

市民の友

今号の題字掲載者を7ページで紹介しています。2025.08.15 No.1421

そば・バラ・徳内ばやしのまち

むらやま

MURAYAMA



次の世代に引き継ぎ・受け継がれる魅力あるまち

村山市役所

TEL: 55-2111 (代)

FAX: 55-6443

www.city.murayama.lg.jp

そば屋台前売券販売中



そば花まつり

「見てよし」「食べてよし」。

あたり一面に広がるそば花畑を眺め、
そば職人による打ち立てのそばをご堪能ください。

日時 9月6日(土) 午前10時～午後2時

(そば屋台の最終受付は午後1時30分)

会場 大高根地域市民センター (大字富並1794番地2)

そば屋台食事券 前売り券 800円、当日券 900円

取り扱い所 大高根地域市民センター、道の駅むらやま、クアハウス基点、商工観光課、

最上川三難所そば街道各店



※右の予約フォームまたは商工観光課へ電話での予約も可能です。

※食事券購入の方は、お楽しみ抽選会に参加できます。(賞品：地酒、そば街道食事券など)



予約フォーム

イベント そば花観賞バス (そば花畑、隼の瀬、じゅんさい沼)、アトラクション (工藤姫宝歌謡ショー、
むらやま徳内ばやし披露)、地元物産・からほろマルシェなどの出店、お楽しみ抽選会

※イベント内容は変更になる場合がありますので、ご了承ください。



最上川三難所そば街道
ホームページ

■問合せ／そば花まつり実行委員会 (商工観光課内) ☎内線155

居合道演武会へお越しください

居合発祥の地、林崎の熊野居合両神社境内の開祖「林崎甚助重信公」の功績を称え、居合道演武会を開催します。

居合道の聖地に、全国から各流派の剣士が集まります。静寂から繰り出される抜刀をぜひ、ご覧ください。観覧無料です。

日時 9月7日(日) 午前10時～午後0時30分

(午前9時から開会行事を開催)

会場 熊野居合両神社 (雨天時は村山居合振武館)

■問合せ／生涯学習課文化係 ☎内線333



むらやま お知らせ 情報局

市役所からのお知らせ

不足額給付金のお知らせ

物価高騰への負担軽減等を図るため令和6年1月1日を基準として、令和6年度に定額減税が行われ、定額減税がしきれないと見込まれた方(推計値)に補足給付金を支給しました。令和7年1月1日を基準日とした確定値を元に、昨年度支給した補足給付金との差額の不足額を支給します。

対象者 令和6年度支給額に不足が生じる方

対象者には直接給付金の通知を9月中旬から順次発送します。申請受理後3週間を目安に指定の口座に給付金を振り込みます。

お知らせ

申請期限 10月31日(木) ※必着

■申請・問合せ／政策推進課 ☎内線 272

大阪・関西万博村山市訪問団募集

期間 令和7年9月20日(土)～22日(月)
※21日(日)がブルガリアパピリオン村山デーとして出展します。

費用 17万5千500円

補助 2万円

※ブルガリアパピリオンの参画、感想文が要件

定員 先着24名(最少催行人員15名)

申込方法 市ホームページをご確認ください。

■申請・問合せ／政策推進課 ☎内線 272



市ホームページ

農業用使用済みプラスチック回収

対象地域・日時・回収場所

●桶岡・袖崎地域 9月4日(木)

●西郷・大倉地域 9月5日(金)

午前8時30分～11時30分

J Aみちのく村山本店中央育苗センター前

●大久保・戸沢地域 9月8日(月)

●富本・大高根地域 9月9日(火)

午前8時30分～11時30分

J Aみちのく村山葉山事務所集荷場前

●全地域 9月9日(火)

午後1時～3時

株式会社丸公富並営業所

■問合せ／農林課

☎内線 252

令和8年度つや姫・雪若丸 生産者募集

●つや姫の栽培を希望する方へ

県から生産農家として認定を受ける必要があります。

今年度栽培している方も申請が必要です。認定制度実施要綱および申請書は農林課で配布するほか、「つや姫」「雪若丸」ホームページからダウンロードすることもできます。



つや姫・雪若丸
ホームページ

申請方法

・農協に出荷する方はJ Aみちのく村山へ問い合わせください。

・個人で販売する方は農林課へ9月12日(金)まで申請ください。

●雪若丸の栽培を希望する方へ

県に生産組織の登録申請をする必要があります。申請方法は、北村山農業技術普及課☎(47)8638に問い合わせください。

■問合せ／農林課

☎内線 253

排水設備工事責任技術者試験 および受験講習会

日時 11月9日(日) 午後1時～3時30分

会場 協同の杜 J A 研修所(山形市)

申込期間 9月1日(月)～30日(火)の平日

講習会の参集開催は行わず、テキスト・問題集などの資料送付による自習方式とします。(希望者のみ)

■申込み・問合せ／水道課 ☎内線 184

大倉フットパスイベント

「中沢の棚田コース(約6km)」を歩きます。さわやかな秋風のなか、黄金色の棚田やはらかな山々を眺められるコースです。

期日 9月14日(日)

時間 午前9時集合～午後2時

集合場所 大倉地域市民センター

参加費 中学生以上2,000円、小学生1,500円(昼食代、ガイド料、保険料含む)

定員 先着20名

申込締切 9月4日(木)

昼食 農家レストラン草木庵

持ち物 飲み物・タオルなど

■申込み・問合せ／大倉地域市民セン

家族介護者交流会にどうぞ

在宅で介護しているご家族の皆さん、リフレッシュしてみませんか。お気軽にご参加ください。(参加無料)

対象 要介護3～5の方を在宅で介護しているご家族の方

内容 クアハウス基点での入浴やレクリエーション、懇親会など

期日 10月4日(土)～5日(日) 1泊2日
(日帰り可)

申込期限 9月3日(水)

■申込み・問合せ／福祉課 ☎内線144

北村山視聴覚教育センターだより

●土曜日の一般公開(入場無料)

予約優先です。センターホームページ

ジ内のリンクまたは電話

☎(53) 0695

ご予約ください。



ホームページ

●映画

時間 午前10時～(約25分間)

8月 おばけ特集

16日 トイレの花子さん

23日 百目のあずきとき ほか

9月 秋の交通安全・防災特集

13日 ハム太郎の交通ルール

ドラゴンボール悟空の消防隊

●プラネタリウム「季節の星座」

8月23日は、蓄音機とプラネタリウムのコラボレーション

時間 午前10時40分～(約40分間)

※8月30日、9月6日は休館日です。

■問合せ／北村山視聴覚教育センター

☎(55) 4211

各団体からのお知らせ

相談・試験

法律・心配ごと無料相談

事前申込みが必要です。

期日 9月4日(木)

会場 市福祉センター

●相談員による心配ごと相談

時間 午後1時30分～

内容 日常生活全般の悩み

●弁護士による法律相談

時間 午後2時30分～

内容 多重債務、遺産相続など

■申込み・問合せ／福市社会福祉協議会

☎(53) 9123

イベント・その他

フードドライブ

ご家庭での余っている食品を寄付いただき、支援を必要としている世帯などへ提供する「フードドライブ」を実施します。寄付をお願いしたい食品は、「常温保存が可能なもの」で、「未開封」かつ「賞味期限が令和7年10月以降のもの」です。アルコール類を除きます。協力いただける方は、次の日時・場所へお持ちください。

七五三衣装

ご予約受付中



お子さんの成長を写真に残しませんか

還暦・喜寿・米寿

長寿の祝義も取り揃えております



JA女性部部員の方は利用料金より

10%引き!!

営業時間 月・火・木・金…9:00～13:00
土・日…9:00～15:00
水・祝日…休み

ご予約、お問い合わせは

JAみちのく村山

尾花沢地区女性部 貸衣裳室

☎0237-22-1708

ハチ、ハチの巣 駆除

ご相談ください!



大地総業株式会社

村山市中央2-4-8 (クスリのおおち内)

TEL0237-55-3777

ハチ駆除専用 070-5084-8940

法人・団体・個人向け



防災グッズ・災害用品

取り扱い開始!

「くらし応援券使えます」

お知らせ

日時 9月3日(水)

時間 午前9時～午後3時

会場 村山総合支庁北村山地域振興局

(楯岡笛田)

■問合せ／村山総合支庁保健福祉環境
部環境課

☎023(631) 8452

認知症予防カフェ

●おしゃべりカフェ「集い」

9月7日(日) 午後1時～3時

・在宅を支える家族の会(工藤)

☎090(2844) 1150

●「シャローム・ベテスダ」

毎週金曜日 午後2時～4時

・ベテスダ ☎35591

■問合せ／(福)市社会福祉協議会

☎539123

認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識と認知症の方への正しい対応方法を学びませんか。(事前申込制)

日時

①9月7日(日) 午前10時～11時30分

②9月19日(金) 午後2時～3時30分、

午後6時～7時30分

会場 市福祉センター 2階

申込締切 ①9月5日(金)、②9月18日(木)

■申込み・問合せ／(福)市社会福祉協議

会 ☎539123

北村山看取りシンポジウム

スペシャル2025

テーマ 「北村山看取りシンポジウム

10年の軌跡」(無料)

日時 9月6日(土) 午後2時～4時

会場 飯葉プラザ(オンライン併用)

対象者 一般市民・医療介護関係者

■問合せ／(一社) 北村山地区医師会

事務局(大貫) ☎552810

里芋収穫体験と芋煮会

恵屋農工房で収穫した里芋を使い農村文化保存伝承館で芋煮会をします。

定員 12人

日時 9月13日(土)

午前9時50分～

午後1時頃

集合場所 市民体育館

※各自、車での移動をお願いします。



参加費 3,000円(里芋1kgお

土産・昼食芋煮会・入浴券付)

申込締切 9月5日(金) 午後3時まで

■申込み・問合せ／(一社) 市観光物

産協会 ☎531351

ハロートレーニング

求職者支援訓練

①ウェブコンテンツ制作科

訓練期間 9月10日(水)～令和8年3月9日(月)

会場 よつばIoTカレッジ

対象者 求職者

定員 20名

受講料 無料(テキスト代等別途負担)

申込締切 8月25日(月)正午まで居住を

管轄するハローワークにご相談ください。

②エクセルから始めるパイソン・ウェ

ブアプリ入門科(フルオンライン)

訓練期間 9月25日(木)～令和8年3月24日(火)

対象者 求職者

受講料 無料(テキスト代等別途負担)

申込期限 9月5日(金) 正午

選考会 9月10日(水)

オンライン

申込方法 居住を管轄

するハローワークにご相談ください。

※詳細はホームページで確認ください。



ホームページ

■問合せ／よつばIoTカレッジ

☎530877

電磁石銃(コイルガン)の

無許可所持禁止について

銃砲刀剣類所持等取締法の改正に伴い、電磁石銃を所持している方は、令和7年8月31日までに手放すか、所持許可を申請しなければ、9月1日以降は不法所持となります。電磁石銃を所持している方は、所轄警察署に連絡してください。

■問合せ／村山警察署生活安全課

☎520110

自彊術体験会(無料)

自彊術は10年以上続く健康体操です。

健康体操でしなやかな身体をつくり、健康寿命を延ばしませんか。

日時 9月19日(金) 午後2時～3時30分

場所 楯岡地域市民センター

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、

運動できる服装、飲料水

定員 20名

■問合せ／(公社) 自彊術普及会東支部

☎090(2279)0103(土曜)

ひきこもりについて学ぶ会

期日 9月12日(金)

時間 午後1時30分～4時

場所 村山保健所(山形市)

定員 20名

参加費 無料

申込み 9月5日(金)まで

■申込み・問合せ／村山保健所保健企画課
☎023(627)1184

農サポやまがたからお知らせ

令和7年から農地中間管理事業の利
用には「手数料」のご負担をお願いし
ます。

農地中間管理事業を将来に向けて持
続的、安定的にご利用いただけるよう、
利用者の一部ご負担をお願いします。
ご理解とご協力をお願いします。

対象 令和6年10月公告以降に契約に
なったもの

手数料の額 年間賃料に0.75%を掛けた
額(年間賃料が1万円の場合の手数料
は75円)

納付方法 毎年の賃料支払い・納入時
■問合せ／(公財)やまがた農業支援
センター ☎023(631)0697

「野生きのこ」の放射性物質に注意

これから「野生きのこ」のシーズン
を迎えるにあたり、次のことに注意し
てください。

●「野生きのこ」は生育環境の違いに
より放射性物質の濃度にばらつきがあ
るため、出荷前の検査を徹底し、安全
性を確認してから出荷してください。

なお、出荷にはフリー
マーケットサイトな
どによる通信販売も
含まれますので注意
してください。



●特に「チチタケ」、「サクラシメジ」、
「コウタケ」は、過去に基準値を超え
る放射性物質が検出されています。自
主検査をし、安全性を確認しましょう。

■問合せ／村山総合支庁森林整備課普
及担当 ☎023(621)8285

『きっかけの祭典』を開催します

飢餓プラザの屋外で、参加者が何ら
かのアクションを起こすきっかけを得
るためのイベントを実施します。体験
型ブース、飲食ブース、むらやまし縁
結びたいによる結婚応援ブースなどが
出展します。

日時 9月13日(土) 午後3時～8時
場所 飢餓プラザ(屋外広場)

■問合せ／村山青年会議所
☎090(3469)5869(岡崎)

広告

うまい!! やさしい!!

かき氷

大好評の
限定かき氷販売中



振袖、袴のご予約受付中★

ママ振、はたち記念撮影用も
ご相談ください。

お席のご予約が可能です
火曜日定休日です
(臨時休業あり)

和かふえ はな

(駅西口 アンヘル華内)

0237-55-8257



和かふえはな
Instagram

広告

WANTED!

食用バラ契約栽培 農家 募集中!

いまの農業にこんなお悩みありませんか?

- ・反収がなかなか上がらない
- ・気候変動などのリスクを抑えたい
- ・災害に強い作物を育てたい
- ・市況価格に左右されたくない
- ・収益性の高い作物がなかなか見つからない
- ・遊休地・耕作放棄地を活用したい
- ・販路開拓が苦手(栽培に集中したい)



くらし応援券
つかえます!

エディブルフラワー(食用花)農家育成
全国ナンパーワン企業!

株式会社バラの学校〈ナカイローズファーム〉
村山市堀岡2-1-1 Link MURAYAMA内

担当直通携帯:

ローズローズ

090-4427-6262

参議院議員通常選挙 村山市の投票・開票結果

7月20日(日)に行われた参議院議員通常選挙の村山市における投票および開票結果についてお知らせします。

また、山形県選挙区の投票率は62.55%で、全国1位でした。(全国58.51%)

■問合せ／選挙管理委員会事務局 ☎内線401

■山形県選出議員選挙

当日の有権者数	18,538人
投票者数	12,219人
棄権者数	6,319人
投票率	65.91%

■山形県選出議員選挙 候補者別得票数(得票順)

はが 道也	5,367票
大内 りか	5,197票
佐藤 ともあき	1,163票
三井寺 修	318票
大貫 学	70票

■比例代表選出議員選挙

当日の有権者数	18,538人
投票者数	12,215人
棄権者数	6,323人
投票率	65.89%

■比例代表選出議員選挙 政党等別得票数(得票順)

自由民主党	4,362票	日本維新の会	293票
国民民主党	1,706票	日本保守党	275票
立憲民主党	1,245票	チームみらい	90票
参政党	1,014票	NHK党	75票
公明党	900票	再生の道	57票
れいわ新選組	844票	日本誠真会	34票
日本共産党	466票	無所属連合	29票
社会民主党	364票	日本改革党	4票

※投票者数と得票数の合計の差は、無効投票等です。

※小数点以下は切り捨てて表示しています。



お知らせ

MURAYAMA HotNews

イベント

クアハウス基点でのヨガ教室の参加者を募集

事前申込みが必要です。各コースとも、ヨガは、疲労回復や腰痛改善などのさまざまな効果が期待できます。
申込み者数が10人以上で開講します。

会場 クアハウス基点

参加費 4,800円(6回分、終了後温泉入浴可。)

・リラクゼーションヨガ(初級)

日時 9月11日、25日、10月9日、30日、11月13日、20日の木曜日 全6回 午前10時～11時 定員20名

講師 今 志麻氏(予定)

・代謝アップヨガ(初級～中級)

日時 9月3日、17日、10月1日、22日、11月5日、26日の水曜日 全6回 午後7時～8時 定員18名(中学生以上)

講師 今 志麻氏(予定)

・疲れリセットヨガ(初級～中級)

日時 9月9日、30日、10月14日、28日、11月11日、25日の火曜日 全6回 午後7時～8時 定員18名(中学生以上)

講師 相澤 恵氏

・自律神経を整えるヨガ(初級) ※5名以上で開講

日時 9月1日、22日、10月6日、27日、11月10日、17日の月曜日 全6回 午後2時～3時 定員18名

講師 増子 涼香氏

■申込み・問合せ／クアハウス基点 ☎(56)3351

募集

「はたちを祝う会」の企画や運営を行う実行委員を募集

自分たちの手で思い出に残る「はたちを祝う会」を作ってみませんか。

対象 平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれの方で、市内在住または市出身で就職進学などのため市外にお住いの方

活動内容 企画やそれに伴う準備、会の運営など

募集人数 8名程度（応募者多数の場合は
抽選で決定します）

応募方法 電話または応募フォームから応募ください。

応募締切 9月30日（火）

■問合せ／生涯学習課生涯学習係 ☎内線331



応募フォーム



募集

「S*mileタウンはやま」分譲地申込受付中

現在全5区画の分譲地の申込みを受付しています。学校、医療機関などに近く、住みやすい環境です。

また、子育て応援・定住促進事業補助金として最大325万円を補助し、マイホーム取得を支援します。

詳しくは市ホームページをご覧ください。

受付時間 平日午前9時から午後5時まで

受付場所 財政課（市庁舎2階）

※先着順に受付し決定しますが、

同時刻に複数申込みがある場合は、

後日抽選により決定します。

■問合せ／財政課管財係 ☎内線224



市ホームページ
「S*mileタウンはやま」

募集

市施設指定管理者募集

次の施設における令和8年度からの指定管理者を募集します。募集要項は各施設の担当窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロードすることができます。詳細はホームページでご確認ください。

申込期間 申請書：9月3日（水）～9月18日（木）、企画書等の書類：10月10日まで

■問合せ／・スポーツ施設（生涯学習課 ☎内線334）

・基点リバーサイド地区交流促進施設（農林課 ☎内線257）

・ふるさとふれあい学習館、バラ交流館（商工観光課 内線☎150）

・リンク村山（政策推進課活性化施設係（リンク村山）☎(48)8212）



市ホームページ
「指定管理者の募集について」

今号の題字

市民の友



大久保小学校 保科 慶さん

歴史が好きで、中でも日本や韓国の政治に興味があります。昨年の自由研究では太平洋戦争について調べました。

村山市長選挙

告示日 8月24日(日)

投票日時 8月31日(日) 午前7時～午後7時

■投票できる方

- ・平成19年9月1日以前に生まれた方（投票日現在で満18歳以上）で、令和7年5月23日までに村山市に住民登録をした方。
- ・令和7年8月15日以降、市内で投票所が異なる地区に転居した方は、転居前の投票所で投票してください。
- ・市外へ転出した方は投票できません。

■投票・開票

- ・投票は、午前7時から午後7時まで市内22か所の投票所で行います。
※村山市では、投票所の閉鎖時刻を1時間繰り上げますのでご注意ください。
- ・投票所は、送付される入場券に記載していますので、ご確認ください。
- ・投票所へ出かける時は、入場券を忘れずにお持ちください。
- ・開票は、午後8時から飴葉プラザで行います。

■入場券の発送

入場券は、8月25日以降、郵送で世帯ごとにお届けします。なくしたり、忘れた場合は、投票所で申し出てください。入場券が届かなかったり、不明な点があれば選挙管理委員会事務局にご連絡ください。

■期日前投票

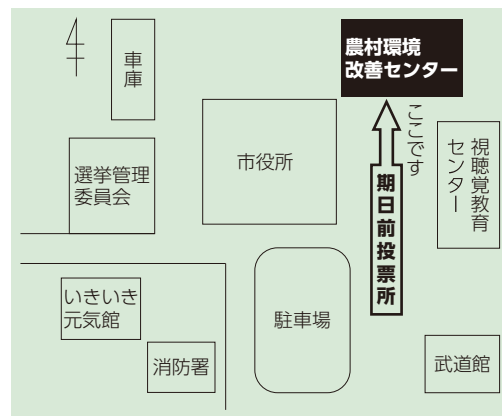
仕事や旅行などで投票日に投票できない場合は、期日前投票ができます。期日前投票をする場合は、入場券裏面の宣誓書に必要事項を記入してお持ちください。

期 間：8月25日（月）～8月30日（土）

時 間：午前8時30分～午後8時

会 場：村山市農村環境改善センター

持ち物：入場券（入場券が届く前でも期日前投票はできます。）



■不在者投票

病院や老人ホームなどに入院・入所中の方は不在者投票ができます。各施設に申し出てください。また、郵便等投票証明書をお持ちの方や仕事などで長期間市外に滞在する方など、不在者投票についての詳細は、早めに選挙管理委員会事務局まで問い合わせください。

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎内線401

健康むらやま

9月の成人向け検診日程

■特定健診、胸部・大腸がん・胃がん検診

9月1日(月) 飩葉プラザ

西郷地域市民センター

9日(火) 大久保地域市民センター

10日(水) 市民会館小ホール

12日(金) 富本地域市民センター

19日(金) 戸沢地域市民センター

21日(日) 飩葉プラザ

22日(月) 大淀公民館

■人間ドック (男性)

9月4日(木)、8日(月)、18日(木)

■人間ドック (女性)

9月1日(月)、5日(金)、25日(木)、30日(火)

■レディース検診

9月6日(土)、19日(金)、29日(月)

会場の記載がない場合は、市保健センターです。

詳しくは保健課へ問い合わせください。 **■保健課** ☎内線132・138

フッ素塗布

受付時間、持ち物は個人通知をご確認ください。時間になったら市保健センター 2階にお入りください。

期日 9月19日(金)

■2歳6か月児

対象 令和5年1月15日～

2月9日生

■3歳児

対象 令和4年9月11日～

9月19日生

歯科検診

受付時間、持ち物は個人通知をご確認ください。

期日 9月9日(火)

■2歳児

対象 令和5年8月25日～

10月24日生

乳幼児健診

■3～4か月児

期日 9月3日(水)

受付 13:00～13:20

持ち物 母子健康手帳、健診問

診票、バスタオル

対象 令和7年4月5日～

5月19日生

■3歳児

受付時間、持ち物は個人通知をご確認ください。

期日 9月19日(金)

対象 令和4年3月1日～

4月19日生



9月の献血日程



■期日・会場・時間	1日(月) 北郡信用組合本店	13:30～15:30
	4日(木) みちのく村山農業協同組合本店	9:30～11:30
	不二工業株式会社	13:30～15:30

休日診療所 (市保健センター) ☎(55)2972

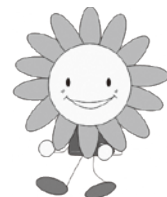
■診療日時 日曜日、祝日、休日 9:00～12:00、13:00～16:00

■持ち物 健康保険の情報がわかるもの(健康保険証、マイナ保険証(スマートフォンに登録されたマイナ保険証は利用不可)、資格確認書、資格情報のお知らせ)、医療証、お薬手帳(お持ちの方)

※受診される方は事前に電話で問い合わせください。時間を調整させていただきます場合があります。

また、お支払いは現金のみです。(クレジットカード、電子マネーはご利用できません)

気軽に**ふら**っと参加できるフィットネス(参加無料・事前申込不要)



市健康づくりキャラクター
ぽっぴー

みんなで楽しく、お得に健康になれる運動教室を毎月実施しています。
講師にウェルベース村山のトレーナーを迎え、テーマに合わせた運動を行います。

8月のテーマ「動きやすい身体へ! 腰・膝痛み改善教室」

持ち物 運動に適した靴、飲み物、タオル、動きやすい服装

*夜クラスでは、開始前の午後6時30分から7時までウェルベース村山のジムエリアを利用することができます。

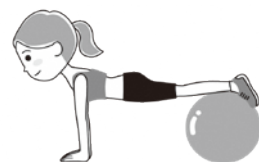
夜クラス
8月25日(月) 午後7時から8時
ウェルベース村山

9月以降の日程は市ホームページからご確認ください。



市ホームページ
「ふら・フィット」

「クア de トレーニング」 「クアトレ運動講座」



■問合せ／保健課健康指導係 ☎内線137

「忙しいから」「続かないから」といった理由で運動を先延ばしにしていますか。今の小さな積み重ねが、未来の健康をつくれます。自分に合った運動を一緒に見つけましょう。「クアトレ運動講座」では、あなたの健康づくりをサポートします。

ぜひお気軽にご参加ください。参加は無料です。

	内容	場所	昼コースA	夜コース	昼コースB
			10:00～11:30	18:30～20:00	10:00～11:30
1回目	「ダンベル筋トレ」 全身の筋肉トレーニングで基礎代謝アップ	クアハウス基点	9月16日(火)	9月4日(木)	11月18日(火)
2回目	「ノルディックウォーキング」 歩きの質を高めるウォーキング体験	市民体育館	9月30日(火)	9月18日(木)	11月25日(火)
3回目	「バランスボール」 体幹を鍛えるトレーニング	クアハウス基点	10月7日(火)	10月2日(木)	12月23日(火)

対象者 市内在住の40歳から64歳の方

定員 各コース15名（申込みが5名に満たない場合は中止とします）

持ち物 室内シューズ、タオル、飲み物、バスタオル（ストレッチの際に敷いて使用します）

講師 クアハウス基点 ヘルスケアトレーナー

申込み 電話もしくは申込フォームから

申込み期間 8月15日(金)～9月1日(月)まで



申込フォーム

イベント 掲示板

最上川美術館



最上川美術館
ホームページ

■常設展示室

第7回最上川芸術祭2025 『金子朋樹展 Mother / 母なる山河－自ずから然りー』

期間 9月5日(金)から10月14日(火)まで

現在、東北芸術工科大学の准教授で日本画家の金子朋樹先生。山形県の母なる川・最上川と山々をテーマに描いた壮大な作品をぜひご覧ください。

◇金子朋樹展ギャラリートーク 9月6日(土)13:30～14:30

公開制作 9月6日(土)15:00～16:30

9月7日(日)10:00～12:00、13:30～16:30



「Fog／朝霧－コノハナサクヤヒメー」
2024年制作 金子朋樹

■企画展示室

真下慶治 特別企画「大淀・三難所展」

期間 9月5日(金)から10月14日(火)まで

美しい景観の大淀と最上川三難所を真下が描いた作品を展示します。

「土と炎に魅せられて」－信楽 荒川 智 陶芸展

期間 9月2日(火)まで 好評開催中！

■学習室

美術館で朝ピアノ 1日1組限定！

9月～11月の毎週日曜日、午前8時30分～9時まで日曜日の朝、最上川の景色を眺めながらグランドピアノを弾いてみませんか。子どもから大人までどなたでも申し込みできます。事前予約が必要です。申込フォームまたは電話で申し込みください。



申込フォーム

3歳児健診 虫歯ゼロのめんごたち



いしかわ ふうかさん



おおやま れんとさん



おざき かのあさん



くろさか ゆいとさん



こばやし しゅいさん



さいとう えまさん



さとう はなさん



せの こあさん



ほしな あおばさん



やくわ あおとさん

ぽっぴーの
健康
コラム

〔健康づくり計画 理念目標〕

つなげよう、人の輪！ 広げよう、健幸の輪！



栄養と食生活



市健康づくりキャラクター
ぽっぴー

「栄養成分表示」を味方に健康づくり！

「**栄養成分表示**」とは、食品に「どのような栄養成分」が「どれくらい含まれているか」を一目でわかるようにしたものです。みなさんも市販されている食品の容器や袋、お弁当などで見かけたことがあるのではないのでしょうか？

「栄養成分表示」には どんなことが書かれている？

容器包装された加工食品には、食品表示法により**熱量（エネルギー）**、**たんぱく質**、**脂質**、**炭水化物**、**食塩相当量**の項目の表示が義務化されています。この5つの項目は、生きていく上で欠かせないものであり、**生活習慣病**とも深く関わっています。栄養成分表示を参考に、あなた自身そして、あなたの家族や大切な人たちの健康づくりに役立ててください。

👉 健康づくりのヒント

栄養成分表示 1食（〇g）あたり	
エネルギー	Kcal
たんぱく質	g
脂質	g
炭水化物	g
食塩相当量	g

肥満ややせすぎの予防のため、食品のエネルギー値と体重をチェック
生活習慣病予防や虚弱予防のために、適正体重を維持します。

たんぱく質、脂質、炭水化物の量を見て、食事の質をチェック
生活習慣病予防のために、たんぱく質、脂質、炭水化物を
バランスよく取ります。

高血圧予防のため、食塩相当量をチェック
1日あたりの食塩摂取目標量 7g 未満



開催中の特集 期間：8月31日(日)まで

『夏休みおうえん』特集 自由研究や工作、感想文など、夏休みの宿題の参考になる本を展示・貸し出します。

『昭和100年』特集 今年、昭和で数えると「100年」にあたります。100年間の出来事を本の中で、懐かしみ、振り返ってみませんか。また、そのころを知らない人も楽しんでみることができます。

『こわい本』特集 夏といえば、怪談！こわい話、ちょっとこわい昔話や絵本などを集めて、貸し出しています。大人向けのホラーもありますよ。

『フルーツ』特集 山形県で今年、「いちずにかじつ150年」を掲げています。それに合わせて、児童向けの「フルーツ」の絵本等を集めました。おいしそうなフルーツ、本で見て楽しんでください。

新しい本が入りました ※貸し出し中の場合は予約が出来ます



暑い夏にうってつけの「外国のこわいお話」です。



日本人の古くからの文化・信仰についての本です。見るだけでも楽しいです。

開館時間変更のお知らせ

むらやま徳内まつり期間中、図書館の開館時間が次のとおり変更になります。

■変更後日時 8月22日(金) 9:00～16:00、8月23日(土) 9:00～12:00、8月24日(日) 9:00～12:00

市立図書館
☎(55)2833
FAX(55)7251

開館時間 9:00～19:00 〈月曜～金曜日は1階閲覧席、2階学習室は21:00まで開放〉
休館日 第4月曜日、年末年始、特別整理期間

日曜市役所 (開庁時間 8:30～12:30)

市役所代表電話 ☎(55)2111 市民環境課 ☎内線111

窓口にお越しの際は免許証やマイナンバーカードなどの顔写真がついた身分証明書をお持ちください。

なお、日曜市役所では証明書等発行業務のみの取扱いになります。住所異動の手続き、保険証の切換えなどはできません。

●住民票と印鑑登録証明書は、コンビニなどにあるマルチコピー機で取得可能です。

※利用時間 6:30～23:00 (システムメンテナンス時を除く)

■諸証明を発行 (次のものが発行できます)

- ・住民票の写し ・戸籍の写し ・戸籍の附票の写し
- ・印鑑登録証明書 ・納税、所得、資産、課税の証明書

■原付バイクやトラクター等の登録・廃車

■マイナンバーカードの申請補助

■マイナンバーカードの受取り (8月17日を除く)

■マイナンバーカード電子証明書の更新 (8月17日を除く)

今月の納税
納期限 9月1日(月)

納税標語コンクール入賞作品「納税は ぼくらの未来の 第一歩」

市民税・県民税・森林環境税 (2期)、固定資産税・都市計画税 (2期)、国民健康保険税 (2期)、後期高齢者医療保険料 (2期)