

かみのやま

2026

10

スポーツの秋、 挑戦の秋

～限界を飛び越えろ!“パルクール”を体験!～

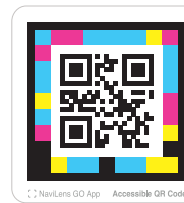


★ Topics

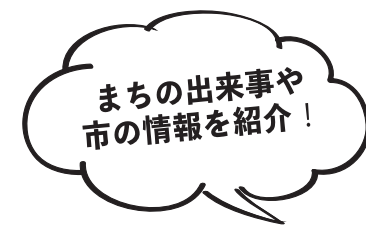
- p2-4 まちの出来事を紹介! 「PICK UP! かみのやま」
- p6 「市長とフリートークミーティング」にご参加ください
- p20 かみのやまのピース #41 けやきの森実行委員会 (武田任以さん・中川瞳美さん・薄井吹季さん)

小中学生を対象にしたパルクール体験会を実施 (8月30日)

※詳細は4ページに掲載。



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。



PICKUP

かみのやま



金山越測量で 羽州街道の歴史を再確認

8月8日、国史跡の羽州街道金山越で参加者12人が保全と調査活動を行いました。阿子島 功さん（山形大学名誉教授）の指導のもと、参加者は一町（約109m）区間を測量し、史料と照合して現代地図への落とし込みを実施。活動を通じて羽州街道への理解を深める機会となりました。

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



夏のかみのやまで 音楽にひたって

8月17日～24日、「ル・シャトーかみのやまミュージックキャンプ2026」が上山城などで開催。かみのやまアンバサダーでチェリストの中木健二さん（東京藝術大学准教授）とピアニストの永田美穂さん（本市出身）とともに、中学生～大学生12人が腕を磨きました。公開レッスンやコンサートには多くの聴衆が訪れました。

最終日のサロンコンサート(上山城)は約70人が演奏に聴き入った

獣害を防ぐため 協力体制を強化

8月18日、人の日常生活圏にクマなどが出没した際に、地域住民の安全を確保した場合に限り行う緊急銃猟の訓練を生涯学習センターで実施しました。クマ目撃の通報から最終的には銃器による捕獲を想定し、警察や県猟友会上山支部が相互に連携しながら対応の手順を確認しました。



恒久の平和を願い 祈りを捧げる

8月20日、「上市市戦没者追悼献花式」が市役所大会議室でしめやかに営まれました。

式典やその後の献花には約100人が参列。式典では山本幸靖市長が追悼の言葉を述べたほか、黙とうや献花を行い、戦没者の冥福と戦争や紛争のない平和な世界を祈りました。



10代のメッセージ いま、伝えたいこと

8月27日、「第65回山形県少年の主張大会上山地区大会」が三友エンジニア体育文化センターで開催されました。高橋はなさん（北中2年）が最優秀賞、齋藤結菜さん（宮川中2年）が優秀賞に輝き、山形ブロック大会の切符を手に入れました。

◇優良賞…後藤優愛さん（北中3年）◇奨励賞…今野陽香さん（南中2年）・尾形ひまりさん（宮川中2年）・鍵水咲奈さん（南中3年）・吉田心絆さん（南中3年）

身振り手振りを交え、想いを述べる最優秀賞の高橋さん



大人も子どもも 笑顔きらめく夏の夜

市民有志の実行委員会による「けやきの森の夏まつり」が8月22日、市民球場駐車場で開催され、たくさんの親子連れなどが、食べ物や縁日などの屋台を楽しみました。また、上山南小学校の天体ドームでは天体観測を実施。来場者は星空を眺め、友だちや家族と新たな夏の思い出をつくりました。

幸せをつくりあう 新・観光のまちへ

シリーズ vol.18
地域DMOの形
New tourist town



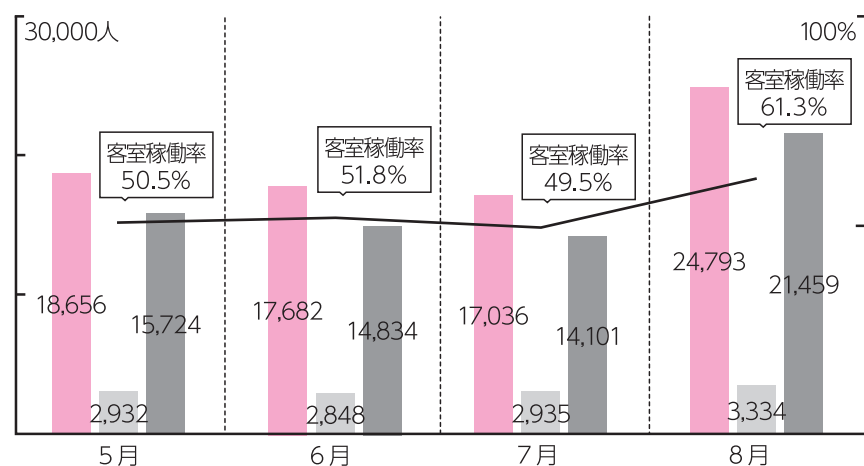
上山のぶどう畑は収穫の季節を迎え、ワイナリーでは新しいワイン造りが始まりました。近年、市内にはワイナリーや委託醸造者も増え、上山のワインを取り巻く風景も少しずつ変わってきました。山形ワインバルだけでなく、ぶどう畑や造り手、その土地の物語など、上山のワインを地域みなさんにとっても誇れる「上山の宝」として、これからも一緒に育てていきましょう。

かみのやま温泉（市内旅館）

令和8年5月～令和8年8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	2,615
香港	260
アメリカ	216
韓国	172
シンガポール	88
中国	61
オーストラリア	55
イギリス	45
カナダ	34
タイ	29
ドイツ	25
イタリア	23
マレーシア	22
フランス	21
インドネシア	12
スペイン	8
ロシア	6
ベトナム	1
その他	88
計	3,781

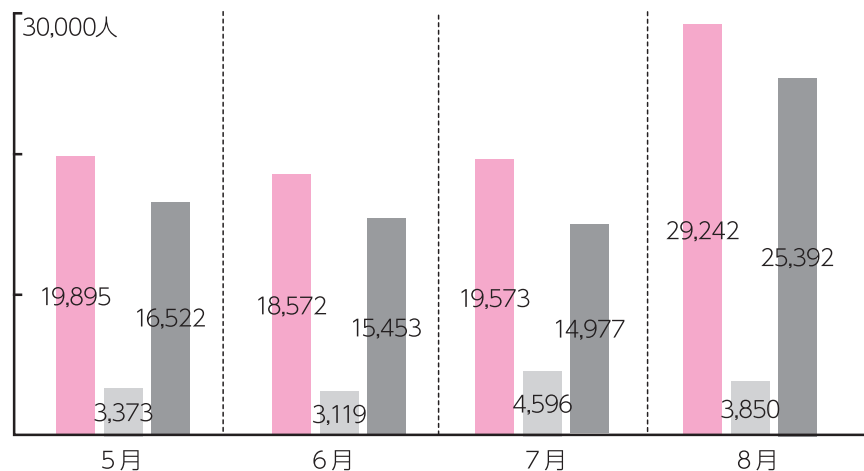
市内宿泊施設（かみのやま温泉+小倉・坊平ペンション村）

令和8年5月～令和8年8月

●宿泊者数

■宿泊者 ■県内 ■県外

●外国人宿泊者数



内訳(人)

台湾	2,615
香港	260
アメリカ	218
韓国	172
シンガポール	89
中国	65
オーストラリア	59
イギリス	47
カナダ	38
ドイツ	30
タイ	29
フランス	23
イタリア	23
マレーシア	22
インドネシア	12
スペイン	8
ロシア	6
ベトナム	1
その他	89
計	3,806

発信…地域DMO（一社）上山市観光物産協会／次回は12月号に掲載予定

PICKUP かみのやま

まちの出来事や
市の情報を紹介！



三友エンジニア体育文化センターに14人の小中学生が集まった

広がる運動の選択肢 「パークール」に挑戦

部活動の地域移行が進む中、新たにスポーツに触れる機会をつくろうと、8月30日、「部活動サポートかみのやま」がパークール体験会を開催しました。小・中学生がフランス発祥のスポーツ・パークールに挑戦。参加者は「難しい技にも挑戦しながら楽しく取り組むことができました」と語りました。

※パークール…走る・跳ぶ・登るの動作を、器具を使わずに障害物を乗り越えながら移動するスポーツ。

おめでとうございます

全国の舞台に挑戦した2団体が山本市長を表敬訪問。日々の活動の様子や、全国大会にける想い、将来の目標などをにこやかに語りました。

みはらしV☆STAR JVC女子



第46回全日本バレーボール小学生大会
ベスト16

山形チアリーディングチーム GLOOVERS



第20回東北チアリーディング選手権大会
準優勝
JAPAN CUP 2026 チアリーディング日本選手権大会出場

ありがとうございます

志人会 (後藤孝治 代表)

子どもたちの教育振興・充実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10万円を寄附いただきました。

日本赤十字社 山形県支部

7月23日、日本赤十字社山形県支部から希望自治体へ災害救護活動用器材が贈られ、上山市は自動ラップ式簡易トイレ1台を寄贈いただきました。災害時などに市内の避難所で活用されます。



省エネ家電の買い換えに 補助金を交付します

補助対象 省エネ家電(エアコン、冷蔵庫、LED照明機器)の
本体価格および設置工事費

**補助対象
経費の** **25%** **(上限5万円)** **補助金額**

※クーポンやポイントなどによる割引分を差し引いた額。
既存の家電製品の処分費用は対象外。

申請期間 **11月2日(月)～令和9年1月15日(金)**
※予算の上限に達した時点で受付終了。

＼統一省エネラベルのココをチェック！



省エネ性評価ラベルのイメージ。1. 多段階評価点（4.0）、2. 省エネ性マーク（省エネ基準達成率100%以上…緑色）が示されています。

1 多段階評価点
製品の省エネ性能を高い順に5.0～1.0の41段階で評価

2 省エネ性マーク
◇省エネ基準達成率100%以上…緑色
◇省エネ基準達成率100%未満…橙色

※ラベルはイメージです。

- ◇市内で購入した新品のもの
※インターネットや個人売買で購入したものは対象外。
- ◇経済産業省が定める最新の省エネ基準達成率が100%以上
または、統一省エネラベルの多段階評価点が4.0以上もの
- ◇令和8年11月1日(日)～令和9年1月15日(金)に購入したもの

補助要件

対象者

次の全てに該当する人

- ◇市内在住者
- ◇過去に省エネ家電の買い換えについて、同一の補助金や国、県、本市、その他の団体の補助金の交付を受けていない人
※同一世帯の人が、既にこの補助金を受けている場合は補助対象外。
- ◇市税の滞納がない人
- ◇住宅の既存の家電製品を同種類の対象製品に買い換え、設置した人
※店舗付き住宅の場合は居住部分に限る。賃貸住宅は、所有者から設置の同意を得た人に限る。

提出書類

【全対象製品共通】

- ☐ 上山市省エネ家電買い換え促進事業補助金交付申請書兼実績報告書 ※所定の様式あり。
- ☐ 対象製品購入・設置工事の領収書またはレシートの写し
- ☐ 補助対象経費の内訳がわかる書類の写し
- ☐ 対象製品の省エネ基準達成率及び統一省エネラベルが確認できるカタログや仕様書の写し
- ☐ メーカーが作成した対象製品の保証書の写し
- ☐ 買い換え後の製品の設置状況がわかる写真
- ☐ 上山市省エネ家電買い換え促進事業補助金請求書 ※所定の様式あり。
- ☐ 通帳の写し ※印鑑もお持ちください。

【エアコン・冷蔵庫】

- ☐ 既存のエアコン、冷蔵庫の特定家電用機器
廃棄物管理票(排出者控え)の写し

【LED照明機器】

- ☐ 既存の照明機器の設置状況がわかる写真
※LED照明機器からの買い換えは対象外。

申 問 市民生活課(市役所1階⑤番窓口) **内線118**

市ホームページはこちら▶



「市長とフリースタックミーティング」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を一緒に考えます。気軽に参加ください。

時間はいずれも午後7時～8時30分

期日	対象地区	場所
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	
10/7(水)	上・下新丁、北町、新湯、荒町、西山	
10/13(火)	八幡丁、仲丁、湯町、湯町新道、軽井沢、新町、御井戸丁	
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	
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
11/2(月)	東地区全域	東地区公民館
11/6(金)	宮生地区全域	宮生地区公民館
11/11(水)	糸目、仙石、泉川、金谷、足ノ口、甲石、高野、薄沢、永野、蔵王、坊平	中川地区公民館
11/12(木)	権現堂、小倉、棚木	小倉公民館
11/13(金)	中山地区全域	中山地区公民館
11/20(金)	山元地区全域	山元地区公民館



令和8年度 やってみっべ講演会のご案内

申 問 健康推進課 **内線155**

参加無料

かみのやま健康ポイント対象(20ポイント付与)

「湯ったり健康かみのやま21(第3次)」の成果と課題

◎成果…健康寿命と不健康寿命の差が男性0.3年、女性0.4年短縮 ▲課題…適正体重を維持している人の割合の減少

日時	内容	申込締切
10月21日(水) 午後1時30分～2時30分	『こころに効く休み方』 定員30人 講 水野祐之介さん(山形大学医学部精神医学講座) 場 市役所2階大会議室	10月14日(水)
10月24日(土) 午前10時～11時30分	『適正体重から始めよう～コレステロールが気になる人のやさしい食べ方レッスン～』 定員30人 講 齊藤美寿々さん(山形大学医学部管理栄養士) 場 市保健センター2階健康教育室	10月16日(金)
10月27日(火) 午前10時～11時30分	『薬と上手に付き合う講座～薬の種類・眠剤・市販薬…迷った時の考え方』 定員50人 講 今井隆裕さん(HAPPYLIFE薬剤師) 場 市役所2階大会議室	10月19日(月)
11月5日(木) 午後1時30分～2時30分	上山市薬剤師会 薬剤師による『お薬個別相談会』 定員20人 場 市保健センター 持 お薬手帳	10月29日(木)
11月18日(水) 午後7時～8時	『体を動かすルーティンのすすめ』 講 山形県健康づくり推進機構トレーナー 定員30人 場 三友エンジニア体育文化センター軽スポーツルーム 持 内履き、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、タオル	11月11日(水)
12月22日(火) 午前10時～11時30分	『からだにやさしいお酒との付き合い方』 定員30人 講 渡邊尚子さん(さくら調剤薬局長谷堂店薬剤師) 場 市保健センター2階健康教育室	12月15日(火)

i

information

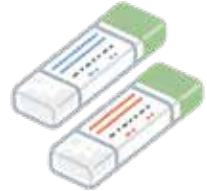
初めての人も、久しぶりの人も、がん検診に行こう！
～10月はがん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間～

問 健康推進課 内線155

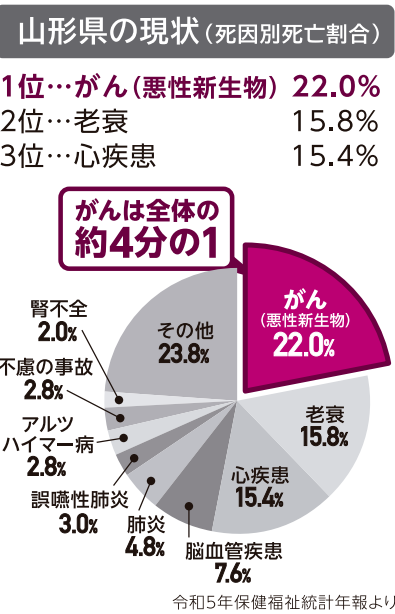
日本人の死亡原因で1番多いのは「がん」だと知っていますか？予防には、がん検診や健康診査を受診することが大切です。市のがん検診は、早期発見が期待でき、治療により死亡率が低下するものについて実施しています。自覚症状が無くても、病気の早期発見のため、定期的にがん検診を受診しましょう。また、10月は、市立図書館の「がんコーナー」が充実していますのでご覧ください。

今年度から40～69歳限定で胃がんリスク評価を無料で受診できること知っていますか？

胃がんリスク評価…血液からピロリ菌感染・胃粘膜の萎縮状態を調べることで、将来胃がんになりやすいかがわかるもの。
※40～69歳で過去5年間に胃がんリスク評価を受けていない人のみ対象。
胃がん検診受診者に限る。

		子宮頸がん検診 (女性のみ)	乳がん検診 (女性のみ)	胃がん検診	大腸がん検診	肺がん検診
対象 年齢	20～39歳	集団・個別	—	—	—	—
	40歳以上	集団・個別	集団・個別	集団	集団	集団
自己負担額		◇集団…1,400円 ◇個別…1,500円 (子宮体がん検診800円※1)	◇集団…1,400円 ◇個別…1,700円 (40歳代は2,400円)	1,500円	600円	400円 (65歳以上は0円) 喀痰検査800円※2
		今年度末21・26・31・ 36・40・41歳は0円	今年度末40・41・46・ 51・56・61歳は0円			
		今年度末40歳の方は0円				
		生活保護受給者は、事前に市役所健康推進課へ申請した場合、自己負担なし				
検査内容		内診 頸部細胞診  ※1…個別検診で医師が必要と判断した場合 子宮体がん検診あり。	マンモグラフィ (40歳代は2方向) ※個別は視触診も有り。 	バリウム 造影検査  ※希望者は胃リスク 検査(1650円)。 ※一部無料。	便潜血2日法 	胸部X線撮影  ※2…喀痰検査は50 歳以上かつタバコ指数 600以上で実施。
受診場所		◇集団…山形検診 センター ◇個別…指定医療 機関 (詳しくは問い合わせください)	◇集団…山形検診 センター ◇個別…高野せきね 外科眼科 クリニック	市内公民館または山形検診センター		
申込方法		直接申込み(集団は山形検診センター／ 個別は指定医療機関)		◇公民館…健康推進課(市役所1階⑬番窓口／内線155) ◇山形検診センター…直接予約(☎688-6511)		

※健診の詳細は18ページを確認ください。



i

information

予防接種費用を一部助成します

問 健康推進課 内線157

小児・妊婦インフルエンザ予防接種費用

- 期 令和9年1月31日(日)まで
- 対 市内に住所がある①生後6か月～中学3年生②妊婦
- 内 接種方法…【対象①】協力医療機関に予約し、接種を受けてください。
【対象②】かかりつけ医に相談の上、接種を受けてください。
- 料 助成金額…1回につき2,000円
- 【対象①】助成額を超えた金額を接種時に医療機関に支払い
※協力医療機関以外で接種する場合は、接種後の申請により償還払い。
- 【対象②】接種後の申請により償還払い
※接種回数は、年齢やワクチンの種類によって異なります。
※接種料金は医療機関ごとに異なります。料金については直接医療機関に問い合わせください。

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種費用(期間内1人1回の助成)

- 対 市内に住所があり、次のいずれかに該当する人(年齢は接種日現在)
- ①65歳以上②60～64歳で心臓・じん臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる障害(身体障害者手帳1級相当)を有する

予防接種の種類	実施期間	助成額	自己負担額
インフルエンザ	令和9年1月31日(日)まで	2,000円	医療機関が定める接種料金から 助成額を差し引いた額
新型コロナ ウイルス感染症	令和9年3月31日(水)まで	7,800円	医療機関が定める接種料金から 助成額を差し引いた額

※接種料金は医療機関ごとに異なります。料金については直接医療機関に問い合わせください。
※生活保護世帯は、事前に健康推進課(市役所1階⑬番窓口)で申請することで無料になります。

- 内 接種方法…事前に医療機関に予約してください。接種当日、医療機関で説明書と予診票を受け取り、予防接種の効果や副反応を十分理解してから接種を受けてください。
- ※生活保護世帯の人や協力医療機関以外で受ける人は、接種前に手続きが必要です。
- 持 マイナ保険証または資格確認書、自己負担金、身体障害者手帳(対象②)

接種場所…県内協力医療機関

市内医療機関	電話番号	市内医療機関	電話番号
青山医院	672-7777	高野せきね外科・眼科クリニック	672-0239
金沢医院	672-3230	長岡医院	672-0308
かみのやま耳鼻咽喉科クリニック	687-1287	新田クリニック	672-8001
かみのやま病院 ※通院患者のみ。	672-2551	藤倉医院	672-7331
上山ファミリークリニック	673-1680	みゆき会病院	672-8282
軽井沢クリニック	674-7300	山口クリニック	677-0050
北村医院	695-5000	吉井内科胃腸科クリニック	673-7515
渋谷医院	672-2501		

※市外の協力医療機関については医療機関または健康推進課に問い合わせください。協力医療機関以外での接種を希望する場合は、接種前および接種後に申請が必要です。申請により、市の助成額を上限に償還払いをします。



詳しくは市ホームページ

▼小児インフルエンザについて



▼償還払いについて



内場 山形ビッグウイング
家政婦のタサン志麻さんによるトークショー、おもちゃの

日 10月17日(土) 午前10時～午後5時、10月18日(日) 午前10時～午後4時 ※予定。

問 県循環型社会推進課
☎630・2302

循環型社会の形成とカーボンニュートラルの実現をめざし、多数のブースによる体験など、環境について楽しく学ぶことができます。

やまがた環境展2026

内場 市総合子どもセンターめぐりあ
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る人へ、就職活動の内容や開始の時期など、専門の職員がやさしく答えます。

対 就職活動を考えている保護者 ※申込不要、無料。

問 ハローワークやまがたマゼイズコーナー
☎646・7360

10月15日(木) 午前10時～11時30分

おしごと相談会inめぐりあ

お知らせ

日本赤十字社 義援金の受付
問場 福祉課(市役所1階⑨番窓口)内線188
被災地へのあたたかい支援をお願いします。

内場 宮川小学校
災害時応急対策などの実践訓練、防災物品の展示など

市総合防災訓練

申問 庶務課 内線282
日 10月25日(日) 午前9時～11時30分

内場 山形市大字村木沢1672-1-1
10月15日(木) 午後7時～

日 10月15日(木) 午後7時～

問 建設課 内線430
山形市、山形市、山辺町の2市1町において「(仮称)山形広域斎場整備基本計画」を策定し、令和17年度の開場に向け斎場整備を進めています。当日は、策定された都市計画や斎場の設備の詳細について説明します。

山形広域都市計画火葬場説明会

交換会、親子で楽しめるワークショップ、エコドライブアドバイスなど企画多数 ※無料。

参加者募集 知事と市町長の意見交換会in東南村山
問 県みらい企画創造部企画調整課重要プロジェクト企画室
☎630・2172

吉村美栄子知事と東南村山地域の市町長が、地域の未来について語り合います。当日は聴講のみの参加です(事前に質問を受付)。

日 11月19日(木) 午後4時～6時 ※無料。

申場 文翔館議場ホール(山形市) 県ホームページの申込フォームに、①氏名②年齢③性別④居住市町村⑤職業⑥連絡先(電話番号・メールアドレス)⑦質問などを入力し、申込み。または、①⑦を記載しFAX(624・2775)か郵送(〒990-18570/山形市松波2丁目8番1号/県みらい企画創造部企画調整課重要プロジェクト企画室宛)

締 11月4日(水) ※申込多数

◎2026年コロンビア地震救援金
期 11月30日(月) まで
◎令和8年8月千葉県雨災害義援金
期 11月30日(月) まで
◎令和8年7月滋賀県甲賀市の土砂崩れ災害義援金
期 令和9年1月29日(金) まで

後期高齢者のみなさんへ 医療費通知のお知らせ
問 県後期高齢者医療広域連合
☎0237・84・7100

後期高齢者医療制度の健全な運営を図るために、一年に1回「医療費のお知らせ」を発行し、

申 新たに対象となる人には、日本年金機構より9月初旬頃からお知らせを送付しています。同封はがきに記入し、提出してください。 ※令和9年1月4日(月)までに請求手続きを完了すると、令和8年10月分から遡って受け取ることができま

問 日本年金機構給付金専用ダイヤル
☎0570・05・4092

公的年金やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金とは別に給付金を支給する制度です。受け取りには請求書の提出が必要です。

年金生活者支援給付金制度

の場合は参加者を調整します。託児を希望する際は期限までに相談ください。



▲詳しくはこちら

かみのやま健康サント対象20ポイント ウエルシア栄養サロン講座 骨粗鬆症予防
申問 健康推進課 内線154
日 10月15日(木) 午後1時30分～2時30分
場講 ウエルシア上山弁天店(ウエルカフェ) / 同店薬剤師・管理栄養士
定料 先着12人・無料
締 10月8日(木)

被保険者のみなさんに医療費について確認をいただいています。

今年度は、令和7年11月から令和8年10月診療分までを発行します。

このお知らせは確定申告(医療費控除)をする際に利用できますが、医療機関の請求遅れなどの理由で記載されなかった分や令和8年11月と12月診療分につきましては、別途「医療費控除の明細書」への記入が必要です。そのため、医療機関から受け取った領収書は捨てずに保管をお願いします。

※確定申告(医療費控除)の詳細は、広域連合では回答できませんので、税務署に問い合わせください。



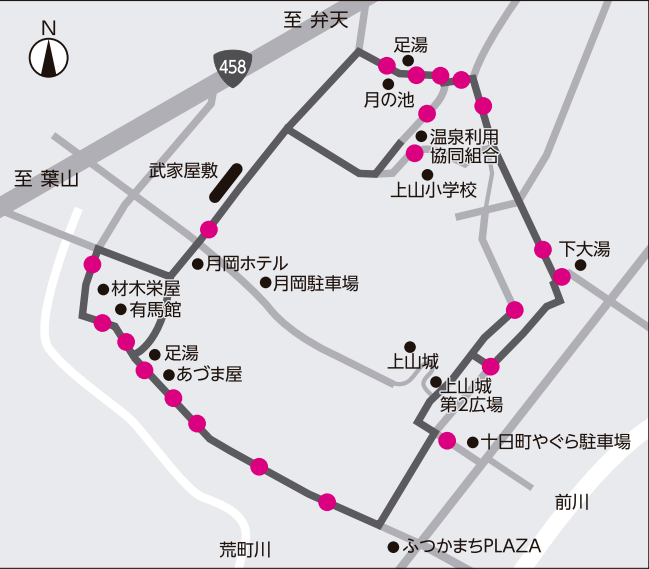
information

問 上山温泉利用協同組合 ☎673-4628

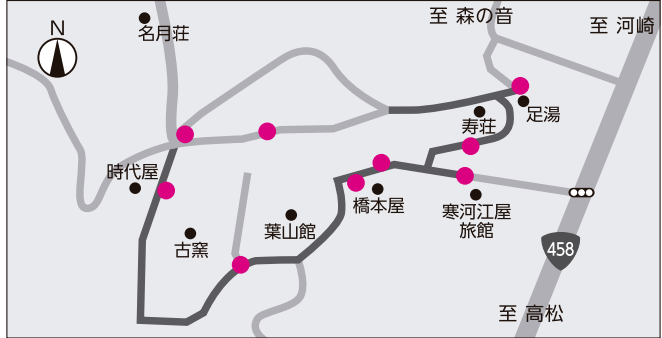
●車両通行止め(全面または片側)

午前8時30分～午後5時ころ
※作業時間以外は規制を解除。歩行者は通行可。交通誘導員の指示に従ってください。

▼上山地区(上山城周辺)



▼葉山地区



【工事の予定】

10月：分岐工事(温泉を供給する本管と各施設へ供給する分湯管をつなぐ工事)

～11月：舗装工事(工事で掘削した路面を復旧する工事)



information

問 市政戦略課 内線226

地価調査とは 県内全市町村を対象に各地域で「基準となる土地(基準地)」を選び、その適正な土地価格を公表するもので、土地を売買する際の目安になります。

■地価調査結果については、県ホームページでも内容を公開しています。

【対前年度変動率(用途別)】 (単位：%)

	住宅地	商業地	工業地	全用途
上山市平均	-0.2	-0.9	0.9	-0.2
山形県平均	-0.5	-0.4	0.3	-0.4

【対前年度変動率(基準地標準価格)】 住…住居地域 商…商業地域 工…工業地域 (単位：円/㎡)

基準地の所在	令和8年度	令和7年度	変動率(%)
住 新町1-7-34	24,300	24,300	0.0
住 河崎3-19-19	21,600	21,600	0.0
住 弁天2-7-16	24,100	24,100	0.0
住 長清水1-17-22	24,900	24,700	0.8
住 金谷字金谷39番	10,400	10,600	-1.9
商 沢丁9-8	31,600	31,900	-0.9
工 新金谷825番7外5筆	11,300	11,200	0.9

◆一定面積以上の土地について売買等の取引をする場合は届け出が必要です。

市街化区域は2,000㎡、市街化区域以外の都市計画区域は5,000㎡、都市計画区域以外の区域については10,000㎡以上の土地の売買等を行う場合は、契約を締結した日を含めて2週間以内に届出が必要です。買主が市に届出をしてください。

ベジアッププロジェクト
野菜摂取量の出張測定会**申請** 健康推進課 内線154**健康**のために、1日350gの野菜を摂取することが目標とされていますが、山形県民はあと一皿約60gの野菜が不足しています。野菜の摂取状況を「見える化」できる測定器「ベジメータ」を使っ

て、野菜摂取量の出張測定会を行います。この機会に野菜摂取状況をチェックしてみませんか。

8月の出張測定会に参加した人の再測定もお待ちしております。食事改善の成果を確認してみましよう。

日時 ◇10月19日（月）午前10時～正午：ファーマーズマーケットトマト上山店◇10月20日（火）午前10時～正午：ヨークベニマル上山店 野菜売り場**対** 小学生以上やまがたの優れた景観
12選の展示**建設課** 内線425

『やまがた景観物語』おすすめめビューポイント100から選んだ12点の作品を展示しています。ぜひお立ち寄りください。

日 10月2日（金）～30日（金）の平日いずれも午前8時30分～午後5時15分 ※最終日は午後3時まで。**場** 市役所1階ロビー寝具洗濯サービスの
申請受付**申請** 健康推進課（市役所1階14番窓口） 内線151**対** 市内に住所があり在宅で生活している要介護認定者（要介護1～5）※1人につき掛け布団、敷き布団、毛布各1枚まで。羽毛綿の種類は問いません。うさちゃんクリーニング（市内店舗）への持ち込み、引き取りが必要です。持ち込みは3月末まで可。**料** 実費の1割負担 ※市民税非課税世帯は無料。**締** 12月18日（金）山形市役所前通り交通
規制に伴うバス停の移設**問** 村山総合支庁都市計画課 621・8223

道路工事に伴い、山形市役所前5番、6番バス停の位置が変わります。詳細は県ホームページを確認ください。

期 10月31日（土）～令和9年9月まで（予定）

▲詳しくはこちら

児童手当を振り込みます

問 子ども子育て課 内線159

指定口座に振り込みますので確認してください。

日 10月5日（月）

募集

「ぼたもち会食懇談会」
参加者募集**特別養護老人ホーム蓬仙園** 679・2366**日** 11月10日（火）午前10時30分～午後0時30分**場** 八幡丁公民館 ※無料。**内** ◇介護予防体操◇栄養指導◇口腔について◇「ぼたもち」による会食**対** 八幡丁・仲丁・湯町地区で一人暮らしの高齢者、高齢者夫婦世帯**申** 10月27日（火）まで地区会長へ10月5日から受付
県営住宅入居者募集**申請** 県住宅供給公社 電城セントラル内）647・0781**募集住宅**：①土屋倉アパート3DK：4戸②金生アパート3DK：3戸③鷲ヶ袋アパート3DK：2戸（1戸単身可）④長清水アパート3DK：4戸（3戸単身可）※いずれも一般用・倍率優遇有。①、②は単身可。**対** 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。**期** 10月5日（月）～9日（金）いずれも午前9時～午後4時30分**持** 県営住宅抽選申込書、85円切手2枚12月上旬以降に入居できます
市営住宅入居者募集**建設課** 内線429**募集住宅**：金生住宅4階建11号棟203号室（月額1万2300円～1万8300円程度）

※家賃は月額。所得に応じて決定。敷金は3か月分。

対 次のすべてに該当する人：◇市民または市内に勤務◇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可）**申** 建設課（市役所4階）にある指定の申込書を提出ください。※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。内覧を希望する人は事前に連絡ください。**期** 10月5日（月）～9日（金）いずれも午前8時45分～午後4時30分国史跡「羽州街道金山越」
市民史跡保全活動
参加者募集**申請** 生涯学習課 内線312**内** ガイド案内、市民まち歩き講座、会員研修会、だんごさし、懇親会など◇案内箇所：上山城内や周辺◇時間帯：自身が都合のつく曜日や時間帯（上山城は木曜日以外の開館時間、周辺の案内は日中のみ）※新規会員には、ガイド養成研修あり。基本的にボランティアですが、案内実績に応じた費用弁償を検討中。**参加者募集**
薪づくり体験・
チェンソー取扱講座**問** 山形地方森林林業活性化協議会（山形地方森林組合内） 644・0053**日** 10月25日（日）午前9時30分～正午 ※小雨決行。**場** 山形市野草園駐車場**持** 手袋、長靴、タオル、（持参できる場合）チェンソー、ヘルメット**申** 10月5日（月）午後1時より電話受付 ※先着順。●市役所への問合せは
☎023-672-1111(代表)**申** 申込み **問** 問合せ **日** 日時 **期** 期間 **場** 場所 **対** 対象
内 内容 **定** 定員 **料** 料金 **講** 講師 **持** 持ち物 **締** 申込締切環境展スナップ
写真募集**問** 市民生活課 内線119

ふるさと上山の風景をテーマにした写真を募集します。スマホで気軽に撮った写真、自慢のカメラで撮った写真などをぜひ応募ください。次の世代に残し

かみのやまスポーツクラブ
短期教室参加者募集**問** NPO法人かみのやまスポーツクラブ 080・1809・0652

受付時間：【月曜日】午後5時～7時【水曜・木曜日】午後1



▲詳しくはこちら

上山市観光ボランティア
ガイド募集**市観光ボランティアガイド** 協会事務局・中野 672・0839

上山のいいところを気軽に遠くの友人や親戚などへ案内してみませんか。ガイド研修の情報をプラスすることで十分に案内ができます。先輩と一緒に経験を積み、すぐに観光客の案内もできます。現在18人のガ

広告

秋の行楽シーズン到来！

山や林の近くでは、**クマ出没**にご注意ください！

県内のクマ目撃情報はアプリ「**けものおと2**」で (ID:kuma PASS:kuma)

QRコード: iPhone, Android

Men's & Lady's **Be-Style** ビースタイル

検索: ビースタイル 上山

http://bestyle-hair.com

☎ 673-6355 上山市金生西 3-1-16

熱の力で内部から補修補強ノ
チリチリ、ザラザラ、パサパサ髪に
酸熱トリートメントノ

第9回
かみのやま俳句大会

申請 上山俳句協会事務局・北澤 672・5119

未発表の俳句（1人2句）を募集します。応募者全員に作品集を送ります。

料 一組につき千円

申 ①事務局に電話で申込み②事務局から届いた用紙を郵送

締 10月17日（土）消印有効

持 水筒、帽子、タオル、雨具、長靴、軍手など

締 10月16日（金）

講 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）

内 ◇倒木の撤去、除草、素掘り側溝整備◇史跡探訪・現地解説、遺構の調査体験、自然観察など

場 国史跡「羽州街道金山越」

日 10月24日（土）午前8時15分～午後3時 ※市役所南側駐車場集合・解散。市マイクロバスで移動します。

参加交代が行われていた往時の面影を今に伝える国史跡を正しく保存・伝承するため、保全活動を実施します。

日 10月24日（土）午前8時15分～午後3時 ※市役所南側駐車場集合・解散。市マイクロバスで移動します。

手話教室参加者募集

申問 福祉課 内線187

市内で活動している手話サークル「親話(しんわ)」のメンバーと手話を学んでみませんか。

日 10月14日～12月16日の毎週水曜日(全10回) いずれも午後6時30分～8時

場 中部地区公民館

対 小学生以上

料 千円(テキスト代)

締 10月8日(木)

相談

「やまがた縁結びたい」結婚相談会

申問 やまがたハッピーサポート

センター ☎687・1972

日 10月12日(月・祝)・18日(日) いずれも午後1時30分～4時30分 ※1組45分程度。

場 文翔館(山形市)

対 結婚を希望する人、またはその家族

内 婚活の進め方、お見合い相手の紹介などについての個別相談 ※無料。開催の3日前まで要予約。

女性のための居場所 IN上山

申問 発達支援研究センター

にしごう フェスティバル

問 場 西郷地区公民館

☎672・2540

日 10月18日(日) 午前10時～午後3時

内 ◇西郷地区のうまいもの、クラフト・ハンドメイド作品の販売◇ワイナリーやキッチンカー出店◇キッズコーナー◇ワークショップ◇ステージイベントなど

アスクフェスタ

申問 アスクみはらしの丘こども園

☎695・3864

内 日 ◇10月14日(水)：離乳食お悩み相談会(試食会)◇10月15日(木)：ベビーマッサージ(0歳～はいはい前)◇10月28日(水)：身体測定、季節の制作

※10月14日(水)は午前10時30分～11時30分。その他は午前10時～11時。
持 タオル、オムツ、飲み物

スローライフプラス 2026発表会

問 スローライフな音楽活動 理事長・相田

☎090・8619・7003

自分の気持ちや悩みを話せる居場所を提供します。女性スタッフが対応します。

日 11月18日(水)午前10時～正午

場 市保健センター

対 女性であれば年齢問わず参加可。 ※無料。初回は要予約。

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 10月21日(水)午前10時～正午

場 市役所1階市民相談室

※無料。要申込み。

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 10月14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 10月8日(木)

イベント

工房森の月かげ 収穫祭2026

問 東北芸術工科大学 三瀬研究室

☎627・2118

廃校を活用したアトリエ

☎090・1497・4239

日 10月18日(日)午後2時開演

場 東ソーアリーナ(山形市) 吹奏楽の発表会 ※無料。

内

かみのやまユースバンド 今年の発表会

問 スローライフな音楽活動 理事長・相田

☎090・1497・4239

音楽の入り口に立つ子どもたちと、長年楽しんできた大人たちが、日ごろの練習の成果を披露します。

日 11月1日(日)午後2時開演
場 ふつかまちPLAZA2階
ふりーらん

国際ソロプチミストかみのやま チャリティのタベ

問 内野 ☎672・0298

ワインと、しの笛演奏者・藤原雪さんによる演奏をお楽しみください。収益は全額、女性と女兒および社会福祉事業に活用されます。

日 11月18日(水)午後6時開演(5時30分開場)

場 古窯

料 7千円

秋の盆栽展

問 上山盆栽会会長・遠藤

「森の月かげ」を会場に、所属アーティストの制作場所を公開。そのほか、東北芸工大生によるワークショップや出店も多数あります。当日はインスタウルメンタルバンド「morrow」によるライブも開催します。

日 10月24日(土)午前10時～午後4時 ※入場無料。

場 工房森の月かげ ※旧宮生小学校。グラウンドを駐車場として利用ください。

第3回ワインと焼肉を 楽しむ感謝祭

申問 社会福祉法人友愛会

☎687・1016

オリジナルワインの飲み放題と山形牛焼肉などのセットを楽しめるイベントです。

日 10月10日(土) 午前11時～Voyage de YUUA 広場(上山市三本松1010)

料 大人：5500円/高校生以下：2千円

※要予約・数量限定。



▲申込みはこちら

女声合唱団上山こまぐさ 第26回定期演奏会

問 こまぐさ合唱団・山田

☎676・2010

日 10月18日(日)午後2時～(1時30分開場)

☎672・1578

日 10月31日(土)～11月1日(日) いずれも午前9時～午後4時

場 南部地区公民館

市民・会員宿泊研修 米沢街道・板谷街道・万世大路

問 申 郷土史研究会・犬石

☎090・5238・8729

上山から米沢、福島、江戸(東京)へと通じる道が、米沢街道と板谷街道。やがて三島通庸によって通されたのが万世大路で、その後は、国道、高速道路、新幹線へと変化してきました。楽しく一泊しながら辿ってみましょう。

日 場 ◇集合：10月15日(木)

場 山形テルサ

料 千円(高校生以下無料)

内 ◇指揮：鈴木義孝さん◇ピアノ：郷津由紀子さん◇曲目：「鳥に翼があるように」「ウイスキーが、お好きでしょ」ほか◇チケット取扱：十五屋本店、富岡本店、辻楽器店、山形テルサ

第64回 かみのやま病院祭

問 場 かみのやま病院

☎672・2551

日 10月24日(土) 午前10時～午後2時 ※雨天決行。

内 各種模擬店、作品展示など

令和8年度 上山市福祉大会

問 福祉課 内線188

どなたでも参加できますので、気軽にお越しください。

日 10月17日(土)午前10時～(9時30分受付)

場 三友エンジニア体育文化センターエコーホール

内 ◇福祉功労者表彰◇講演：「中川福祉村・50年の歩みを礎に新たな一歩」(中川福祉村村長・木村義博さん)、「これからの地域福祉を中川福祉村から発信する」(元東北福祉大学教授・都築光一さん)◇活動発表(市基幹相談支援センターゆるるかセンター長・竹田耕介さん)

午前8時20分/ふつかまちPLAZA北側◇宿泊：飯坂温泉 ◇解散：10月16日(金)午後4時30分

講 荒木雄之さん(郷土史研究会副会長)

料 2万5千円・20人

締 10月9日(金)

ぽい・あ・ぽい秋祭り

問 事務局・原田

☎665・1251

キッチンカーによるおいしいメニューの販売や、1000円バザーを開催します。

日 10月24日(土) 午前10時～正午

場 ぽこ・あ・ぽこ(弁天二丁目1番19・17号)

info 県内自治体初の試み！

AI(人工知能)が 市役所を案内します！

問 財政課 内線283

市民のみなさんへ庁舎内の情報などを円滑に提供するため、9月1日からAI(人工知能)による案内システムを導入しています。システムに向けて言葉を発すると、事前に登録した情報から、AIが適切な案内を行います。市役所正面玄関に設置していますので、ぜひ活用ください。(平日の午前8時30分～午後4時30分)



あなたの家は大丈夫!? * 安心安全な暮らしのために *

防犯対策リフォームがカチカチです!! 1日で完了!!

616-6322 24時間受付 ご相談ください!!

玄関まわり対策

- ・面格子
- ・窓シャッター
- ・二重窓(内窓)
- ・カメラ付きドアホン
- ・センサーライト
- ・玄関ドア交換
- ・玄関錠交換

窓まわり 侵入抑止

おまかせください!!

家賃増え家賃の多くは窓から入っていると聞かれています

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

スギハロ 株式会社

672-0754

電気のことでも困っていませんか?

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

空家の片付け おまかせ 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

申申込み 問問合せ 日日時 期期間 内内容 定定員 料料金 調講師 持持ち物 対対象 締申込締切



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・振替休日は休館。

図書館移転開館30周年記念

★①式典②講演会「スマホ時代における公共図書館」
日 10月3日(土) ①午後1時30分～②午後2時～3時30分
講 ②伊藤 守さん(早稲田大学名誉教授)
★司書のお仕事体験 要申込
日 10月10日(土) 午前10時～11時30分
内 バックヤードツアー、おすすめ本POP作成など
対 中学生以上 定 10人
★女声合唱団上山こまくさ コンサート
日 10月31日(土) 午後2時30分～3時30分
★講演会「映画のなかの上山」 要申込
日 11月8日(日) 午後2時～3時30分
講 荒井幸博さん(映画パーソナリティー) 定 50人
★マスコット「かかしぶっくん」ぬりえ
期 10月3日(土)～12月20日(日)
内 利用者のみなさんの作品を館内に掲示
記念イベント参加者に「かかしぶっくんシール」をプレゼント!



●よみきかせ
日 10月3日・10日・24日(土) 午前10時30分～11時30分
●おはなし会
日 10月13日(火) 午前11時～11時40分



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確認ください。

●大人の絵本の読み聞かせ会 参加無料

子どものためだけの読み聞かせではなく、ストレス解消やリラックス効果があります。子どもに聞いたお話を聞くことができるかもしれません。ぜひ参加ください。
日 10月14日(水) 午前10時30分～1時間程度 定 10人



上山城

申問 ☎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。毎週木曜日、12月29日(火)・30日(水)休館。元日の営業時間は午前7時～午後3時45分。

●企画展「かみのやま出身のマンガ家 星野泰視原画展」

本市出身のマンガ家・星野泰視さんが製作した漫画の原画を多数展示します。◇展示予定作品…哲也～雀聖と呼ばれた男／宗桂／日本を創った男～渋沢栄一蒼き日々／デラシネマ／戦国怪獣記ライゴラ／公事師の弁
期 11月7日(土)～令和9年1月11日(月・祝) 午前9時～午後5時15分(最終入館午後4時45分)
場 1階特別展示室



●「マンガ家 星野泰視トークショー」

日 11月28日(土) 午後1時30分～3時30分終了予定
場 1階多目的ホール
内 星野泰視さん(マンガ家・上山市出身)・都丸尚史さん(元漫画編集者)によるトークショー、サイン会
定 50人 ※要予約・先着順。



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(木) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	17(土) 10:00～12:10	坊平たいらぐら	②	ZAOたいらぐら
2(金) 9:30～12:00	西山	③	上山城かかし茶屋	18(日) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	蔵王ライザレストラン
3(土) 10:00～12:10	坊平たいらぐら	②	ZAOたいらぐら	19(月) 9:30～12:00	ゆっくり西山	③	上山城かかし茶屋
4(日) 10:00～12:10	樹氷原ショート	③	蔵王ライザレストラン	20(火) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場
5(月) 10:00～12:10	坊平お清水の森	④	蔵王ライザレストラン	21(水) 9:30～13:00	虚空蔵山山頂	④	上山城かかし茶屋
6(火) 9:30～12:00	北堰(逆コース)	③	上山城かかし茶屋	22(木) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
7(水) 9:30～12:00	ゆっくり西山	③	上山城かかし茶屋	23(金) 9:30～12:00	北堰(逆コース)	③	上山城かかし茶屋
8(木) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	24(土) 10:00～12:10	樹氷原ショート	④	蔵王ライザレストラン
9(金) 9:30～13:00	虚空蔵山山頂	④	上山城かかし茶屋	25(日) 10:00～12:10	坊平たいらぐら	②	ZAOたいらぐら
10(土) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	26(月) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	蔵王ライザレストラン
11(日) 9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場	27(火) 9:30～12:00	西山	③	上山城かかし茶屋
12(月・祝) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	ZAOたいらぐら	28(水) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂
13(火) 9:30～12:00	西山	③	上山城かかし茶屋	29(木) 9:30～12:30	三吉山 山頂	④	三吉山駐車場
14(水) 9:30～12:00	葉山	③	市役所食堂	30(金) 9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋
15(木) 9:30～11:30	三吉山 中腹	③	三吉山駐車場	31(土) 10:00～12:10	坊平お清水の森	③	ZAOたいらぐら
16(金) 9:30～12:00	虚空蔵山北堰	③	上山城かかし茶屋				

毎日ウォーキングカレンダーコラム

魅力その③「無理なく歩いて筋力UP!」

食欲の秋、おいしいご飯を楽しみながら、気持ちよく体を動かしてみませんか?毎日ウォーキングでは、高低差のあるコースを歩くため、平地より多くのエネルギーを消費し、足腰を中心に全身の筋力

【北堰(逆コース)】について
6日、23日は虚空蔵山北堰コースを逆回りで歩きます。通常のコースより、体にかかる負荷が、多少異なります。

アップが期待できます。初めての人や久しぶりに参加する人には、「坊平たいらぐら」「ゆっくり西山」コースなどがおすすめです。体力度に合わせてガイドが案内するため、安心して参加できます。

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

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】…10月1日・15日いずれも木曜日、午前10時～午後3時
【無料法律相談】…10月1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 10月13日(火) 午前10時～11時30分
場 本庄地区公民館

●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 11月2日(月)

■市県民税…3期
■国民健康保険税…4期
■後期高齢者医療保険料…4期
■介護保険料(第1号被保険者)…4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(8月末現在)

●人口 26,608人(－29)
男／12,809人(－19) 女／13,799人(－10)
●世帯数 11,133世帯(－8)
※()は前月との比較。

市報11月号は11月2日(月)発行です。

10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(木) 金沢医院	19(月) 上山ファミリークリニック
2(金) 吉井内科胃腸科	20(火) みゆき会病院(内科)
5(月) みゆき会病院(内科)	21(水) かみのやま耳鼻咽喉科
6(火) 新田クリニック	22(木) 軽井沢クリニック
7(水) 長岡医院	23(金) 長岡医院
8(木) 軽井沢クリニック	26(月) 上山ファミリークリニック
9(金) 高野せきね外科・眼科	27(火) 新田クリニック
13(火) 青山医院	28(水) 渋谷医院
14(水) みゆき会病院(内科)	29(木) 金沢医院
15(木) 山口クリニック	30(金) 北村医院
16(金) 北村医院	

※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

お弁当に
おすすめの一品

Vol.54

里芋と鶏肉の揚げだし

里芋と鶏肉にコクとうま味がしっかり絡み、塩分控えめでもしめじみと味わえる一品です。

材料(4人分) ingredients

- 里芋…400g(6～8個) ●鶏もも肉…200g
- 青菜…少々 【あん調味料】●だし…70ml
- 酒…大さじ1と1/2 ●みりん…大さじ1と1/2
- しょうゆ…大さじ1と1/2 ●砂糖…小さじ1
- 【他分量外の調味料】塩、酒、片栗粉、揚げ油

作り方

- 一口大に切った鶏肉に塩と酒をもみ込む。
- 里芋は皮をむいて600Wで12分くらい電子レンジにかける。
- 里芋の粗熱が取れたら里芋と鶏肉に片栗粉をまぶす。
- あんの調味料を合わせておく。
- 里芋は油で揚げる。
- フライパンに油をひかずに鶏肉を炒める。
- ⑥に揚げた里芋を加え、合わせておいたあんの調味料をからめる。

佐藤 ▽暑さも少しずつ和らぎ、体を動かすのが心地よい季節になりました。スポーツに汗を流す姿や、秋のイベントを楽しむみなさんの笑顔取材していると、こちらまで元気をもらいます。実りの秋、スポーツの秋、行楽の秋。今しか味わえない上山の秋を存分に楽しみながら、市報でもお伝えしたいと思います。

矢作 ▽今月の「かみのやまピース」として、けやきの森の実行委員のみなさん取材しました。それぞれのお店や子育てに加え、けやきの森のおまつりのために邁進する3人にたくさんの元気をいただきました！みなさんもぜひ、来週末はけやきの森の“村人”として市民公園に足を運んでみてください♪

休日診療 9:00～16:00

内科当番医	外科当番医
4(日) 上山ファミリークリニック	みゆき会病院
11(日) 高野せきね外科・眼科	高野せきね外科・眼科
12(月・祝) 渋谷医院	渋谷医院
18(日) 吉井内科胃腸科	みゆき会病院
25(日) 青山医院	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
- 電話がつかない、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
こちらから

recipe

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。 ▲市ホームページ

乳幼児健診など	受付日時	対象
4か月児健康診査	11/25(水) 12:45～13:00	令和8年7月生まれ
9か月児健康診査	11/25(水) 13:00～13:15	令和8年2月生まれ
1歳6か月児健康診査	11/19(木) 12:30～12:45	令和7年4月生まれ
3歳児健康診査	11/12(木) 12:45～13:00	令和5年5月1日～6月25日生まれ
5歳児健康診査	11/19(木) 12:30～13:00	令和3年11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	11/ 11(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
ベビーふれあい教室 要申込	11/ 5(木) 10:00～11:30	赤ちゃんとのふれあい遊び、骨盤ケアなど	おおむね産後6か月未満の赤ちゃんと保護者

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(市役所1階⑩番窓口)内線169
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
かみのやま子育て応援アプリから
◇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(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。



けんこうの広場

Health Square

乳幼児歯科健診など	受付日時	対象
1歳児歯科健康相談	11/17(火) 12:30～13:15	令和7年10月生まれ 令和7年11月生まれ
2歳児歯科健康診査	11/17(火) 12:45～13:30	令和6年10月生まれ 令和6年11月生まれ
フッ化物塗布	11/17(火) 12:30～13:45	令和6年4月生まれ 令和6年5月生まれ
	11/19(木) 12:30～13:45	令和5年6月生まれ 令和5年11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	11/ 11(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
ベビーふれあい教室 要申込	11/ 5(木) 10:00～11:30	赤ちゃんとのふれあい遊び、骨盤ケアなど	おおむね産後6か月未満の赤ちゃんと保護者

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(市役所1階⑩番窓口)内線169
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
かみのやま子育て応援アプリから
◇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(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。

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

むし歯がなかったおともだち (3歳児健診 R8.9.10)

「おやつ(間食)は食事の一部です」～季節の野菜や果物などもオススメです～



おとなのけんしん・相談

問 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。

集団検診

●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
11/2(月)	市保健センター	東町・石堂・高松
4(水)		矢来・葉山

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。

日 11月11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

かみのやまの
ピース

#41

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!

けやきの森実行委員会

村長・武田任以さん／副村長・中川瞳美さん／村役人・薄井吹季さん

ただいま! (写真中央44歳。金生在住／なかがわひとみ(写真左47歳。二戸町在住。／うすいふき(写真右42歳。石壁在住。3人で「森ポーズ」
「けやきの森のおまつり2026」は10月11日(日)午前10時〜市民公園にて開催。村の防災ヒーローだいきせんくみんなでまなぼう! だいきのち〜
をテーマに、おいしい食べ物や縁田などの屋台のほか、地震体験など、楽しみながら防災について学ぶことができる企画が盛りだくさん!

まちへの想いを形に。未来につなぐ笑顔のリレー

かみのやまの秋の風物詩となりつつある「けやきの森のおまつり」。毎年違ったテーマでまちに賑わいを生み出すこのおまつりは、今から4年前、武田任以さんのある想いから生まれました。新型コロナウイルスの流行により相次いだ、イベントの中止や縮小。閑散としたまちの中で武田さんは、全ての世代の人が楽しむことができるイベントをやりたい、このまちを盛り上げたいと声を上げました。

「生まれ育った大好きな上山のために自分にできることをしたい一心でした」

そんな武田さんの想いに賛同した、現実行委員の中川瞳美さん・薄井吹季さんが加わり、迎えた第一回目の「けやきの森のおまつり2022」。人との触れ合いが少なくなり、新しい交流の場を待ち望んでいた多くの人が市内外から訪れました。

「資金も前例もない中でゼロから作りあげた達成感を今でも覚えています。私たちの想いに共感してくれたみんなの協力があったからこそ、きあがった第一回でしたね」

企画から会場の装飾まで全てが手作りの「けやきの森のおまつり」。複数のブラス村が集まるおまつりを、楽しみながら形にする大人たちの背中を見て、自分たちもやってみたいと集った子どもたちが、一緒に作りあげます。

「子どもたちが上山を離れることがあっても、このおまつりが上山での楽しい思い出としてみんなの心に残っていたら嬉しいです。そしてゆくゆくはこのまちに帰ってきてほしい。この活動もいつかは同じ想いを持つ次の世代に継いでいきたいです」

大人たちが楽しみながら作りあげたイベントで、子どもたちが楽しみ、それを見た大人たちが笑顔になる。今年の秋も、終わることのない笑顔の輪がまちは彩ります。

印刷/上山市印刷工業組合 ※本誌掲載の写真・記事の無断転載を禁じます。
〒999-3192 山形県上山市河崎一丁目1-10 TEL023-672-1111 FAX023-672-1112