

つたわり、つながる、まちの総合情報誌

NANYO

* NANYO CITY PUBLIC RELATIONS *

市報なんよう

2019

10.1

No.1257



市報なんようは
電子版でも
ご覧になれます。





11月3日 菊と市民のカーニバル

11月3日に行われるのが、仮装パレードである『菊と市民のカーニバル』。このパレードは今年で29回目を迎えます。人気のキャラクターに仮装し、宮内地区内を鼓や笛を演奏しながら行進します。



(御再建1,200以上の歴史を誇る) 熊野大社を舞台にフラワーアートを装飾します。静寂な空間に異彩を放つフラワーアーティストの技をご覧ください。12日~14日の夜にはライトアップが施され幻想的な空間を楽しめます。

宮内会場 古道とフラワーアート

花公園会場 菊花展・菊人形

菊花展1,000鉢が飾られ、山形の秋の風物詩の一つになっています。会場内は、菊花を優美に身にまとった菊人形と、会場内に開設される菊花展、総合花壇や玉菊が華やかに彩られます。

商工観光課
星 雄太 主事



地域をつなぐ 伝統の菊の祭典

第107回 南陽の菊まつり



- #1 Flower Art 展 10/4 (金)~18 (金) 宮内会場
- #2 菊人形/菊花展 10/19 (土)~11/10 (日) 花公園会場

宮内会場・花公園会場の 2会場で盛大に開催

はじめに、南陽の菊まつりを支えていただいている皆様に心より感謝を申し上げます。

南陽の菊まつりは今年で107回を数え、2会場で開催してから3年目を迎えました。

宮内会場のフラワーアートや菊人形とのコラボレーションなど、新たな菊まつりの創生に向け、日々歩みを進めています。

菊まつりの礎を築いてこられた市民の方々の想いを胸に、次世代へと菊まつりを継承して参りたいと思います。皆様のお越しをお待ちしております。



商工観光課
穀野純子 観光振興主幹





つくっておきたい！マイナンバーカード



マイナンバーカードにはマイナンバーの提示だけでなく、
身分証明やさまざまなサービスを利用できるなどの用途があります。
来年には、国の消費活性化策としてマイナンバーカードを活用した
「マイナポイント」サービスの開始が予定されています。
さらに、令和3年3月からは健康保険証としての活用が予定されてい
るなど、その活用の機会が広がります。

“マイナンバーカード”って何？



マイナンバーカードは、住民の皆さんからの申請により**無料**で交付されるプラスチック製のカードです。カードのおもて面には本人の顔写真と氏名、住所、生年月日、性別が記載されていますので、本人確認のための身分証明書として利用できます。



有効期限

- ▷ 20歳以上の人…10回目の誕生日まで
- ▷ 20歳未満の人…5回目の誕生日まで

手続きが面倒そうなんだけど



わずか3つのステップだけ！

1 申し込みする

2 交付通知書（はがき）が届く

約1ヵ月後にカードの交付通知書（はがき）が自宅に届きます。

3 カードを受け取る

本人確認書類[※]を持って、市民課（市役所1階①窓口）へお越しください。

平日に市役所にお越しただけでない方は、奇数月の第4日曜日に、休日臨時交付窓口を開設していますのでご利用ください。

※本人確認書類（A 顔写真付きのもの1点、または B 顔写真なしのもの2点）

例）A 運転免許証、身体障害者手帳、在留カードなど
B 健康保険証、介護保険証、年金手帳、学生証など

マイナンバーカードって何に使えるの？

いろいろな場面で使えます

◆マイナンバーの提示に！

マイナンバーの確認と本人確認を、マイナンバーカード1枚で済ませる事ができます。

◆身分証明に！

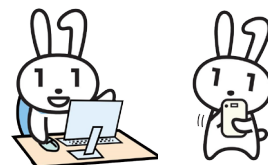
顔写真付き身分証明書として利用できます。

◆行政手続きなどの電子申請にも！

インターネットで児童手当の申請や確定申告などができます。

◆健康保険証にもなる！

健康保険証として活用できるようになります（令和3年3月予定）。



申し込みは簡単。スマホ・パソコンでもOK

マイナンバーカードの申請には、「郵便」「パソコンもしくはスマホ」「まちなかの証明写真機」などの方法があります。

市役所窓口では、**無料で顔写真を撮影し、申請手続きのお手伝い**をします！

希望する方は、①通知カード下の『個人番号カード交付申請書』②印鑑 ③本人確認書類[※]を持って市民課窓口までお越しください。

それぞれの詳しい申請方法は、マイナンバーカードのホームページをご覧ください。か、下記へお問い合わせください。



↑ホームページはコチラから。

【問い合わせ先】

◆市民課市民係（☎40-8254）

深まるる市民交流

バルバドスへ市民訪問団派遣

南陽市は、バルバドス国をパートナーにホストタウン事業に取り組んでいます。

今年2月にはバルバドスから3人のアスリートや音楽家が本市を訪れ市民のみなさんと交流を持ちました。

そしてこの夏、8月3日(出)から10日(出)にかけて、バルバドスの文化や風習に触れ、同国を知ることにより友好親善を深め、交流が促進されることを願います。市民訪問団が派遣されました。



結団式 / 訪問団は、市報等で公募した市民と事務局合わせて15人。最年少19歳、最年長80歳で幅広い年齢層の方が参加。個人旅行では訪れることの少ないバルバドスについて事前の3回の説明会を通じ理解を深め準備を進めました。



8/7

7/11

8/3-4 移動 (移動距離 14,200km)

8/6



8/8-10 移動 帰国



▶大使館に表敬訪問 (写真上)
品田駐バルバドス日本国特命全権大使より歓迎を受け、ホストタウン受け入れの謝辞がありました。
▶柔道クラブの稽古視察 (写真下)

- ▶上段左 / バルバドスオリンピック協会表敬訪問
- ▶上段右 / 来年の事前キャンプ打合せ キャンプ時期や宿泊、食事などの打合せ
- ▶中段左 / バルバドスオリンピック協会サンドラ・オズボーン会長 (写真右) あいさつ 事前キャンプ受け入れに対する感謝の言葉と互いの市民レベルの交流の深まりをうれしく感じていると挨拶。
- ▶中段中 / 南陽市からバルバドスカラーでデザインした法被のプレゼント
- ▶中段右 / バルバドス政府 ジェフ・ウィルトシャー次官と握手を交わす訪問団団長の大沼副市長
- ▶下段 / 歓迎レセプションのワンシーン

バルバドスの自然と文化



▲モーガンライス風車 サトウキビを圧搾するための風車



▶バルバドスの国名の由来になった木 (ピアーデッドフィグツリー)



▲さとうきびの収穫後に行われるパレード。この日は国民の祝日となる。

今後のホストタウン事業

10月中旬には、2月に来市したカリブ海の楽器ステイールパン奏者のアリエル・ナースさんが再来市。市内小中等学校11校を訪問し文化交流を行います。
10月20日(日)の南陽市芸術祭や吉野地区、漆山地区の文化祭にも参加しますので、ぜひ多くの方と交流していただきたいと思ひます。

12月には、日本人オリンピックアンバサダーによるトークショーを開催し、オリンピックに向けての盛り上がりを図っていきます。(詳細は11月1日号の市報でお知らせ予定)

東京2020五輪まで後300日を切りました。

南陽市は、バルバドス国のホストタウンとして事前キャンプの準備を進めると共に多くの選手がオリンピックで活躍できるようにバルバドス選手団を応援していきます。

がんばれバルバドス選手団



8/22 海洋教育～海の仕事へのパスポート～
場 シェルターなんようホール



市内3中学校の2年生約250人が、東京海洋大学生や海上保安庁等で働く方々から海に関する仕事を学びました。

8/24 あかり絵 第14話
場 中央花公園



南陽青年会議所が主催。市内の園児が絵を描いた約3,000個のキャンドルや搭乗体験の熱気球が会場を彩りました。

8/24-26 バルバドスオリンピック協会、2度目の来市
場 市内



2020年東京五輪の事前キャンプに向け市内の体育施設を視察したほか、ブドウ狩り体験やあかり絵の見学をしました。

8/25 9/1 スポーツの秋 市民運動会盛大に開催
場 市内各会場



各地区で市民運動会が盛大に開催されました。各会場とも小さなお子さんからお年寄りまで多くの皆さんが参加し



大変盛り上がっていました。選手、役員のみなさん大変お疲れさまでした！

9/7-8 ホストタウン大集合！山形スポーツフェスタ
場 天童市



イオンモール天童に県内ホストタウンが大集合。南陽市のブースでもバルバドス国や同国との交流を紹介しました。

9/9 数え100歳 長寿を祝う
場 宮内地内



今年の該当者は19人。この日は白岩市長が宮内の荘司キヨさんを訪問し賀詞と長寿祝い金をお贈りしました。

9/11 第47回市中学校合同音楽会
場 シェルターなんようホール



3年生は各校2曲ずつ美しい合唱を、吹奏学部は3校の1、2年生が合同で息を合わせた演奏を披露しました。

9/14 市農業祭「大粒ぶどうまつり」
場 JA山形おきたま南陽愛菜館



品評会にはシャインマスカットをはじめ見事な大粒ぶどうが出品。餅の振る舞い等も行われ、会場はにぎわいました。

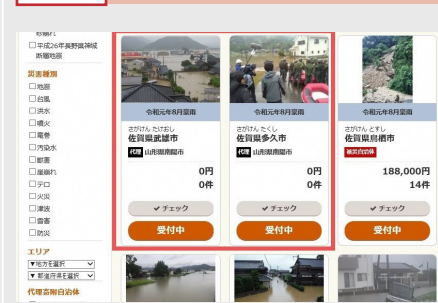
Topics 9月の防災月間を振り返ります

9/1 南陽市公式防災ツイッタースタート



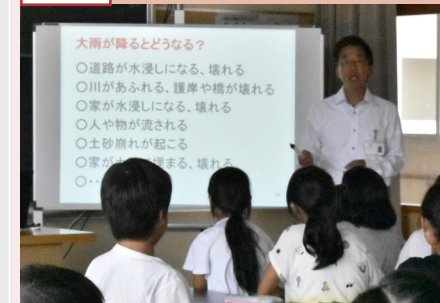
災害時の新たな情報伝達手段として「ツイッター」の利用を始めました。ツイッターは、携帯電話が繋がりにくい状況でも情報を伝えることのできる有効な手段になります。ツイッターを利用している方はぜひフォローしてください。
南陽市公式ツイッターはこちら

9/6 8月豪雨被災地へふるさと納税代理寄附受付スタート



被災自治体の寄附受付事務を軽減するため、8月の豪雨災害の被災地である佐賀県武雄市・多久市への「ふるさとチョイス」を通じた代理寄附受付をスタートしました。本市は平成25年、26年の豪雨災害時に多くの自治体からボランティア派遣や物資支援などを受けています。少しでもお役に立てればうれしいですね。

9/13 防災の基本は「自分の命は自分で守る」



宮内小学校の4年生が総合防災課職員より豪雨災害の恐ろしさや命を守る行動の大切さについて学びました。過去の豪雨災害の被害状況写真やハザードマップなどを用いて、自分の身に迫った学習となりました。

南陽このひと vol.6

一僕らの作ったイベントを多くの人に楽しんでほしい

南陽市青年教育推進事業実行委員会主催「きくらら祭」実行委員 南陽青年団(仮)板垣航団長(宮内)

「きくらら祭」は青年教育のコンペに参加したグループが主体のイベントで今年2回目となります。ステージ、ワークショップ、飲食、物販などご家族で楽しめる内容です。

板垣さんはこのイベントのリーダーで、自分もグループの活動であるギター教室の子ども達と一緒にバンド演奏をします。

「今年は会場を宮内小の駐車場に変更しました。菊まつりと合わせて楽しんでほしい」と板垣さん。

小学校の先生をしながらの地域活動は大変かと思いますが、「宮

内の東町に育って、両親や地域のおじさんおばさんがカーニバルや地域のお祭りの準備を夜遅くまでして、僕らを楽しませてくれた。あの姿を見てきて今度は僕らがその立場になる番。きくらら祭のメンバーはみな、そんな思いを持っていると思う。」と。

自分らも楽しみつつ、地域を盛り上げよう、元気にしようと企画された青年たちの熱い思いが詰まったきくらら祭。

「僕ら若者が頑張っている姿を見てほしい。きくらら祭をきっかけに仲間が増えたらうれしいし、

次の世代への繋がりとなれば理想。」と板垣さんは心に秘めた展望を聞かせてくださいました。



「きくらら祭」については14ページで紹介しています！ぜひお気軽にお越しください

◆問合せ・申込先 すこやか子育て課すこやか係 (☎40-1691)

子育て ママとベビーの体操教室

- 期日 11月8日(金)
- 受付時間 9時40分～9時55分
- 場所 健康長寿センター
- 内容 ▷ママの体操▷てあそび▷ベビーマッサージ
- 対象 平成31年2・3・4月生の子とその親

■持ち物 母子健康手帳、バスタオル、水分補給用の飲み物
※一緒に体操できる動きやすい服装でお越しください。

■申込締切 11月6日(水)

子育て 6～9月分の児童手当・特例給付を振り込みます

振込先に変更があった場合は直ちにご連絡ください。

■支給日 10月10日(木)

■対象 中学生以下の児童を養育し、児童手当・特例給付の受給資格について市の認定を受けた方

◆すこやか子育て課子ども家庭係 (☎40-1689)

令和2年度の学童保育施設の入所児童を募集します



◆すこやか子育て課子ども施設係 (☎40-8872)

■入所基準 下校後、仕事等で保護者がいない家庭の小学校1～6年生 (申込者多数の場合は低学年を優先する場合があります)

■申込締切 10月31日(木)

■申込方法

希望する施設へ申込書を提出 (申込書は各施設で配布)

※赤湯小学校区は赤湯学童保育施設へ、沖郷小学校区は沖郷学童保育施設へ、宮内小学校区には公徳会宮内学童保育施設へ申し込みください。

※赤湯・沖郷小学校区の学童施設については、放課後子ども教室への参加の有無等により、入所施設を調整します。

■手数料 月額8,000円 (遠足等の行事では実費をいただくことがあります)

施設と連絡先

施設名	電話番号
赤湯学童保育施設「めんこキッズ館」	☎43-2809
赤湯第二学童保育施設「さくらキッズ館」	☎43-8225
沖郷学童保育施設	☎43-3094
沖郷第二学童保育施設「ぼぶらキッズ館」	☎43-5801
漆山学童保育施設	☎090-3366-2069
吉野学童保育施設	☎41-2130
梨郷学童保育施設	☎47-4485
中川学童保育施設	☎49-2245
公徳会宮内学童保育施設	☎40-0260
宮内第二学童保育施設「いちようキッズルーム」	☎47-2811

乳幼児健診

対象者には別途案内を送付します。前回受診しなかった方も対象です。

すこやか子育て課すこやか係 (☎40-1691)

※時間は受付時間。

3～4か月児健康診査 健康長寿センター

11/1(金) 13:10～13:30 / 令和元年 7月生

1歳6か月児健康診査 シェルターなんようホール

11/28(木) 13:20～13:40 / 平成30年 4月生

2歳児歯っぴー教室 シェルターなんようホール

11/26(火) 9:15～9:30 / 平成29年 4月生

10:00～10:15 / 平成29年 10月生

3歳児健康診査 シェルターなんようホール

11/13(水) 13:00～13:20 / 平成28年 4月生

※健康長寿センターで受診する場合は、駐車場が狭いので赤湯市民体育館前の駐車場(健康長寿センター東側)もご利用ください。

相談

乳幼児健康相談

11/12(火)10:00～11:00

にこにこキッズ (赤湯ふたば保育園内)

おひさま広場

11/29(金)13:30～15:30

ハイジアパーク南陽

予防接種

10月の予防接種開始対象者

※誕生日以降に接種してください。

■持ち物 予診票、母子健康手帳

予防接種	対象者	接種期間
B型肝炎		満2か月～9か月未満
ヒブ	令和元年8月生	満2か月～5歳未満
小児用肺炎球菌		満2か月～5歳未満
四種混合	令和元年7月生	満3か月～7歳6か月未満
BCG	令和元年5月生	満5か月～8か月未満
麻疹風しん第1期	平成30年10月生	満1歳～2歳未満
水痘		満1歳～3歳未満
日本脳炎第1期	平成28年10月生	満3歳～7歳6か月未満

令和2年度の入園児を募集します



- ◆認定こども園2・3号認定、認可保育所、小規模保育事業所、児童館/すこやか子育て課子ども施設係 (☎40-8872・9時～17時)
- ◆認定こども園1号認定、幼稚園/各施設・開園時間内

■申込締切 10月31日(木)

※募集内容は、令和元年10月現在の状況であり、変更になる場合があります。※令和2年1月末までに出生予定の胎児について、出生前申し込みを受け付けます。※受付期間以外は、次回以降の調整対象になります。

★認定こども園 就学前の子どもに幼児教育・保育を提供する機能を備える施設です。3歳未満児の保育も行います。

私立こども園	定員	年齢	入園基準	保育時間	預かり・延長保育	保育料	申込書入手/提出先	バス
宮内認定こども園1号認定 (☎47-3039)	75	満3～5歳	左記の年齢であれば保護者の就労は問いません	【月～金】9:00～15:00 (土曜休園)	【月～金】7:15～9:00、15:00～18:15 【土】7:15～18:15	保護者の市民税の課税状況に応じて決定(注)	宮内認定こども園	○
宮内認定こども園2・3号認定 (☎47-3039)	50	3か月～5歳	南陽市民で、保護者の仕事や病気等の理由により、保育の必要性のある児童	【月～土】7:15～18:15	【月～土】18:15～19:00		すこやか子育て課	○

★幼稚園

幼稚園	年齢	入園基準	保育時間	預かり保育	保育料	申込書入手/提出先	バス
赤湯幼稚園(公立) (☎43-2006)	満3～5歳	左記の年齢であれば保護者の就労は問いません	【月～金】9:00～14:00 (土曜休園)	【月～金】8:00～8:30、14:00～18:00	保護者の市民税の課税状況に応じて決定(注)	赤湯幼稚園	×
つばめ幼稚園 (☎40-2388)	満3～5歳		【月～金】8:30～14:30 【土】8:30～11:30 (第2、4土曜休園)	【月～金】7:30～8:30、14:30～18:30 【土】7:30～8:30		つばめ幼稚園	○

★認可保育所・小規模保育事業所

施設名	定員	年齢	入所基準	保育時間	延長保育	保育料	申込方法	バス
宮内双葉保育園 (☎47-2237)	316	2か月～5歳	南陽市民で、保護者の仕事や病気等の理由により、保育の必要性のある児童	【月～土】7:30～18:30	【月～土】18:30～19:15	児童の年齢、保護者の市民税の課税状況に応じて決定(注)	【新園児】すこやか子育て課から申込書入手し同課に提出	○
赤湯ふたば保育園 (☎50-3050)	170	2～5歳					×	
漆山双葉保育園 (☎47-2069)	30	2か月～5歳					×	
沖郷双葉保育園(令和2年4月1日開設予定)	130	2か月～5歳					×	
赤湯乳幼児保育センター (☎40-3300)	90	2か月～1歳					×	
宮内乳幼児保育センター (☎45-2311)	30	0歳(2か月以上)	×					
小規模保育事業所 COCORO (☎43-3101)	18	2か月～2歳		【月～土】18:30～19:00		【在園児】現在の施設を通過して現況と継続入所を確認します	×	

※沖郷双葉保育園の開所に伴い、こぼと保育園は今年度末で閉所します。※第1希望の施設が市外の認可保育所の場合、当該自治体間での入所調整の後、市外からの受入れ協議を行いますので、入所の可否は令和2年2月下旬頃になる予定です。

(注) 保育料は、10月1日から①3～5歳のすべての子ども②0～2歳の住民税非課税世代の子どもについて無償化されます。第3子以降の副食費は、市の独自助成により上限4,500円まで助成されます。

★児童館

児童館	年齢	入所基準	保育時間	料金	申込書入手/提出先
市立中川児童館 (☎49-2245)	3～5歳	左記の年齢であれば保護者の就労は問いません	【月～金】8:30～16:00 【土】8:30～正午	【給食費】4,500円(注)	【入手先】各児童館、すこやか子育て課
市立吉野児童館 (☎41-2130)					【提出先】各児童館
市立梨郷児童館 (☎47-4485)					

むしばゼロ!

8月の3歳児健診でむし歯がなかったおともだち



すがい こはるちゃん たかはし くれあちゃん たかはし ゆずきちゃん つちや なおちゃん ほりの みおちゃん もでき あやのちゃん やまぐち はすみくん わたなべ かなたくん

◆=問合せ・申込先。
※掲載事項について、詳しくは各担当にお問い合わせください。

けん診 申込者には別途案内を送付します。
新たに申し込みたい方は問い合わせください。
※年齢は令和2年3月31日時点。

すこやか子育て課けん診係 (☎40-1693)

集団検診 ①子宮頸がん検診 ②乳がん検診

- 受付時間 13:00～13:30
- 場所 南陽検診センター
- 対象 ①20歳以上の女性②40歳以上の女性
- 日程 10/28(月) 東町(上、下)、漆山(1組～3組)
11/6(水) 和泉町(一、二)、吉野町(上、下)
11/12(火) 足軽町、久保、桐町(宮内)、
横町(宮内)、仲ノ丁、菖蒲沢町、宮町
11/14(木) 田町(上、下)、新町、
柳町(上、中、下)、別所町、黄金町

③特定健診等 ④胃がん・大腸がん・呼吸器検診

- 受付時間 7:30～9:30
- 対象 ③▷25～74歳の市国民健康保険加入者▷県後期高齢者医療保険加入者④40歳以上の方
- 日程と場所
11/8(金) 二色根、桜木町二/南陽検診センター
11/19(火) 若葉町、桜木町三/南陽検診センター
11/21(木) 沖田、高梨、法師柳、長瀬
/沖郷公民館(防災センター)
11/22(金) 萩生田、郡山西、島貫
/沖郷公民館(防災センター)

65歳以上対象 地域包括支援センター
11月の介護予防教室

※老人いこいの家は利用料430円、昼食代、材料費実費。

- はつらつくらぶ ◆社会福祉協議会 (☎43-5888)
- ゆったりくらぶ 11/13(水)・20(水) 10時～15時30分 老人いこいの家
てんとうむし 11/28(木) 10時～15時30分 老人いこいの家
フラワーアレンジメント作り 11/15(金) 10時～15時30分 老人いこいの家
- やじろべえ(予防体操) 11/11(月) 健康長寿センター
11/14(木) 沖郷公民館(防災センター)
※時間は12時40分～14時
健康ヨーガ教室 毎週火曜日 9時30分～10時30分、11時～正午 沖郷公民館(防災センター)
■参加料 1,000円/月

南陽東置賜休日診療所
☎40-3456



- 11月の診療日 3(日)、4(月)、10(日)、17(日)、23(土)、24(日)
- 受付時間 8時45分～11時45分、13時～16時30分
- 診療科目 主に内科・小児科 ■持ち物 保険証
※次の方は事前にお電話ください。①16時30分以降に来られる方②外科希望の方③小学生未満の方
※当番医師の判断で、公立置賜総合病院等へ案内する場合があります。
※担当医師などはHPをご覧ください。
<http://www.city.nanyo.yamagata.jp/kyujitu>



献血(400mlのみ)

- 日時 10月30日(水)9時30分～11時30分
- 場所 南陽市役所
- 対象 男性は17～69歳、女性は18～69歳の、体重50kg以上の方(65～69歳の方は60～64歳のときに献血したことがある方)
- 持ち物 ▷身分証明書(免許証等)、▷献血カード(お持ちの方)



福祉 専門スタッフがお答えします
もの忘れ相談
地域包括支援センター (☎40-1646)

- 期日 10月24日(木)
- 時間 9時30分～13時
- 場所 市役所201会議室

趣味のいきがい教室 ◆太陽の里ふたば (☎59-4333)
前日まで電話予約してください。

- 元気運動 11/19(火) 13時～14時 ■持ち物 水分補給用の飲み物
- 介護予防体操 11/6(水) 9時30分～11時

わくわく健康教室 ◆接骨師会健康サポート事業所 (☎40-2776)

- 漆山公民館 11/25(月) 13時～14時
- 中川公民館 11/12(火) 13時～14時
- るーむ花(祝日休み) ◆花工房 (☎43-3364) ■料金 実費材料代
- 小物づくり教室 毎週水曜日 10時～正午
- 趣味のソーイング教室 毎週木曜日 10時～正午

市民の健康づくりを応援する
「健康なよう21(第2次)」から

健康づくり発信局

乳がんは 早期発見が決め手です!

◆すこやか子育て課すこやか係 (☎40-1691)

乳がんは日本人女性の11人に1人がかかると言われ、女性がかかる最も多いがんです。早期に発見・治療をすれば治癒率がとても高い「治るがん」でもあります。

自己検診で早期発見!
乳がんは乳房にしこりができるため、自分で見つけることができます。
自己検診のタイミング
月経後1週間以内の乳房が最も安定した頃が理想的。閉経後は、毎月1日など覚えやすい日に決めましょう。

自己検診のやり方
☑目で見てチェック!
両手を下ろして楽な姿勢で鏡の前に立ちます。

- ☑チェックポイント
左右の乳房に差はないか 乳頭に異常はないか
乳房の表面に、えくぼのようなくぼみやひきつれはないか
乳房の皮膚が赤かたりただれたりしていないか
乳頭を押すと、血性の分泌物は出ないか

☑触ってチェック!
4本の指で「の」の字を書くように、指先でなでて「しこり」の有無を確認します。上は鎖骨、下は肋骨の一番下、左右は鎖骨の中央から脇の下まで触ります。



乳がん検診を受けましょう
山形県のがん検診受診率は、5大がんのうち、胃・大腸・肺・子宮頸がんは全国第1位です。しかし、乳がんは全国第3位にとどまり、受診率は50%を下回っています(平成28年国民生活基礎調査より)。

市で受けられる乳がん検診
市では40歳から乳がん検診(マンモグラフィ検査と視触診検査)が受けられます。1月末まで申し込みを受け付けています。
20歳代、30歳代の方は自己検診を心がけ、エコー検査をご希望の方は医療機関に相談しましょう。

乳がん検診や治療の正しい知識を持ち、周りの人に検診のきっかけを作る「ピンクリボンアドバイザー」になりませんか

誰でもアドバイザーの認定試験を受けることができ、合格をもって認定されます。詳しくはHPをご覧ください。

ピンクリボンアドバイザー 検索



いつまでも自分らしい暮らしを 介護予防の基礎知識 vol.74

歯や口の口腔ケアを始めて いつまでも美味しく食べましょう

- こんな症状、歯や口が衰えているかも?☑
話がしにくい 飲み込みにくい こぼす
固いものがかめない むせることが増えた
- 口腔ケアを始めましょう
▷食後の歯磨きをする ▷定期的に歯科を受診する
▷歌、会話、音読など日常生活で口を動かす



- 食事前にやってみよう!口腔体操
①口を閉じたまま頬を膨らませたりへこませたりする。
②口を大きく開けて、舌を出したりひっこめたりする。
③舌を出して、上下左右に動かします。
④口を閉じて、口の中で舌を上下左右に動かす。
⑤「ぱ・た・か・ら」と、口や舌を大きく動かしながら声を出す。

◆地域包括支援センター (☎40-1646)

ご用心!暮らしのトラブル かしこい消費者

急増!「訴訟最終告知」というハガキが届いた!!

まだまだ「架空請求ハガキ」による詐欺が横行しています。中にはハガキに記載されている連絡先に電話をしてしまい、訴訟の取り下げ費用などと称して料金を支払うことになったケースもあります。このようなハガキが届いても、書いてある電話番号には決して連絡をしないでください。



- 少しでも「おかしいな」と感じたらご相談ください
▷消費者ホットライン (☎188(いやや!))
▷市民課生活係(市役所1階②窓口)
▷置賜消費生活センター (☎24-0999)

南陽市消費者の会 ◆市民課生活係 (☎40-8255)

南陽市役所代表 ☎0238-④-3211

■開庁時間 平日8時30分～17時15分

◆=問合せ・申込先。
※料金記載の無いものは無料、申込締切の無いものは申込不要です。
※掲載事項について、詳しくは各担当に問い合わせください。

令和2年4月1日採用
第3回 南陽市職員採用試験

- 採用予定職種 土木技師(初級)
- 受験資格 平成元年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方
- 1次試験日 11月17日(日)
- 試験会場 南陽市役所

- 申込締切 10月31日(木)
- 2次試験日 12月上旬
- 必要書類 ▷受験申込書 ▷受験票▷返信用封筒
- 申込書入手先 ▷南陽市HPからダウンロード▷郵便請求▷総務課(市役所3階)で配布
- ※受験票が11月8日(金)まで届かない場合は問い合わせください。
- ◆総務課職員係 (☎④-0244)

講座・催し

市民大学無料公開講座
「白竜湖の生い立ち・現在・そして将来」

- 期日 10月12日(土)
- 時間 13時30分～15時30分
- 場所 赤湯公民館
- 講師 阿子島功氏(山形大名名誉教授)
- ◆社会教育課 社会教育係 (☎④-8992)

くりえいと工房再生品を無償で提供します

- 提供品 自転車10台、家具類5点
- ※申込は1世帯各1点まで。本人確認書類が必要です。
- 展示期間 10月2日(水)～12月7日(土)
- 公開抽選日時 12月10日(火)10時
- ◆千代田クリーンセンター (☎⑤-4004)

10月1日から軽自動車税に「環境性能割」が創設されます

公立置賜南陽病院 市民公開講座

病気について分かりやすくお話しします。お気軽にお越しください。

- 日時 10月8日(火)18時
- 場所 公立置賜南陽病院
- 講師 林雅弘氏 (公立置賜総合病院院長)
- 内容 骨粗鬆症とロコモ -健康長寿のために-
- ◆公立置賜南陽病院 (☎④-3000)

10月1日以降に取得した三輪以上の車両(新車・中古車を問わず)取得価格が50万円を超えるものに課税され、県が賦課徴収します。税額は環境性能に応じた税率により算出されます。詳しくは問い合わせください。

◆村山総合支庁漆山分室 (☎023-686-5990)

インタープリター(森の案内人)養成講座

- 期日 10月27日(日)9時15分～16時
- 場所 源流の森センター(飯豊町)
- 内容 ▷自然を楽しむ講座 ▷森の冒険講座
- 対象 森づくり・ボランティアに興味がある高校生以上の方
- 定員 先着25人程度
- 受講料 無料(昼食は持参)
- ◆置賜総合支庁森林整備課 (☎③-9053)

令和2年4月1日採用 公立置賜総合病院職員

- 募集職種 行政職(上級)
- 採用予定人員 若干名
- 試験日 11月3日(日)
- 試験会場 公立置賜総合病院
- 申込締切 10月18日(金)必着
- ※詳細はホームページ等をご覧ください。
- ◆置賜広域病院企業団 総務企画課職員係 (☎④-5000)

お知らせ

はり・きゅう・マッサージ 助成券を交付します

福祉課で申請できます。印鑑を持ってお越しください。

- 対象 4月1日現在で満70歳以上の方が、市はり・きゅう・マッサージ師会員の施術所で治療を受ける場合
- 助成額 1回につき1,000円
- 助成回数 3回分
- ※平成31年4月1日以降に助成を受けた方は該当しません。
- 利用期間 令和2年3月31日まで
- ◆福祉課介護管理係 (☎④-1645)

万一の火災に備え 消火栓を点検します

外観調査や水出し点検により、水道が濁る場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

- 期日 10月1日(火)～11月29日(金) (土日は除く)
- 調査地区 吉野地区・宮内地区
- ◆南陽消防署 (☎③-3500)

市総合防災訓練にご協力をお願いします

大規模な災害を想定し、防災関係機関・地域住民と連携した総合的な防災訓練を実施します。防災用品等の展示や参加機関による専門的な訓練も行います。

- 日時 10月20日(日)8時30分
- 場所 中川小・中川公民館周辺
- ※中川地区以外の方もお越しいただけます。
- 訓練当日の注意とお願い 会場周辺で時間帯により交通規制が行われます。付近の皆さんには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。
- ◆総合防災課消防防災係 (☎④-0267)

ご理解とご協力をお願いします

消費税率の引き上げに伴い 行政サービスの料金が改定されます

10/1から 介護サービス・介護予防サービス等利用料 詳しくはご利用の事業所またはケアマネジャーに問い合わせください。 ◆福祉課介護管理係 (☎④-1645)

消費税率が10%(現行8%)に引き上げられることに伴い、市では行政サービスの一部の料金を改定します。このほかの改定は問い合わせください。

12月請求分から 水道料金・下水道使用料 10月検針(11月ご請求分)までは現行の8%を適用します。 ◆上下水道課お客さま係 (☎④-8430)

令和2年4/1から 置賜広域行政事務組合手数料が改定されます

南陽クリーンセンターのし尿収集手数料

- 新料金 125円/10ℓ
- ※仮設トイレ(建築土木工事またはイベント等)1件につき、上記の手数料に2,000円を加算します。
- ※令和2年3月31日までの申込受付分は現料金です。
- ◆南陽クリーンセンター (☎④-2564)

収集粗大ごみの処理手数料

収集の申し込み、品目ごとの手数料(一部の品目は改定)については問い合わせください。 ◆市民課環境係 (☎④-8256)

指定ごみ袋の価格

指定ごみ袋の種類(10枚入り1パック)	現料金	新料金
可燃ごみ袋(大)	500円	550円
可燃ごみ袋(小)	350円	370円
不燃ごみ袋(大)	500円	550円
不燃ごみ袋(小)	350円	370円

※買い置きされている現在の指定ごみ袋は令和2年4月1日以降も引き続きお使いいただけます。 ◆千代田クリーンセンター (☎⑤-4004)

みんなでモンテディオを応援しよう!

モンテディオ山形 南陽市応援デー

◆社会教育課社会体育係 (☎④-8990)

市内在住・在勤の方を対象に入場料を割引します。当日は無料送迎バス(先着順・定員あり)を運行します。希望する方はチケットをお求めの際にお申し込みください。

- 期日 10月27日(日)
- 時間 13時キックオフ
- 場所 NDソフトスタジアム山形(天童市)
- 対戦相手 愛媛FC
- 入場チケット料金(バックスタンド席) ▷一般/1,500円(当日券価格の半額) ▷高校生以下/無料
- チケット取扱先 市役所4階社会教育課
- チケット取扱期間 10月25日(金)まで
- ※小学生が参加する場合は、保護者の方が同伴をお願いします。

初心者、男性も大歓迎! 65歳以上対象 はつらつ料理教室

◆社会福祉協議会 (☎③-5888)

地域活動栄養士の指導のもと、簡単にできる家庭料理を皆さんと楽しく作って食べてみませんか。

■地区と期日

地区	期日	講師	教室会場
沖郷 漆山 梨郷	11/8(金)、12/6(金)、R2.1/10(金)、2/7(金)、3/6(金)	竹田俊子	健康長寿センター
宮内 金山	11/15(金)、12/13(金)、R2.1/17(金)、2/14(金)、3/13(金)	竹田美喜子	
赤湯 中川	11/22(金)、12/20(金)、R2.1/24(金)、2/21(金)、3/27(金)	錦 礼子	吉野 公民館
吉野	11/19(火)、12/17(火)、R2.1/21(火)、2/18(火)、3/17(火)	竹田俊子	

■日程・場所 ※吉野地区は①のみの開催。
①料理教室/10時～13時・各教室会場
②入浴や趣味活動/13時～15時30分・老人いこいの家

■対象 市内在住の概ね65歳以上の方

■定員 各教室先着20人 ■参加料 1回500円
※老人いこいの家を利用する場合は利用料430円。
■持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、タオル
※送迎が必要な場合はご連絡ください。

◆=問合せ・申込先。
※料金記載の無いものは無料、申込締切の無いものは申込不要です。
※掲載事項について、詳しくは各担当に問い合わせください。

南陽市役所代表 ☎0238-40-3211
■開庁時間 平日8時30分～17時15分

暮らしにアートを
展示 10月のギャラリー

公立置賜南陽病院「病院ギャラリー」
「小林峯子絵画展」
「渡部歌子写真展」
◆公立置賜南陽病院(☎47-3000)
えくぼプラザ市民ギャラリー
■開館時間 9時～21時
「こころのフェスティバル作品展」
■期間 10月8日(火)～10日(木)15時
「飯豊四季写真クラブ写真展」
■期間 10月11日(金)正午～24日(木)15時
「アルカディオンのお手伝いぬり絵展」
■期間 10月25日(金)～11月7日(木)17時
◆赤湯公民館(☎43-3466)

10月の南陽の朝市

赤湯温泉観光朝市(今年度最後)
■期日 6日(日)・20日(日)
■時間 6時30分～7時30分
■場所 えくぼプラザ駐車場
りんご朝市
■日時 毎週日曜日7時～8時
■場所 の川や駐車場
げんき熊野市
■日時 19日(土)10時～正午頃
■場所 きらやか銀行駐車場
◆南陽の朝市運営協議会(☎47-7131)

大正ロマンのタベ

赤湯温泉旅館女将の三味線を伴奏に歌ったり踊ったりしてみませんか。
■期日 10月10日(木)
■時間 20時30分～21時
■場所 丹泉ホテル(赤湯地内)
◆ゆーなびからこ館(☎43-3114)

無料調停相談会

赤湯調停協会所属の調停委員が相談に応じます。予約不要です。
■期日 10月9日(水)
■時間 10時～15時30分
■場所 赤湯公民館
■相談内容 離婚・慰謝料・遺産相続・金銭貸借・土地建物・交通事故等
◆赤湯調停協会(☎43-2217)

キノコ展示と講習会(無料)

緑陰学級では、キノコ事故を未然に防ぐためのキノコ展示と講習会を開催します。持参したキノコの鑑定もできます。
■日時 10月7日(月)10時～15時
■場所 沖郷公民館(防災センター)
■内容 秋葉山に自生する多くの実物キノコの食用・不食・毒キノコの展示
◆須貝(☎090-4637-8366)

裁判所見学会

■期日 10月16日(水)
■時間 13時10分～15時
■場所 山形地方・家庭裁判所米沢支部(米沢市)
■内容 裁判員制度や裁判手続きの説明、法廷見学など
■定員 先着15人(要申込)
◆山形地方裁判所米沢支部(☎22-2165)

行政に関する困りごとは行政相談委員に

行政サービスや手続きに関する相談を受け、助言や関係機関への働きかけを行います。無料・秘密厳守です。お気軽にご相談ください。

一日合同行政相談所

■日時 10月16日(水)10時～15時
■場所 山形市役所11階大会議室
■相談内容 登記、年金、税金、行政一般、土地境界、労働・雇用等
◆山形行政監視行政相談センター(☎023-632-3113)

行政苦情110番

☎0570-090110
インターネット相談受付
総務省HP(右記QR)

毎月行政相談所を開設しています

■日時 毎月第3金曜日13時～15時(市報おしらせ版に掲載)
■場所 市役所1階市民相談室
■行政相談委員 丸山啓一・小関京子
◆市民課生活係(☎40-8255)

沖郷秋まつり

■日時 10月27日(日)9時～15時(雨天決行)
■場所 沖郷公民館(防災センター)
■内容 作品展示・お茶会・お魚市場・軽トラック市・豚の丸焼き・抽選会・餅ふるまいなど
◆沖郷公民館(☎43-2324)

こぶし荘秋祭り

■日時 10月12日(土)10時～14時
■場所 こぶし荘
■内容 中川小学校よさこい、四方山会花笠、足湯、売店など
◆こぶし荘(☎49-2800)

いちょう祭り

■日時 10月12日(土)10時～14時
■場所 いちょうの家
※福祉バザーに未使用の商品の提供をお願いします。商品を提供いただける方は、10月10日(木)までご連絡ください。
◆いちょうの家(☎47-3456)

原発事故避難者支援加藤登紀子チャリティーコンサート

収益金はすべて「原発事故避難者を支援する会」に寄託します。
■日時 11月8日(金)18時30分開演(18時開場)
■場所 シェルターなんようホール
■入場料 4,500円(全席指定)
■チケット販売先 シェルターなんようホール(☎40-1222)
◆加藤登紀子チャリティーコンサート実行委員会事務局・長島(☎40-2886)

KAYOKO バレエスタジオ 第10回発表会(無料)

■期日 10月20日(日)
■時間 13時開演(12時30分開場)
■場所 高島町文化ホール「まほら」
■演目 シンデレラほか
◆高橋(☎49-9955)

夕鶴の里特別展2019「近代女性の憧れ展」

■期間 10月12日(土)～令和2年3月15日(日)
■開館時間 9時～16時30分
■場所 夕鶴の里資料館
■入場料 大人330円(270円)、小中学生110円(50円)
※()は団体料金(15人以上)。
◆夕鶴の里(☎47-5800)
髪飾り(個人蔵)

第2回きくら祭

市内外の青年グループによる屋台や、市内の「おいしいお店」が多数出店!音楽ライブやアルカディオンのショーも開催。ふわふわエア遊具もあります。
■日時 10月6日(日)11時～15時
■場所 宮内小学校駐車場
■主催 市青年教育推進事業実行委員会と南陽青年団(仮)の共催
※実行委員の板垣さんへのインタビューを6ページに掲載しています。
◆社会教育課社会教育係(☎40-8992)

動物供養祭

■日時 10月12日(土)11時
■場所 斎場しらぎく動物供養塔前
■対象 3回忌(亡くなられた日から丸2年)までのご家族
◆市民課環境係(☎40-8256)

県立医療大学公開講座 考えよう!健康と福祉

■日時 10月26日(土)13時～16時
■場所 県立米沢栄養大学(米沢市)
■講義内容 ▷みんなで応援しよう母乳育児▷老化と長寿に栄養はどのようにかわるか
■定員 100人 ■参加料 無料
■申込締切 10月18日(金)
◆県立保健医療大学(☎023-686-6671)

結城記念館土曜自由塾「かぼちゃのランタンづくり」

■日時 10月26日(土)10時～正午
■場所 結城豊太郎記念館
■定員 先着小学生20人(要申込)
■参加料 400円
■申込方法 電話または来館
■申込期間 10月12日(土)9時～
◆結城豊太郎記念館(☎43-6802)

第45回市芸術祭 無料体験コーナー

絵手紙(中学生以上対象)
■期日 10月26日(土)・27日(日)
■時間 10時～正午
アメリカンフラワー(どなたでも)
■日時 10月26日(土)10時～15時(先着15人)

共通事項

■場所 シェルターなんようホール
■持ち物 手ふきタオル
※当日会場でも受付できますが、事前申し込みにご協力ください。



◆社会教育課文化係(☎40-8996)

失語症啓発フォーラム「失語症を知っていますか?」

失語症について知り、コミュニケーションの方法について学んでみませんか。講師は言語聴覚士です。
■日時 10月19日(土)13時30分
■場所 米沢市すこやかセンター
■対象 失語症の方やそのご家族、失語症に興味のある一般の方、医療・福祉・行政関係者など
※無料、申込不要。
◆三友堂リハビリテーションセンター・大友(☎21-8100)

おとこの料理教室

■期日 10月29日(火)、11月5日(火)、11月19日(火)
■時間 15時～17時
※日程は変更になる場合があります。その際は事前にお知らせします。
■場所 宮内公民館
■定員 先着15人
■講師 高橋一司氏(赤湯温泉調理師会)
■受講料 2,000円(申込時に支払)
■持ち物 包丁、エプロン、頭にかぶるもの、手拭い
■申込方法 宮内公民館備え付けの申込用紙に受講料を添えて申込
■申込開始 10月1日(火)から
◆宮内公民館(☎47-3112)

心の健康づくり講演会(無料・要予約)

■期日 10月30日(水)
■時間 14時～15時45分
■場所 置賜総合支庁(米沢市)
■内容 ▷オカリナ演奏(奏者:金子俊郎氏)▷講演「あなたのこころが軽くなる気持ちのいい伝え方」(講師:県立保健医療大学教授・安保寛明氏)
■申込締切 10月23日(水)
◆置賜保健所地域保健福祉課(☎22-3015)

「おきたま病院健康まつり」&「救急フォーラム置賜」

お気軽にお越しください。
■期日 10月12日(土)
■時間 13時～16時30分
■場所 公立置賜総合病院
■内容 ▷骨密度測定、調剤体験、心肺蘇生体験▷はたらくくるま大集合、ドクターヘリを間近で見られる見学会▷公開講座「住民と医療者が協働し支える地域医療」
■入場料 無料
◆置賜広域病院企業団総務企画課(☎46-5000)

子育て 健康・福祉 お知らせ 募集 講座・催し 巻末連載

南陽の歴史を市報から振り返ります。

時代を映す 菊人形



▲菊人形『助六由縁江戸桜』の場面

当時の菊人形展は熊野大社鳥居の場で開催され、電動装置による竜宮城が大人気。ゲゲゲの鬼太郎や忍術ものの自雷也などが子どもの人気を集めていました。

菊花展は烏帽子山公園、旧市民会館前、宮内公民館前に全部で2000鉢が展示され、150種におよぶ色とりどりの菊花がけいらんと咲き誇り、展示場いっぱいには秋の香りを漂わせ、観光客の目を惹きました。

(市報なんようNo.36 昭和43年11月1日号)

自然体
市長の
コラム
No.16



南陽市長
白岩孝夫

国の幼保無償化を超え支援

私が市長に就任してから、南陽市は独自に「3人っ子政策」として第3子以降の保育料無償化・軽減を行ってきましたが、10月からは国の政策として大幅に拡充されます。

しかしわかりづらい面があり、国は「保育料は無償化するが、食費はこれまで通り保護者負担」としました。食費には主食費と副食費があり、主食費はこれまで通りの方法で保護者負担です。一方、副食費は保育料に含まれていたため、国では副食費の目安を月額4500円として保育料と分け、保護者が別途支払うこととなりました。

今までの市の政策で無償になっていた方でも、このままでは10月から4500円負担することとなります。

そこで、多子世帯の負担軽減を図る「3人っ子政策」の趣旨に基づき、保育園・認定こども園・幼稚園・児童館等の第3子以降の副食費を、南陽市で独自に無償化する補正予算を9月議会に提案し可決されました。また国の無償化対象外である児童館の保育料も、市が独自に無償化します。

第32回(平成30年度)

須藤克三賞 最優秀作品紹介

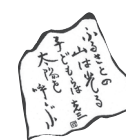
[作文の部]

小学校低学年の部 最優秀作品

沖郷小学校3年(現4年)

小林 悠愛さん

「うれしかったあの言葉」



「お姉ちゃん、バイバイ、また明日ね。」

目の前を一年生の男の子が、元気に手をふって帰っていた。わたしは一人っ子だ。だから名前をよばれることがあっても、お姉ちゃんなんて一度も言われたことがない。友だちが弟や妹から、「お姉ちゃん、遊ぼう。」なんて言われているのを見ると、「お姉ちゃんってよばれてみたいな。」

なんてあこがれを持っていた。でも、一番年下で家族から名前によばれている今のわたしの立場は好きだったから、きつと一度も

「お姉ちゃん、悠愛お姉ちゃん。」

そう言われる日はぜったいに来ないと思っていた。

ある日の学校の帰り道。と中にある友だちの家から一人で歩いていった時に、少し前に近所の一年生たちを見つけた。「そうだ。一しよに帰ろうっ

て声をかけてみよう。」

早足で一年生たちの所へ行つて「一しよに帰っていいかな。」と声をかけた。すると、みんなうれしそうに、「いいよ。一しよに帰ろう。」と言ってくれたので一しよに帰った。わたしは、一年生に話をかけた。

「学校になれた。」とか、「学校、楽しい。」などいろいろな事を聞いてみた。すると、「うん、楽しいよ。」と笑顔でかえしてくれた。みんな毎日学校の生活を楽しくすごしているのだと思つたら、なんだかすごくうれしくなった。

次の集合場所に来た一年生に、「おはよう。」と自分から言った。そしたら、「おはよう、お姉ちゃん。」とまた笑顔を見せてくれた。わたしは朝からすてきな気分をプレゼントしてもらつて、

はりきつて学校へ行く事ができた。

「お姉ちゃん、お姉ちゃん。」と行事の時も、それから帰る時も、「バイバイ、お姉ちゃん。」と言われて、一気に一年生とのきずなが強くなったような気持ちになった。

わたしは、いたずらをしたり、いやな事を言ったりする年下の男の子はすごく苦手だった。仲よくするのも上手じゃなかったから、自分が一年生のお世話をしたりするなんて今まで出来なかつたけれど、自分から一年生に歩みよつてみればよかつた。とちょっとぎんねんな気持ちになつた。でも、その一歩をふみ出したおかげで元気で明るい一年生の笑顔をこんな近くで見れる自分がいて今、とっても幸せだ。

図書館

南陽市立図書館 (☎43-2219)

■開館時間	火～金曜	10時～20時
	土・日曜・14日(月)	10時～17時
	22日(火)	10時～20時
■休館日	7日(月)・15日(火)・21日(月)・28日(月)	

おはなし会(読み聞かせ会)

■おばあちゃんのおはなし会(更生保護女性会)	10/5(土)11時
	11/2(土)11時
■どんぐりおはなし会	10/12(土)11時
	10/26(土)11時

■市立図書館おたのしみ会	10/19(土)11時
--------------	-------------

■読書週間企画展	
■「本で振り返る平成」	10/27(日)～11/9(土)
■「山形県図書館大賞2019」	10/27(日)～11/9(土)

おすすめの1冊「えくぼの本棚」

『いつの間に?！ココまで変わった学校の教科書』

コンデックス情報研究所/編書 出版/成美堂出版



学校の教科書は、時代と共に内容が変化しています。授業の内容や、学校生活について、変化したこと、変わらないことなど分かりやすく紹介されています。

新着図書紹介 ※他にも多数の新着図書を取りそろえています。

- 一般書
- 氷獄/海堂尊
 - ぱくりぱくられし/木皿泉
 - 絶対に住めない世界のゴーストタウン/クリス・マクナブ
- 児童書
- おばけとしゃかん/斉藤洋
 - 読む喜びをすべての人に/金治直美
 - プールのひは、おなかいたいひ/ヘウォン・ユン

おうちで簡単クッキング

今月は 中川地区食改メニューです

里芋の和風みそ炒め

- 材料(4人分)
- 里芋 350g
 - 豚ひき肉 100g
 - しめじ 1パック
 - にんにくみじん切り 小さじ1
 - しょうがみじん切り 小さじ1
 - しょうゆ大さじ1
 - A 赤味噌大さじ1 酒大さじ2
 - みりん大さじ2 鷹の爪少々
 - ごま油 少々 小ねぎ 少々
 - 唐辛子 少々



作り方

- ①里芋は皮をむき一口大に切り、塩少々を入れた水で下茹でする。
- ②フライパンにごま油、にんにく、しょうがを入れて中火で炒める。香りがたったら、豚ひき肉を入れて炒める。
- ③肉の色が変わったら、粗みじん切りにしたしめじをしんなりするまで炒める。
- ④里芋とAを入れトロミが出るまで炒める。
- ⑤器に盛り、小ねぎと唐辛子をふる。

中川食改からのワンポイント

▷里芋といえば芋煮が定番ですが、みそ味の炒め物も美味しいです。ぜひご賞味ください。下茹でしたこんにゃくを入れてもいいです。



市食生活改善(母子保健)推進員連絡協議会 ◆事務局・すこやか子育て課すこやか係 (☎40-1691)



スポーツ推進委員 なんよう 生涯スポーツ社会の 実現に向けて

南陽市スポーツ推進委員協議会
会長 落合 敏幸

本協議会は、市内各地区より推薦を受けた25人のスポーツ推進委員によって組織されています。
スポーツ推進委員は、平成23年8月に施行された「スポーツ基本法」に基づいて設けられており、スポーツの実技指導、スポーツ事業実施や関係団体との調整、スポーツ事業等への指導・助言等の役割が期待されています。
最近、「健康寿命」という言葉が耳にすることがあります。「健康寿命」は、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義されており、高寿命化が進む中、健康な生活を長く営み続けることが求められています。

そのためには、児童期、青年期、壮年期、老年期の各ライフステージに応じた適度な運動やスポーツが、欠かせないものと考えます。
南陽市では、「市民一人1スポーツ」の推進を掲げており、本協議会としては、「だれでも、いつでも、いつまでも」スポーツに親しむことのできる生涯スポーツ社会の実現に向けて活動しています。
子供から高齢者まで、年齢を問わずに手軽に取り組める「ニュースポーツ「カップ」」の普及活動に努めており、昨年度より市スポレク大会にて「カップ」競技を取り入れました。市内小学生や地域サロンの皆さんに参加していただき大変



好評でした。これからも「カップ」の普及に努めてまいります。

また、本協議会の主催事業である「市民なわとび大会」については、今年で35周年を迎え12月7日(土)の開催を予定しております。これまで同様、多くの皆さんの参加をお願いいたします。
結びになりますが、私たちは、スポーツ推進委員としてのスキルアップを図るための様々な研修を行いながら、その役割を果たすべく精一杯取り組んでまいりますので、市民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

【スポーツ推進委員紹介(令和元年度)】

地区	氏名(役職)
吉野	加藤康彦、加藤善和
金山	佐藤俊博(副会長)、上浦智幸(事務局次長)
宮内	落合敏幸(会長)、我妻孝徳、佐藤晴美
漆山	小川良和(事業部長)、佐藤拓也
梨郷	長谷部嘉也(研修部長)、松木広美
沖郷	安部欽也(監事)、安久津繁実(研修部副部長)
赤湯	高橋美佐子(企画広報部副部長)、佐藤千秋、落合敦史
中川	寒河江洋一(事業部副部長)、佐藤敬浩(事務局長)
	丸子和浩、中條香代、佐藤久美子
	川崎仁(監事)、中村和彦(副会長)

※敬称略、順不同。

小川良和氏(漆山) 「山形県スポーツ推進委員協議会表彰」を受賞



6月22日(土)、第57回山形県スポーツ推進委員研究大会が、南陽市で開催され、長年のスポーツ推進委員としての功績を称え、小川良和さんが山形県スポーツ推進委員協議会表彰を受けられました。

小川さんは、受賞者を代表して「実践研修を通して、改めてスポーツの醍醐味、奥深さを学んできました。これを活かして私達が掲げる、市民一人1スポーツを目指し活動に取り組んでいきます。」と挨拶されました。

ニュースポーツ「カップ」とは?



「カップ」とはスウェーデン語で「薪」を意味し、木材を使ったスポーツです。両チーム5個ずつのカップ(角材)を自陣コートに並べて、6本のカストピンナ(丸棒)を投げて、相手コートのカップを倒すゲームです。倒されたカップを相手の陣地に送りながら、相手の陣地のカップをすべて倒し、最後に中央のキングを倒したチームが勝ちです。

誰でも楽しめるスポーツで、日本でも年々人気が高まっています。

第29回南陽市スポーツレクリエーション大会



6月30日(日)に開催された南陽市スポーツレクリエーション大会では、市内の各スポーツ団体と協力しながらスポーツを通じた交流が行われました。推進委員が担当した健康ウォーキングやカップに加えてラージボール卓球や様々なニュースポーツの体験が行われ、100人以上の参加者が集まりました。

来年度は30回の記念大会となりますので、児童から高齢者まで多くの方々に、スポーツレクリエーション活動を実践する場の提供に努めてまいります。

【令和元年度の事業・今後の事業内容】

10/14(祝)

南陽さわやかワインマラソン大会
(中央花園スタート)

12/7(土)

市民なわとび大会
(市民体育館)

1/18(土)

体力測定会
(市民体育館)

2/9(日)

市民カローリング大会
(市民体育館)



※各事業の詳細は市報等でお知らせします。



勇猛に、華麗に、 賑々しく

赤湯温泉ふるさと祭り開催

9月14日(土)、15日(日)の2日間に渡って開催された赤湯温泉ふるさと祭り。天候にも恵まれ、多くの方が見物に訪れ、賑やかで素晴らしいお祭りでした。

赤湯小学校の鼓笛隊の演奏で祭りはスタート。テープカットの後、みこし渡御、園児みこしが行われました。

初日のメインイベントである夜のみこし渡御には3基が登場。勇壮な男みこし、華麗な女みこし、元氣一杯な中学生みこしは、屋台の明かりに照らされた通りを威勢よく練り歩きました。

2日目は、大人さながらの子供暴れ獅子が、町内を暴れ回りました。

祭りのフィナーレを飾ったのは若者獅子と暴れ獅子太鼓。神社に帰ろうと御神坂上りを繰り返す獅子とそれを引きずり下ろそうとする若者たち。暴れ獅子太鼓は、若者獅子を鼓舞し、祭りを一層盛り上げました。

見物客は神社の急な石段を上り下りする様子や石段を転げ落ちる様子に、時に息をのみ、時に大いに沸き立っていました。

- ①男みこし②女みこし③中学生みこし④若者獅子
- ⑤赤湯小学校鼓笛隊⑥テープカット⑦みこし渡御⑧園児みこし⑨子供暴れ獅子⑩赤湯小学校暴れ獅子太鼓⑪暴れ獅子太鼓

