と意気込みを語りました。



学芸員の説明に耳を傾ける生徒たち(上山城)

おめでとう ございます

人権相談への対応や地域のみなさんに人権について関心を持ってもらうための啓発活動に励む人権擁護委員に表彰状・感謝状が贈られました。

🌸 全国人権擁護委員連合会長表彰状

木口康子さん(長清水1)

🌸 山形地方法務局長感謝状

工藤達也さん(小倉)

井上 洋さん(牧野)

鈴木祐二さん(蔵王)

i

information

一緒に働くみなさんを募集しています!
上山市職員採用試験(上級・初級行政など)

2026

健康経営優良法人

KENKO Investment for Health

大規模法人部門

申問 庶務課 内線212

上山市役所は、職員が健康で生き生きと働けるよう全職員の健康づくりに取り組んでおり、2022年から山形県の自治体として唯一「健康経営優良法人」に認定されています。

日 10月11日(日) 締 9月18日(金) 午後5時15分必着

対 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 定 いずれの区分も若干名

職種		受験資格
上級行政	【一般採用】 (大学卒業程度)	平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれ
	【社会経験者採用】 (大学卒業程度)	・昭和62年4月2日～平成11年4月1日生まれ ・令和8年7月末現在で5年以上の社会人としての職務経験がある
	【会計年度任用職員経験者採用】 (大学卒業程度)	・昭和52年4月2日～平成13年4月1日生まれ ・令和8年7月末現在で3年以上の本市会計年度任用職員としての職務経験がある
初級行政	【一般採用】 (高校卒業程度)	平成17年4月2日～平成21年4月1日生まれ
	【社会経験者採用】 (高校卒業程度)	・昭和62年4月2日以降生まれ ・令和8年7月末現在で5年以上の社会人としての職務経験がある
	【会計年度任用職員経験者採用】 (高校卒業程度)	・昭和52年4月2日以降生まれ ・令和8年7月末現在で3年以上の本市会計年度任用職員としての職務経験がある
上級土木	【一般採用】 (大学卒業程度)	・平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれ ・土木に関する大学卒業程度の専門的知識を有する
	【社会経験者採用】 (大学卒業程度)	・昭和42年4月2日～平成11年4月1日生まれ ・令和8年7月末現在で5年以上の社会人としての土木に関する職務経験がある
初級土木	【一般採用】 (高校卒業程度)	・平成17年4月2日～平成21年4月1日生まれ ・土木に関する高校卒業程度の専門的知識を有する
	【社会経験者採用】 (高校卒業程度)	・昭和42年4月2日以降生まれ ・令和8年7月末現在で5年以上の社会人としての土木に関する職務経験がある
上級建築	【一般採用】 (大学卒業程度)	・平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれ ・建築に関する大学卒業程度の専門的知識を有する
	【社会経験者採用】 (大学卒業程度)	・昭和42年4月2日～平成11年4月1日生まれ ・令和8年7月末現在で5年以上の社会人としての建築に関する職務経験がある
初級建築	【一般採用】 (高校卒業程度)	・平成17年4月2日～平成21年4月1日生まれ ・建築に関する高校卒業程度の専門的知識を有する
	【社会経験者採用】 (高校卒業程度)	・昭和42年4月2日以降生まれ ・令和8年7月末現在で5年以上の社会人としての建築に関する職務経験がある
消防士	【一般採用】 (高校卒業程度)	平成12年4月2日以降生まれ
	【消防士経験者・救急救命士採用】 (高校卒業程度)	・平成9年4月2日以降生まれ ・令和8年7月末現在で3年以上の消防士経験がある、または救急救命士資格を有している
自動車 運転手	【一般採用】 (高校卒業程度)	次の①～④の全てに該当する人 ①昭和57年4月2日以降生まれ ②中型免許(8トン限定が解除されている免許)または大型免許を取得している ③大型特殊免許を取得している ④令和4年1月1日以降、運転免許の停止または取消し処分を受けたことがない

※受付は土曜・日曜日・祝日を除く。

※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。また、今年度を実施した採用試験の受験者は同一職種の受験はできません。詳しくは受験案内を確認ください。受験案内・申込書は市ホームページからダウンロードできます。

i

information

「市長とフリートークミーティング」にご参加ください

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と一緒に考えます。9月から11月にかけて開催しますので気軽に参加ください。 ※11月の日程は市報10月号でお知らせします。

期日	対象地区	場所
9/24(木)	矢来1・2・3・4、石堂、南町	南部地区公民館
9/25(金)	長清水1・2、三本松	長清水公民館
9/28(月)	河崎、葉山	南部地区公民館
9/29(火)	二日町1・2、石崎1・2	南部地区公民館
9/30(水)	松山	松山地区コミュニティセンター
10/ 1(木)	金生1・2・3・4・5、スカイタワー	金生地区公民館
10/ 2(金)	上・中・下十日町、沢丁	中部地区公民館
10/ 6(火)	栄町、八日町1・2	中部地区公民館
10/ 7(水)	上・下新丁、北町、新湯、荒町、西山、	中部地区公民館
10/13(火)	八幡丁、仲丁、湯町、湯町新道、軽井沢、御井戸丁、新町	中部地区公民館
10/14(水)	美咲町、東町	美咲町コミュニティセンター
10/15(木)	旭町、弁天、久保手、金瓶	北部地区公民館
10/16(金)	四ツ谷、大石、みはらしの丘、朝日台	北部地区公民館
10/19(月)	高松、石曽根、川口	高松公民館
10/23(金)	赤坂、藤吾、阿弥陀地、小穴、細谷	西郷地区公民館
10/26(月)	関根、相生、三上	相生公民館
10/27(火)	皆沢、榎下、赤山、柏木	本庄地区公民館

時間はいずれも午後7時～8時30分

i

information

駅西口の修繕工事期間中、バスの乗降場所が変わります
工事後は新しい利用ルールにご協力ください

申問 建設課 内線424

かみのやま温泉駅西広場の駐停車に関する利用ルールの新設に向けて、白線などの修繕工事を行います。工事終了後、9月26日(土)より新しい利用ルールにご協力をお願いします。

日 9月17日(木)～25日(金)の平日 場 矢来一丁目地内

- 工事中は、交通誘導員の指示に従い、工事車両にご注意ください。
- 工事期間中は市営バス・グリーンエコー号の乗降場所が変更になります。右図を確認ください。

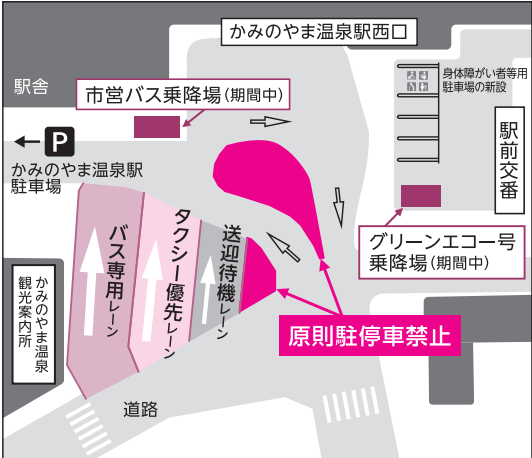
◎新しい利用ルール

◇駅への送迎は「送迎待機レーン」に停車(5分程度)。
「タクシー優先レーン」への一般車の停車は原則禁止

◇各レーンは道路側(西側)から駅舎側に一方通行

◇駐車は「かみのやま温泉駅駐車場(1時間無料)」または
周辺のコインパーキングなどを利用ください。

9/26^土～



i

information

運動を始めるきっかけにも
温水プールを使った健康づくり教室参加者募集

問 健康推進課 内線154

膝や腰に痛みがある人でも温水プールの中で負担をかけずにゆったりと運動ができ、筋力アップが期待できます。泳げなくても大丈夫です。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。

- 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 9月14日(月)正午 ※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)

かみのやま健康ポイント対象
(20ポイント付与)

①水中ストレッチ教室

- 日 10月5日～11月23日の毎週月曜日(全8回)午前9時15分集合、午後0時30分散
※上山市役所発着の送迎バスあり。
- 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。

②チャレンジコース

- 日 10月6日(火)～11月29日(日)営業時間内で最大5回 ※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。(ルネサンスで実施しているアクアプログラムへの参加可能)
- 定 15人 料 無料



教室ではどんなことをするの？

水の中で歩いたり、音楽に合わせてダンスをしたりします。初めての人でも仲間とともにワイワイ楽しく運動できます。泳げなくても大丈夫！気軽に参加ください。

i

information

予防接種を忘れずに受けましょう

問 健康推進課 内線158

予防接種	麻しん・風しん 二種混合ワクチン(2期)	ジフテリア・破傷風 二種混合ワクチン
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	
接種料金	市内、市外ともに無料	
持ち物	予診票、母子健康手帳、マイナ保険証または資格確認証、 市外の医療機関で受ける場合は予防接種券※	

※予防接種券は、接種前に健康推進課(市役所1階③番窓口)で交付します。「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」で受ける場合は、予防接種券は不要です。

ライザップ

i

information

RIZAPが来る！ますます元気に過ごすメソッドを学びませんか
RIZAPトレーナー直伝!健康セミナー・
スタートアップ編(未病対策事業)

かみのやま健康ポイント対象
(20ポイント付与)

問 健康推進課 内線155

みなさんは思い描く理想の自分の姿はありますか?年を重ねたら病院に通院するのが当たり前、ではなく、病気になる前の段階から、自分の状態を知り、行動することで、将来に「健康な自分」をプレゼントしませんか?そんなあなたを応援するセミナーを開催します。会場に来ることが難しい人は自宅からオンラインでの受講も可能ですので、ぜひこの機会に参加ください。
※市では、国保特定健康診査の糖尿病に関する検査値(HbA1c)が予備群(5.6%)以上の人が80.8%、血圧が要指導・要受診(収縮期130mmHg以上または拡張期85mmHg以上)に該当する人が55.4%と多く、生活習慣病発症リスクが高い状態です。

日 10月4日(日)午後1時～2時30分 場 市役所2階大会議室または自宅など(オンライン)

内 実践できる食事のポイントや運動の正しいフォームに関する講話と運動実技

対 20歳以上で市内在住または在勤

定 ◇対面…50人◇オンライン…50人
※申込み多数の場合は抽選。インターネット環境は各自で準備ください。

申 ◇対面…健康推進課へ電話または、二次元コードから
◇オンライン…二次元コードから ※申込後にオンライン配信視聴用URLを送付します。

締 9月30日(水)

◎参加者特典：申込者は、講座内容を後日オンデマンド配信で視聴できます。 ※セミナー終了後に案内予定。

▲対面受講申込みはこちら

▲オンライン受講申込みはこちら

i

information

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠 ～健康寿命の延伸～
9月は健康増進普及月間および
食生活改善普及運動期間

問 健康推進課 内線155

今の生活が将来の自分に影響を及ぼします。仕事や家のことなどで忙しい人も、できることから、自身の健康に気を配る生活を送りませんか。

●座る時間はなるべく短く！

日本人は世界20か国の中で座っている時間(座位時間)が1番長いことが研究で分かっています。座位時間の増加は死亡リスクが増加するものの、1日60分以上の身体活動でリスクの低下が期待できるといわれています。頻繁に席を立つ、少しでも体を動かすなど、じっとしている時間が長くなり過ぎないようにすることが大切です。

●適塩で、味覚を大切にすることを

市の推定食塩摂取量の平均値は9.5g/日と、山形県の目標である8.0g/日未満を超えている状況です。塩分の多い食事は高血圧や胃がんなど、さまざまな疾患の原因にもなるといわれています。ドレッシングの量を減らす、ラーメンの汁は残す、減塩調味料を使う、香辛料や酢などで味にアクセントをつけるなど、自分が続けられる方法を見つけて試してみましょう。

●禁煙・受動喫煙対策にチャレンジ

禁煙を始めると、数日で味覚や嗅覚の改善により食事がいつもより美味しく感じ、1か月継続すると、咳やたんなどの呼吸器症状が改善するといわれています。また禁煙をすることで、周囲の人の受動喫煙が減り、家族や身近な人の健康を守ることに繋がります。そのたばこ、やめてみませんか？

●質の良い睡眠でしっかり休息

みなさんは起床時、「ぐっすり寝た」と感じますか?睡眠時間を確保するだけでなく、環境を整え、質の良い睡眠をとることで翌日も元気に過ごすことができます。朝日を浴びる、昼寝は15分までにする、寝る前はスマートフォンを使わないなど、できることから始めてみませんか。

●年に1回は健(検)診を

健診は、自身の健康に関して振り返る貴重な機会です。職場やかかりつけ医で健診を受けていない場合は、ぜひ市の健診を活用し、健康状態を確認しましょう。 ※案内は26ページに掲載。

15 市報かみのやま 2026.9

14

お知らせ

9月9日は救急の日
AEDの設置場所を
確認しましょう

健康推進課 内線156

AED(自動体外式除細動器)は、心臓がけいれんして正常に動かない場合に、電気ショックで正常なリズムに戻すことを助ける医療機器です。緊急時に備え、設置場所を確認しましょう。



▲県内の設置状況はこちら

かみのやま病院地域講演会

「なぜ人は何かにハマるのか?」
「アルコール、キャンブル、ゲーム、スマホとの付き合い方を考える」

申請 かみのやま病院相談室・小林 672・2551

日 10月2日(金) 午後6時30分～8時30分(午後6時～受付)

場 三友エンジニア体育文化センターエコーホール
講 小林和人さん(山容病院院長)
定 200人 ※無料。かみのやま病院ホームページからも申込可。

かみのやま健康ポイント対象(20ポイント)
ウェルシア栄養サロン講座
離乳食のお話

申請 健康推進課 内線154
離乳食への正しい理解を深

第22回「交通安全がかし無事故・無違反競争」

問 上山地区交通安全協会(上山警察署内) 673・5080

市内に住む65歳以上で、運転免許を持っている2人と持っていない1人の計3人、または運転免許所有者3人1チームで、102日間無事故・無違反を競います。
期 9月21日(月・祝)～12月31日(木)

定 先着50チーム
申 上山警察署内にある応募はがきを提出または郵送(〒99913134 上市市矢来三丁目7-50 上山地区交通安全協会宛)
締 9月20日(日) 必着

防災出前講座

問 庶務課 内線282

家庭で取り組むことができる防災対策や上山市防災ファイルの解説など、要望に応じて約1～2時間の出前講座を実施します。
申 希望日の10日前までに、庶務課(市役所2階)へ申請書を提出 ※電話での申請も可。申請書は、市ホームページから入手できます。申請後、日時や内容について連絡します。

資源回収推進奨励金(前期)の交付

市役所への問合せは
023-672-1111(代表)

申込み 問合せ 日時 期間 場所 対象
内容 定員 料金 講師 持ち物 締 申込締切

め、家庭で安心して進められるよう、講座を開催します。これから離乳食を始める予定の人や、離乳食の進め方に悩んでいる人は、ぜひ参加ください。

日 9月17日(木) 午後1時30分～2時30分

場 講 ウェルシア上山弁天店(ウェルカフェ)／同店薬剤師・管理栄養士

定 料 先着7人・無料
締 9月10日(木)

9月19日～10月18日は
やまがたSDGs推進月間

問 県みらい企画創造部企画調整課 630・2479

SDGsは、2015年に国連で採択された「持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)」の略称で、「誰一人取り残されることのない」持続可能でより良い社会を目指す世界共通の目標です。

「食べ残しをなくそう」、「家事や育児を平等に分担しよう」、「マイバッグをしよう」など、県ホームページに掲載している取組例なども参考に、みなさんも持続可能でより良い社会の実現に向けて、できることから取り組んでみましょう。



▲詳しくはこちら

9月は屋外広告物適正化旬間
屋外広告物の倒壊を
防止しましょう

問 村山総合支庁建設部建設総務課 621・8187

県内では毎年、看板の倒壊事故が起きています。看板の設置者は倒壊防止の点検をしましょう。道路付属物(歩道柵やガードレール)への広告物(のぼり旗など)の取付は禁止されています。また、全ての広告物は県の条例で大きさなどの規制を受けます。設置には県の許可が必要な場合があります。事前にご相談ください。

夏の研修会
防犯と詐欺対策

申請 県退職公務員連盟上山支部・大石 090・5238・8729

防犯と詐欺対策について、安全に暮らすために必要なことを学びます。

日 9月19日(土) 午前10時～11時30分

場 南部地区公民館
講 守谷美雪さん(上山警察署長)
締 9月14日(月) ※無料。

児童扶養手当

問 子ども子育て課 内線159
9月11日(金)に指定口座に振り込みます。

最高裁判決を踏まえた保護費の追加給付相談センター

0120・179・445

平成25年から3年間かけて実施した生活扶助基準の改定に関する最高裁判決(令和7年6月27日)を踏まえ、対象者への保護費の追加給付を進めています。現在、生活保護を受けていない世帯については、当時保護を受けていた自治体に申し出るにより追加給付を行います。

対 平成25年8月～令和8年3月の間に生活保護を受給していた世帯
申 当時生活保護を受けていた自治体に申し出てください。
※現在、受給中の世帯は、手続き不要。

締 令和9年7月30日(金)

令和8年
社会生活基本調査

問 社会生活基本調査コールセンター 0570・07・2580

総務省統計局と県は、10月20日を基準として社会生活基本調査を実施します。一日の生活時間や過去一年間の活動状況など、社会生活の実態を明らかにすることを目的とし、結果は、各種行政施策のための基礎資料として利用されます。

調査をお願いする地区には、10月上旬から調査員が伺い、調査票の配付などを行いますので、

危険物取扱者試験・
試験準備講習会

問 (一財)消防試験研究センター 631・0761

日 10月24日(土) 午前中

場 山形工業高校
内 申 ◇甲種◇乙種(全類)◇丙種
市消防本部に設置してある受験願書を(一財)消防試験研究センター山形県支部へ提出 ※電子申請も可。

期 9月4日(金)～17日(木)
◎試験準備講習会

問 市消防本部予防係 672・1190

日 10月16日(金) 午前9時～午後5時

場 市消防本部
内 乙種第4類
申 準備講習会申込書を消防本部へ提出

期 9月4日(金)～10月9日(金)

危険物取扱者免状・
消防設備士免状の
写真書換え

問 消防本部予防係 672・1190

危険物取扱者免状と消防設備士免状の写真は、交付から10年が経過する前に更新してください。申請書は消防試験研究センター山形県支部および県内各消防本部で入手できます。手続き方法の詳細は申請書を確認ください。

ご協力をお願いします。

令和8年度
消防設備点検資格者講習

申請 消防本部予防係 672・1190

日 ◇第1種：11月10日(火)～12日(木)◇第2種：11月16日(月)～18日(水)

場 山形ビッグウイング
期 受付：9月7日(月)～16日(水) ※申込書は消防本部、または日本消防設備協会安全センターホームページから入手できます。

令和9年4月小学校入学児童
知能検査・健康診断

問 学校教育課 内線309

◎上山小・南小・宮川小・中川小学校区

詳しくは8月に送付した案内を確認ください。まだ届いていない場合は問い合わせください。

日 ◇9月8日(火) 午後：中川小学校区◇9月11日(金) 午後：南小学校区◇9月15日(火) 午後：宮川小学校区◇9月16日(水) 午後：上山小学校区

【健康診断】4つの学区合わせて実施
日 10月14日(水) 午後
場 三友エンジニア体育文化センター

8月30日～9月5日は
建築物防災週間
耐震診断を
してみませんか

問 建設課 内線429

近年、全国各地で地震災害が発生しています。住宅の耐震化は地震から大切な命と財産を守る重要な防災対策です。

市では、住宅の耐震状況を診断する「木造住宅耐震診断士派遣事業」を行っており、市が診断料の90%を補助し、2万円程度の自己負担で診断できます。耐震診断では現状の住宅の耐震性の評価や、耐震性のある住宅へ改修する場合の改修計画を提案します。

また、今年度から診断対象となる住宅要件が拡充されました。この機会に住宅の耐震診断をしてみませんか。

排水設備工事
責任技術者試験

申請 上下水道課 内線175

日 11月8日(日) 午後1時～3時30分

場 協同の杜J A研修所(山形市東古館)
締 9月17日(木) ※希望者は、テキスト・問題集などの資料送付による自習方式の講習を受けることができます。

◎山元地区

山形市からの案内を確認ください。

日 9月3日(木) 午後
場 山形市立本沢小学校
◎みはらしの丘地区

山形市からの案内を確認ください。

日 10月22日(木) 午後
場 山形市立みはらしの丘小学校

県市町村職員退職
手当組合職員採用
試験(上級行政)

申請 県市町村職員退職手当組合・平田 631・0650

日 11月8日(日)

場 県自治会館(山形市松波四丁目1-15)

対 平成12年4月2日～平成17年4月1日生まれで、学校教育法による大学を卒業した人、または令和9年3月までに卒業見込みの人

内定 県内の市町村(山形市、米沢市、酒田市、天童市を除く)・一部事務組合の職員およびその遺族に対する退職手当に関する事務・1人

締 10月16日(金) ※詳しくは県市町村職員退職手当組合ホームページを確認ください。

募集

9月9日(水)から受付開始
第3回羽州街道謎解き
歩きウォークラリー大会

問 本庄地区公民館
674・3302

皆沢地区をチームで謎を解きながら楽しく歩きます。ゴール後はチームごとの芋煮会、上位入賞者には豪華景品があります。

日 10月18日(日) 午前9時開会(受付:午前8時30分)◇ラリースタート:午前9時30分(各チーム時間差でスタート)◇ゴール後にチームごとに芋煮会(おにぎり弁当付き)◇午後1時30分終了

場 本庄地区公民館集合・解散
本庄地区公民館に電話またはメール(☐honjo-1@onyx.ocn.ne.jp)にてチーム単位で申込みください。※1チーム4〜6人。先着15チーム。2人から参加可(他チームと混合)。
料 大人500円、小学生300円 ※未就学児無料。
締 9月18日(金)

こども医療療育センター
調理補助員募集

問 県立こども医療療育センター
673・3366
内定 入所・通園児への給食調理補助業務など・1人◇賃金:

令和8年
熊本地震への義援金

被災したみなさんを支援するため義援金を受け付けています。あたたかい支援をよろしくお願いいたします。

◎日本赤十字社「令和8年熊本地震災害義援金」

問 場 福祉課(市役所1階9番窓口)内線188

期 10月30日(金)まで
◎山形県共同募金会上山市共同募金委員会「令和8年熊本地震義援金」
問 場 市社会福祉協議会(南町)695・5095
期 10月30日(金)まで

かみのやまスポーツクラブ
短期教室参加者募集

申 問 NPO法人かみのやま
スポーツクラブ
6080・1809・0652

受付時間:【月曜日】午後5時〜7時【水曜・木曜日】午後1時〜3時【金曜・土曜日】:午前10時〜正午【火曜・日曜日、祝日】休業

◎ゴルフ教室(一般)

場 上山ゴルフガーデン
志鎌圭介さん(PGAティーチングプロ)

締 9月18日(金) ※定員に到達次第締切。
【平日コース】(全10回)
日 9月29日、10月6・13・

時給1100円〜1500円(月給制)◇勤務時間:1日4時間(午前8時30分〜午後0時30分または午後3時〜7時の交替制)週5日勤務 ※賞与2・5ヶ月分。
申 ハローワークへ応募ください。 ※採用が決まり次第、締切。

参加者募集
ぼたもち会食懇談会

問 特別養護老人ホーム蓬仙園
679・2366

日 10月9日(金) 午前10時30分〜午後0時30分

場 山元地区公民館

内 ◇介護予防体操◇栄養指導◇口腔について◇ぼたもち会食

対 山元地区で一人暮らしの高齢者、高齢者夫婦世帯 ※無料。
申 9月25日(金)まで地区会長へ

市シルバー人材センター
入会説明会

問 場 市シルバー人材センター
673・2083

日 9月17日(木)・10月15日(木)いずれも午後1時30分

対 市内在住の健康で就業意欲があるおおむね60歳以上
持 筆記用具

市技能功労者被褒賞
候補者募集

申 問 産業観光課 内線184
優れた技能を持ち後進の育成指導などに貢献している市内の技能者の褒賞を行います。
対 市内に居住し、かつ市内の小規模事業所などに就業している人で、次のすべてに該当する人◇技能者として経歴年数30年以上または20年以上で卓越した技能を有する◇他の技能者の模範と認められるまたは同一職業の指導的立場にある◇技能の日(11月10日)をもって年齢が50歳以上

推薦方法:9月18日(金)午後4時30分までに、応募書類に必要事項を記入の上、候補者の身分証明書を添えて産業観光課(市役所1階)へ提出 ※応募書類は産業観光課で配布しています。推薦を予定する人は事前に産業観光課へ連絡ください。

参加チーム募集
市総体ソフトボール競技

申 問 市ソフトボール協会事務局
木村 690・8250・7651

日 9月27日(日) 午前8時30分

場 市民総合運動広場(三友エンジニア体育文化センター)

対 15歳以上の男女
料 2千円(1チーム)
締 9月20日(日)

日 9月6日(日)・23日(水・祝)・29日(火)いずれも午後1時30分〜3時30分 ※要申込み。
場 長屋門ギャラリー

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 9月29日(火) 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 9月17日(木)

9〜10月は
行政相談月間

問 市民生活課 内線117
国の機関、県、市、弁護士会および行政相談委員が一堂に会して行政に関する困りごとの相談を受け付ける1日合同相談所を山形市役所で開設します。

◎山形市一日合同行政相談所
日 10月13日(火) 午後1時30分〜3時30分
場 山形市役所11階大会議室
期 9月8日(火)まで
場 上山市役所1階市民ホール

相談

精神対話士による
ほつ!と相談

申 問 メンタルケア協会・渡邊 6090・7331・6490
誰でも無料で相談できます。心のもやもやを話してみませんか。

第75回上山美術展
出品作品募集

問 事務局・佐藤
674・3109

内 絵画(F100号以下)、彫刻、版画、工芸

料 出品料:2点まで千円
※高校生は500円。色紙など小品は5点まで千円。1点増すごとに300円追加。

締 10月13日(火) ※作品の搬入は10月29日(木) 午後1時30分、搬出は11月1日(日) 午後3時。

◎美術展

期 10月30日(金)〜11月1日(日)いずれも午前10時〜午後3時
場 三友エンジニア体育文化センター1階エントランスホール ※入場無料。

「地域防災組織育成助成事業」
令和9年度コミュニティ
助成事業を活用ください

申 問 庶務課 内線282
対 自主防災組織が実施する防災資機材の整備など(消耗品は対象外)

持 助成額:30万〜200万円
申請書、事業計画書、収支予算書、見積書および購入品の内容がわかるもの(商品のカatalogなど) ※様式は市ホームページから入手できます。

締 10月21日(水)

不登校・ひきこもり
相談会IN上山

申 問 発達支援研究センター
623・6622
日 9月18日(金) 午前10時〜正午
場 市役所1階市民相談室
※無料。要申込。

イベント

蔵王ペンション村
オープンガーデン2026
山の秋の庭

問 ペンションあつぷる
679・2329
ペンションステラ
679・2320

秋色に変わった各ペンションの庭の公開、カフェの営業、花苗の販売などを行います。
日 9月26日(土)〜10月18日(日) いずれも午前10時〜午後3時 ※入場無料。



かみのやまシティプロモーションサイト
KAMINOYAMIND

魅力にあふれたまちを知り、さらに好きになる一。上山の地域資源や日常にフォーカスしたWEBサイトです。

▼まちの出来事▼上山人インタビュー▼移住情報ページ▼「かみのやままち部」部員の投稿記事 など



広告

夏の傷んだ髪に!
髪質改善トリートメント
熱の力で内部から補修補強!
チリチリ髪サラサラ髪バサバサ髪に!
酸熱トリートメント

Men's & Lady's
Be-Style
ビー スタイル

ビースタイル 上山 検索

http://bestyle-hair.com
☎ 673-6355 上山市金生西 3-1-16

有料広告
募集中!!

86mm
42mm =15,000円/1回

178mm
42mm =26,000円/1回

求人・企業案内、商品紹介などに活用ください

■掲載場所…市報の表紙以外のページ下一段
問合せ 市政戦略課 内線 196

9月20^日 午後1時～ 上山秋祭り

神輿行列や踊り山車が市内を練り歩きます。ぜひご覧ください。

●問合せ…事務局（上山市観光物産協会） ☎672-0839

上山三社みこし行列

◇交拜式…①午後3時②午後4時50分（ふつかまちPLAZA前）

◇みこし行列…午後3時30分～4時50分

行程

- ①ふつかまちPLAZA前～②愛宕神社前～③称念寺前～
④明光義塾角～①ふつかまちPLAZA前

車両通行止め

- ①ふつかまちPLAZA前
午後2時45分～3時45分
②十日町（山川電機前）
～新丁坂下
午後3時25分～4時
③ふつかまちPLAZA前
午後4時30分～5時10分



9月27^日 午前10時～午後5時30分 掛入石中山宿獅子担ぎ

豊作や無病息災を願って明治初期から伝わる、中山地区の伝統行事「掛入石中山宿獅子担ぎ」が行われます。

行程

午前10時	白髭神社	午後2時30分	桐町町内
午前10時30分	こぶし会館	午後3時30分	中山地区公民館
午後1時	中山地区公民館	午後5時30分	白髭神社

※時間は予定。

●問合せ…中山地区公民館 ☎676-2553

第48回ふるさと秋まつり「踊り山車」

【昼の部】

午後1時～3時20分頃

踊り手：

花柳優梓社中

行程

商工会館前～矢来商店街～駅前～八日町～十日町商店街～湯の上観音前～湯町温泉街（折り返し）～十日町通り～セレモニー会場

午後3時50分 セレモニー（十日町やぐら駐車場）

【夜の部】

午後4時20分～8時30分頃

踊り手：

やまがた舞子

行程

セレモニー会場～八幡神社前～石崎商店街～葉山温泉街～古窯前～沢丁地区～新湯温泉街～月岡ホテル前（千秋楽）



集合
場 中部地区公民館1階会議室

日 9月30日（水）午前9時20分～正午

問 市地域包括支援センター

☎673・6055

認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色のものを身に

着けて、上山城周辺で、あいさ

つ見守りウォーキング”をしま

す。この機会に認知症のことを

考えてみませんか。

かみのやま健康ポイント対象（20ポイント）

9月は世界アルツハイマー月間

城下町かみのやまを巡る

オレンジウォーキング

in上山城周辺

※いずれも午前10時～11時。

持 タオル、オムツ、飲み物

ヨガ

◇9月10日（木）…ベビーマッサージ（0歳～はいはい前）◇9月

16日（水）…身体測定、季節の

制作◇9月17日（木）…ベビ

◇9月2日（水）…0歳

児のお部屋を見学してみよう

◇9月10日（木）…ベビーマッサージ（0歳～はいはい前）◇9月

16日（水）…身体測定、季節の

制作◇9月17日（木）…ベビ

◇9月2日（水）…0歳

児のお部屋を見学してみよう

◇9月10日（木）…ベビーマッサージ（0歳～はいはい前）◇9月

16日（水）…身体測定、季節の

制作◇9月17日（木）…ベビ

◇9月2日（水）…0歳

児のお部屋を見学してみよう

◇9月10日（木）…ベビーマッサージ（0歳～はいはい前）◇9月

16日（水）…身体測定、季節の

制作◇9月17日（木）…ベビ

問 みゆき会病院
☎672・8282(代表)
記念講演、健康講座、看護師

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

「介護老人保健施設みゆきの丘」30周年

みゆき祭

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会

第51回市身体障がい者
レクリエーション大会



場 道の駅やまがた蔵王樹氷ホール

日 9月11日（金）午前10時～11時30分

問 県立上山高等養護学校

☎672・3936

職業科の各グループ（木工、

窯業、被服、農芸）が授業で製作、

生産した品を販売します。

◇9月11日（金）午前10時～11時30分

場 道の駅やまがた蔵王樹氷ホール

日 9月11日（金）午前10時～11時30分

問 県立上山高等養護学校

☎672・3936

職業科の各グループ（木工、

窯業、被服、農芸）が授業で製作、

生産した品を販売します。

◇9月11日（金）午前10時～11時30分

場 道の駅やまがた蔵王樹氷ホール

日 9月11日（金）午前10時～11時30分

問 県立上山高等養護学校

☎672・3936

職業科の各グループ（木工、

窯業、被服、農芸）が授業で製作、

生産した品を販売します。

◇9月11日（金）午前10時～11時30分

広告

挑戦 上山の
そば・ラーメン全店制覇
スタンプラリー

応募券は上山麺類食堂組合加盟店・市観光物産協会・県庁等で
問合せ:原口そばや ☎674-3101



期間:9月1日(火)～12月31日(木)

【抽選で当たる!】①加盟店で利用できる「食事券」3千円分(20人)
②かみのやま温泉「宿泊利用券」2万円分(5人)

- ①上山麺類食堂組合加盟店15店舗で食事し、応募券に各加盟店の
スタンプをもらって、スタンプがすべて揃ったらご応募ください。
②応募券に記載のチェックポイントで、スタンプをもらってご応募く
ださい。

広告

2026
9月6日
上山城 多目的ホールにて
山形県上山市元城内三ー七

上山わちやわちや
第5回

10時～16時

広告

空家の
おまかせ 片付け
ください

まずは気軽にお電話を! 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

施設情報

図書館 申込み 問合せ 日時 期間 内容 定員 料金 講師 持ち物 対象 申込締切

★図書館移転開館30周年記念企画
マスコット「かかしぶっくん」ぬりえ
館内で配布中のぬりえを塗って
サービスカウンターに提出ください。
後日館内に掲示します。
9月27日(日)
●よみきかせ
9月5日・12日・26日(土)午前10時30分～11時30分
●おはなし会
9月14日(月)午前11時～11時40分
●日本語・英語よみきかせ
9月19日(土)午前10時30分～11時30分
●名作映画鑑賞会『チップス先生さようなら』
9月20日(日)午後2時～3時55分
●上山ふるさと散歩「司書が紹介!こんな本あんな本～かみのやま編～」要申込



●今月のオススメ本



オリバーくん
ロバート・クラウス／ぶん J・アルエゴ、A・デュ
ウェイ／え はせがわ しろろ／やく ほるぶ出版
おしばいするのが好きなふくろうのオリ
バーくん。パパとママは将来に期待し
ているみたいだけれど、さてさて何にな
るのかな?表情豊かなオリバーくんの愛
らしい姿が笑顔をくれる絵本です。



このありふれた星屑は
家族を喪ったとき、科学が教えてくれたこと
アラン・タウンゼント／著 梅田智世／訳 みすず書房
著者は生物学者。娘と研究仲間でもあ
る妻が相次いで脳腫瘍に。過酷な現実
に直面し続けながらも、生涯を捧げてきた
科学の力によって、安らぎと勇気を見出
してゆく家族の記録です。

高齢者サロン まじゃれ 申込み 問合せ 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確認ください。

●楽しく歌う会 参加無料・申込不要
9月11日(金) 午前11時～正午

●パステルアートの会 要申込
9月30日(水) 午前10時30分～正午
料 500円(材料代) 定 10人
持 ウェットティッシュ・小さいビニール袋など

第41回 上山城まつり

問 上山城 673-3660

～主なイベント～

9月26日①

10:00～ 開始式
11:15～ 金生田植え踊り
13:45～ 絶叫!第2回
「上山城まつり大声大会」

9月27日②

10:00～ 山形明正高校伝統芸能部
による“和太鼓”
11:00～ 津軽三味線“流れ星”演奏
14:00～ 熱唱!第3回
「上山城まつりカラオケ歌合戦」



毎日ウォーキング カレンダー



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(火) 9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋	16(水) 9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場
2(水) 9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かし茶屋	17(木) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
3(木) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	18(金) 9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かし茶屋
4(金) 10:00～12:10	樹氷原ショート	④	ZA0ライザレストラン	19(土) 10:00～12:10	坊平たいらぐら	②	ZAOたいらぐら
5(土) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	ZAOたいらぐら	20(日) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	ZAOたいらぐら
6(日) 10:00～12:10	坊平たいらぐら	②	ZAOたいらぐら	21(月・祝) 9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場
7(月) 9:30～12:00	ゆっくり西山	③	上山城かし茶屋	22(火・祝) 10:00～12:10	坊平たいらぐら	②	ZAOたいらぐら
8(火) 9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かし茶屋	23(水・祝) 10:00～12:10	樹氷原ショート	④	ZA0ライザレストラン
9(水) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	24(木) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場
10(木) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	25(金) 9:30～12:00	ゆっくり西山	③	上山城かし茶屋
11(金) 9:30～13:00	虚空蔵山山頂	④	上山城かし茶屋	26(土) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	ZAOライザレストラン
12(土) 10:00～12:10	坊平たいらぐら	②	ZAOたいらぐら	27(日) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
13(日) 10:00～12:10	樹氷原ショート	④	ZA0ライザレストラン	28(月) 9:30～13:00	虚空蔵山山頂	④	上山城かし茶屋
14(月) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	ZA0ライザレストラン	29(火) 9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋
15(火) 9:30～12:00	西山	③	上山城かし茶屋	30(水) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場

毎日ウォーキングカレンダーコラム
魅力その②「土の道は足腰への負担が少ない」
土の道を歩く「毎日ウォーキング」は、アスファルトに比べて地面がやわ
らかいため、足腰への衝撃が少なく関節にやさしいのが特長です。さらに、
ウォーキングを楽しみながら自然の香りも感じることができます。



わかばウォーキング終了のお知らせ
わかばウォーキングは令和7年度で終了しました。今後は認
定コース「坊平たいらぐらコース」・「ゆっくり西山コース」などで、
参加者に合わせ、ゆっくり楽しく歩ける日を設定していきます。

問 健康推進課 内線155 ◀詳しく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
問 ふれあい相談所 673-2750(市社会福祉協議会内)
日【一般相談】…9月3日・17日いずれも木曜日、
午前10時～午後3時
【無料法律相談】…9月3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117
日 9月8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8時45分～午後4時30分
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 9月30日(水)
■固定資産税・都市計画税…3期
■国民健康保険税…3期
■後期高齢者医療保険料…3期
■介護保険料(第1号被保険者)…3期
■下水道事業受益者負担金…2期
“便利で安心”な口座振替を利用ください。
問 税務課 内線138

人口の動き(7月末現在)

●人口 26,637人(-26)
男/12,828人(0) 女/13,809人(-26)
●世帯数 11,141世帯(+3)
※()は前月との比較。

市報10月号は10月1日(木)発行です。

9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(火) 新田クリニック	15(火) かみのやま耳鼻咽喉科
2(水) みゆき会病院(内科)	16(水) みゆき会病院(内科)
3(木) 山口クリニック	17(木) 金沢医院
4(金) 軽井沢クリニック	18(金) 青山医院
7(月) 上山ファミリークリニック	24(木) 高野せきね外科・眼科
8(火) 吉井内科胃腸科	25(金) 青山医院
9(水) 長岡医院	28(月) 北村医院
10(木) 金沢医院	29(火) 長岡医院
11(金) 渋谷医院	30(水) みゆき会病院(内科)
14(月) 吉井内科胃腸科	

※診療科目によっては、対応できない場合があります。

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

火を使わないで調理できるレシピ
Vol.53 果物入り野菜スムージー
 9月は食生活改善普及運動期間です。手軽に作れるスムージーで、毎日の食事に野菜と果物をプラスしましょう。

材料(2人分)	ingredients	作り方	recipe
●小松菜…50g ●キャベツ…50g ●にんじん…50g ●りんご…100g ●バナナ…50g ●レモン汁…大さじ1 ●豆乳…100cc		① 小松菜、キャベツはよく洗い小さく切る。 ② にんじん、りんごはきれいに洗い、皮ごと小さく切る。 ③ バナナは皮をむき、小さく切る。 ④ 切った野菜と果物、レモン汁、豆乳を加え、ミキサーをかける。	

編集後記 Editor's Note

佐藤 ☒晴れたと思えば突然の雨。天気が目まぐるしく変わった8月の上山で、ドイツから訪れたみなさん取材しました。約100年前、斎藤茂吉の旅が、時代を越えて今の交流につながっていることに不思議な縁を感じました。写真に収めた学生の笑顔は晴れやかで、私自身も上山の魅力を見つめ直す機会になりました。

休日診療 9:00～16:00	
内科当番医	外科当番医
6(日) 北村医院	北村医院
13(日) 山口クリニック	みゆき会病院
20(日) 軽井沢クリニック	軽井沢クリニック
21(月・祝) 長岡医院	みゆき会病院
22(火・祝) かみのやま病院	みゆき会病院
23(水・祝) みゆき会病院	みゆき会病院
27(日) 新田クリニック	新田クリニック

●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
 ●電話がつかまらない、診療時間外は消防署(☎672-1190)へ問い合わせください。対応可能な病院や診療科目について確認できます。

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



作ってみよう！
 レシピ集はこちら

矢作 ☒蔵王坊平クロスカントリー大会では、霧が濃く足元の悪い中でも懸命に一步ずつ前に進む選手のみなさんの走りに圧倒されました。☒子どもたちが地域の魅力を発表した「かみのやま子ども会議」。まちの魅力を伝えたい！という熱意が伝わってきました。ふるさとや自分の暮らすまちを大切に思う心、忘れずにいたいですね。

こどものけんしん・相談

場 市保健センター
 ●健診内容・持ち物などの詳細は市ホームページを確認ください。

乳幼児健診など	受付日時	対象
4か月児健康診査	10/29(木) 12:45～13:00	令和8年6月生まれ
9か月児健康診査	10/29(木) 13:00～13:15	令和8年1月生まれ
1歳6か月児健康診査	10/21(水) 12:30～12:45	令和7年3月生まれ
3歳児健康診査	10/8(木) 12:45～13:00	令和5年3月11日～4月30日生まれ
5歳児健康診査	10/21(水) 12:30～13:00	令和3年10月生まれ

問 子ども子育て課 内線169

教室・相談	日時	内容	対象者
赤ちゃん広場 申込不要	10/14(水) 9:30～11:30	赤ちゃんの体重測定、授乳や育児に関する相談、離乳食相談など	概ね生後2か月から1歳未満の赤ちゃんと保護者
ファミリー教室 要申込	10/31(土) 10:00～正午	口腔(おくち)の健康、沐浴・調乳体験、妊婦体験、育児についてなど	これから出産を迎える夫婦(または育児を手伝ってくれる人)

問 子ども子育て課 内線169 **申** かみのやま子育て応援アプリから

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) 9:00～16:00(予約制) (窓口で案内します)
申 かみのやま子育て応援アプリから
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(通帳)の写し(右の給付金手続きが必要)
 ※事前にアプリより交付日時の予約をお願いします。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。

乳幼児歯科健診など	受付日時	対象
フッ化物塗布	10/21(水) 12:30～13:15	令和5年10月生まれ
	10/21(水) 13:15～13:45	令和5年5月生まれ

問 健康推進課 内線156



教室・相談	日時	内容	対象者
赤ちゃん広場 申込不要	10/14(水) 9:30～11:30	赤ちゃんの体重測定、授乳や育児に関する相談、離乳食相談など	概ね生後2か月から1歳未満の赤ちゃんと保護者
ファミリー教室 要申込	10/31(土) 10:00～正午	口腔(おくち)の健康、沐浴・調乳体験、妊婦体験、育児についてなど	これから出産を迎える夫婦(または育児を手伝ってくれる人)

問 子ども子育て課 内線169 **申** かみのやま子育て応援アプリから

妊婦のための支援給付金
場 問 子ども子育て課 内線159
 国の妊婦のための支援給付金事業により、産前産後期間の身体的・精神的・経済的負担の軽減を図るため妊婦に対して給付金が支給されます。
 ※詳しくは市ホームページを確認ください。

▲アプリのダウンロードはこちら

おとなのけんしん・相談

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。

各種健診・検診

●特定健診 ●後期高齢者健康診査 ●胃がん・大腸がん・肺がん検診

期日	場所	対象地区
10/5(月)	榎下公民館	榎下・赤山・柏木
23(金)	市保健センター	南町・石崎・二日町
28(水)	市保健センター	河崎・美咲町

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。
日 10月28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)
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

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)が手元に届かない場合はお問い合わせください。一部医療機関が追加になりました。詳しくはホームページを確認ください。
 ▲市ホームページ

ぜひ登録ください！

上山市 LINE 公式アカウント

●担当/ 上山市 市政戦略課 内線196

まちのイベント・行政情報を配信中！
 ごみカレンダーや市報発行もお知らせしています。

友だち登録はこちら▶
 またはID検索@kaminoyama_city

かみのやまの
ピース

#40

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！

田島大輔さん

“このまちが好き”を次の世代へ

「誰でも明るくあいさつを返してくれたり、地元の果物や野菜をおすすめ分けしてくれたりする上山の人の温かさが大好きです」
満面の笑みで語るのは、田島大輔さん。生まれも育ちも上山。生粋の「上山人」です。

「上山明新館高校に通っていた頃、帰り道にある商店でパンやお菓子を買っていたのが懐かしいです。今はまちなみが変わり、少し寂しい気持ちもあります」
卒業後も上山で働きながら、25歳の頃、さまざまな事業でまちづくりに貢献する上山青年会議所に入会。夏恒例となった「スマイルプロジェクト☆かみのやま」の運営などに携わってきました。

「中高生など、ボランティアで参加してくれる人や協力団体が少しずつ増えてきました。そこで新しいつながりが生まれ、地域の動きやコミュニケーションが活発になっていく姿を見る

と、やっぱり嬉しいですし、やりがいを感じます」

田島さんも地域への思いに変化が。

「活動を始めてから、3人の子どもが生まれ、子どもたちにもずっと上山に居て欲しいと思うようになりました。そのために、まちの楽しさや人とのつながりに触れながら、上山を思う心を育む機会を作ってあげたいですね」

上山青年会議所は、今年50周年の節目を迎え、田島さんは理事長を務めています。6月、市内の子どもたちの興味が湧くような記念事業を開催しました。「今までやったことがないeスポーツ大会を開催しました。ワクワクすること、挑戦することの大切さが伝わったら最高です」

掲げるスローガンは「縁に感謝し、恩を忘れず」。地域で紡いできた縁に感謝し、恩返ししたい。田島さんはまた、このまちの笑顔のために活動します。

「たしまだいすけ／37歳。三本松在住。上山青年会議所第50代理事長を務め、6月に記念事業として「かみのやま みらい共創フェス」を開催。数年前から始めたゴルフに打ち込み、ベストスコアは94。」