

よねざわ



Let's!

みなさんもご一緒に!
健康づくり

特集 健診、受けっぱなしになっていませんか?

ミナミハラアートウォーク 〈8月21日(土)～29日(日)〉

南原を舞台に考える 芸術と町めぐり

「南原 芸術と町めぐり」をテーマに、南原地域が持つ芸術の力を文化的価値として広め、活力ある地域づくりに貢献する「ミナミハラアートウォーク」が開催されました。

南原地域全体を1つの美術館と捉え、旧南原中学校・南原コミセン・各地区の公民館など、屋内外14ヶ所で、芸術家による約430点の作品展示やワークショップが行われました。

延べ来場者数は約4,000人。多くの参加者たちが芸術と町めぐりを楽しむとともに、芸術家と住民が交流する機会にもなりました。



目次

広報よねざわ 2021年10月1日号

まちの話題〈トピックス〉	・・・02	おでかけください	・・・18
特集 健診、受けっぱなしになっていませんか？	03	教えて！市立病院／目指せ！健康長寿日本一	20
くらしNAVI	・・・09	国際交流／よねざわ文化財散歩	・・・21
米沢品質〈TEAM NEXT YONEZAWA〉	17	まちの話題／市長コラム／編集後記	・・・22

今号の表紙

本市では、運動習慣のきっかけづくりとして、運動や食生活のコツをお伝えする講座を開設しています。表紙では、「ホットヨガ&メディカルフィットネス ジル米沢」(駅前1丁目)を訪問し、講座のひとつであるタオルストレッチの様子を撮影させていただきました。(撮影：9月14日(火))



統計情報

令和3年
8月1日現在

人口／80,577人

対前月比／40人↓

男／39,980人

女／40,597人

世帯／33,335世帯

対前年同月比／58世帯↓

特集

健診、**受けっぱなし**になっていませんか？

健診はあくまでその時点での結果。これからも健康に生活できるかどうかは、健診を受けた後の行動にかかっています。自分のため、大切な家族のために、皆さんの健康について、もう一度、確認してみませんか？ ■問合せ／健康課成人保健担当 ☎ 24-8181



健康課健康企画担当

健康企画主査
わたなべおさむ
渡部 修

Q

健診結果が返ってきたけど、
見方のポイントはあるの？

生活習慣改善。
何から始めたら良いの？

市のサポートには
どんなものがあるの？

このような疑問をお持ちではありませんか？
この特集では、健診結果の見方のポイントや
今日からできる生活習慣の改善方法、市のサ
ポート事業を紹介しています。皆さんの健康
づくりに、ぜひお役立てください。

が大切です！

「生活習慣を改善する」、「精密検査を受ける」など、自分の未来を決めるのは、健診後の行動。今ある健康を逃がさないために、皆さんはどのように行動しますか？

生活習慣を見直しませんでした

35歳
職場の健診を受診

血糖値や血圧に異常なし。メタボにも該当していない。

45歳
生活に追われそのままに

血糖値に軽度の異常が見つかった。「生活習慣を変えない」と思いながらも、仕事や家庭のことに追われ、そのままに…。

65歳
退職後、市の健診を受診

体重は変わらないのに異常値ばかりで驚く。血糖値で至急受診の案内が届き、すぐに受診。急な入院が必要となり、家族に心配をかけた。

軽度の異常が分かったときに、生活習慣を改善していれば…

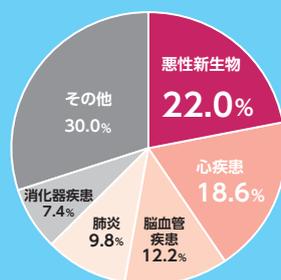
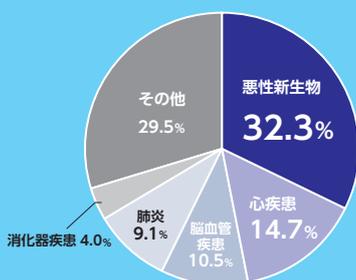
健診を受けっぱなしに…

本市の死因別死亡割合

【男性】1,569人 (H25～27)

出典：米沢市国民健康保険保健事業実施計画第2期 データヘルス計画

【女性】1,644人 (H25～27)



じわじわと進行する生活習慣病

腎不全や脳血管疾患、心筋梗塞のような生活習慣病はサイレントキラー（静かな殺し屋）と呼ばれており、体内で異変が生じ、生活に支障をきたす自覚症状が現れるまで5年から10年かかります。その間、病気も進行している可能性が高くなります。無症状の時期に健診を受け、生活習慣の見直しや精密検査を受けるなど、健診後に行動を起こすことが大切です。

健診は「受けたあと」

35歳

職場の健診を受診

血糖値や血圧に異常なし。メタボにも該当していない。

生活習慣を見直しました

45歳

生活習慣を見直した

血糖値に軽度の異常が見つかった。生活習慣を見直そうと、市の健診結果説明会に参加。暴飲暴食をひかえ、軽い運動も始めた。

65歳

体調は良好！

毎日の散歩など、運動する習慣が身についた。バランスの良い食事、適塩、節酒などにも気を付け、血糖値が正常になった。

自分の健康は、自分で守ろう！

健診を受けっぱなしにせず、生活習慣を改善して良かった！

健康づくりの基本は、正しくはかることです！

3つの「はかる」で健康づくり！



体重^{はか}を測る

おすすめは朝と夜に測ること。普通は朝よりも夜の体重の方が増えています。朝と夜の体重の差が小さいと体重が落ちているサイン。



血圧^{はか}を測る

朝は起床後1時間以内、夜は就寝前に、それぞれ1～2分の間隔をあけて2回測りましょう。利き腕とは逆の腕での測定が推奨されています。



調味料^{はか}を量る

目分量や自分の舌ではなく、食材に合わせて、計量カップや計量スプーン、デジタルスケールなどの「道具」を使うことが大切です。

Q 健診結果って どうみるの？

健診は、今の体の状態を知るだけではなく、自分の生活習慣を振り返る絶好の機会です。健診を受けた後は結果をよく確認し、生活習慣の改善や治療につなげられるよう、結果に沿った行動をしましょう。

あなたの判定結果は？

異常なし

現時点では、基準値内に収まっています。これからも、規則正しい生活習慣・心身ともにリフレッシュを心がけましょう。

要指導

軽度の異常があります。生活習慣に関わる異常の場合には、生活習慣を見直し、2～3か月後に再検査を受けましょう。ただし、自覚症状などがある場合は早期に受診してください。

要受診 (要精密検査)

異常がありますので、なるべく早く医療機関を受診してください。

継続治療

主治医の指示に従い治療・観察を続けてください。

特定健診は
ここに注目！

メタボリックシンドローム判定

メタボリックシンドロームとは内臓脂肪肥満型（おなかの内臓のまわりに脂肪がたまるタイプ）に加えて、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上を併せ持った状態をいいます。

▶ 基準該当・予備群該当と判定された時は、深刻な循環器疾患にならないためにも、生活習慣を見直し、肥満の改善に努めましょう。

保健指導レベル - 特定保健指導のご案内 -

特定健診結果項目で、腹囲、肥満指数、血圧、中性脂肪やコレステロール値、血糖値、喫煙習慣を総合的に判断した結果、特定保健指導が必要な状態かどうかを表しています。特定保健指導の必要性がある人には、保健師、管理栄養士などが、下記のサポートをします
※ 特定健診受診者のみ。

▶ 積極的支援：初回面接（生活習慣の振り返り、計画や目標を立てる）後、3～6か月間の継続支援を行います。

▶ 動機付け支援：初回面接（生活習慣の振り返り、計画や目標を立てる）後、おおむね3か月後に、目標が達成できたか評価します。

健診結果は体からのメッセージ

健診結果を紐解くことで、あなたの体内で起きている変化を知ることができます。「仕事や家事が忙しい」「精密検査をして、大きな病気が見つかることが怖い」と思う人もいるかもしれませんが、健診結果を自分事として受

け止め、生活習慣の見直しや早期治療に結びつけてこそ、健診を自分の生き方に役立てたと言えるでしょう。未来のあなたが笑顔で過ごせるように、体からのメッセージに耳を傾け、新たな行動を起こしてみませんか？

健康課成人保健担当
めいこ
芽野恵子



皆さんの健康づくりを
私たちがサポートします

今日からできる！生活習慣改善のポイント

食事

食生活はバランスが基本

健康な体を維持して生活を送るためには、バランスの良い食事をとることが大切です。自分の食生活を見直してみましょう。



主食、副菜、主菜をきちんとそろえましょう。



食事は、寝る2～3時間前までに済ませましょう。



欠食をせず、朝食・昼食・夕食を規則正しく食べましょう。

運動

生活に「+10」の習慣を

体を動かすことは、糖尿病や心臓病といった生活習慣病の予防につながります。無理をせず、日常生活の中で、今よりも10分多く体を動かしましょう。

+10



こんな「+10」を 実践してみませんか？

- ・自転車か徒歩で通勤、買い物をする
- ・なるべく階段を使う
- ・テレビを見ながらストレッチ

日常生活の中で、工夫して体を動かしてみましょう！

健診後のサポートをします

健診結果説明会・適塩教室・健康相談室は、年齢、加入している保険に関わらずどなたでも参加できます。

健診結果説明会

専門スタッフ（栄養士・保健師・看護師）による健診結果の見方や、生活習慣改善のポイントなどについての個別相談を行っています。

適塩教室

管理栄養士による講話「減塩に取り組むためのポイント」や、自分の味覚を知るための体験・試食を行います。

健康相談室

健診結果についての相談や、生活習慣病・介護予防など健康に関する相談を行っています。

糖尿病予防のための 運動コース

血糖値が高めな人を対象に開催。保健師や栄養士の講話、健康運動指導士による運動指導などを行います。

Interview

健診結果説明会に参加



やまだとしこ
山田敏子さん
(西大通)

前回の健診結果と比較しながら、気になるところを丁寧に説明していただいたので安心しました。健診結果を受けて、日課となっているラジオ体操など、自分のペースでできることを継続して、元気に過ごしていきたいです。

運動コースに参加



なかがわやすのり
中川安則さん
(吾妻町)

市からの勧めがあり、健康のために参加することにしました。日頃からジョギングをしていますが、今までしっかりとストレッチをすることがなかったので、教わったことを家でもやっていきたいです。

健康 ナビゲーション

データヘルス計画中間評価を行いました

市では、米沢市国民健康保険加入者の健康の保持増進に努めるため、レセプト（診療報酬明細書）データや統計資料などを活用した分析を行っています。

その結果、①心筋梗塞や脳血管疾患発症予防、②透析予防、③フレイル・低栄養予防の3つの予防に着目した予防活動とともに、どの分野にも密接に関わる口腔衛生についても、健康づくりの土台として普及啓発していくことが大事だと考えました。

令和5年度までの目標達成に向けた保健事業を展開していきます。

データヘルス計画
詳細はこちら▶

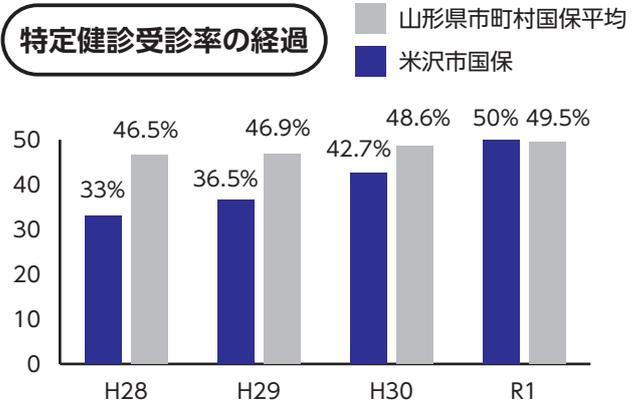


皆さんの病気の重症化予防に取り組んでいます

健診の結果、糖尿病が疑われる医療機関未受診の人、腎機能が低下し続け透析になる恐れがあると思われる人などに、保健師や管理栄養士が訪問や電話をさせていただくことがあります。

本市では、皆さんの健診結果を確認し、リスクの高い人が健診結果を放置してしまわないよう支援しています。一人ひとりが健診を受けっぱなしにせず、体からのメッセージをお受け取りください。

特定健診受診率の経過



令和元年度、本市の受診率が県内最下位から県平均まで押し上がりました！

ゲートキーパー養成講座

自分の心の健康、身近な人の心の気づきも忘れずに自殺対策に関する講座です。悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを命の「門番」という意味で「ゲートキーパー」と呼びます。死にたいと悩んでいる人との向き合い方を学ぶことで、自分自身のセルフケアにもつながります。※要申込・日時場所要相談。

健康手帳

自分の健康情報を記録していく手帳です。すこやかセンター内健康課や市内健診実施機関で配布しています。健康手帳にある各種記録用紙は市ホームページからダウンロードすることができます。



まずは、健診を受けましょう！

市が行う健診には「特定健診」と「がん検診」があります。

特定健診

健康保険証の種類によって受け方や内容、料金が異なります。詳しくは健診ガイドブックをご確認ください。

※市ホームページでもご覧いただけます。

がん検診

米沢市民であれば受診できます。職場の健診でがん検診がない場合などは、米沢市の検診を利用して受けましょう。

受診の際は、新型コロナウイルス感染症予防対策として不織布マスクの着用をお願いします。



高齢者インフルエンザ予防接種 費用の一部を公費負担します

公費負担期間

10月1日(金)～令和4年1月31日(月)

■問合せ／健康課母子保健担当 ☎ 24-8181

インフルエンザ予防接種は高齢者の発病・重症化防止に有効です。希望者に料金の一部を負担します(1回のみ)。

■対象者／次のいずれかに該当する人

- ①満65歳以上の市民(予防接種を受ける日の年齢)
- ②満60歳以上満65歳未満の市民で、厚生労働省が定める心臓・腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいがある人

■自己負担額／2,000円

下記の委託医療機関で接種した場合の金額です。対象者で、生活保護受給者は、接種の際に社会福祉課発行の「受給者証明書」を提出すると無料になります。

市内の委託医療機関(※1かかりつけの人のみ ※2市内の人のみ ※3完全予約制)

医療機関名	所在地	電話番号
石橋医院(※1)	信夫町	23-0328
石山内科クリニック	太田町5丁目	39-2020
泉町クリニック	泉町2丁目	38-2998
いまい医院	花沢町	22-1867
消化器内科 遠藤一平医院	中央4丁目	21-3161
黄木脳神経クリニック(※1)	中田町	37-3028
大辻外科胃腸科	中央1丁目	21-2242
きだ内科クリニック	金池6丁目	22-1501
くぼた診療所	窪田町窪田	37-6151
くまの医院	門東町1丁目	22-6000
こせき腎・泌尿器科 こせき小児科	大町4丁目	23-2207
小林医院	中央7丁目	21-8181
斎藤医院	駅前4丁目	22-2021
みみはなのどさいとう クリニック	東3丁目	27-0833
酒井耳鼻咽喉科医院(※2)	木場町	23-3341
産科・婦人科 さくらクリニック	塩井町塩野	26-1087
笹井内科クリニック	堀川町	22-5221
さの医院(※1)	中央3丁目	26-1020
しおいクリニック	塩井町塩野	21-2276
内科島津医院	中央4丁目	23-2136
大道寺医院	東3丁目	21-5353
たかだ内科(※3)	万世町金谷	26-9337
田中クリニック	大字川井	28-3505
中條医院	中央5丁目	23-2070

医療機関名	所在地	電話番号
中山胃腸科内科医院	丸の内2丁目	21-3208
花沢アイクリニック	花沢町	40-0606
古川医院(※1)	金池2丁目	21-1060
堀内医院	大町3丁目	22-2210
松田外科医院	城西4丁目	21-1155
もり医院	成島町2丁目	23-2471
メディカルプラザ山口医院(※3)	川井小路	24-3311
ゆめクリニック	東3丁目	26-1537
よこやまクリニック	東1丁目	40-1884
羅医院	通町4丁目	26-2345
国立病院機構米沢病院(※1)	大字三沢	22-3210
三友堂病院	中央6丁目	24-3700
三友堂リハビリテーション センター	成島町3丁目	21-8100
舟山病院	駅前2丁目	23-4435
米沢市立病院	相生町	22-2450
こまがた医院(※2、※3)	成島町3丁目	27-0303

注意事項

- 接種の際は、本人の意思確認が必要です。
- 必ず健康保険証をお持ちください。
- 対象者②に該当し、身体障害者手帳がある場合は医療機関に提示してください。
- 医療機関によっては予約が必要な場合もありますので、事前にお問い合わせください。
- 市外の医療機関を希望する場合は、希望の医療機関に直接お問い合わせください。

第49回衆議院議員総選挙 最高裁判所裁判官国民審査

— みんなで投票！未来をつくる力になるう —

投票日

投票日は確定次第、市ホームページ
および市内全戸に配布するチラシで
お知らせします。

投票時間

7時～20時

※一部19時閉鎖

持ち物

投票所入場券

※投票所入場券は公示の日から4
日以内に、各世帯へ届くように
発送します。

選挙当日、投票に行けないときは？

期日前投票 をご利用ください

会場はこちら

- ・米沢市役所 8時30分～20時
- ・アクティー米沢 10時～18時
- ・東部コミセン 10時～18時

仕事などの予定がある時や感染症対策を目的と
して、期日前投票を行うことができます。住所
に関係なく、どの会場でも投票できます
※設置期間は市ホームページでお知らせします。

■問合せ/米沢市選挙管理委員会事務局選挙管理担当

～安心して投票いただくために～ 新型コロナウイルス感染症対策を徹底します

投票所での対策

- ・アルコール消毒液を設置します。
- ・係員や立会人はマスクやフェイスシールドを着用して
対応し、投票用紙は手袋を着用してお渡しします。
- ・記載台などの消毒を定期的に行います。
- ・筆記用具は使い捨てのクリップペンシルを用意します。
- ・投票所内の換気を行います。

投票所へお越しになる皆さんへ

- ・手指消毒やマスクの着用、咳エチケットにご協力ください。
- ・周りの人との距離を保って投票してください。
- ・帰宅後は手洗い、うがいを行ってください。
- ・ご自分の鉛筆を持参し、投票することもできます。
- ・投票日当日の混雑緩和のため、期日前投票を積極的にご利用
ください。

高齢者温泉利用福祉事業

「春咲きの球根寄せ植え教室」

日程：10月15日(金) 10時～12時
料金：1,000円(税込) 入浴付
場所：小町の湯やまぼうし 赤芝町

(株)菊地組

お申込み：☎32-2990 受付直通：☎22-6288

※65歳以上の方が対象です



介護スタッフ 募集しています。

この地に根ざして95年。
私たちは、ひたすら地域福祉と向き、今を見つめ、過ごしてきました。

- ◆フルタイム・パートタイム、どちらでも可能です。
- ◆ブランクある方も、初心者の方も大歓迎!
- ◆資格は問いません。
- ◆生活サポート、入浴や排泄の介助などです。
- ◆6月と12月の年2回、賞与を支給します。
- ◆^{*}子の看護休暇、は有給で、時間単位で取得可能!
子育て中の方も安心して働けます。

TEL 0238-38-3011

米沢市大字笹野20-3 養護老人ホーム 星の村



広告

投票内容

■投票内容／投票は①→②の順で行われます。

- ①小選挙区選出議員選挙山形県第2区
- ②比例代表選出議員選挙東北選挙区
最高裁判所裁判官国民審査

① **小選挙区選挙** あさぎ色の投票用紙に、**候補者名**を書いて投票。



② **比例代表選挙** **国民審査**



ピンク色の投票用紙に、**政党名**を書いて投票。

うぐいす色の投票用紙に、辞めさせたいと思う裁判官に**X**を書いて投票。いない場合は**何も書かず**投票。

代理投票・不在者投票

■代理投票／目や手が不自由で字を書くことができない場合、投票所の係員が代理で投票用紙に記入します。投票所の係員にお知らせください。

■不在者投票／滞在地や指定施設、郵便などによる投票方法です。

【他市町村に仕事などで滞在する場合】▶本市選挙管理委員会に投票用紙を請求し、滞在先の選挙管理委員会で投票することができます。

【病院や施設に入院・入所している場合】▶指定施設の長を通じて投票用紙を請求し、施設長が管理する施設内で投票することができます。

【郵便などで投票する場合】▶身体障害者手帳が交付されている人のうち、一定の障がいがある人、または介護保険で「要介護5」の認定を受けている人は、郵便などで投票することができます。

※要事前申請

【特例郵便等投票】▶新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養などをしており、一定の要件に該当する人は「特例郵便等投票」ができます。詳細は市ホームページをご覧ください。

ご注意ください

19時に閉鎖する投票所

下の投票所は1時間早い19時に閉鎖されます。

投票区	投票所	投票区	投票所
万世第2	刈安赤浜集会所	田沢第2	戸長里公民館
万世第3	梓山第一公民館	南原第2 [*]	東李山中組公民館
山上第2	板谷集会所	南原第4	高湯分校
山上第3	大沢分校記念館	南原第5	大平分校記念館
山上第5	赤崩分校	-	-

※今回から東李山中組公民館が追加となります。

場所が変更となる投票所

該当箇所	現在の投票所	変更後の投票所
第6投票区	すこやかセンター	アクティー米沢
中窪町内の一部 [*]	窪田コミュニティセンター	米沢浄水管理センター

※窪田町窪田字谷地に家に住所がある人

選挙公報

今回の選挙公報は、小選挙区選出議員選挙山形県第2区と比例代表選出議員選挙東北選挙区の2種類です。最高裁判所裁判官国民審査の公報も併せて、県選挙管理委員会から届きしだい、各世帯へお配りします。

広告



介護付有料老人ホームサンメイトさんゆう

月額家賃**42,000円**～

すぐにご入居頂きます!!

全室個室

介護付ホーム

24時間対応

看護師配置

夫婦部屋あり

即入居可

施設ホームページQRコード



米沢市金池1丁目1-31
TEL 0238-37-8230

担当:トキタ

寒～い冬がやってくる～ その前に!

防音対策にも一役かってくれるぞ!

今の窓に プラマードUを取付

寒さ対策で工事をしてもらいましたが、すぐ目の前を通る車やバイクの音が小さくなったことには想定外の驚きで、うれしかったです。S様

工事時間は1窓あたり約1時間!

読書の秋～

石附硝子株式会社 米沢市下花沢3丁目10-26 ☎21-6677 窓プロ認定店



ご存じですか? 「ヤングケアラー」
 問合せ/子ども家庭課家庭支援担当

ヤングケアラー
市ホームページ



介護や育児などが必要な人がいる家庭で、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなど、大人が担うような責任を引き受けている18歳未満の子どもを「ヤングケアラー」といいます。年齢に見合わない重い負担により、心身の発達や人間関係、勉強、進路に影響を及ぼしている「ヤ

ングケアラー」はあなたの周囲にいるかもしれません。

子どもには、「教育を受ける権利」など様々な権利があります。子ども自身の意向や希望に寄り添い、家庭の状況を確認しながら、子どもの権利が守られ、健やかな成長が育まれるように適切な支援につなげることが大切です。

ヤングケアラーはこんな子どもたちです



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



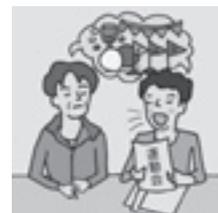
家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている

©一般社団法人日本ケアラー連盟 / illustration : Izumi Shiga

ヤングケアラー全国実態調査の結果 (中学2年生)

- 世話をしている人が「いる」と回答した人の割合⇒5.7%
- 世話の頻度「ほぼ毎日」と回答した人の割合⇒45%
- 平日1日当たり世話に費やす時間⇒約4時間

ヤングケアラーの実態に関する調査研究(三菱UFJリサーチ&コンサルティング)
 調査対象: 中学2年生 5,558人 調査期間: 令和2年12月~令和3年1月



家族や周囲に心配なお子さんがある場合は、ぜひご相談ください

- ヤングケアラーに関する相談 **子ども家庭課家庭支援担当**
- その他相談機関
 児童相談所 相談専用ダイヤル
☎ 0120-189-783 (24時間 年中無休)
 24時間子供SOSダイヤル
☎ 0120-0-78310 (24時間 年中無休)
 子どもの人権110番
☎ 0120-007-110 (平日8時30分~17時15分)

広告

秋本番! 西吾妻山紅葉満喫キャンペーン 10/1~10/31まで
お得なチケットで紅葉トレッキング

西吾妻山満喫パック ◎ロープウェイ・リフト共通往復券、いも煮汁付(定価5,500円)
 米沢八湯会温泉入浴券、西吾妻山登山頂記念手ぬぐい付
 キャンペーン価格 **大人2,500円・小学生1,400円** (消費税込)

紅葉満喫パック ◎ロープウェイ往復券、いも煮汁付(定価2,000円)
 キャンペーン価格 **大人1,000円・小学生560円** (消費税込)

※チケットのご利用は、ロープウェイ乗場「湯元駅」窓口にてお求め下さい。
 ※天候等により営業状況が変わる場合がございますのでお問い合わせ下さい。

新型コロナウイルス感染症予防対策実施中

お申込みお問合せは
 TEL.0238-55-2236
<http://www.tengendai.jp>
 米沢市大字季山12,118番地の6

弁護士・司法書士の費用の立替え
無料法律相談(離婚、借金問題、相続等。)

日本司法支援センター
法テラス

法テラスは、国が設立した公的な法人です。
法テラス山形 ☎0570-078381
 平日9:00~17:00(山形市七日町2-7-10 NANABEANS 8F)

法テラス・サポートダイヤル
 (コールセンター)
0570-078374
 (おなやみなし) 平日9:00~21:00
 土曜9:00~17:00



令和3年度地価調査結果

問合せ／地域振興課地域振興担当

地価調査とは、各地域で基準となる土地（基準地）を選んで適正価格を公表し、土地売買の目安にさせていただくものです。また、国や地方公共団体が用地買収する際の基準であり、適正な地価の形成に大きな役割を果たしています。

令和3年度地価調査基準地標準価格・変動率一覧表

令和3年7月1日現在（価格：円/㎡、変動率：%）

所在・地番	R2 価格	R3 価格	変動率
大町一丁目 842 番 2	22,100	21,800	▲ 1.4
金池六丁目 2 番 16 外 2 筆	32,800	32,700	▲ 0.3
万世町桑山 4151 番	16,000	16,000	0.0
太田町五丁目 599 番 9	13,700	13,600	▲ 0.7
東二丁目 2250 番 11	24,500	24,400	▲ 0.4
大字笹野 6374 番	9,600	9,550	▲ 0.5
花沢町一丁目 1085 番 25	19,100	19,100	0.0
林泉寺二丁目 2176 番 12	20,300	20,100	▲ 1.0
徳町 301 番 15	25,000	25,000	0.0
矢来二丁目 6272 番 4	13,300	13,200	▲ 0.8
春日二丁目 23 番 2 外 2 筆	57,800	57,800	0.0
駅前三丁目 1877 番 1	42,800	42,200	▲ 1.4
中央四丁目 4272 番 1	32,000	31,300	▲ 2.2
大字花沢字新屋敷二 674 番 9 外 1 筆	21,900	21,500	▲ 1.8
中田町字高橋一 620 番 4	25,400	25,200	▲ 0.8
窪田町窪田字堂ノ前 2736 番 1 外 15 筆	7,360	7,280	▲ 1.1

◎一定面積以上の土地について売買などの取引を行った場合は、届出が必要です

都市計画区域は 5,000㎡、都市計画区域外は 10,000㎡以上の土地の売買などを行った場合は、契約日を含めて 2 週間以内に届出が必要です。買主が必ず市に届出をしてください。



高齢者向け優良賃貸住宅

問合せ／建築住宅課住宅指導担当

高齢者が安心して入居できる賃貸住宅です。

■入居資格／60 歳以上の自立した生活を営むことができる人（高齢単身者や、いずれか一方が 60 歳以上の夫婦世帯も入居可能）



年金受給者の市・県民税の納税方法をご確認ください

問合せ／税務課市民税担当

65 歳以上になると公的年金に係る市・県民税（住民税）が、自動的に公的年金から引き去りになる場合があります。

本市では、公的年金の「特別徴収制度」を実施しています。この制度では、公的年金所得に係る市・県民税を、公的年金から自動的に引き去り、年金保険者（日本年金機構など）が市に納めますので、皆さんは金融機関で納付する必要がなくなります。

すでに対象になっている人は 10 月からも引き続き公的年金からの特別徴収になります。また、今年度から対象になる人は、10 月 15 日支給分の公的年金から特別徴収が始まります。

引き去りとなる税額は、6 月 15 日に送付している「令和 3 年度市民税・県民税税額決定納税通知書」の左下をご覧ください。

市民税・県民税税額決定納税通知書の例（6 月送付）

年金特別徴収	合計額	右欄の金額	15300
	4 月		
	6 月		
	8 月		
特別徴収	10 月	各月の年金から徴収	5100
	12 月		5100
	2 月		5100

特別徴収を行う公的年金の種類及び支払者の名称
公的年金の種類
支払者の名称
支払者の法人番号

来年度以降も引き続き公的年金の支払いを受ける場合、来年度の 8 月まで下記のとおり仮徴収となりますので、その金額をあらかじめ通知いたします。

年金特別徴収	徴収月	仮特別徴収税額(円)
令和 4 年度	令和 4 年 4 月	5,100
仮徴収分	令和 4 年 6 月	5,100
	令和 4 年 8 月	5,100

本徴収
この税額が 10・12・2 月支給分の公的年金から引き去りとなります。

仮徴収
令和 4 年度の 4・6・8 月支給分の公的年金から引き去りとなります。

	団地名(所在地)	間取り	戸数	階数	家賃(円)
①	光陽マンション(大町 5 丁目)	1LDK	4	1~4	32,900~
②	いきいき館陽だまり(駅前 3 丁目)	1LDK	2	2	31,400~

※入居はそれぞれ先着順。全てエレベーター設置、家賃は収入により決定（共益費・駐車場料金別途）。

■ ①(有)西山不動産 ☎ 22-4334

②小形アカデミーホーム(株) ☎ 023-642-5445

広告

Honda Snow Shop 認定店

クロスオーガ HSS970nJX

「感謝と折りの心」に立ち、この職業を通して皆様へのお役立てを計り、合わせて自らの人格向上に努めさせて頂きます。私達は皆々様の御多幸を念じ、自らの教養を高め、技術を鍛錬し、より深い御満足とをより高い安全性とより深い御満足とを提供させて頂きます。



いつも笑顔で全感謝

株式会社 置賜農機商会

ホンダ耕運機 一級サービスエンジニア 高木 祐輔

米沢市春日三丁目 3-5
TEL. 0238-23-2840

社会福祉法人米沢栄光の里 しょうがい者支援施設 松風園

～ご希望に寄り添った支援をおこなっております～

○生活介護 ○施設入所支援 ○短期入所 ○日中一時支援

いつでもお気軽にお問い合わせください

〒992-1122 米沢市万世町梓山 5494-1

電話 0238-28-7710

詳しくは <https://eikounosato.com/> で検索ください

催し物

チエリアフェスティバル山形2021

男女共同参画についての理解を深めるため、チエリア登録団体の活動発表や交流などを行います。

10月2日(土)〜10日(日) 遊学館(山形市)

内 ワークショップや講演会、展示・発表など。※詳細はチエリアホームページをご覧ください。

費 無料

申 山形県男女共同参画センター「チエリア」

023(629)7751 023(629)7752 FAX

米沢女子短期大学 公開講座

学外から多彩な講師を招き、実践的で専門性に基づいた幅広い話をします。

10月7日(木)〜令和4年1月27日(木)までの毎週木曜日(11月18日、12月30日除く)

※中止または変更の可能性があります。

時 14時40分〜16時10分

場 米沢女子短期大学C、201教室

申 米沢女子短期大学附属図書館(22)7334

問 米沢女子短期大学または社会教育課社会教育担当

障がい者 権利擁護研修会

障がいや障がいのある人への理解を深め、障がいの有無によって分け隔てられることなく、住み慣れた地域の中で支え合いながら暮らしていくことのできる共生社会の実現を目指し開催します。

10月15日(金)18時〜20時(受付は17時30分)

場 置賜総合文化センターホール

内 「創造能力を開花させる8つの方法」についてのトーク&ワークショップ、「劇団喜楽座」による権利擁護に関する演劇

講 ライラ・カセム氏

定 費 150人(事前申込が必要)・無料

申 問 社会福祉課障がい者支援室

米沢逸品展

米沢市内参加店の「オススメ」「イチオシ」の商品・サービスを「米沢逸品」として取り揃えました。各店が1年かけて考え

抜いた逸品を展示・販売します。

■ 出店舗数/21店舗

10月17日(日)10時〜17時

場 道の駅米沢屋外多目的広場 商工会議所(21)5111 または商工課商業振興担当

米沢品質AWARD 2021二次審査

米沢品質AWARDは、米沢品質向上運動の中から生まれる、特に秀でた米沢品質を有する商品やサービスなどを顕彰する制度です。2年ぶり2回目となる今回も二次審査は公開プレゼンテーションで行います。感染拡大防止のため、プレゼンテーションは無観客で行います。その様子は市の公式YouTubeでライブ配信を行います。是非ご覧ください。

YouTube

米沢市公式ページ

10月21日(木)11時55分

問 米沢ブランド戦略課

米澤上杉城下町 マラソン2021中止

新型コロナウイルス感染拡大が懸念されるため、開催を中止します。10月は「オクトーバー・ラン&ウォーク」が開催されます。ランニングや

ウォーキングにマラソンコースを是非ご利用ください。

詳細はHPをご確認ください

問 スポーツ課健康スポーツ担当

募集

市民バス時刻表(冬ダイヤ)の有料広告

市民バス時刻表(冬ダイヤ:12月1日〜3月31日)に掲載する有料広告を募集します。発行部数は3万6千部で、広報よねざわと併せた全戸配布と、主な公共施設に配置します。

■ 広告規格/寸法縦:3.5cm ×横:6.5cm、カラー印刷

■ 枠数/3枠(申込多数の場合は抽選)

費 1枠2万円

締 10月11日(月)

問 地域振興課地域振興担当

他 3枠に満たない場合は複数枠利用可。掲載位置の指定は不可。

花いっぱいコンクール

花いっぱい風の風景写真を募集します。

■ 応募資格/誰でも可(他薦の場合は所有者からの承諾)

10月のイベント 新築・不動産リフォーム 相談会 & 「平屋の家」完成見学会 各種セミナー同時開催! 2会場同時開催!! 株式会社 本多建設 TEL 0238-21-5100 WEBで検索! 本多建設 検索

が必要です)

■応募条件／一般道路から見える場所・1か所につき1回の応募・半年以内に撮影

■応募部門／①団体の部②個人の部③街路樹マスの部

■応募書類／L判サイズの写真2枚(①全体が分かるもの②自由撮影)、応募者の情報(①団体または個人名②住所③電話番号④自薦、他薦の別)、作品タイトル、PR(見どころなど1000字以内)、二次利用(広報など)の可否

■賞／各部門に最優秀賞、優秀賞、努力賞があります。受賞者には賞状と副賞を贈呈します。

締 10月31日(日)(当日消印有効)
方 郵送、メール、窓口にて提出
申 問 都市計画課公園緑地担当
当 〓 tokai-ka@city.yonezawa.yamagata.jp

**アスパラガス
新規栽培者**

栽培経験がある人はもちろん、経験がない人でも安心して取り組めるように栽培場所の確認から技術的指導までサポートいたします。

アスパラガス栽培で農業所得向上を目指しませんか？

個別相談会を行いますので、ご興味のある人はお気軽にお問い合わせください。

問 農政課農産担当

補助金

量水器・雨水タンク

米沢地区地下水利用対策協議会では、次の各設備設置に対し補助金を交付します。

■内 量水器設置補助・新規消雪用井戸・1基当たり15万円または設置費でいずれか低い額。雨水タンク設置補助・1基あたり3万円または設置費の3分の2でいずれか低い額

締 10月15日(金)
方 電話、FAX、メール。申請時、希望する補助内容・住所・氏名・電話番号が必要。〓。

申 問 米沢地区地下水利用対策協議会 FAX(22)0498
〓 kankyot@city.yonezawa.yamagata.jp

**新型コロナウィルス
感染症傷病手当金**

国民健康保険の被保険者のうち、対象となる人に傷病手当金を支給します。

対 令和2年1月1日(水・祝)〜令和3年12月31日(金)の間に

新型コロナウィルス感染症に感染、または感染の疑いがあり療養のため勤務できない日数が4日以上になった被用者

方 申請書類を保険年金課管理担当へ郵送。用紙は市ホームページから入手可(希望者には郵送します)。

申 問 保険年金課管理担当

TAX 税金

インターネット公売

差押えをした動産と不動産をインターネット上で公売します。詳細は市ホームページをご覧ください。※公売財産がない場合は、開催しません。

対 〓なたでも

■参加申込期限／10月19日(火) 23時※保証金が必要

■入札期間／動産(せり売り) 10月25日(月)13時〜27日(水)23時、不動産(入札) 10月25日(月)13時〜11月1日(月)13時※

参加申込みをした人のみ

問 納税課整理担当

児童手当のお知らせ

10月は児童手当の支給月です。6月〜9月分の児童手当を10月8日(金)に指定された金融機関の受給者名義口座に振り込みます。口座を変更する場合は、支給月の前月中旬頃までに届けてください。

なお、現況届が未提出の人は至急ご提出ください。提出がない場合は、6月以降の手当が受けられなくなります。

問 子育て支援課給付担当

対象年齢	支給額(1人当たり)
0歳〜3歳未満	15,000円
3歳以上小学校修了前※	10,000円※
中学生	10,000円
特例給付(所得制限該当者)	5,000円

※第3子以降は15,000円(第3子以降とは、高校卒業前までの養育している児童の中で、3番目以降をいいます)
■申請/出生時または転入時に子育て支援課(公務員の方は勤務先)での手続きが必要です。
■支給月/2月、6月、10月

福祉

結婚生活応援事業

新型コロナウィルス感染症

◎永年勤続優良従業員表彰おめでとうございます

200年以上の伝統を誇る米沢織物産地発展のために貢献された方々に敬意を表するとともに、これまで支えていただいた事業主をはじめ同僚の方々、ご家族の皆様のご協力に感謝申し上げます。
米沢織維協議会 会長 近藤哲夫 会員一同
米沢市門東町1-1-87 ☎23-3525

『第66回米沢織物まつり』

主催：米沢織維協議会 後援：山形県 米沢市
期日：令和3年10月9日(土) 午後4時より
会場：ブランドホクヨウ

勤続40年

笹垣好子 齋英織物(有)
鈴木ミヨ 齋英織物(有)
我妻節子 (有)わくわく館
大橋晴美 (株)茂園
岩瀬茂美 (株)安部吉
鈴木康志 (株)安部吉

勤続30年

尻高浩行 栗野商事(株)
五十嵐吉仁 東北整練(株)
小野田朗 東北整練(株)
渡部勝子 米沢織物工業組合
市川真也 東北整練(株)
市川久美子 東北整練(株)

勤続20年

清田秀嗣 東北整練(株)
下嶋善一郎 東北整練(株)
村田道子 薬研(有)
坂野るり子 青文テキスト(株)
薦孝之 青文テキスト(株)
新野久志 野々花染工房(有)

勤続10年

土屋達也 東北整練(株)
柴田千佳 栗野商事(株)
青木静 (株)キハラ
鈴木健一 嵐田絹織(株)
特別表彰
加賀光男 スワセンイ(株)

広告

が収束しない中、不安を抱えながら結婚するお2人に県産品を贈呈することで、県全体で祝福し応援する「令和3年度やまがた結婚応援事業」を実施します。

内 県産米(つや姫・雪若丸・はえぬき キューブ米2セット)と県産品ギフトカタログ

対 令和3年4月1日(休)〜令和4年3月25日(金)までの間に山形県市町村窓口へ婚姻届を提出した県内在住の夫婦

問 県しあわせ子育て政策課
☎023(630)2668

他 結婚予定の人は、県ホームページをご覧ください。

結婚応援事業HP



きのこ食中毒に注意

きのこ食中毒の原因の半数以上がツキヨタケです。ツキヨタケを縦に裂くと、軸の付け根に「黒いしみ」が見られますが、しみが無いもの、分りにくいものもあり、確実な見分け方はありません。知らないキノコは「採らない」「食べない」「人にあげない」を心がけてください。

「縦に裂けるきのこは食べられる」「毒キノコは美しい」「虫の食べたきのこは食べられる」などは根拠のない迷信です。

問 置賜総合支庁生活衛生課
☎(22)3740または森林農村整備課林業振興担当



ハチに注意

秋はハチの活動期です。特にスズメバチに注意してください。

刺されないために

- ・巣に近づかない
- ・香水や黒い衣服は避け、手を振り回すなどの大きな動作はしない
- ・巣の駆除は専門業者に依頼

問 環境生活課環境担当

不法投棄・海岸漂着ごみ削減強化月間

ごみをみだりに捨てると法律で処罰されます。一人ひとりのマナーと協力で不法投棄をなくし、地域の美しい環境を守りましょう。不法投棄を見つけたら、ご連絡ください。
■不法投棄相談窓口／環境生

活課廃棄物対策担当

■不法投棄110番／山形県
置賜総合支庁環境課
☎(26)6034



市庁舎の避難訓練

入庁者の安全確保や迅速な避難誘導、職員の防災意識向上を図るため、避難訓練を実施します。訓練中は非常ベルの作動など、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

日 10月15日(金)15時〜

内 初期対応訓練、避難誘導訓練、消防機器訓練など

問 財政課管財担当



年次有給休暇取得促進

事業主の皆様へ
有給休暇の計画的付与制度を利用した休暇の分散や、時間単位の有給休暇制度の導入により、休暇を取得しやすい環境を作りましょう。

問 山形労働局雇用環境・均等室
☎023(624)8228

マイナンバーカードは健康保険証としても利用できます

10月から順次、顔認証付きカードリーダーなどが設置されている医療機関や薬局で、マイナンバーカードを健康保険証として使えるようになります。
※米沢市立病院では10月1日から本格運用を開始します。



この機会にマイナンバーカードを申請しませんか？

就職・転職・引越しをしても、健康保険証としてずっと使えます。マイナンバーカードの申請は、スマートフォンでも簡単にできます。そろそろマイナンバーカードを作ってみませんか？

ご注意ください

- 健康保険証は捨てないでください▶顔認証付きカードリーダーが設置されていない医療機関や薬局では、健康保険証は引き続き使用します。
 - 利用申込が必要です▶以下のいずれかの方法で申込できます。
 - ①マイナンバーカードを健康保険証として使える医療機関や薬局で申込み
 - ②スマートフォン(マイナンバー読取対応機種)かパソコン(ICカードリーダーが必要)を使ってマイナポータルから申込み
 - ③市役所1階マイナンバー臨時窓口で申込み
- ※いずれもマイナンバーカードと、マイナンバーカードの暗証番号(数字4桁)が必要です。

■問合せ▶市民課記録担当



挑戦と
創造の
あかし

TEAM NEXT
YONEZAWA



代表取締役社長の渡部正男さん。米・食味鑑定士、お米マイスター。職人の知識と経験でブレンドするオリジナルブランド「すし米」は季節やお米の特徴に合わせてブレンド比率を変える徹底したこだわりの結晶。

安全・新鮮・厳選で
う^{まい}米！を届ける

有限会社富士屋商店（春日3丁目）――

県道1001号沿いの趣ある蔵造りの建物。明治元年創業の(有)富士屋商店です。重厚な外觀とは裏腹に、中に入るとよく響く親しみのある「いらっしやいませ」の声が迎えます。「明るく元気なお米屋です」と快活に話すのは、5代目社長の渡部正男さん。お米屋さんにはしばしば、薄暗い、入りづらい、というイメージを持たれることがあるそうですが、(有)富士屋商店は明るく開放的な店内でした。壁には一目でお米の特徴が分かる図表があります。中でも目を引くのが自社ブレンド米の「すし米」。寿司専用ではないとのことですが、他のお米とどう違うのか聞きました。「甘みと粘りが強い『コシヒカリ』と、ふわっと柔らかい『ひとめぼれ』を、お互いの長所を感じられるように配合しています」。お屋には売り切れる自慢の手作りおにぎりも「すし米」を使っています。他のお米も試したそうですが「例えば、粘りが強い品種だけだと、おにぎりが固く締まってしまい、ふっくら感がなくなってしまう」と熱く語ります。(有)富士屋商店では精米にもこだわりがあります。お店裏手の工場では、10以上の選別工程により高品質なお米だけを選定。1台でも十分な精度を誇る光学式選別機(色の悪いお米を狙って除外する機械)を2台使っています。この工場で精米し、店頭に並べるのは全て精米後1週間以内の新鮮なものです。最後に、今後の目標を伺いました。「お客様に美味しいお米と驚きと感動をお届けすることに挑戦し続けます。たくさんの方に米沢の美味しいものを、美味しいお米と一緒に味わっていただけるようになります」。

「米沢品質向上運動」とは

本市では、挑戦と創造のあかし「米沢品質」をスローガンに掲げ、産品だけではなくサービス・観光・文化・行政など、様々な分野の「挑戦と創造」を喚起し、付加価値を高めていくことを目的に「米沢品質向上運動」を展開しています。本市のブランディングに賛同し、この運動に参加するプレイヤーが「TEAM NEXT YONEZAWA (TNY)」です。(9月14日現在、187の企業・団体・個人が登録)



日 日時 期 期間 時 時間 場 場所 内 内容 講 講師 対 対象 定 定員 費 費用 持 持ち物
 締 申込締切 申 申込先 方 申込方法 問 問合せ 他 その他

米沢市児童会館

丸の内1丁目3-47 ☎ 23-0161 9時30分～17時 ホームページ: <https://www.yonejidou.jp/> 休館日: 10月4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)、11月1日(月)

講座名	日時	対象・定員	参加費	受付
パソコンであそぼう	10/10(日) ① 15時～15時25分 ② 15時30分～16時	小学生・5人※5人ずつの入れ替え制	無料	当日14時55分～
親子で楽しくリトミック～音楽で遊ぼう～	11/13(土) 10時30分～12時	幼児(1才～)と保護者(1人)・10組(兄弟は1組)	無料	10/22(金)～11/5(金) 電話受付のみ
おかし作り～クリスマスを彩るハッピーデコレーション!～	11/21(日) 13時30分～15時	小中学生・12人	871円(材料代・保険料)	10/3(日)～24(日) 電話受付のみ

●児童会館「秋まつり」

日 10月17日(日)

※詳細はホームページをご確認ください。

●ヒーリングハートプラネタリウム「あかがね ふるさと紅金の故郷」

あなたとあなたの大切な人へ

～夕映え光る空の彼方へ 宇宙からのおくりもの～

日 10月29日(金) 19時～(約40分間)

対 19歳以上 定 50人 費 無料

■受付/投映開始の30分前から事務室で行います。

●プラネタリウム(土日・祝日)

時 ① 11時～(約40分) ② 14時～(約45分)

内 ①「ジャックと豆の木～星の国のだいぼうげん～」[米沢の今夜8時の星空]の生解説 ②「宇宙クイズ王選手権～ダークキングからの挑戦状～」[米沢の今夜8時の星空]の生解説(高学年向け)

■受付/投映開始の30分前から事務室で行います。

対 4歳以上 費 無料

他 平日(火～金)は団体投映(10人以上)を行います。事前にお申し込みください。

市立米沢図書館

中央1丁目10-6(ナセBA) ☎ 26-3010 開館時間: <平日> 10時～19時 <土日・祝日> 9時～19時 休館日: 10月5日(火)・6日(水)・7日(木)・28日(木)

イベント 「2021 読書週間図書館フェア」

ぬいぐるみのおとまりかい、本や雑誌のリサイクル市、バックヤードツアー、映画の上映会など、子どもから大人まで楽しめる各種イベントを開催します。

期 10月29日(金)～11月7日(日)※ツアー、おとまりかいは10月15日(金)まで事前申込制(抽選)。

●開館時間が秋冬時間になります

10月1日(金)より平日の開館時間が1時間短くなります。

[4月～9月]

平日: 10時～20時 土日・祝日: 9時～19時

[10月～3月]

平日: 10時～19時 土日・祝日: 9時～19時

●第36回ふるさと歴史講座を開催します

毎年好評のふるさと歴史講座を今年も開催します。

開講日	演題	講師
11/7(日)	米沢藩の宗教政策と山岳信仰	原 淳一郎氏(米沢女子短期大学 日本史学科 教授)
11/14(日)	<small>きょうそへん</small> 翹楚篇を読む	<small>おかざき かつとし ひらが ようこ</small> 岡崎 勝利氏・平賀 陽子氏(米沢古文書研究会)
11/21(日)	米沢藩の木版印刷と <small>のぞまよしまさ はしこう</small> 荏戸善政の播時考	<small>あおき あまひろ</small> 青木 昭博(当館 副館長)

時 14時～15時30分(受付開始13時30分)

場 置賜総合文化センター 203 研修室

定 40人 費 500円(3回分)

方 10月8日(金)よりカウンター・電話・メールにて

よねざわ市民ギャラリー

中央1丁目10-6(ナセBA) ☎ 22-6400 開館時間: 9時～20時 ※展示時間は原則10時～18時

●催事予定

■ 10/10(日)～31(日) 「秋山庄太郎 文士と芸術家のポートレート展」※入場は17時30分まで。最終日は17時閉場。芸術家・文士のポートレートを中心に、秋山庄太郎が自らコレクションした絵画などの芸術作品の数々を紹介します。

★スライドレクチャー「秋山庄太郎 Book&Art 撮影こぼれ話(仮)」

日 10月10日(日) 10時30分～12時 場 体験学習室

講 上野 正人氏(秋山庄太郎写真美術館館長) 定 15人程度 方 電話☎ 26-3010 にて受付中

■ 10/16(土)～31(日) 第14回「秋山庄太郎記念米沢市写真文化賞」入賞作品展 ※最終日は17時閉場。



さんしょう 山粧

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、イベントの中止や延期、休館日の変更などが生じる場合があります。最新の状況については、各施設のホームページなどをご覧ください。

置賜文化ホール

丸の内1丁目2-1 (伝国の杜) ☎ 26-2666 施設利用時間：9時～22時
施設利用に関する相談・申請など：9時～17時 (平日のみ)

山形交響楽団ユアタウンコンサート米沢公演

シューマンの交響曲第1番「春」や、ヴァイオリンの超絶技巧曲「ツィゴイネルワイゼン」などを演奏します。

日 令和4年2月20日(日) 15時開演

費 全席指定 前売 一般 4,000円 (応援割後 3,200円)
学生 (24歳以下) 1,500円 (応援割後 1,200円)

※応援割：チケット購入金額 500円につき 100円割引

チケットぴあは割引対象外、割引事業終了の場合は割引なし、伝国の杜 FC 割引との併用可

※未就学児の入場不可

■チケット/伝国の杜、山響事務局、チケットぴあで 10月28日(火)発売



指揮 おおたげん 太田弦 Vn まつもとらん 松本蘭

米沢市上杉博物館

丸の内1丁目2-1 (伝国の杜) ☎ 26-8001 9時～17時 (入館は16時30分まで)
休館日：10月27日(水)

企画展 上杉家伝来能面・能装束

～語りはじめた面袋～

上杉家と能の関係について、能面保護のための「面袋・面当」にも焦点を当てながら、国内に散逸した上杉家旧蔵の能面・能装束を一堂に集めて紹介します。



べにましろだんからかんひしうちた
紅茶白段唐鏡菱打板に
るやがなししほいれつこうもん
紗綾型獅子花入亀甲文
様厚板 (当館蔵)

期 10月16日(土)～12月8日(水)

費 一般 700円、高大生 450円、
小中生 300円

◎ギャラリートーク※学芸員による展示解説 (要入館料)

日 10月16日(土) 17時15分～

定 20人※現在受付中。定員になり次第終了。

◎講演会「面袋はかく語りきー近世大名の能道具ー」

日 10月31日(日) 14時～ **費** 無料

講 門脇幸恵氏 (国立劇場調査養成部調査資料課調査係長)

定 先着 80人※現在受付中。定員になり次第終了。

上杉文華館 「上杉定勝～定勝の文芸①漢詩文と歌～」

主に国宝「上杉家文書」を通して、第2代米沢藩主上杉定勝の文化的素養について紹介します。

期 ～11月23日(火・祝)

ワークショップ

◎だれもしらない博物館～博物館バックヤードツアー～

日 11月3日(水・祝) 13時30分～16時

定 10人 **費** 500円 ■募集/10月6日(水)9時～

◎ナイトツアーようこそ夜の博物館へ「お能のひ・み・つ」

日 11月12日(金) 19時～20時30分

場 企画展示室 **定** 20人※中学生以下は保護者同伴

費 500円 ■募集/10月13日(水)9時～

プレイショップ (体験学習室)

◎モールでつくろう! すてきなオーナメント

期 ～10月26日(火)



コミュニティセンター

社会教育課社会教育担当 ☎ 21-6111 居住する地区以外のコミセンも利用できます。

行事名	日時	内容	対象・定員	参加費	事前申込	申込・問合せ
心と身体の リフレッシュ	10/12(火) 10時～12時	北欧の装飾品「ヒンメリ」を身近な材料で作ります。	成人・12人	教材費 200円	10/4(月) まで	南部コミセン ☎ 24-2011
第18回 東部文化祭	10/17(日)10時～15時ステージ発表、10/22(金)～24(日) 9時～17時(最終日は15時まで) 展示、10/24(日)9時 30分～12時体験コーナー※17日のみ市民文化会館		どなたでも・ 17日のみ整理 券発行	無料	不要	東部コミセン ☎ 37-8025
まちなか歴史夜話	10/29(金) 19時～20時30分	「置賜史で全国史を学ぶ」	どなたでも・ 20人	無料	10/25(月) まで	南部コミセン ☎ 24-2011
やさしいてならい 講座	11/5(金) 9時30分～12時	羊毛刺しゅうの花ブローチ	成人・12人	教材費 1,100円	10/22(金) まで	南部コミセン ☎ 24-2011
PPバンドバック 講座(全4回)	11/5(金)・12(金)・19(金)・ 26(金)9時～12時	おしゃれな3D編みをマスター しよう	成人・10人	1,500円(色 により変動)	10/29(金) まで	塩井コミセン ☎ 22-5380
親子で楽しむ 陶芸体験	11/6(土) 10時～12時	粘土をこねこね延ばしてオリ ジナルの作品を作ろう!	小学3年生以下 と保護者・8組	500円/人	10/26(火) まで	南原コミセン ☎ 38-2301
PPバンドで作る おしゃれバッグ (全3回)	11/12(金)・19(金)・26 (金)13時30分～16時 30分	基本の編み方をマスターして A4サイズのバッグを作ります。	成人・10人	教材費 900円	10/6(水) ～26(火)	南部コミセン ☎ 24-2011

教えて! 市立病院



【今月のドクター】
第二内科（消化器内科）長
佐藤智佳子 医師

新型コロナウイルス感染症は、いまだ終息の見通しが立たず、日常生活の制限が続いていますが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。

感染の心配から外出を控えて、検診も受けなくなり、症状が出て初めて検査を受けて、進行がんが

〈第99回〉

がん検診を受けていますか？

■問合せ／市立病院総務課企画財務担当 ☎ 22-2450

判明する方もいるようです。

確かに、消化器内科で行っている内視鏡検査は、飛沫やエアロゾルが発生して感染のリスクがあると考えられています。そのため、当院でも一時は緊急性の高い患者さんに限定して、検査を控えていました。しかし、現在では換気を行い、ガウンやアイシールドなどの感染対策を行った上で、通常通り内視鏡検査を行っています。受診する方には、内視鏡検査日の2週間前から検温をお願いし、感染予防にご協力いただいています。

ご存じのように、がん検診を受けることにより、がんの早期発見、

早期治療につながります。ワクチン接種も進んでいますし、これまで検診を控えられていた方は検診してみたいはいかがでしょうか。

ところで、日本消化器病学会では、定期的に市民公開講座を開いております。この秋には米沢で開く予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大が続いているため、録画して放映する方針です。「検診って何が分かるの？」～消化器がんについて知ろう～をテーマに、専門家が講演します。日時や放映の方法が決まりましたら、お知らせいたします。興味がある方は、是非ご覧ください。

目指せ! 健康長寿 日本一



本市では、地区のコミュニティセンターで実施される「健康長寿のまちづくり推進事業」の支援を行っています。この事業では、スポーツや体操、トレッキングなどを行い、参加者同士の交流の機会を設けることで、市民の健康づくりや生きがいづくりを目指しています。

【北部地区の取り組み】

北部地区では、米沢市内を一望できる斜平山のトレッキングを実施しています（年2回予定）。

6月3日（日）に第1回目として新緑の斜平山トレッキングが行われま

〈第41回〉

健康長寿のまちづくり推進事業を応援します

■問合せ／健康課健康企画担当 ☎ 24-8181

した。当日は、晴天にも恵まれ、ガイドからの説明を聞きながら、愛宕神社や斜平山スカイツリー、笹野山のテレビ塔を巡る約4時間のトレッキングを完歩しました。

10月には、第2回目の紅葉の斜平山トレッキングを予定しています。

【塩井地区の取り組み】

塩井地区では、スポーツや体操の取り組みを行っています。

6月～8月にかけて、5回のリフレッシュヨガ教室を開催しました。受講した皆さんは、ヨガで体をほぐしながら心と身体のリフレッシュを体感していました。

12月には、塩井毘沙門大学の1

コマとして、カラーリングやポッチャを使った運動教室を予定しています。



▲斜平山トレッキング（北部地区）
テレビ塔を目指し、峰の道を歩きました。



▲リフレッシュヨガ教室（塩井地区）
身体全体をヨガの型を用いて柔らかくほぐしていきます。

Tyler's Essay
What's the T?

Vol.18

アメリカのハロウィン
Halloween in America
(日本語訳)

I'm sure you've heard about Halloween, but did you know that Halloween is celebrated differently in America than in Japan? October 31 was originally known as "All Hallows Eve", and by the Celts, it was regarded as a day when ghosts and spirits would terrorize the living. So as to not be found out as a living human, people would dress up in costumes resembling the dead.

In America today, people dress up in all sorts of costumes and hold Halloween parties. Kids especially also take part in "trick or treating", going door to door in their costumes in search of candy. You can get candy just by knocking on the door but don't forget the magic words: "trick or treat!"

ハロウィンはご存知だと思いますが、アメリカと日本ではお祝いの仕方が違うと知っていますか？ 10月31日はカトリックの祝日「諸聖人の日」前夜として知られていますが、古代ケルトの信仰では悪霊や精霊が生者を脅かす日と考えられていました。生きた人間として見つからないようにするため、人々は死者に扮しました。

現在のアメリカでは、様々な衣装に身を包みパーティーを催します。特に子供たちは、仮装してお菓子をもらいに近所を回る「トリック・オア・トリート」に参加します。家のドアを叩くだけでお菓子をもらえますが、魔法の言葉を忘れずに「トリック・オア・トリート！」

米沢市国際交流員
タイラー・パートン



YIRA NEWS

● KIDS ハロウィン & 多言語読み聞かせ

■ 日時 / 10月30日(土) 14時～15時

■ 場所 / 北村公園

■ 参加費 / 子ども 300円

■ 申込締切 / 10月28日(木)

● 10月のYIRA 交流講座

○ Weekend English 10月9日(土)

○ 英語交流講座 10月13日(水)

○ 中国語文化交流講座

10月19日(火)

米沢市国際交流協会 (YIRA)

米沢市国際交流プラザ「アーカス」
置賜総合文化センター1階

☎ 33-9146 ✉ yira@omn.ne.jp

ホームページ▶

www.yira-yonezawa.org

よねざわ
文化財
散歩

〈第4回 前編〉

国指定史跡 舘山城跡

る交通の要衝に築かれています。平成28年3月1日付で国の史跡になりました。

舘山城がいつ築かれたかは明らかになっていませんが、発掘調査により16世紀前半頃の陶磁器が見つかり、この頃から機能していたと推定されています。

伊達氏の正史「伊達家記録」には、舘山城は伊達氏の家臣だった新田四郎義直の居城として最初に登場し、その後伊達輝宗(政宗の父)の隠居所となったこと、輝宗の死後に伊達政宗による再整備が行われたことが著されています。

また、平成25年度の発掘調査により、山城から江戸時代初期の石垣が発見されました。

このことから、舘山城は伊達氏の統治下で機能し、江戸時代になってから上杉氏による再整備を受けたと考えられています。



舘山城

織田信長の安土城築城(1576)以降、各地で天守を備えた城が築かれるようになりますが、安土城築城以前には、山を削り、土を盛って土塁や堀を築いた山城が沢山作られました。中でも身近な市内のお城を紹介します。

舘山城跡は、大字口田沢の丘陵の先端に築かれた山城と、その麓の山麓居館で構成される城館跡です。大樽川と小樽川(鬼面川)を堀として利用した天然の要害(険しく、守るのに有利な地形)で、会津と米沢を結ぶ街道が近くを通



9月13日

米沢牛給食

おいしい米沢牛の給食に舌鼓

米沢牛を生産している株式会社藤佐藤畜産から、コロナウイルス感染症の影響が続くなか頑張る子ども達に元気を届けたいとの思いから、市に米沢牛280kgを寄贈していただきました。

市内の全ての小中学校（23校）で、米沢牛の牛丼が給食で提供されました。西部小学校では13日の給食で提供され、児童たちは米沢牛を笑顔ではおぼっていました。

9月15日

人権サッカー教室

スポーツを通じて楽しく人権を学ぶ

米沢市人権擁護委員が主催する「一人権サッカー教室」が広幡小学校で行われ、全児童が参加しました。教室では、モンテディオ山形育成普及コーチの2人が講師となり、楽しくサッカーをしました。児童たちは協力することの大切さや、人を思いやる気持ちを学びました。教室は年2回開催で次回は来月六郷小学校で開催されます。



市・長・コ・ラ・ム

驚きのできごと ～出会いの面白さ～

日々の出会いの中で、たまに不思議さや面白さを感じることはありませんか。

先日、月刊誌「ランナーズ」の黒崎悠編集長から取材を受けました。発行元である株式会社オールビーズが運営する「オクトバー・ラン&ウォーク」という自治体対抗企画で、全国137自治体で走り歩き距離を競ったところ、両部門で米沢市が初代総合1位となり、私自身もウォーキングの部で県下2位の成績であったことから依頼をいただいたのです。

取材から1週間も経たない内、テレビ朝日「あいつ今何してる？」という番組を見てみると、俳優の沢口靖子さんが自身主演の昭和60年NHK連続テレビ小説「滞つく



し」内で産んだ、双子の赤ん坊の今を気にしておられました。興味深く見ていると36年振りに登場した双子の兄が、何と黒崎編集長だったのです。箱根駅伝出場の実歴などはお聞きしていました。朝ドラに出演されていたとは知らず大変な驚きでした。双子のご兄弟共に好きな仕事に就き立派に成長した姿が放送され、視聴者も安堵したものと存じます。

9月1日の広報でチラシを全戸配布しましたが、10月1日から2回目の「オクトバー・ラン&ウォーク」がスタートしました。皆で運動して「健康長寿日本一」のまちを目指しましょう。

米沢市長 中川 勝

百歳敬老祝金等伝達

今年48人が百歳を迎えられました

今年で百歳となった佐藤ハツさん（本町）に、市長から敬老祝金と寿詞が送られました。大正11年生まれの佐藤さんは、長寿の秘訣はと尋ねられると「世のため、人のために一生懸命に働くこと」と元気に話して、ときばきとした手捌きで、家族が経営する店舗で販売するお菓子の梱包手順を披露していました。これからも長生きしてくださいね。



長崎から、平和の想いを学ぶ

本市が加盟する日本非核宣言自治体協議会で主催する「親子記者事業」に、今年度は本市の中嶋由美子さん・英心さん（興譲小5年生）親子が選ばれました。二人はインターネット会議システムを用いて、長崎市で平和活動に取り組む人にリモート取材を行いました。ここでは中嶋さん親子の感想を紹介します。



親子記者で学んだこと

中嶋由美子さん・英心さん親子

中嶋さん親子が作成した「おやこ記者新聞（第14号）」は日本非核宣言自治体協議会のホームページに掲載される予定です。併せてご覧ください。



学習の様子

原爆投下から76年の今年、親子記者として被爆者の羽田麗子さんと、『復元！被爆直前の長崎』の作者である布袋厚さんにお話を聞きました。布袋さんの本を見ながら羽田さんが被爆された場所、金比羅山、爆心地を地図で調べました。被爆した人が標高366メートルの金比羅山を必死に登り、羽田さんの町に助けを求めてきた話は想像を絶するもので、戦争の悲惨さを学びました。

布袋さんは、歴史の勉強をして戦争の準備を見破る目を持つこと、自分の思いを主張することも大切だと話していました。そのためには、凄い努力が必要です。真実を見極める目を持ち、自分の意見を主張できるよう勉強していきたいと思いました。

広報クイズ

ハチに狙われやすいのは、何色の衣服を着ているときでしょう。（ヒントは16ページにあります）

正解者5人に上杉鷹山公レターセットをプレゼント！※応募者多数の場合は抽選（発送をもって当選のご連絡とします）。

①白 ②赤 ③黒

■応募締切／10月15日（金）※当日消印有効

■応募方法／はがきまたはインターネット（米沢市電子申請サービス）にクイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、広報の感想を書いてお送りください。電子申請サービスにアクセスするには、QRコードを読み取るか、検索してください。手続名は「広報クイズ」です。

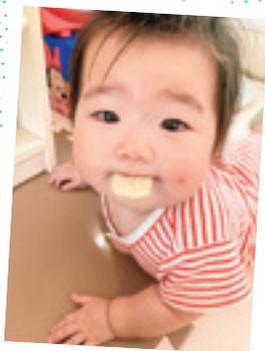
■宛先／〒992-8501 米沢市金池5丁目2-25 秘書広報課広報広聴担当

■9月1日号の答え／②Q



米沢市電子申請サービス 検索

今月のすこやかちゃん



すずき ちせ ちゃん
9月

■すこやかちゃん応募先／
 ☒ box@city.yonezawa.yamagata.jp

今号は、健診後に行動を起こす人が増えるよう、「健診、受けっぱなしになっていませんか？」という特集を組みました。健康課の職員も出演し、生活を見直した場合と見直さなかった場合の一例を示しています。市では皆さんの健康づくりのサポートをおこなっています。特集をご覧ください。（東條）



YONEZAWA PHOTO

今号のテーマ:「空」

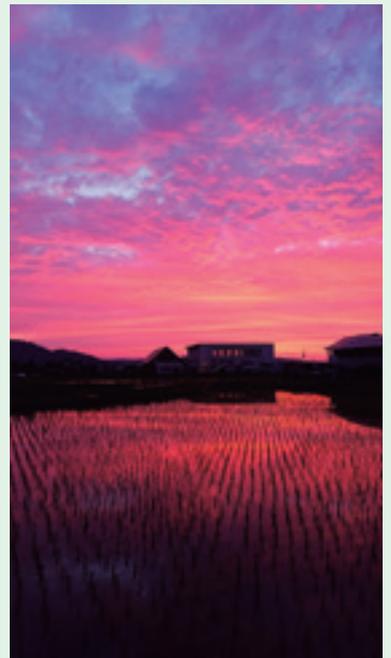
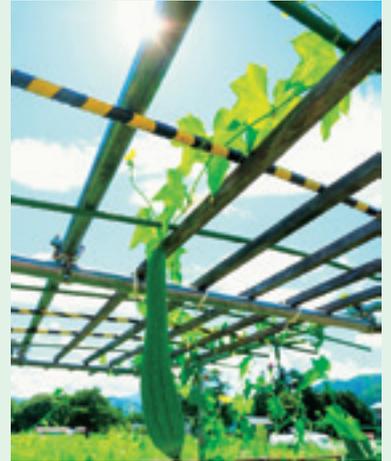
広報よねざわに写真を掲載しませんか？

米沢市内で撮影したあなたの自慢の写真を
ご応募ください。応募の際は、ホームページ
記載の応募方法や応募の注意事項をお守りく
ださい。皆さんの素敵な写真をお待ちしてい
ます！



ホームページ
はこちら▲

11月1日号掲載のテーマは「植物」です！



応募方法



SNSに投稿

「#いいよねよねざわ」のタグをつけてインスタグラム、ツイッター、フェイスブックに写真を掲載してください。



メールで送信

秘書広報課広報広聴担当✉
box@city.yonezawa.yamagata.jp
に写真を添付(20MBまで)し
てご応募ください。



市役所に持ち込み

市役所3階秘書広報課まで写真データが入っているCD-Rをお持ちください。