

# てんどう

3 / 1

No.1550



## 北国に春を告げる雛飾り

2月8日、市立旧東村山郡役所資料館で、天童雛飾りオープニングセレモニーが行われました。市立舞鶴保育園の園児23人がお雛様の前で歌や踊りを披露して、春の訪れをお祝いしました。

- 2 特集 平成30年度の広聴活動について
- 8 暮らしの情報 山形県議会議員選挙
- 8 暮らしの情報 住民異動届などが繁忙期の休日などにもできます
- 9 暮らしの情報 認知症初期集中支援チーム「ホオジロ」をご活用ください

# みなさんの声を活かした健康都市づくり



市では、多くの市民のみなさんのご意見やご要望を市政に反映させ、より良いまちづくりに活かすことで、本市が目指す活気と魅力のあふれる「健康都市」を実現するため、広聴活動に力を入れていきます。今回は、平成30年度の広聴活動の内容についてお知らせします。

## 平成30年度の広聴活動

市では広聴活動として、主に次の三つの事業を行っています。

### ■まちづくり懇談会

市長と教育長が各地域に伺い、地域の課題や市政に対する意見を聞くなど、市民のみなさんと直接話し合う懇談会です。本年度は、149件の意見や要望が寄せられました。

### ■市政への提言

はがきや、市ホームページの市へのご意見のコーナー、電子メールなどで、市政への意見や要望をいただいています。市政への提言の専用はがきは、年2回市報に折り込み、より多くのご意見をいただけるよう努めています。本年度

は、1月末時点で182件のさまざまな意見や要望をみなさんからいただいています。

### ■市民相談など

市役所1階にある市民相談室は、市の業務に対する意見や要望などをお聞きする総合的な窓口です。また、市民生活を送る上でのさまざまな相談について、その内容に応じたアドバイスをさせていただいています。専門的なアドバイスが必要な場合は、定期的に行っている行政書士や弁護士による無料相談を受けることができます。

このほかに、市の基本的な施策に関する計画や指針などを策定する過程で市民から意見を募集するパブリックコメントや、市民のニーズを的確に把握するための市民アンケートなどを行っています。

## 主な広聴活動

### まちづくり懇談会 (平成31年度)

- とき 5～9月(予定) 午後7:00～8:30
  - ところ 各市立公民館など(13会場)
- ※年度初めに13会場の日程を市報てんどうに掲載し、各会場の開催前に再度掲載します。

### 市政への提言

- 利用方法
  - 市ホームページ「市へのご意見」コーナー＝随時受け付け  
URL＝http://www.city.tendo.yamagata.jp/
  - 電子メール＝随時受け付け  
アドレス＝tendoshi@city.tendo.yamagata.jp
  - 提言の専用はがき＝年2回、市報てんどう6月号と12月号に折り込み

### 市民相談・各種相談

#### ■市民相談(無料)

- とき 月～金曜日(水曜日を除く)  
午前8:30～午後5:15
- ところ 市役所1階市民相談室
- 相談内容 市政への意見・要望、家事・民事的な相談

#### ■行政書士相談(無料)

- とき 毎週水曜日(月4回)  
午前9:00～午後4:00
- ところ 市役所1階市民相談室
- 相談内容 相続関係、各種許認可申請、その他の相談など

#### ■法律相談(無料)

- とき 毎月1回 午後1:30～
- ところ 市役所5階会議室など
- 相談内容 民事・民事的な相談(弁護士が相談に応じます。係争中の事案は除きます)
- 申込方法 事前に資料などを持参し、市民相談室に申し込み

※行政書士相談と法律相談は、市報てんどうの毎月1日号に詳しい日程などを掲載しますので、ご確認ください。

## 広聴の状況

### まちづくり懇談会の状況(平成30年度)

地域	出席者数	意見・要望
天童南部	72人	7件
天童中部	43人	16件
天童北部	58人	14件
成生	62人	10件
蔵増	51人	12件
寺津	51人	14件
津山	48人	13件
田麦野	22人	11件
山口	46人	11件
高揃	92人	8件
長岡	133人	10件
干布	54人	7件
荒谷	34人	16件
合計	766人	149件

### 市民相談室の相談件数などの推移

(単位:件)

年度(平成)	苦情	要望	相談(法律相談)	その他	計
26	19	49	264(23)	2	334
27	14	43	297(28)	4	358
28	12	54	228(15)	1	295
29	10	44	277(16)	3	334
30	4	35	270(17)	7	316

※平成30年度は1月末までの件数です。

※相談には、行政書士相談、法律相談も含まれます。

### 寄せられた提言・意見と市の取り組み

このような広聴活動の中で本年度に出された意見や要望が多かった内容は、人口減少対策、防災対策、交通安全対策、道路・側溝などの整備、環境・衛生問題などです。これらの意見や要望などは、全て市長がその内容を確認して、関係などですぐに対応できるものについては、早急に対応できるようにしています。行政として実施すべき必要性や予算などを十分に検討しながら、可能な限りみなさんの声を反映できるよう努めています。

まちづくり懇談会、市政への提言でいただいた意見や要望などに対する回答や対応状況は、ホームページに掲載するなどして公表しています。これらの内容は、年度ごとに報告書「市民のこえ」としてまとめ、市立図書館や各市立公民館でご確認いただけます。市では、市民のみなさんの声を大切にしながら、住みよいまちづくりを進めていますので、意見や提案をぜひお寄せください。

#### ●問合せ。市市長公室

。市民相談室

(☎654局11111内線741)

(☎654局11111内線303)



## 小学生が出張雪かき

1月30日、荒谷地域で、荒谷小児童による除雪ボランティアが行われました。これは、自宅の除雪が大変な高齢者宅の除雪を地域の民生児童委員の紹介を受けて同校の児童が毎年行っているものです。海谷よしさん（上荒谷）の自宅を訪問した班は、大きなスコップを手に玄関前や車の通り道に積もった雪を丁寧に取り除いていました。除雪作業が終わると、海谷さんは「一生懸命作業していただきありがとうございます」と感謝の気持ちを児童に伝えていました。



MY TOWN TOPICS

# まちの話題

### 「写真が動画に変わる」ARの設定方法

- ①AppstoreまたはGooglePlayで「HPReveal」を検索し、インストールする。
- ②「HPReveal」を起動して、必要な設定を行う。
- ③カメラの起動後、検索の画面で「天童市'sPublicAuras」を検索してチャンネルの登録（フォロー）を行う。
- ④カメラの画面に切り替えたら、「AR写真」の表示のある写真にかざす。



▲ iphone.ipad

▼ android



## 天童産の大豆を使いみそづくり

2月2日、市農業センターで、地産地消みそづくり教室が行われました。参加者は、柔らかくなるまで煮た大豆を協力しながら足で踏みつぶした後、塩切りこうじと混ぜ合わせてみそを仕込みました。仕込んだみそは各家庭に持ち帰って保存され、10月ごろにはおいしいみそが出来上がる予定です。

## 楽しさ盛りだくさん 冬の2日間

2月2日・3日、天童高原スノーパークフェスタが、天童高原スキー場特設会場で開催されました。会場では自衛隊の協力によるかまくら長屋やすべり台付きの巨大雪像が公開されたほか、チューブスライダーやバナナボートなどのアトラクションを無料で提供。人気のちびっこ雪上宝さがしが始まると、大勢の子どもが雪上のお宝へ一斉に走り出して拾い集めるなど、子どもたちにとって楽しさ盛りだくさんの日になりました。

### AR写真





## 新年の無病息災を願って

2月11日、市西沼田遺跡公園で、小正月行事のおさいとうが行われました。同公園の田んぼや畑から採れたわらや豆殻を積み上げておさいとうの火を起こすと、正月飾りやお守り、お札などを持参した子どもたちが勢よく火の中に投げ入れて、燃え上がる炎に一年間の無病息災と幸せを願っていました。



## スマホで写真を楽しく編集

2月7日、市立山口公民館で、スマホで簡単画像編集講習会が行われました。これは、山口地域づくり委員会が毎年冬に行っているIT勉強会の一環として行われたものです。阿部スタジオ(株)の阿部謙吾さんが講師を務め、無料のスマートフォンアプリを使って写真をきれいに見せる方法を解説しました。参加者は「暗い写真が明るくなった」「家族に使い方を教えてあげよう」などと話しながら、手軽にできる写真のアレンジを楽しんでいました。



## ふるさと天童を懐かしみ

2月17日、ホテルグランドパレス(東京都)で、関東圏在住の市出身者で構成する関東天童会(奥山専逸会長)の第26回総会が開催され、約100人が出席しました。アトラクションでは、県内で活躍する歌手の最上和彦さんの演歌が披露されると、会場は大いに盛り上がりました。また、恒例のお駒会の女将の先導による花笠音頭や市内の特産品が当たる抽選会が行われ、参加者は、年に1度の懐かしい友人との楽しいひとときを過ごしていました。

## 温かな音色の響き満ちて

2月11日、市美術館で、ミュージアムコンサートが開催されました。満席の会場で山形交響楽団首席奏者によるバイオリン、ピオラ、チェロの弦楽器による演奏が始まると、温かく柔らかい旋律が館内を満たしました。また、開催中の体験美術館にも多数の親子連れが訪れ、ピースやブロックの工作に夢中になっていました。



お〜い！ あつまれ！  
しみんの すたあ〜！

# 未来に向かって

## みんなの おあしす

◆天童市立第四中学校  
一人一人が自分を磨き「進化」を目指す



私たち四中生徒会は本年度、「進化」のスローガンを掲げ、さまざまな活動を行ってきました。一人一人が自分を磨き、より良い集団を目指して取り組んでいます。今回は、特に力を入れて取り組んできた活動について紹介します。

▲四中生全員でより良い集団を目指し活動に取り組んでいます

**四** 中学生徒会は、進化のスローガンの実現に向けて、次の三つの活動に取り組んできました。一つ目は「地域に感謝 全校ボランティア」です。地域への感謝の思いを持ち、自分たちの心を磨くために全員でボランティアに取り組んでいます。5月の創立記念式の日には、私たちが支えてくださっている地域の方のために、道路のごみ拾いや草取りなど、充実した活動を行うことができました。二つ目は「I can You can」です。一人一人が自分のできたことや、誰かのできたことを葉っぱの形のシートに書き、そのシートを全校生徒が通る中央階段の壁に掲



▲ゴミ拾いや草取りなどのボランティア活動



▲体育祭終了後の校歌合唱

示することで、お互いの成長を確認できました。1階から上に向かって伸びていく言葉は全校生徒が進化する様子を表しています。三つ目は「雪かき&あいさつ活動」です。クラス単位で毎朝交替して雪かきとあいさつ活動を行っています。「みんなのために」「自ら進んで」という精神を養うことを大切にし、気持ちの良い一日のスタートを切っています。これから3年生は卒業式を迎えます。最後まで気を引き締めて活動を行い、しっかりとまとめをして来年度につなげます。そして、本年度の集大成となる卒業式を全校生徒でつくりあげます。



## 笑顔写真館



### ゆきあそび、だーいすき

高橋 <sup>ひなた</sup>陽向くん 河端 <sup>つばさ</sup>翼くん  
(6歳・北目) (6歳・泉町)

おそとでゆきあそびをしたよ。みんなでおっきいゆきだまをつくったり、ゆきがっせんをしたりするんだ。ぼくたち、ゆきあそびだいすき。こんどはそりすべりもしようね。

## おらほうの地域づくり



慰問で伺った施設ではみなさんに大変喜ばれました

### 市立干布公民館

#### 江戸前本神輿みこしを通じた地域の活性化

干布神輿越王會（干布地域づくり委員会神輿小委員会）は、平成14年に発足し、地域の協力を得ながら17周年を迎えました。恒例の天童夏まつりや、市内外のさまざまな行事で渡御とごを行っています。また、毎年介護施設で慰問渡御を行い、たくさんの方々に喜んでいただいています。渡御のほかに木やりの披露やボランティア活動も積極的に行っています。これからも、地域やさまざまな場所で渡御を披露し、「縁起と神輿を担ぐ」という使命を誇りに、日本の伝統である江戸前本神輿を守りながら活動していきます。

### 市立荒谷公民館

#### 地域の安全を願って

1月27日、第17回荒谷地域安全雪まつりが開催されました。これは、雪灯籠や雪像づくりをとおして家族の絆を深めるとともに、雪明かりをともして家庭・地域の安全を祈ることにより、犯罪や事故のない、明るく住みよい地域をつくろうと毎年行われています。各公民館や家庭では工夫を凝らした雪灯籠や雪だるまなどが作られ、花火の合図で一斉に明かりがともされると、地域全体が幻想的な雰囲気に包まれました。これからも、子どもたちの笑顔あふれる安全安心な地域を目指して、みんなで取り組んでいきたいと思ひます。



手作り竹ランタンと勇壮な獅子舞の披露



# 山形県議会議員選挙

投票日 4月7日(日)

告示日 3月29日(金)

開票 4月7日(日) 午後9:00~  
/市スポーツセンター

4月7日(日)は、任期満了に伴う山形県議会議員選挙の投票日です。

## 投票時間は午前7:00~午後8:00

投票は4月7日(日)に市内27カ所の投票所で行われます。投票時間は午前7:00から午後8:00までです。時間内の投票にご協力ください。

## 投票できるのは次の方

投票できる方は、次の要件を満たし、市の永久選挙人名簿に登録されている方です。

- 住所 平成30年12月28日までに、市内に住居登録している方
- 年齢 平成13年4月8日以前に生まれた方  
※3月20日(水)以降に市内で転居した方は、転居前の住所の投票所で投票することになります。

## 入場券は3月29日(金)以降に郵送します

投票所や投票時間をお知らせするため、有権者の

みなさんに、投票所の入場券を郵送します。入場券をなくしたり、投票所に持参するのを忘れてしまったときでも投票できますので、当日、投票所の係員にお気軽にお申し出ください。また、候補者の経歴や政策などを掲載した選挙公報を各家庭に配布しますので、投票の参考にしてください。

## 期日前投票をご利用ください

仕事や旅行、出産などの理由により、選挙当日に投票できない方は、期日前投票ができます。

### ●持物 入場券

#### ■市役所1階市民ロビー

●期間 3月30日(土)~4月6日(土)

●時間 午前8:30~午後8:00

#### ■イオンモール天童1階グリーンコート

●期間 4月2日(火)~6日(土)

●時間 午前9:00~午後8:00

●問合せ 市選挙管理委員会事務局

(☎654-1111内線512)

## 住民異動届などの手続きが 繁忙期の休日などにもできます

3・4月は、転入・転出などの住民異動が最も多い時期です。このため、市では下記のとおり、繁忙期の休日、平日の窓口での受け付けを延長し、転入・転出などの住民異動や戸籍関係届など異動に関する業務を行います。なお、証明書は自動交付機や一部コンビニエンスストアなどでも取得できます。

### ■市役所窓口業務の延長

とき	時間
3月30日(土)・31日(日)	午前8:30~午後0:30
3月25日(月)~29日(金) 4月1日(月)・2日(火)	午後6:30まで延長

### ●業務内容

- 市民課=住民異動届、戸籍届、各種証明書発行、国民健康保険取得・喪失、国民年金業務、マイナンバーカードの受け付け・交付
- 税務課=各種税証明書発行業務
- 納税課=転出に伴う市税などの納付確認、市税などの納付・精算
- 社会福祉課=障がい福祉サービス申請業務
- 保険給付課=福祉医療業務、転入・転出に伴う介護保険証の発行・回収、介護保険の受給資格証明書申請業務
- 子育て支援課=児童手当申請業務

### ■自動交付機(市役所正面玄関東側)

暗証番号が登録された市民カードが必要です。

取得できる証明書	利用時間
住民票の写し、印鑑登録証明書、所得・課税証明書、納税証明書	午前9:00~午後8:00 (土・日曜日、祝日を含む)
戸籍全部事項証明書、戸籍個人事項証明書	午前9:00~午後5:15 (平日のみ)

※自動交付機による証明書の交付は、4月30日(火)で終了します。

### ■コンビニ交付サービス

- 利用できる方 天童市に住所がある方で、利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカードをお持ちの方
- 利用できる店舗 セブンイレブン、ファミリーマート、ローソン、イオンリテールでマルチコピー機を設置している店舗

取得できる証明書	利用時間
住民票の写し、印鑑登録証明書、所得・課税証明書、納税証明書	午前6:30~午後11:00 (土・日曜日、祝日を含む)
戸籍全部事項証明書 戸籍個人事項証明書	午前8:30~午後5:15 (平日のみ)

●問合せ 市市民課 (☎654-1111内線717)

# 天童市認知症初期集中支援チーム 「ホオジロ」をご活用ください

認知症になっても住み慣れた地域での暮らしを続けていけるように、天童市認知症初期集中支援事業をご活用ください。(医)斗南会秋野病院に設置された医師・看護師・精神保健福祉士による専門職チームがご家庭を訪問し、早期に適切な専門医療や介護ケアを受けられるよう支援します。

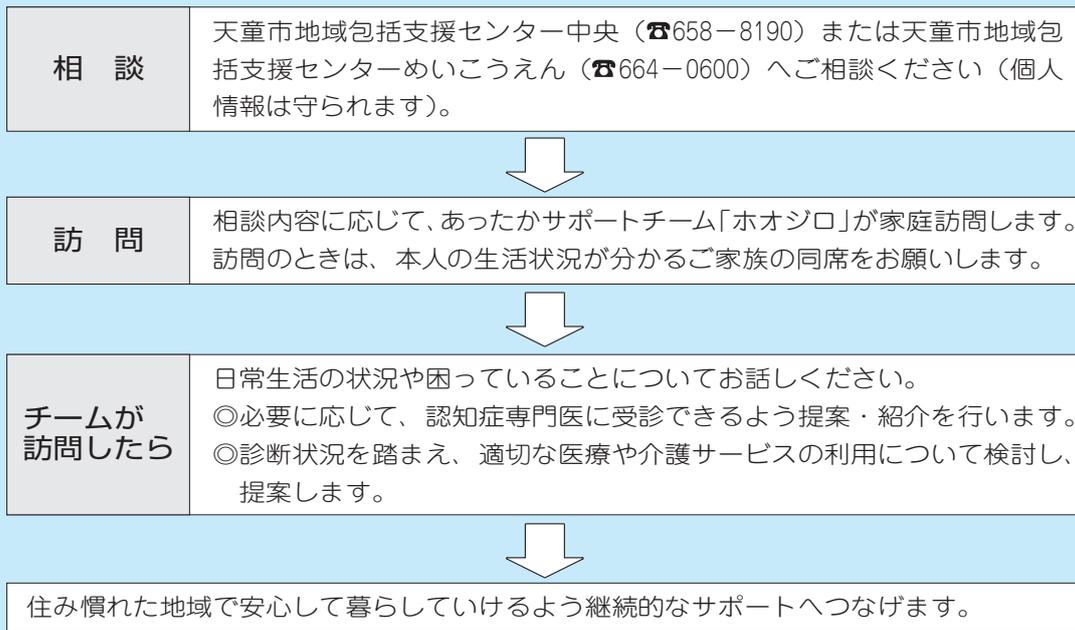
## ●対象 40歳以上で次に該当する方

- 認知症に対する適切な医療・介護サービスを受けていない方
- 受けていた医療・介護サービスを中断したままの方
- 認知症の症状のために、家庭生活や地域での暮らしに問題が起きている方

※該当するかどうかなど、利用について迷ったときはお気軽にお問い合わせください。



## 利用の流れ



## ■認知症の方が暮らしやすい環境へ

認知症は誰にでも起こる可能性のある病気です。もし認知症になってしまっても、早めに専門治療や適切なサポートにつながれば、症状が改善したり、進行を遅らせたりできます。認知症について不安な方や悩みがある方は、お気軽にご相談ください。

- 問合せ 天童市地域包括支援センター中央（☎658-8190）、天童市地域包括支援センターめいこうえん（☎664-0600）または市保険給付課（☎654-1111内線756）

## 介護予防事業のお知らせ

市では、高齢者の介護予防と健康寿命の延伸を目的に、介護予防事業を行っています。どうぞご参加ください。

### ■あっぱれ元気教室

- とき 午後1:00～2:30（実施する曜日は実施施設によります）
- 内容 柔道整復師による簡単な筋力アップ運動や脳トレなど
- 参加料 1カ月4回1310円、8回2680円

### ■ショッピングリハビリ事業

- とき 毎週水曜日の午後1:30～3:00(月4回)

- 内容 市内の商業施設などで買い物兼ねた歩行運動を行い、身体機能の維持を図ります

- 参加料 1カ月1410円

- 対象 65歳以上で、要支援1・2の方および介護予防・日常生活支援総合事業の対象者

※自宅から会場まで送迎します。

- 問合せ 天童市地域包括支援センター中央（☎658-8190）、天童市地域包括支援センターめいこうえん（☎664-0600）または市保険給付課（☎654-1111内線756）

## 赤ちゃんの駅を開設します

赤ちゃんの駅は、外出中に授乳やおむつ替えが必要になった場合、気軽に利用できる場所です。子育て中の家族の外出を支援するため、官民共同で行う取り組みで、社会全体で子育てを応援する意識の醸成を図るものでもあります。現在、公共施設を中心に市内に20カ所以上の登録施設がありますので、お気軽にご利用ください。赤ちゃんの駅には利用者のみならず、お気軽に立ち寄れるよう、目印となるステッカーなどを掲示しています。



### ●利用方法 施設により定

休日、時間帯、サービス内容、利用条件などが異なりますので事前にご確認ください

※ごみは原則として持ち帰りになります。

※赤ちゃんの駅としてご登録いただける店舗、事業所などの施設（市内）を募集しています。詳しくは、市ホームページをご確認ください。

●問合せ 市子育て支援課（☎654-1111内線722）

## 福祉灯油購入費等助成事業の申請はお済みですか

市では、次の世帯に冬期間の灯油購入費などの暖房費用の一部として5000円を交付します。

●福祉灯油購入費等助成の受給要件 平成30年12月1日現在で市に住民登録し、平成30年度の市民税が全員非課税で、次に該当する世帯（生活保護世帯・福祉施設等入所世帯は除く）および避難者世帯

- 高齢者世帯（65歳以上の単身世帯または高齢者のみの世帯）
- 障がい者世帯（身体障害者手帳1・2級、療育手帳A判定、精神保健福祉手帳1級、特別障害者手当、障害児福祉手当、特別児童扶養手当、障害基礎年金1・2級の受給者がいる世帯）
- 一人親等世帯

●申請 該当すると思われる世帯に申請書を郵送しています。なお、次の世帯で申請書が届いていないときは、市社会福祉課にお問い合わせください

- 障害基礎年金1・2級の受給者（身体障害者手帳1・2級の所持者を除く）
- 一人親等世帯で、児童扶養手当を受給していない方またはひとり親家庭等医療証の交付を受けていない方

●申込み・問合せ 3月29日（金）まで、市社会福祉課（☎654-1111内線767）

## やまがた子育て応援パスポートが変わります

対象年齢が18歳未満まで拡大され、紙カードからスマートフォンなどの電子画像カードに変わります。

### ■やまがた子育て応援パスポートとは

協賛している企業や店舗で子育て世帯がパスポートを提示すると、各種割引・優待サービスや乳幼児連れの外出支援・応援サービスなどを受けることができます。

●対象 18歳未満の子どもまたは妊婦のいる家庭

※下記のステッカーを掲示している全国の店舗で使用できます。



### ■電子画像カードの利用方法

県ホームページ（右記二次元コード）の専用申請フォームから申請してください。申請後表示される画像をスマートフォンなどに保存または印刷するなどして、協賛店舗で提示してください。



※保育園、幼稚園、学校などに在籍する児童を通じて配布しているチラシに掲載されているパスワードが必要です。お子さんを在宅で保育している方については市子育て支援課、市健康センター、市わらべ館の窓口で交付しますので、お問い合わせください。窓口で交付を受ける場合は、お子さんの年齢を確認できるものを持参してください。

※すでに発行された紙のカードも、記載されている有効期限まで使用できます。

※電子画像カードをご利用できない方には、紙のカードを配布しますのでお問い合わせください。

●問合せ 県子育て支援課（☎630-3345）または市子育て支援課（☎654-1111内線722）



## ご協力ください 駅駐輪場の適正利用

JR高掬駅・天童南駅・天童駅・乱川駅にある市営駐輪場は、電車やバスなどを利用する際に一時的に利用する施設です。4月15日現在で放置状態にあると認められる自転車などは、後日、市が撤去します。駐輪場を利用しなくなる場合は、必ず持ち帰ってください。

●問合せ 市生活環境課（☎654-1111内線276）

## 確定申告の誤りに気付いたときは

### 税額を多く申告していたとき

「更生の請求」をして正しい税額への訂正を求めることができます。更生の請求書に必要事項を記載し、法定申告期限から5年以内に、納税地の所轄税務署長に提出してください。

### 税額を少なく申告していたとき

「修正申告」をして正しい税額に修正するとともに、新たに納める税額は、修正申告書を提出する日まで、延滞税と併せて納めてください。なお、修正申告をする場合には、加算税が賦課される場合があります。

### 確定申告を忘れていたとき

確定申告の必要があるのに、確定申告を忘れていたときは、できるだけ早く申告してください。なお、申告が遅れた場合には、加算税が賦課される場合があります。延滞税を併せて納付しなければならない場合がありますので、ご注意ください。

※詳しくは、国税庁ホームページをご確認ください。

●問合せ 山形税務署 (☎622-1611)

## 市外の届出保育施設などの保育料の一部を助成

市では、市外の届出保育施設などに入所している児童について、保育料の一部を助成します。なお、市内の届出保育施設などに入所している児童については、各施設が申請を行います。

●対象 市内にお住まいで、児童が市外の届出保育施設など（企業主導型保育事業、事業所内保育施設および院内保育室を含む）に入所している方

●助成額（限度額） 1人目月額6000円、2人目月額1万2000円、3人目以降月額2万4000円を限度とし、納めた保育料および児童の人数によって助成額は異なります

※申請書を市に提出する必要があります。詳しい手続きについては、お問い合わせください。

●申込み・問合せ 市子育て支援課

(☎654-1111内線725)

## 鷹狩り実演と講演会

田麦野在住で、実猟ができる日本で最後の鷹匠といわれている松原英俊さんと両翼2羽にも及ぶイヌワシ「ヒース号」による狩りの実演と、大自然での体験についての講演を行います。



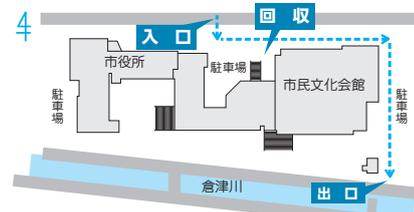
- とき 3月24日(日)午前10:00~正午
- ところ 市立高原の里交流施設ぼんぼこ
- 定員 40人（先着順、事前申し込みが必要）
- 参加料 一般800円、小学生300円
- 申込み・問合せ 市立高原の里交流施設ぼんぼこ (☎656-2955)

## 使用済小型家電の回収にご協力ください

引っ越しシーズンに合わせ特別回収を行います。回収費用は無料ですので、ぜひご利用ください。

●とき 3月22日(金)午前9:00~午後4:00

●ところ 市民文化会館北側駐車場



●回収品目 ノートパソコン、携帯電話などのデジタル機器、家庭用家電（電気ストーブ、電子レンジなど）

※パソコンや携帯電話の個人情報は消去してください。

※小型家電製品の電池や電球は外してください。

※家電4品目のテレビ、冷蔵庫（冷凍庫）、洗濯機（洗濯乾燥機）、エアコンは市で回収できません。

●問合せ 市生活環境課 (☎654-1111内線273)

## 高齢者交通死亡事故多発 夜光反射材を着用しましょう

昨年の県内における交通死亡事故は、死者51人のうち高齢者が35人と約7割を占めています。また、ことしに入っても高齢者が関係する交通死亡事故が相次ぎ発生しています。特に、高齢者の歩行中の事故が多く発生していますので、歩行者も安全確認の徹底と夜光反射材の着用により交通事故防止に努めましょう。

●県内における過去5年間の夜間の歩行者事故状況

○死者のうち夜光反射材

着用者=0人

○負傷者の夜光反射材

着用率=4.9%



●問合せ 天童市交通安全推進協議会事務局（市生活環境課内☎654-1111内線275）

## 介護予防教室にどうぞ

※応募多数の場合は抽選になります。

※自宅から送迎します（直接行くことも可能です）。

### ■元気ウキ浮き水中教室

- 対象 市内にお住まいの要介護認定を受けていない65歳以上の方
- とき ①4月2日(火)～5月28日(火)の火曜日(全8回)午前10:00～正午、②4月6日(土)～27日(土)の毎週土曜日(全4回)午後1:30～4:00
- ところ ①天童スイミングスクール(☎654-4933)  
②健康増進施設のぞみ(☎656-8322)
- 内容 水中歩行、バランス運動など
- 定員 ①20人、②15人
- 持物 水着、水泳帽子、タオル、バスタオル、参加料

### ■元気ゆー湯温泉教室

- 対象 市内にお住まいの要介護認定を受けていない70歳以上の方
  - とき 4月3日(水)～24日(水)の毎週水曜日(全4回)正午～午後3:00
  - ところ 健康増進施設のぞみ(☎656-8322)
  - 内容 温泉入浴に関する講話、温泉入浴、軽運動など
- ※昼食が付きます。
- 定員 15人
  - 持物 運動できる服装、タオル、バスタオル、参

加料

### ■健康てんどう元気塾

- 対象 市内にお住まいの要介護認定を受けていない65歳以上の方
- とき 4月4日(木)～25日(木)の毎週木曜日(全4回)午後1:30～4:00
- ところ スポーツクラブ天童ビーフリー  
(☎654-8866)
- 内容 ストレッチ体操・バランス運動、入浴など
- 定員 15人
- 持物 運動できる服装、運動靴、タオル、参加料

### ■楽しくさわやか脳トレ教室

- 対象 市内にお住まいの要介護認定を受けていない65歳以上の方
- とき 4月5日(金)～26日(金)の毎週金曜日(全4回)午前9:30～正午
- ところ スポーツクラブ天童ビーフリー  
(☎654-8866)
- 内容 認知症予防のための運動、入浴など
- 定員 10人
- 持物 運動できる服装、タオル、参加料



※参加料についてはお問い合わせください。

- 申込み・問合せ 3月18日(月)まで、市保険給付課(☎654-1111内線755)または各施設

## 地域の通い場にどうぞ



市では、地域住民の方などによる交流の場（通い場）づくりの取り組みを地域づくりや介護予防の点から支援しています（※はおおむね65歳以上）。

### ■田麦野スリッパ卓球「すみれ会」

- とき 3月6日(水)～27日(水)の毎週水曜日の午前9:00～正午
- ところ 市立高原の里交流施設ぼんぼこ

### ■喫茶「いるばある」

- とき 3月14日(木)午前10:00～正午
- ところ 市立天童北部公民館

### ■お茶のみ処

- とき 3月19日(火)午前10:00～11:30
- ところ 市立山口公民館

### ■カフェくらつ川(※)

- とき 3月22日(金)午後1:30～3:30
- ところ 市立天童中部公民館

### ■寺津うたごえ喫茶(※)

- とき 3月22日(金)午後1:30～3:30
- ところ 市立寺津公民館

### ■公民館喫茶「蔵」

- とき 3月26日(火)午前10:00～正午
- ところ 市立蔵増公民館

### ■ふれあい南部茶屋

- とき 3月26日(火)午後1:30～3:30
- ところ 市立天童南部公民館

### ■たかだまサロン「こっ茶来い」

- とき 3月27日(水)午前10:00～正午
- ところ 市立高揃公民館

●内容 喫茶、歌、運動など

●参加料 100円程度

※内容や参加料は、会場によって異なります。

●問合せ 市保険給付課(☎654-1111内線756)

## 3月1日～7日は子ども予防接種週間 麻しん・風しん混合予防接種はお済みですか

4月からの入園・入学に備え、未接種の予防接種がないか母子手帳で確認しましょう。特に、感染力が強い麻しん・風しんは、接種率95%以上を目指しています。忘れずに予防接種を受けましょう。



- 対象
    - 1期＝満1歳以上2歳未満（2歳の誕生日の前日まで）
    - 2期＝年長児（3月31日（日）まで）
- ※予診票を紛失した方、市外（県内）での接種を希望する方は、市健康課までお問い合わせください。

●問合せ 市健康課（☎652-0884）

## 先天性風しん症候群予防のため 抗体価検査と予防接種費用を助成

- 対象 市内にお住まいで、次に該当する方
    - ①妊娠を希望している23～50歳の女性
    - ②①の夫とその同居家族
    - ③抗体価16以下の妊婦の夫とその同居家族
- ※上記に該当する方でも、風しんにかかったことがある方、風しん予防接種を2回以上受けた方など、対象にならないことがあります。
- 自己負担額 風しん抗体価検査無料（市健康課に事前申請が必要）、風しんワクチン2000円、麻しん・風しん混合ワクチン3000円
- ※助成は、抗体価が十分でないと判定された方へ、1人1回限りとなります。
- 持物 保険証、運転免許証などの本人確認ができるもの（③は母子手帳）
  - 申込み・問合せ 3月29日（金）まで、市健康課（☎652-0884）

## 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種 本年度対象者の接種期間は3月末まで

過去5年以内に受けている方は接種できません。助成対象者で過去に市の助成を受けて接種した方は、2回目の助成は受けられません。

- 平成30年度の助成対象者
  - 平成30年度に次の年齢になる方

65歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日に生まれた方
70歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日に生まれた方
75歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日に生まれた方
80歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日に生まれた方
85歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日に生まれた方
90歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日に生まれた方
95歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日に生まれた方
100歳	大正7年4月2日～大正8年4月1日に生まれた方

○60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器などの内部障がいのある方（身体障害者手帳1級に準じる）

- 助成額 4000円（市内医療機関で接種の場合、自己負担額4000円）
  - 期間 ～3月31日（日）
- ※対象の方には、昨年4月に助成券を送付していますので、助成券を持参して医療機関で予防接種を受けてください。助成券を紛失した場合は市保険給付課までお問い合わせください。
- 問合せ 市保険給付課（☎654-1111内線753）

## 元気わくわく運動セミナー

- 対象 市内にお住まいの40～70歳代の方
- とき 3月15日（金）午後1：30～3：00
- ところ 市スポーツセンター
- 内容 はじめてのエアロピクス～懐メロで体を動かそう～
- 講師 スポーツクラブ天童ビーフリーインストラクター
- 定員 50人（先着順）
- 参加料 無料
- 持物 内履き、汗拭きタオル、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル
- 申込み・問合せ 3月13日（水）まで、市健康課（☎652-0884）



## 自死遺族のための相談会・集い

大切な方を自死で亡くした方の相談会です。一人で悩まずにまずはお電話をください。

### ■個別相談会

- とき 随時（予約制）
- 内容 精神科医師による相談

### ■集い「ティアーズの会」

- とき 3月15日（金）午後1：30～4：00（毎月1回開催）
  - 内容 参加者同士の語り合い（分かち合い）
  - ところ 山形県精神保健福祉センター（山形市）
  - 参加料 無料
- ※初めて参加される方は事前にお問い合わせください。
- 申込み・問合せ 山形県精神保健福祉センター（☎674-0139）

不動産協会山形県本部  
(☎665-0100)

## なんでも労働相談ダイヤル (無料)

- とき** 3月28日(木)  
午前10:00~午後6:00
  - 相談電話** ☎622-0551  
☎622-0536
  - 相談内容** 労働時間、解雇、賃金カット・未払い、休暇など
- ※相談は無料ですが通話料がかかります。
- 問合せ** 連合山形(☎622-0551)

## 催し・募集

### 自衛官を募集

- 種目** 一般幹部候補生
- 受験資格** 2020年4月1日現在で、22歳以上26歳未満の方
- 試験日** 5月11日(土)・12日(日)  
(12日は飛行要員のみ)
- 試験会場** 山形市内
- 入校時期** 2020年3月下旬~4月上旬
- 申込み・問合せ** 5月1日(水・祝日)まで、自衛隊山形地方協力本部東根地域事務所(☎0237-43-7198)

### 犯罪被害者支援活動員を募集

犯罪被害者支援のため、ボランティア活動員を募集します。

- 問合せ** 市長公室  
(☎654局1111内線325)
- 起の良い木とされ、他にも公園の中や街路樹として植えられています。
- エンジュは薬用植物にもなります。6から7月ごろ、枝先にマメ科特有の花が咲きます。開花前に花と蕾を採取して天日に干します。これが生薬で、口内炎や痔の出血には生薬5gを200ミリの水で半量になるまで煮詰めて、3回に分けて空腹時に服用すると良いといわれています。

- 対象** 25歳以上の方
- 活動内容** 電話相談(月2回程度)、病院・裁判所への付き添いなど
- 定員** 10人
- 申込み** 電話でやまがた被害者支援センターに連絡後、必要書類を送付します
- 問合せ** 4月15日(月)まで、(公社)やまがた被害者支援センター(☎642-3571)

### シルバー人材センター 入会説明会

- シルバー人材センターでは、高齢者の就業と社会参加を推進しています。入会希望の方は、説明会にお越しください。
- 対象** 市内にお住まいの健康な60歳以上の方
  - とき** 3月7日(木)・12日(火)・22日(金) 午前10:00~
  - ところ** 市総合福祉センター
  - 申込み・問合せ** (公社)天童市シルバー人材センター(☎654-7388)

### 天童商工会議所 職員募集

- 採用職種・採用予定人数** 経営支援・地域振興業務=1人
  - 受験資格** 昭和54年4月2日以降に生まれ、採用後、市内に居住できる方で、普通自動車免許を有する方
  - 1次試験** 3月16日(土)
  - 採用** 5月1日~
- ※応募方法など、詳しくはホーム

ページをご確認ください。

- 申込み・問合せ** 3月8日(金)まで、天童商工会議所(☎654-3511)

### リワーク支援説明会

- 対象** 本人、家族、企業担当者など
  - とき** 3月15日(金)、4月19日(金) 午後1:30~2:30
  - ところ** 山形障害者職業センター(山形市)
  - 内容** うつ病などで休職中の方への復職支援説明
- ※詳しくはホームページをご確認ください。
- 申込み・問合せ** 山形障害者職業センター(☎624-2102)

### 民間国際交流団体の 活動を支援

- 県内の民間団体が行う地域の国際化を推進する事業に対し、助成を行います。
- 対象** 4月1日から2020年3月31日までにを行う事業
  - 助成額** 1団体上限20万円(申請後に審査を行います)
  - 申込期限** 6月15日(土)(4~6月に実施する事業については3月31日(日))
- ※渡航費のみの申請や、対象が会員のみなど波及効果の低い事業と判断される経費は対象になりません。
- 申込み・問合せ** (公財)山形県国際交流協会(☎647-2560)

## 健康づくりと植物

オカダツアマの木(マメ科)

冬に入ってから市立旧東村山郡役所資料館の敷地内を散策すると、周りの木々は全て葉が落ちて裸木になっているのに葉をたくさん付けている珍しい樹木があることに気付きます。幹回り162センチ、高さ20メートルほどもある大きな樹木です。





# くらしの Information 情報① March

## お知らせ

### 危険物取扱者・消防設備士 免状の書き換え

消防法令では、免状交付の日から10年以内ごとに写真の書き換えをしなければなりません。まだ書き換えをしていない方は、速やかに手続きをしてください。

- 問合せ (一財)消防試験研究センター山形県支部  
(☎631-0761)

### 長期治療が必要な疾病のある 求職者の就職支援事業

ハローワークやまがたでは、がんや肝炎などの疾病により長期にわたる治療を受けながら、働くことをお考えの方の就職相談を行っています。ハローワークでの窓口相談のほか、県立中央病院でも毎月2回出張相談を実施しています。

- 問合せ ハローワークやまがた  
(☎684-1521)

### 国家公務員採用試験

インターネットで申し込みください。詳しい申込方法や受験資格

などは、人事院ホームページ（国家公務員試験採用情報NAVI）でご確認ください。

#### ■総合職試験（院卒者・大卒程度）

- 1次試験 4月28日(日)
- 申込期間 3月29日(金)～4月8日(月)

#### ■一般職試験（大卒程度）

- 1次試験 6月16日(日)
- 申込期間 4月5日(金)～17日(水)

#### ■一般職試験（高卒者）

- 1次試験 9月1日(日)
- 申込期間 6月17日(月)～26日(水)

- 問合せ 人事院東北事務局第二課 (☎022-221-2022)

### 国税専門官採用試験

インターネットで申し込みください。詳しい申込方法や受験資格などは、人事院ホームページ（国家公務員試験採用情報NAVI）でご確認ください。

- 受験資格 ①平成元年4月2日～平成10年4月1日生まれの方、②平成10年4月2日以降生まれの方で、大学を卒業または2020年3月までに大学を卒業する見込みの方

方

- 1次試験 6月9日(日)
- 申込期間 3月29日(金)～4月10日(水)
- 問合せ 仙台国税局人事第二課 (☎022-263-1111)または人事院東北事務局第二課 (☎022-221-2022)

### 各種無料相談

#### ■今月の法律相談

- とき 3月22日(金)  
午後1:30～
- ところ 市役所5階会議室
- 相談内容 民事、家事的な法律相談(係争中の事案は除く)
- 相談員 高山克英弁護士
- 申込み 3月15日(金)まで、資料などを持参し、市市民相談室に申し込みください
- 問合せ 市市民相談室 (☎654-1111内線741)

#### ■行政書士相談（予約不要）

- とき 3月6日(水)～27日(水)の毎週水曜日(全4回)  
午前9:00～午後4:00
- ところ 市役所1階市民相談室
- 相談内容 相続関係、各種許認可申請、その他の相談など
- 問合せ 山形県行政書士会天童支部 (☎654-4479)

#### ■空き家の相続・売却・解体費用などについての相談

- とき 随時(要予約)
- ところ 山形県自治会館(山形市)
- 申込み・問合せ (公社)全日本

### 懐かしのロードショーコンサート(無料)

- とき 3月16日(土)の午後2時から3時30分まで
- ところ 市民文化会館
- 内容 デュエット&セリフ入りの名曲集
- 問合せ 市民文化会館 (☎654局1511)

### 高齢者運転免許証自主返納支援事業 タクシー利用券などの残余券の交換

- 対象 高齢者の運転免許証自主返納支援事業で、本年度に交付した各種利用券の使用期限は3月31日(日)です。期限まで使い切れなかった利用券は、次のように平成31年度の利用券と交換します(交換は1回限り)。
- 対象
  - タクシー利用券の認定番号1001番以降の方
  - 予約制乗合タクシー利用券の認定番号100番以降の方
  - バス定期券購入利用券の認定番号1番以降の方
  - バス回数券購入利用券の認定番号1番以降の方
- とき 4月1日(月)から2020年3月31日(火)までの午前8時30分から午後5時15分まで(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
- ところ 市生活環境課
- 持物 各種利用券
- ※ 代理人が申請する場合は、代理人の印鑑が必要です。
- 問合せ 市生活環境課 (☎654局1111内線272)

- **とき** 3月14日(木)  
午後6:30~8:30
- **講師** 後藤ジャネットさん(幼稚園等英語教室指導者)
- **定員** 30人(先着順)

#### 法律相談

弁護士が法律問題などについて相談に応じます(要予約)。お気軽にご相談ください。

- **とき** 3月8日(金)・15日(金)・22日(金)  
午後4:00~6:00

#### 一般相談

女性カウンセラーが心の相談に応じます(要予約)。時間は曜日によって変わりますのでお問い合わせください。

※3月21日(木・春分の日)は休みになります。

- **ところ** 山形市男女共同参画センター・ファーラ(山形市)
- **申込み・問合せ** 山形市男女共同参画センター・ファーラ  
(☎645-8077)

#### 国際学術講演会 マチュピチュとナスカの地上絵(無料)

- **とき** 3月16日(土)  
午後1:00~4:05
- **ところ** 山形大学人文社会科学部(山形市)
- **内容** 米国イェール大学によるマチュピチュ遺跡の研究、山形大学のナスカ研究について
- **定員** 200人(先着順)
- **問合せ** 山形大学ナスカ研究推進センター(☎628-4470)

#### 文翔館創作劇場公演 合唱童話「泣いた赤おに」

浜田広介の童話「泣いた赤おに」を合唱童話として歌い演じます。

- **とき** 3月24日(日)  
午後2:00開演
- **ところ** 文翔館(山形市)
- **入場料** 一般1100円(当日1300円)、高校生以下500円(当日700円)、未就学児無料
- **申込み・問合せ** 文翔館  
(☎635-5500)

#### 野草と親しむ講演会にどうぞ(無料)

- **とき** 3月9日(土)  
午後3:00~4:30
- **ところ** 市総合福祉センター
- **演題** 草や木を訪ねて歩きながら見つけた珍しい植物について
- **講師** 上野亘さん(県民の森案内人・木人草の会会長)
- **問合せ** 天童市野草と親しむ会事務局(☎654-6243池田方)

#### 天童ジュニアテニスクラブ 団員募集

学校の外部部活動として認められた硬式テニスクラブです。新入学生向けの体験レッスンを開催します。

- **対象** 市内の中学生
- **とき** 随時
- **ところ** 市スポーツセンターなど
- **会費** 月額6000円

- **問合せ** 天童ジュニアテニスクラブ(☎090-1554-7361柴崎)

#### 健康維持に太極拳

- **とき** 毎週火曜日午前9:30~11:30、毎週水曜日午後7:00~9:00
- **ところ** 市総合福祉センター
- **内容** 柔軟体操(体験可)
- **会費** 月額2000円(入会金1000円)
- **申込み・問合せ** 天童太極拳サークル  
(☎653-4865押野方)

#### ヨガとバレエのフィットネス やさしいバレトン教室

- **とき** 3月16日(土)~5月25日(土)の土曜日  
午後2:30~3:30
- **ところ** 県総合運動公園
- **受講料** 4000円
- **申込み・問合せ** HBクラブ事務局  
(☎090-7327-1228伊藤)

#### 楽しい簿記体験学習会(無料)

- **とき** 3月24日(日)  
午後1:30~3:30
- **ところ** 山形市男女共同参画センター・ファーラ(山形市)
- **内容** 日商簿記3・2級の体験学習
- **申込み・問合せ** 3月15日(金)まで、ホップ・ステップ・レディの会(☎643-4924)

#### 明治大学・天童市連携事業 各種講座(無料)

##### 農業農村活性化講座

- **対象** 市内にお住まいの農業経営者または農業経営に興味のある方
- **とき** 3月4日(月)の午後6時30分から8時30分まで
- **ところ** 市総合福祉センター
- **演題** いま、改めて六次産業化を考える
- **講師** 竹本田持さん(明治大学副学長)
- **申込み・問合せ** 市農林課  
(☎654局1111内線215)

##### スポーツを通じた青少年育成講座

- **対象** 市内スポーツ少年団などの指導者の方またはスポーツ教育に関心のある方
- **とき** 3月24日(日)の午前10時から正午まで
- **ところ** 市スポーツセンター
- **演題** 一流のスポーツ指導者を目指して〜名勝負の裏側にみる心身掌握術〜
- **講師** 釜崎太さん(明治大学法学部准教授)
- **申込み・問合せ** 3月15日(金)まで、市文化スポーツ課(☎654局1111内線264)

#### やまがた縁結びたい結婚相談会(無料)

- **とき** 3月17日(日)の午後1時から4時まで
- **ところ** あこや会館(山形市)
- **申込み・問合せ** 3月15日(金)まで、やまがた出会いサポートセンター  
(☎615局00755)



# くらしの Information March 情報②

## 催し・募集

### あったかフェテンドウ (認知症カフェ)にどうぞ

- とき 3月6日(水)・13日(水)・20日(水)  
午後1:00～3:30
- ところ 市総合福祉センター
- 協力金 1人100円
- 問合せ 市保険給付課  
(☎654-1111内線756)

### 市立図書館 第2回リサイクル市

- 市立図書館で、利用期限を過ぎた本を提供します。
- とき 3月2日(土)～10日(日)  
午前9:00～午後5:00
  - ところ 市立図書館
- ※本を持ち帰る袋などは、各自ご準備ください。
- 問合せ 市立図書館  
(☎654-2440)

### もり～な天童のイベント

- #### 生花教室 ハイヒールに素敵に花を飾って
- とき 3月10日(日)

- ①午前10:30～
- ②午後1:30～
- 定員 各回10人(先着順)
- 材料費 1800円
- 申込期限 3月8日(金)
- 布とあそぶ会作品展示
- とき 3月11日(月)～18日(月)
- 生花教室 ひな祭りによせて
- とき 3月17日(日)  
午後1:30～
- 定員 15人(先着順)
- 材料費 1500円
- 申込期限 3月14日(木)
- わくわくサロン(講話・無料)
- とき 3月18日(月)  
午後1:30～
- テーマ 明日を生きる
- 定員 30人(当日先着順)
- 申込み・問合せ 市森林情報館  
もり～な天童(☎651-2002)

### 高校生によるライブイベント スクール・オブ・ロック(無料)

- 音楽活動をしている高校生による手作りのステージです。
- とき 3月24日(日)  
午後2:00開演
  - ところ 市民文化会館
  - 出演 創学館高校軽音楽愛好会、霞城学園高校バンドempty boxほか

- 問合せ 市民文化会館  
(☎654-1511)

### フィットネスクラブビーフリー トライ会員募集

- トライ会員は温水プール・ジム・お風呂の利用や各種レッスン参加が月4回利用できます。
- 定員 30人
  - 会費 3カ月間月額2592円(4カ月目以降5184円)
  - 申込み・問合せ 3月31日(日)まで、スポーツクラブ天童ビーフリー(☎654-8866)

### 天童スイミングスクール 春休み短期講習会

- 対象 新年長児～中学生
- とき 3月25日(月)～29日(金)  
正午～午後1:00
- 定員 70人(先着順)
- 会費 6048円(会員4428円)  
※無料送迎バスを運行します。
- 申込み・問合せ 天童スイミングスクール(☎654-4933)

### 男女共同参画センター・ファール のイベント・各種相談(無料)

- #### わたしの「日常」が家族を守る ～小さく始める気づきの防災～
- 対象 女性の方
  - とき 3月12日(火)  
午前10:00～正午
  - 講師 細谷真紀子さん(防災・減災ファシリテーター)
  - 定員 30人(先着順)
  - 使えるビジネス英会話(入門編)
  - 対象 女性の方

- 問合せ 市生活環境課  
(☎654局1111内線272)
- 定員 8組(先着順)
- 申込み 3月19日(火)まで、市子育て未来館げんキッズ(☎651局8240)
- 内容 新聞紙でエコバッグを作成し、買い物体験をおして物の選び方や買い方、大切さについて学びます
- ところ 市子育て未来館げんキッズ
- とき 3月22日(金)の午後2時から3時まで
- 対象 6から9歳までの児童とその保護者



### 親子で学ぼう

### 春休みめざせ！買い物名人(無料)

「決まりを守ること」「物を大切に使うこと」を学ぶことから始まる消費者教育は、子どもたちの生きていく力を育む大切な教育です。この機会に親子で考えてみませんか。

- ### 3010運動を实践しましょう
- さんまるいちまる
- 宴会における大量の食品廃棄が問題になっています。3010運動を实践し、食品廃棄を減らしましょう。
- 楽しいタイム 親睦を深める
  - 食べきりタイム 。お開き前の10分間はもう一度料理を楽しむ
  - 味わいタイム 乾杯後30分間は料理を楽しむ
  - 問合せ 市生活環境課  
(☎654局1111内線273)

## 健康相談

健診結果などについての相談に保健師が応じます。

とき	3月18日(月) 午後1:30～3:00
ところ	市健康センター
持物	健診結果など(健診結果の相談の場合)

## からだスッキリ運動教室

- とき 3月19日(火)  
午前10:30～11:30
- ところ 市スポーツセンター
- 内容 軽体操
- 参加料 無料
- 持物 内履き、タオル、飲み物
- 問合せ 市健康課(☎652-0884)

## 県立中央病院 県民健康講話

- とき 3月23日(土)  
午後2:00～3:30
- ところ 山形市医師会館(山形市)
- 演題 ①乳がんの最新治療、②乳がんと遺伝
- 講師 ①牧野孝俊さん(乳腺外科医師)、②工藤俊さん(同)
- 参加料 無料
- 問合せ 県立中央病院医療連携・相談室(☎685-2626)

## こころ、元気ですか 3月は自殺対策強化月間です

### ■こころの悩み相談会

- とき 3月26日(火)午後2:00～4:00
- ところ 市健康センター
- 内容 精神保健福祉士などによる個別相談
- 申込み・問合せ 3月25日(月)まで、市健康課(☎652-0884)



### ■こころの健康相談統一ダイヤル

- 受付時間 ～3月7日(木)午前9:00～午後5:00  
※期間中は、土・日曜日も受け付けています。
- 相談電話 ☎0570-064-556
- 問合せ 県地域福祉推進課(☎630-2269)



### ■いのち支える天童市自殺対策計画のパブリックコメントを募集

- 計画(案)の公表日 3月1日(金)
- 公表の方法 ①市ホームページに掲載、②市健康センター窓口での閲覧・配布
- 意見の提出方法 持参、郵送、FAX、電子メールで3月14日(木)まで、市健康課に提出(様式は自由)
- 問合せ 〒994-0047 天童市駅西五丁目2番2号 市健康課(☎652-0884、FAX(651-5505)、電子メール=kenkou@city.tendo.yamagata.jp)

## 在宅酸素療法者に費用の一部を助成します

市では、医師の処方により在宅酸素療法を受けている方に、費用の一部を助成しています。市内にお住まいで次の全ての項目に該当する方は、市社会福祉課で忘れずに手続きをしてください。

- 対象
  - ・呼吸器機能障がい、身体障害者手帳(3または4級)を持っている方
  - ・医師の処方により、在宅で酸素療法を受けている方
- 助成費 平成30年10月から平成31年3月までの費用の一部
- 申込み・問合せ 3月15日(金)まで、市社会福祉課(☎654-1111内線765)

生活習慣病の予防・改善のためには、ニコニコペースの運動がおすすです。ウォーキングなら会話ができる程度、筋力トレーニングなら20回くらい繰り返せる程度の強度で、爽快に感じるくらいが適切です。

運動を定期的に行うことで血圧が高めの人は末梢血管の抵抗が減り、血管を広げる物質である一酸化窒素(NO)が出て血圧が下がります。血糖値が高めの人は、筋肉の糖の取り込みが良くなり、インスリンの効き目が高まることで、血糖値が上がりにくくなります。運動で中性脂肪が使われ、運動による刺激が脂肪を分解する酵素を活性化するので、中性脂肪が気になる方にも効果的です。

生活習慣病の症状によっては、運動が逆効果になる方もいますので、まずはかかりつけの医師に相談してください。市内には健康増進のための運動を安全で効果的にできる健康増進施設がありますので、健康づくりのために運動を始めようという方はぜひ活用してみてください。



厚生労働大臣認定健康増進施設ビーフリー  
**滝口 仁**さん

●生活習慣病の予防改善の運動について

ひとくち  
健康講座

234



# みんなの健康

Health  
March

●問合せ、申込先の記載がないものは、市健康課  
(☎652-0884)

## 今月の予防接種 (個別接種)

主治医と相談して受けましょう。

ヒブ	満2カ月児(平成31年1月生まれ)以上
小児用肺炎球菌	満2カ月児(平成31年1月生まれ)以上
B型肝炎	満2カ月児(平成31年1月生まれ)以上1歳に至るまで
4種混合	満3カ月児(平成30年12月生まれ)以上
BCG	満5カ月児(平成30年10月生まれ)以上1歳に至るまで
麻しん・風しん	満1歳児(平成30年3月生まれ)以上2歳に至るまで
水痘	満1歳児(平成30年3月生まれ)以上3歳に至るまで
日本脳炎	満3歳児(平成28年3月生まれ)以上

※市外(県内)の医療機関で接種を希望する場合は事前にお問い合わせください。

## 乳幼児健康相談

とき	3月18日(月) 午後1:30~3:00
ところ	市健康センター
持物	母子手帳

## 4カ月児健康診査

対象	とき
平成30年11月19日~11月30日に生まれた乳児	3月27日(水) 開場=正午 健診開始=午後1:00~
ところ	市健康センター
内容	身体計測、診察など
持物	母子手帳、健診票、バスタオル、アンケート

## 9カ月児健康相談

対象	とき
平成30年6月1日~6月17日に生まれた乳児	3月25日(月) 開場=午前9:00 相談開始=午前10:00~
平成30年6月18日~6月30日に生まれた乳児	3月25日(月) 開場=正午 相談開始=午後1:00~

ところ	市健康センター
内容	身体計測、お子さんとの触れ合い遊び、健康相談、読み聞かせ
持物	母子手帳、9カ月児相談票

## 1歳6カ月児健康診査

対象	とき
平成29年8月18日~8月31日に生まれた幼児	3月19日(火) 開場=正午 健診開始=午後1:00~
ところ	市健康センター
内容	身体計測、歯科検診、診察、フッ素塗布など
持物	母子手帳、健診票、アンケート

2回分のフッ素塗布補助券を交付しますのでご利用ください。  
○1回目=2歳6カ月未満  
○2回目=4歳未満

## 3歳児健康診査

対象	とき
平成27年8月15日~8月31日に生まれた幼児	3月15日(金) 開場=正午 健診開始=午後1:00~
ところ	市健康センター
内容	身体計測、歯科検診、診察、検尿など
持物	母子手帳、健診票、アンケート、検査尿

対象者には健診票、検査尿の容器を事前に郵送しています。眼科検診の受診券を同封しています。4月末までに受診してください。

## こどもの栄養相談

とき	3月18日(月) 午後1:30~3:00
ところ	市健康センター

## 3月の休日当番医 診察時間=午前9:00~正午、午後1:30~5:00

	医療機関名	
3/3(日)	さとウウィメンズクリニック 南小畑4-1-1 (☎652-1117)	奥山こども医院 北久野本1-12-27 (☎653-1717)
3/10(日)	高橋整形外科 久野本3-19-26 (☎653-3282)	安部内科胃腸科医院 久野本3-1-27 (☎654-1581)
3/17(日)	天童温泉篠田病院 鎌田1-7-1 (☎653-5711)	
3/21(木)	藤山医院 荒谷91-1 (☎653-2897)	目黒クリニック 糠塚1-4-1 (☎653-1688)
3/24(日)	瑞穂医院 高揃941-2 (☎658-4311)	神村内科医院 鉄ノ町1-3-22 (☎654-0300)
3/31(日)	吉岡病院 東本町3-5-21 (☎654-1188)	近藤医院 糠塚2-8-30 (☎656-8277)

◎救急告示病院は天童市民病院(☎654-2511)、天童温泉篠田病院(☎653-5711)、吉岡病院(☎654-1188)です。当番医師の診療科目は、市ホームページをご確認になるか市消防署(☎654-1191)にお問い合わせください。  
◎山形市休日夜間診療所(山形市香澄町2-9-39 ☎023-635-9955)  
◆夜間診療(毎日) 内科=午後7:00~11:00、小児科=午後7:30~10:30  
◆休日診療(日曜日・祝日) 内科・小児科・外科=午前9:00~11:45、午後1:30~5:00



## 挫折の先に成功がある

2月16日、市スポーツセンターで、天童市ホストタウン交流事業オリンピック講演会・バドミントンクリニックが開催されました。講師に元バドミントン日本代表選手の潮田玲子さんを迎え、オリンピックのエピソードや挫折の乗り越え方、現役時代を振り返った講話に来場者は熱心に聴き入っていました。バドミントンクリニックには市内の小・中学生72人が参加し、潮田さんによる実践練習が行われました。代表の生徒とのミニゲームでは、元オリンピックが見せる高い技術に会場は歓声に包まれました。

## モンテディオ山形ホーム試合日程

2019年のJ2リーグ戦前半の日程が決まりました。J1復帰を目指すモンテディオ山形を、スタジアムで一緒に応援しましょう。

●問合せ ホームタウンTENDO推進協議会（市文化スポーツ課内 ☎654-1111内線263）

開催日	対戦相手
3月17日(日)午後2:00	大宮アルディージャ
3月24日(日)午後2:00	FC琉球
4月7日(日)午後2:00	東京ヴェルディ
4月21日(日)午後2:00	レノファ山口FC
5月5日(日)午後4:00	ファジアーノ岡山
5月12日(日)午後2:00	ジェフユナイテッド千葉
5月26日(日)午後2:00	ツエーゲン金沢
6月2日(日)午後2:00	鹿児島ユナイテッドFC
6月15日(土)午後7:00	水戸ホーリーホック
6月29日(土)午後7:00	柏レイソル
7月13日(土)午後7:00	京都サンガF.C.
7月27日(土)午後7:00	徳島ヴォルティス
7月31日(水)午後7:30	アビスパ福岡

## 3月のスポーツ情報

**市スポーツセンター** ☎654-6100  
<http://www.tendocity-sports.or.jp>

### 3月の主な予定

- 3日(日) 県中学校新人ソフトテニス強化事業
- 天童市ジュニア卓球選手権大会
- 10日(日) 天童オープンラージボール卓球大会
- 21日(木) 天童市長杯ロードレース大会



### 総合体育館2階トリムコース（無料）

1周200mの周回コースがあります。ジョギングやウォーキングなどにご利用ください。

### トレーニングルームをご利用ください

ランニングマシンなどの各種トレーニングマシンが利用できます（1回3時間まで）。

●利用時間 午前9:00～午後9:30

- 利用料 一般200円
- ・高校生100円
- ・中学生50円

※小学生以下は利用できません。



### 3月の休館日

18日(月)

**県総合運動公園** ☎655-5900  
<http://park.montedio.co.jp/beni/>

### 3月の主な予定

- 2日(土)・3日(日) 山形県中学校バレーボール選抜大会
- 17日(日)・21日(木)・22日(金) 山形近県中学生ソフトテニス大会
- 23日(土) 山形オープンラージボール卓球大会
- 23日(土)～25日(月) 2019 3セットマッチ強化大会（テニス）

### 3月の休館日

4日(月)

**montedio** YAMAGATA  
 モンテディオ山形ホームゲーム  
 NDソフトスタジアム山形

- 17日(日) 対大宮アルディージャ（午後2:00～）
- 24日(日) 対FC琉球（午後2:00～）

**Pass to WINNERS**  
**MEVERON**  
 パスラボ山形ファイヴァーズ  
 ホームゲーム  
 県総合運動公園総合体育館

- 9日(土)・10日(日) 対熊本ヴォルターズ
- 16日(土)・17日(日) 対仙台89ERS
- 30日(土)・31日(日) 対茨城ロボッツ

## 市立図書館

☎654-2440  
開館時間 午前9:00～午後6:00  
<http://www.tendo-lib-unet.ocn.ne.jp>  
蔵書検索ができます

### 3月の催し物・サークル活動

2日(土)午前11:00～ くまさんのおはなしかんづめ  
9日(土)午後2:00～ とんと昔語り  
20日(水)午前11:00～ おはなしの会  
22日(金)～26日(火) 布遊具布絵本展示会

### 映画上映会

16日(土)午前10:00～ ピノキオ  
午後1:00～ ライラの冒険黄金の羅針盤

### 3月の休館日

19日(火)

## 市美術館

☎654-6300  
開館時間 午前9:30～午後6:00(入館は午後5:30まで)  
<http://tendocity-museum.jp/>

### 3月の展示内容

～4月7日(日) 平成30年度新収蔵品展  
21日(木)～4月7日(日) 体験美術館(アイロンビーズ・箱づくり)

### 3月の休館日

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

## 市西沼田遺跡公園

☎654-7360  
開館時間 午前9:30～午後6:00(入館は午後5:30まで)  
<http://www.nishinumata.or.jp>

### 3月の催し物

10日(日)午後1:30～3:00 西沼田大学「そうだったのかマヤ文明」(参加料100円、飲み物付き)  
15日(金)・16日(土)・19日(火)・20日(水)・21日(木)  
午後1:00～4:00 地機じばた(機織り機)でコースターを作ろう(定員各日1人、参加料800円)  
17日(日)午後1:30～3:00 西沼田大学「西沼田農村春秋～その暮らしと道具～」(参加料100円、飲み物付き)

### 3月の休館日

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

## 市民プラザ

☎654-6200  
多目的ホール・市民ギャラリー・イベントホール  
[http://www.sc-tendo.co.jp/pg\\_plaza/index\\_plaza.html](http://www.sc-tendo.co.jp/pg_plaza/index_plaza.html)

### イベントホール

3日(日) 全国支部将棋対抗戦県大会  
22日(金) 背筋シャキッと!セルフケア体操体験会

### 多目的ホール

16日(土)・17日(日) 春蘭展示会  
30日(土) 天童少年少女合唱団発表会

### 3月の休館日

18日(月)

## 市立旧東村山郡役所資料館

☎653-0631  
開館時間 午前9:00～午後5:00(入館は午後4:30まで)

### 3月の展示内容

～24日(日) 天童ひなの雛飾り展  
～31日(日) 土のぬくもり郷土人形展(ミニ展)

### 3月の休館日

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

## 市わらべ館

☎658-8120  
開館時間 午前9:00～午後6:00  
<http://warabekan.tendo-kosodate.jp/>

### 3月の催し物 (※) 要申し込み

1日(金)午前10:30～ 子育てサロン(お雛様作り)  
5日(火)・19日(火)午後2:00～ 赤ちゃん交流会  
15日(金)午前10:30～ プレママ講座(妊婦対象)(※)  
19日(火)午前10:30～ 祖父母と一緒に(交流会)  
20日(水)午前10:30～ 折り紙教室  
21日(木)午前10:30～ 春ぼかぼかコンサート  
27日(水)午前10:30～ タッチケア(※)  
28日(木)午前10:30～ 3月生まれのお誕生会

### 3月の休館日

18日(月)

## 市子育て未来館げんキッズ

☎651-8240  
開館時間 午前9:00～午後7:00  
<http://www.shisetsu.jp/city.tendou/genkids/>

### 3月の催し物 (※) 要申し込み

2日(土)午前10:30～ すくすくひなまつりイベント  
5日(火)・18日(月)午前10:00～ マタニティヨガ(※)  
14日(木)・28日(木)午前10:00～ タッチケア(※)  
17日(日)午後1:00～ みつろうをつくろう  
19日(火)午前10:00～ プレママクラブ(※)  
28日(木)午前11:30～ ステップアップタッチケア(※)  
29日(金)午前10:00～ 3BリズムダンスWith3世代(※)

### 3月の休館日

20日(水)

## 子育て Q&A

**Q** 下の子が生まれて上の子が赤ちゃん返りで大変です。

**A** 赤ちゃん返りとは、おもらしや卒乳後におっぱいを欲しがるなど、できていたことができなくなることをいいます。弟や妹が誕生した上の子に多く現れ、不安や心配が言葉で表現できず、行動に表れていると考えられます。「大好きだよ」とスキンシップや言葉で伝え、本人の気持ちを「～なんだね」と代弁しながら気持ちを受け止めてあげましょう。

●問合せ 市健康課 (☎652-0884)



# 第64回 天童桜まつりイベント参加者募集

## ■将棋の女王コンテスト出場者募集(※)

市の魅力を全国にPRするお手伝いをしていただき、将棋の女王コンテストの出場者を募集します。審査会を経て、2人が選出されます。

- 応募資格** 市内または近隣市町にお住まいの18歳以上の女性
- 任期** 4月7日(日)～2020年3月末
- 審査会** 4月7日(日)午後1:00～/市民プラザ1階(普段着でお越しください)
- 将棋の女王** 2人(審査会当日に発表)
- 特典** 賞金(10万円)と副賞、記念品(審査会に出場した方全員に参加賞1万円)
- 応募方法** 3月24日(日)午後6:00まで、所定の申込用紙に必要事項を記入し、顔写真を添えて、〒994-0034 天童市本町一丁目1番2号 天童桜まつり実行委員会事務局(天童市観光物産協会内)へ応募

※郵送でも可能ですが、写真は返却しません。

## ■人間将棋の駒武者募集(※)

天童桜まつりの人間将棋で、「駒武者」と「歩」の駒役を演じる方を募集します。あなたも盤上の戦いに参戦してみませんか。

- 対象** 16歳以上の方(応募多数の場合抽選)
- 募集人数** 「歩」の駒役(女性)=18人  
「歩」以外の駒武者役=22人
- とき** 4月21日(日)午後1:00～4:00(午前9:00まで市総合福祉センター集合)
- ところ** 舞鶴山山頂
- 申込期限** 3月24日(日)

## ■しだれ桜の夕べ むかさり行列出演花嫁・花婿募集(※)

- 対象** 市や近隣市町にお住まいで、結婚を予定している方または結婚している夫婦(応募多数の場合抽選)

- とき** 4月20日(土)午後6:30～

- ところ** 倉津川(歩橋周辺)

- 申込期限** 3月31日(日)

## ■子ども人間将棋駒武者募集(※)

人間将棋のプレイイベント「子ども人間将棋」に駒役として出演してみませんか。

- 対象** 小学4～6年生(応募多数の場合抽選)

- とき** 4月20日(土)午前10:00～午後1:00

- ところ** 舞鶴山山頂

- 申込期限** 4月6日(土)

## ■天童桜まつり子ども将棋大会出場者募集(※)

小学生王将(2級以上)・金将(3～6級)・と金(7・8級)・歩(9級以下)の部、中学生の部に分かれて大会を行います。

- とき** 4月14日(日)午前10:00～(受け付けは午前9:00～)

- ところ** 市民プラザ

- 参加料** 1000円(昼食・参加賞付き)

- 申込期限** 4月12日(金)

- 申込み・問合せ** (※)のイベントは、天童桜まつり実行委員会事務局((一社)天童市観光物産協会内 ☎653-1680)

## ■天童百面指し参加者募集

プロ棋士との真剣勝負に挑戦しませんか。

- 対象** 小学生以上

- とき** 4月21日(日)人間将棋対局終了後(午後2:30ごろ)～午後4:00

- ところ** 舞鶴山山頂

- 定員** 100人(先着順)

- 申込み** 4月7日(日)まで、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、学校名または勤務先名、過去の参加経験の有無を記入の上、(公社)天童青年会議所までFAX(654-4180)

- 問合せ** (公社)天童青年会議所 ☎653-6413



## 市からのお知らせ information

- テレビ広報 やまがた東西南北(YBCテレビ 毎週火曜日午前11:25)
- ラジオ広報 村山地域耳より情報(ラジオモンスターFM76.2 午前7:30・午後6:30)
- メール配信 市メール配信サービス(不定期、ふるさとだよりfメール(毎週木曜日)登録は天童市ホームページから)
- ホームページ <http://www.city.tendo.yamagata.jp/>



人口 61,999人(61,961人) 男 30,186人 女 31,813人  
世帯数 22,129世帯(21,798世帯) 2月1日現在 ( )内は昨年同期