

広報 市民のみなさんの読みたい! 知りたい! に応えます。

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。 2023. 05. 15 No.1367

そば・バラ・徳内ばやしのみち

むらやま

MURAYAMA



次の世代へ引き継ぐ魅力ある村山市

村山市役所
TEL:55-2111 (代)
FAX:55-6443
www.city.murayama.lg.jp



東沢バラ公園 バラまつり2023開催

まつり期間 6月2日(金)～30日(金) 開園時間 午前9時～午後5時
入園料 大人600円、小・中学生300円(団体15名以上で100円引き)

市民の皆さんは、村山市民であることがわかるもの(運転免許証、マイナンバーカード等)を入園券販売所にご提示ください。無料で入園できます。

※有料期間および開園時間は開花状況等により変更する場合があります。

～バラまつり期間中の車両通行止めについて～

通行止め日時 土曜・日曜日 午前10時～午後3時

公園駐車場入口から先への車両通行を制限します。湯沢地区方面への通り抜けや公園への進入もできません。また、児童遊園等にお越しの方は、バラ公園駐車場または臨時駐車場をご利用ください。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■問合せ/商工観光課観光交流係 ☎内線 154、(一社)市観光物産協会 ☎(53)1351

ブルガリア新体操ROSE CAMP2023 公開演技会 チケット販売開始

東京五輪で金メダルを獲得したブルガリア新体操チームのパフォーマンスや現役個人選手の演技など内容盛りだくさんの公開演技会を開催します!

■日 時 7月1日(土) 開場 正午 開会 午後1時30分

■会 場 市民体育館

■チケット 販売期間 5月15日(月)～6月23日(金) ※予定枚数終了次第販売終了

料金 一般前売り 1,000円、一般当日 1,500円、

高校生以下、障がい者 無料 ※学生証、障がい者手帳等が必要になります。

■販売先 チケットぴあ、(一社)市観光物産協会(JR村山駅東口1階) ※平日のみ、

愛亭(JR村山駅2階) ※土曜・日曜日のみ

■問合せ/生涯学習課 ☎内線 332、(一社)市観光物産協会 ☎(53)1351、愛亭 ☎(52)5222



スポーツ振興くじ助成事業



チケットぴあ

新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

■問合せ／保健課保健係 ☎内線131

■小児（5歳～11歳）、乳幼児（6か月～4歳）の接種について

6月から8月の小児および乳幼児の接種日は下記のとおりです。接種を希望される場合は下記のコールセンターで予約してください。

1回目を予約しても2回目以降は予約されませんので、接種間隔に注意してそれぞれ予約してください。接種についての詳細は、市ホームページまたは郵送している案内でご確認ください。

■注意事項

- ・予約開始日時は接種希望月の前月の第3木曜日（6月：5月18日、7月：6月15日、8月：7月20日）の午前9時です。
- ・予約締切日は接種を希望する週の月曜日です。
- ・接種には保護者の同伴が必要です。
- ・各予約日、定員になり次第受付終了になります。



市ホームページ

■接種予約受付【市ワクチン接種コールセンター】

午前9時～午後5時（平日のみ）

☎0120(69)5617 または ☎0237(48)9977

※予約開始日は回線が混み合い繋がりにくい場合があります。時間をおいて再度おかけください。

■持ち物

- ・接種券付き予診票
- ・おくすり手帳（持っている方）
- ・母子健康手帳

●小児（5歳～11歳）

- ワクチン 初回接種（1、2回目）は小児用従来型ワクチン
追加接種（3回目以降）は小児用オミクロン株対応ワクチン

医療機関	6月～8月の接種日	受付時間
たておか小児クリニック	第1、第4土曜日	正午～午後0時30分 午後0時30分～1時
羽根田医院	<u>追加接種（3回目以降）のみ予約可</u> 毎週土曜日	午前10時～11時30分

●乳幼児（6か月～4歳）

- ワクチン 乳幼児用従来型ワクチン

医療機関	6月～8月の接種日	受付時間
羽根田医院	第1、第4土曜日	午前10時～11時30分

村山市新型コロナウイルス感染症対策本部を廃止しました

■問合せ／防災対策課防災危機管理係 ☎内線281

令和2年3月5日に設置した、村山市新型コロナウイルス感染症対策本部を、新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行したことに伴い、5月8日付けで本部を廃止しました。

なお、「第9波」が警戒されており、市の施設では、市民の皆さんが、安心してご利用いただけるよう、当面の間、自主的にマスクの着用や窓口用のパーティションの設置などの取組みを継続しています。



村山市重点作物推進事業

サクランボ 優良園地視察研修会・立木審査会を開催

■申込み・問合せ／農林課農業振興係 ☎内線 251

新 サクランボ優良園地視察研修会

令和4年度のサクランボ品評会入賞者の園地で、関係機関の講師が優良な栽培技術のポイントを解説します。サクランボ生産者の皆さん、ぜひ、品評会入賞者の技術を視察してみませんか。

- 日 時 6月13日(火) 午前9時開会
- 場 所 軽部進一氏 園地 (大久保)
(村山市産サクランボ品評会令和4年度最優秀賞受賞)
※現地集合となります。
- 内 容 サクランボ「佐藤錦」の栽培技術の現地解説
- 講 師 北村山農業技術普及課
- 申込方法 6月9日(金)まで農林課へ申込みください。
※申込みは、先着20人までとなります。
※申込者には、集合場所や参加方法等の詳細を直接ご連絡します。



新 サクランボ立木審査会

高品質な市内産農作物を手掛ける農家の皆さんのさらなる技術向上と普及を目的に、市重点作物「サクランボ」の立木審査会を開催します。

サクランボ生産者の皆さん、ぜひ、ご自身の技術を確認してみませんか。

- 日 時 6月13日(火) 午前10時～午後3時
※日時は、市全域の生育状況等により変更になる場合があります。変更になった場合、申込者に直接ご連絡します。
- 審査対象 サクランボ「佐藤錦」
- 審査方法 参加者の園地を巡回し、樹形、実の大きさ・数・着色、園地の管理状況などを審査
- 参加賞 5,000円
※審査の結果、優秀な参加者には賞品を贈呈します。
- 審査委員 北村山農業技術普及課、みちのく村山農業協同組合、各参加者
- 申込方法 6月2日(金)まで農林課へ申込みください。
※申込みは、先着10人までとなります。
※申込者には、参加方法等の詳細を直接ご連絡します。

村山市会計年度任用職員募集 (追加募集)

■募集職種 (勤務場所) ・事務補助員 (市役所本庁他) ・調理員 (西郷小学校)

■勤務条件 ・事務補助員 賃金 月額 134,900円～136,900円
勤務 週5日 (週35時間)、午前8時30分～午後4時30分

・調理員 賃金 月額 139,000円
勤務 週5日 (週35時間)、午前8時30分～午後4時30分



市ホームページ

■雇用期間 7月1日～令和6年3月31日

■受付期間 5月15日(月)～31日(水) ※平日のみ ■選考日時・内容 6月14日(水)・面接選考および書類選考

■申込書の配布 総務課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もできます。

※報酬、勤務条件などの詳細については、「村山市会計年度任用職員採用試験案内」をご確認ください。

■申込み・問合せ／総務課職員係 ☎内線 214



市役所からのお知らせ

6月1日は人権擁護委員の日

◎人権なんでも相談所

女性・子ども・高齢者などをめぐる人権の問題やインターネット上の人権侵害、新型コロナウイルス感染症に関連した差別などの、さまざまな相談に人権擁護委員が応じます。気軽ににご相談ください。事前申込み不要。直接会場にお越しください。

期日 6月4日(日)

時間 午前10時～午後3時

会場 甌葉プラザ

■問合せ／総務課 ☎内線 211

お知らせ

農業委員会からのお知らせ

◎国民年金に加入している農業者の方へ

農業者年金に加入しましょう。申込みは、農業委員会事務局またはJAみちのく村山各支店で受け付けています。

加入資格 年間60日以上農業に従事し、60歳未満で国民年金第1号保険に加入している方

保険料 月額20,000円～67,000円

◎農業者年金受給権者の方へ

農業者年金を引き続き受給するため現況届を提出してください。

提出期間 6月1日(木)～30日(金)の平日

受付場所 農業委員会事務局

■問合せ／農業委員会事務局 ☎内線 261

野外焼却は禁止

基準に適合した焼却炉以外での廃棄物の焼却は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により原則禁止され、違反した場合は罰則対象となっています。不法焼却は

ダイオキシンの有害物質を発生させ、甚大な健康被害を招く危険性があります。また、悪臭・煙害・火災などで地域住民の方に迷惑をかけることとなります。

■問合せ／市民環境課 ☎内線 116

国の特別天然記念物 カモシカに遭遇したら

カモシカに遭遇したら次のように対応してください。

◎生きているカモシカを見かけたら

- ・近づかない
- ・逃げ道をふさがない
- ・立ち去る、見守る、おどろかせない

◎元気な場合 保護(捕獲)は原則として行いません。静かにその場所を離れてください。カモシカが興奮していなければ、生涯学習課へ連絡する必要はありません。

畑等に居つく場合は、山へ追いやってください。

◎動けなくなっている場合 周囲に人がいれば接近しないよう注意し、速やかに生涯学習課へ連絡してください。

■問合せ／福祉課 ☎内線 9123

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 6月1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

警察官採用試験

申込方法や試験内容など詳細は、問い合わせください。また、日程が変更になる場合がありますので、必ず受験案内や山形県警察ホームページでご確認ください。



山形県警察ホームページ

◎警察官A

第1次試験日 7月9日(日)

受験資格 昭和63年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方、または令和6年3月31日までに卒業見込みの方

申込締切 6月12日(月)

◎警察官B

第1次試験日 9月17日(日)

受験資格 昭和63年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、警察官Aの受験資格以外の方

申込期間

7月14日(金)～8月28日(月)

問合せ／村山警察署

☎0110 (52)

催し・その他

介護家族の会

介護者相互の交流を行います。参加無料。直接会場にお越しください。

期日 5月20日(土)

時間 午後1時30分～3時30分

場所 楯岡地域市民センター会議室

問合せ／在宅介護を支える家族の会(工藤)

☎090(2844)1150

北村山吹奏楽団

グリーンコンサート2023

北村山吹奏楽団名物「紅白吹奏合戦」、吹奏楽曲のほか、昭和から令和までの歌謡曲をメドレーで演奏します。ぜひ、お越しください。

日時 5月21日(日) 午後2時開演

会場 市民会館大ホール

入場料 500円

(中学生以下無料)

問合せ／北村山吹奏楽団(森村)

☎080(5733)3058

落語家林家三平師匠講演会

楽しいお話と落語独演会です。入場無料、事前申込制。

日時 5月24日(水) 午後2時～3時30分

会場 村山市民会館 小ホール

申込み・問合せ／(公社)村山法人会 ☎(55)2555

認知症カフェ

●問合せ・名称・日時

・ベテスタ ☎(54)3591

・ベテスタ ☎(54)3591

シャローム・ベテスタ

毎週金曜日 午後2時～4時

在宅介護を支える家族の会(工藤) ☎090(2844)1150

おしゃべりカフェ「集い」

6月4日(日) 午後1時～2時

問合せ／福市社会福祉協議会 ☎(53)9123

あずだす料理教室「春」

笹巻き、しそ巻きを作ります。

事前申込制。定員20人。

日時 6月9日(金) 午後1時30分

会場 農村伝承の家

参加費 1,000円

持ち物 長靴、ハサミ、汚れてもいい服装、マスク、エプロン、三角巾、タッパー2個

申込み・問合せ／農村文化保存

伝承館 ☎(53)3277

業務拡大につき正社員大募集!!

創立96年の歴史、鉄鋼会社

月給230,000円～
350,000円

- ・社会保険完備・通勤交通費あり
- ・作業服支給・賞与年2回
- ・昇給年1回

仕事内容：鋼材の販売営業(磨棒鋼販売)

資格：高卒以上、普通免許、50歳以下
(長期勤務によるキャリア形成のため)
(中型・大型免許あり優遇)

就業時間：8:30～17:30

休日：週休完全2日以上、年次有給休暇、

GW、夏季休暇、年末年始休暇

その他：使用期間6か月(条件変更なし)

受動喫煙防止対策：屋内禁煙

(屋外に喫煙所あり)

林精鋼株式会社
山形営業所



村山市本飯田字柳堤 2486-192
TEL 55-4830 (採用担当:阿部)

お知らせ

アフィリエイトイベント

アフィリエイト講座や広告向けのセミナーなど初心者向けのイベントです。事前申込制。参加無料。各日定員50人。詳細は、ホームページをご覧ください。



S.E.Onetop 合同会社
ホームページ

期日 6月9日(金) 広告主・事業者向け、10日(土) 個人向け
会場 よつばIoTカレッジ
講師 滝口誠氏(S.E.Onetop合同会社)、笠井北斗氏(日本アフィリエイト協議会)
※オンライン視聴も可能です。
■申込み・問合せ/S.E.Onetop合同会社 ☎0100(53)

保護者のための ネットリテラシー講座

子どもがインターネットに関わる中で気を付けるべきことをお伝えします。定員15人。参加無料。



よつばIoTカレッジ
ホームページ

事前申込制、6月14日(水)までWEBまたは電話で申込みください。

日時 6月16日(金) 午後6時～8時
会場 よつばIoTカレッジ

対象者 小中学生のお子さんを持つ保護者の方、興味のある方

■申込み・問合せ/よつばIoTカレッジ ☎0877(53)

無料テニス教室の案内

経験者はもちろん初めての方でも気軽にお越しください。

期日 6月14日～7月12日の毎週水曜日 全5回

時間 午後7時30分～9時30分
場所 金谷テニスコート

■問合せ/市テニス協会(堅木) ☎090(2368)0070
メール hirosi3745@gmail.com

自動車税種別割の納期限

自動車税種別割(県税)の納期限は5月31日(水)です。

お近くの金融機関、郵便局、各総合支庁税務担当課、コンビニエンスストアのほか、自宅等でクレジットカードやスマートフォン決

済アプリを利用した納付もできません。

忘れずに納期限まで納めましょう。

■問合せ/村山総合支庁北村山税務室 ☎8621(47)

河川伐採木を無償提供

日時 5月28日(日) 午前8時～

(なくなり次第終了)

場所 東根市大字若木

(村山野川若木橋上流左岸)

申込期間 5月15日(月)～26日(金)

※詳細は県ホームページよりご確認ください。



県ホームページ

■申込み・問合せ/村山総合支庁北村山河川砂防課 ☎8681(47)

おくりものありがとう

●楯岡小学校へ

・佐藤とし子さん(東根市)、齊藤千草さん(東根市)がタワー型展示台1台

●西郷小学校へ

・同校令和4年度卒業生一同が紅白幕1セット

●戸沢小学校へ

・同校令和4年度卒業生保護者一同が会議用テーブル5台
・同校令和4年度保護者一同が児童図書81冊

●袖崎小学校へ

・そでさき元気っ子がサイネリア18鉢

●富並小学校へ

・同校令和4年度卒業生一同がマイクスタンド2セット
・同校PTAが児童図書31冊

・佐藤義紀さん(天童市)が子どもの読書活動優秀実践校文部科学大臣表彰記念文庫児童図書44冊、あじさいキッズ憲章・富並小キャラクター制定記念クリアファイル70部

●楯岡中学校へ

・同校令和4年度卒業生一同がスタンダードテント3張
・同校令和4年度保護者一同がブックトラック2台、生徒用図書261冊
・笹原聡さん(山形市)が絵画『夏の断章』油彩F80号1点
・村岡久光さん(楯岡)が充電式丸ノコ1台

MURAYAMA HotNews

北村山視聴覚教育センターだより

◎土曜日の一般公開

予約優先です。センターホームページ内のリンクまたは電話（☎(53)0695）でご予約ください。

・映画 時間 午前10時～（約25分間）

5月 絵本特集

20日 にゃーご ほか

27日 こんにちはたまごにいちゃん ほか

6月 トムとジェリー特集

10日 あべこべ物語 ほか

17日 ジェリーの日記 ほか

※6月3日(土)は休館

・プラネタリウム「季節の星座」 時間 午前10時40分～（約40分間）

■問合せ／北村山視聴覚教育センター ☎(55)4211

市議会6月定例会の日程

6月定例会の予定は次のとおりです。皆さんの傍聴をお待ちしています。なお、本会議および委員会などの様子はインターネット中継でもご覧いただけます。

日時・会議名

5月30日(火) 午前10時～ 議会運営委員会

6月 5日(月) 午前 9時～ 全員協議会

午前10時～ 本会議

終了後 予算特別委員会

終了後 全員協議会

9日(金)、12日(月)、13日(火)

午前10時～ 市政に対する一般質問

15日(木) 午前10時～ 予算特別委員会

6月 16日(金)、19日(月)

午前10時～

常任委員会

21日(水) 午後1時30分～

常任委員長会

午後2時30分～

議会運営委員会

22日(木) 午後1時30分～

全員協議会

午後2時30分～

予算特別委員会

終了後

本会議

※一般質問と常任委員会は質問者数および案件数により期間が短縮される場合があります。

※今議会への請願・陳情の締切りは5月26日(金)です。

※会議を追加または変更する場合がありますので、市ホームページでご確認ください。

■問合せ／議会事務局 ☎内線312



市ホームページ

大倉フットパスイベント

「居合の道～ルーツを訪ねて～コース」(約5.5km)を歩きます。林崎甚助重信公ゆかりの場所を巡るコースです。軽食の持ち帰りがあります。大倉地域市民センターに6月1日(木)まで申込みください。

日時 6月11日(日) 午前9時集合～正午 定員 先着20名

集合場所 大倉地域市民センター 参加費 中学生以上1,000円、小学生700円(ガイド料、保険料を含む)

■申込み・問合せ／大倉地域市民センター ☎(55)2417

採れたて山菜を天ぷらにしてそばと食べよう

山野で山菜採りを楽しんだ後は、収穫した山菜を天ぷらにして手打ちそばと一緒に堪能します。定員15人。

日時 6月9日(金) 午前8時50分集合～午後1時頃

集合場所 山の内やまばと

参加費 1人3,000円(体験料、ガイド料、昼食代)※当日お支払いください。

申込締切 6月5日(月)

■申込み・問合せ／(一社)市観光物産協会 ☎(53)1351

今号の題字

市民の友



富本小学校

おがた だいすけ
尾方 大輔 さん (11才)

村山市のそばは最高においしいです。

- 日 時 7月22日(土)、23日(日) 午前10時～午後4時
- 対 象 者 一般出店の場合は市内事業者、キッチンカーの場合は市外事業者でも構いません。
なお、飲食の場合は、臨時飲食店営業許可を取得している事業者とします。
- 出店場所 メインエントランス前(施設北側)、サブエントランス前(施設南側)
- 出店規格 一般出店の場合は約3m×3m、キッチンカーの場合は中型自動車程度とします。
- 出 店 料 無料 ■出店数 最大10店舗程度
- 申込締切 6月9日(金) ■その他 電源等、準備物が必要な場合は、各自でご準備ください。
※出店補償はありませんのでご了承ください。
※施設のテナント出店と重複する場合は、お断りする場合があります。

イベント 掲示板

■問合せ / 最上徳内記念館 ☎(55)3003、最上川美術館 ☎(52)3195
 開館時間 / 午前9時～午後5時 休館日 / 水曜日
 臨時休館日 / 最上川美術館 6月15日(木)
 入館料 / 大人300円、高校生以下無料 (JAFカードおよびSDカードを提示していただくと割引が受られます。)

| 最上徳内記念館

■故郷ゆかりの古地図展

最上徳内は日本全図や国後・択捉などの北方地図を描きましたが、地図は古来から私たちの身近にあって、さまざまな情報をもたらしています。

今回の企画展は、私たちの故郷村山市をはじめ、近隣の町や村を描いた古地図にスポットを当てて展示します。隣接する地名や市内の地名が記載された親しみ深い村絵図や城絵図、さらに伊能忠敬が作成した「伊能中図(2分の1縮刷版)」も展示予定です。

皆様のご来館をお待ちしています。

期間 5月19日(金)から6月27日(火)まで



楯岡治筆図：市立図書館蔵

| 最上川美術館

■常設展示室 ・真下慶治 一美の軌跡—最上川I～黎明～

期間 6月13日(火)まで

■企画展示室 ・高橋誠 日本画展 一光の風景—

米沢市出身の日本画家・高橋誠氏の作品展。日本やイタリアなどの世界各地を巡り出会った光の風景を美しい岩絵具で描いた日本画の世界をお楽しみください。

期間 6月13日(火)まで

・日本画ワークショップ(事前予約制)

天然岩絵具や胡粉などを使い、本格的な日本画体験ができます。

日時 5月28日(日) 午後1時30分～3時30分 定員 20名 材料費 500円

日本画ワークショップ
申込みフォーム→



■学習室 ・美術館で朝ピアノ 1日1組限定(事前予約制)

さわやかな日曜日の朝に美しい景観を見ながら、ピアノを弾いてみませんか。子どもから大人まで、どなたでも申込みできます。中学生以下の方は保護者の同伴が必要です。

日時 5月、6月の毎週日曜日 午前8時30分～9時

申込方法 最上川美術館に電話または右の申込みフォームから申込み

美術館で朝ピアノ
申込みフォーム→



「北天」2020年 高橋誠 作

乳幼児健診

受付時間、持ち物は個人通知をご確認ください。

■ 4か月児健診

期日 6月28日(水)

対象 令和5年2月生

■ 1歳6か月児健診

期日 6月20日(火)

対象 令和3年10月16日～11月30日生

■ 3歳児健診

期日 6月13日(火)

対象 令和元年11月26日～令和2年1月31日生

フッ素塗布

個人通知はありません。時間になったら保健センターにお入りください。

期日 6月①13日(火)、②20日(火)

受付 12:45～13:15

持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、バスタオル

■ 2歳6か月児

対象 ①令和2年11月1日～15日生

②令和2年11月16日～12月10日生

■ 3歳児

対象 ①令和2年5月11日～6月10日生

②令和2年6月11日～30日生

有毒植物の 食中毒に注意！

有毒植物を野菜や山菜と間違え食中毒となるケースが毎年発生します。誤食を防ぐために次のことに注意しましょう。

- ・食用と確実にわかるものしか採らない、食べない。
 - ・山野では、山菜と有毒植物が入り混じって生えていることが多いため、念入りに確認する。
 - ・安易に譲り渡したり、譲り受けたりしない。
 - ・吐き気やしびれ等の体調不良がみられた場合は、残品を持って早急に医療機関で受診する。
- ※詳しくは、「有毒な山野草に御注意を」(県ホームページ)をご覧ください。



[有毒な山野草に御注意を]
県ホームページ→

まちかど保健室(健康相談)

日時 6月2日(金) 10:00～11:30 受付

会場 甌葉プラザ1階 ロビー

5月の献血日程

期日 24日(水)

時間・場所

9:30～11:00 株式会社楯岡ハム

13:00～15:30 高谷建設株式会社

休日診療所 ☎(55)2972

■会場 保健センター

■診療日 日曜日、祝日、休日

■診療時間 9:00～12:00、13:00～16:00

■持ち物 保険証、お薬手帳(持っている方)

※受診される方は事前に電話でお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。

プラスワン

～健康のために今からできる+1～

今年度のほっぴーコラムでは、今から始められる健康のための取組みを紹介していきます。これからも健康で過ごすために、皆さんも「できそう」「やってみよう」と思えるものを、ぜひ1つでも見つけ、今の生活に+（プラス）して取り組んでみてくださいね。

今月のテーマ「がんについて」

「がん」は、日本人の2人に1人が一生のうちにかかるとされており、死亡原因第1位に挙がる病気でもあります。「がん」は **予防・早期発見・早期治療** の3つが重要です。

予防

市で取り組んでいる“市民のためのがん予防6か条”を紹介します。

- ①喫煙 たばこは吸わない。他人のたばこの煙をできるだけ避ける。
- ②飲酒 飲むなら、節度ある飲酒をする。
- ③食事 食事は偏らずバランスよくとる。
- ④身体活動 日常生活を活動的に過ごす。
- ⑤体形 成人期での体重を適正な範囲に維持する。(太りすぎない、やせすぎない)
- ⑥感染 肝炎ウイルス感染の有無を知り、感染している場合はその治療の措置をとる。

早期発見

多くのがんは早期に発見されれば治る可能性が高く、発見が早いほど治療における身体への負担や経済的な負担は軽いと考えられます。

国が推奨するがん検診は胃がん・子宮頸がん・肺がん・乳がん・大腸がんの5種類です。

がんの初期は無症状なことが多いため、検診を受けないとわかりません。40歳になったら胃がん・肺がん・乳がん・大腸がん検診を、20歳になったら子宮頸がん検診を、健康診断に併せて受診し、早期発見に努めましょう。

早期治療

がん検診は受けて終わりではありません。がん検診の結果が「要精検」の場合は、がんの疑いがあります。早期治療に繋げるためには、検診後の詳しい検査が大切です。

次回

本当は怖い？歯周病



市健康づくりキャラクター
ほっぴー

☆移動図書館巡回日程☆(5月15日～6月末)

会場	5月	6月	時間
楯岡小学校	30日	6日 27日	13:15～13:45
特養むらやま	23日	20日	14:10～14:40
南荒町公民館		10日	10:00～10:30
楯岡特別支援学校			9:45～10:30
ひばり保育園	16日	13日	10:40～11:15
光ホーム			13:30～14:00
特養ひがしざわ			14:10～14:45
西郷小学校	19日	9日	13:20～14:20
デイサービスにしごう	30日	28日	15:00～15:30
河島山交流センター	20日	17日	10:00～10:30
西郷認定こども園			10:00～10:30
ローズむらやま		1日	14:10～14:40
袖崎小学校			13:00～13:35
ふたば袖崎保育園	19日	16日	9:30～10:00
大久保地域市民センター	17日	21日	16:00～16:30
大久保小学校			13:00～13:30
はやまホーム		7日	14:20～14:50
富本小学校	17日	14日	12:55～13:30
富本地域市民センター			14:30～15:00
特養ふもと		2日	14:00～14:30
戸沢小学校	24日	21日	9:45～10:45
はやま認定こども園	26日	16日	14:30～15:10
戸沢地域市民センター		5日	10:00～10:30
富並小学校	18日	15日	12:45～13:20
さくら村山	31日	28日	10:30～11:00
ふたば大高根保育園	18日	15日	16:00～16:30

新図書館開館13周年記念事業

人形劇「鱈売りと山姥」

村山朗読会のみなさんによる人形劇を開催します。ぜひ、お越しください。

■日時 5月28日(日) 10:00～11:00

■場所 図書館内 カウンター前

☆開催中の特集☆期間7月2日(日)まで

ローズキャンプ開催記念バラとブルガリア特集

6月になると東沢バラ公園のバラまつりやブルガリア新体操チームのローズキャンプが開催されます。それに合わせて図書館ではバラやブルガリアの本を紹介しています。

はたらくどうぶつたち特集

はたらくどうぶつやどうぶつと人との絆を描いた本の展示・貸出を行います。

☆新しくなりました☆

大人気絵本シリーズのアンパンマンとノンタンの絵本が新しくなりました。ぜひ、ご利用ください。



市立図書館
☎(55)2833

開館時間 9:00～19:00

月曜～金曜日 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。

■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 (5月21日を除く)

■マイナンバーカード電子証明書の更新 (5月21日を除く)

■マイナポイントの申請補助

今月の納税

納期限 5月31日(水)

納税標語コンクール入賞作品「増やしたい 市民の笑顔 納税で」

固定資産税・都市計画税 (第1期)