

明けましておめでとうございます  
本年もよろしく願い申し上げます

皆様には、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。  
旧年中は、千歳コミュニティセンター事業にご協力、ご支援を頂き、誠にありがとうございました。

本年も、多くの方が楽しく元気に集い合えるコミュニティセンターを目指し、  
取り組んでまいりますので宜しくお願い致します。

千歳コミュニティセンター所長・職員一同

## 平成31年度 市民税・県民税申告相談が始まります！

千歳地区(下青柳地区含)は 2月12日(火)に行います

◎ 会場:千歳コミュニティセンター 午前 9:15~11:30  
午後 13:00~16:00

- 申告日時 市民税・県民税申告書の右上に記載
- 持ち物 ・源泉徴収票など、30年分の収入がわかるもの  
・各種所得控除を受けるために必要な領収書、支払額証明書、障がい者手帳など  
・帳簿(営業・農業・不動産のある方)  
・必要経費の領収書  
・印鑑

※申告相談の開始前に会場に来られた方は、番号札を準備していますので、番号札をお取り  
になってお待ちください。

※申告相談当日は会場の混雑が予想されますので、事前に申告書、収支内訳書(営業・農  
業・不動産のある方)等を自宅でご記入の上ご来場くださるようお願いいたします。

※平成31年1月29日から3月15日までの市民税・県民税申告相談を行っている期間は、  
市民税課(市役所2階21番窓口)での申告書の受付は行っていません。

◇詳細は広報やまがた1月15日号をご覧ください。なお、山形税務署から確定申告案内が  
送付された方は「山形テルサ」での申告となります。

問合せ 山形市市民税課 641-1212 内線 304~307



今月の使用調整会は **1月25日(金)** です。  
午前8時40分~午前9時までに受付を済ませてください。  
午前9時を過ぎると調整会に参加できません。翌月の1日以降に申請して下さい。

### 〈千歳コミュニティセンター主催事業〉 季節の和菓子作り教室

市内の老舗和菓子店の職人さんから、和菓子の魅力を学びます♡  
講習の後は戸田屋さんの美味しいお菓子でいっぴくしましょう😊

と き 1月22日(火) 13:30~15:30  
と ころ 千歳コミュニティセンター 交流ルーム  
講 師 「戸田屋正道」戸田健志先生  
定 員 先着20名  
参 加 費 800円 (おつりのないように当日お持ちください)  
※季節にちなんだ2種類の和菓子を作ります、お持ち帰りできます  
持 ち 物 エプロン、三角巾、手拭き用布巾  
申し込み 1月15日(火)まで千歳コミセンへ 電話 622-2860



### 〈千歳コミュニティセンター主催事業〉 七宝焼き講座

自分でデザインした世界で一つのオリジナルアクセサリを作ってみませんか?  
形は、ペンダント・キーホルダー(共にハート・長角・しずく・丸)とヘアゴム丸  
からお選びいただけます。申込みの際に、お伝えください。

と き 2月8日(金) 13:30~15:30  
と ころ 千歳コミュニティセンター 交流ルーム  
講 師 「七宝工房くじゃく」 佐藤美都子先生  
定 員 先着20名  
材 料 代 1,500円(当日お持ちください)  
申し込み 1月25日(金)まで千歳コミセンへ 電話 622-2860



#### 1月の主な行事

5日 千歳地区新春交歓会  
16日 子育てサロン  
25日 使用調整会  
~ 毎週(土)  
ちとせ いきいき 100歳体操サロン ~



#### 1月のふれあい子育てサロン

日 時 1月16日(水)  
10:00~11:30  
今月は豆まきとおしゃべり会です  
みんなで楽しみましょう♪



## おめでとうございます

- ❖長年美化活動や安全性の確保に努められてきた活動、“美しく安全、安心な県土づくり”へ貢献してこられたとして、千歳リフレッシュパークの皆さんに、山形県知事より感謝状が贈られました。
- ❖平成28年には長町の河川を愛する会の皆さんにも感謝状が贈られています。

千歳体育振興会からのお知らせ

### 第11回冬季スポーツフェスタ開催

日時 2月3日(日) 9:00~12:00  
 場所 千歳コミュニティセンター多目的ホール  
 実施競技 スポーツ輪投げ・エンジョイ吹き矢  
 フリスビーストライクアウト他  
 持ち物 内履(ズック)  
 当日会場にお越しください(申込みの必要はありません)



豪華景品を準備しています!

「サッカー場誘致経過報告会」を開催します

1月20日(日) 午前10時から 場所: 千歳コミュニティセンター多目的ホール  
 千歳地区新サッカー場誘致委員会

## 冬期間(1月~3月)の献血にご協力ください!

寒さの厳しい山形においては、冬場から春先にかけて風邪など体調を崩す方が多いことから、学校や企業、団体などの協力が得られにくくなるため、献血者が減少してしまいます。ぜひ皆様の献血へのご協力をよろしくお願いいたします。

○山形市では下記の場所で定期的に献血を実施しております。

献血場所	献血実施日	区分	受付時間
献血ルーム SAKURAMBO (山形市香澄町2-2-36 山形センタービル5階)	毎日 (12/31・1/1 を除く)	全血	9:00~12:30 14:00~17:00
		成分	9:00~12:00 14:00~16:30
イオンモール 山形南店	2/3(日)	全血	10:00~11:30 13:00~16:00
イオン 山形北店	1/27(日)	全血	10:00~11:30 13:00~16:00

### ○献血の種類

献血には、全血献血、成分献血があります。全血献血は、血液中の全ての成分を献血していただく方法です。輸血を受ける患者の方への負担を考慮し、400ml献血をお願いしています。一方、成分献血は、成分採血装置を使用して血小板や血漿といった特定の成分だけを採血し、体内で回復に時間のかかる赤血球は再び体内に戻す方法です。成分献血は身体への負担も軽く、多くの血小板や血漿を献血していただける特徴があります。

○献血された皆様へ、血液の検査成績をお知らせしております

日本赤十字社では、献血にご協力いただいた方々へ感謝の気持ちとして、7項目の生化学検査成績及び8項目の血球計数検査成績をお知らせしています。これらの検査成績はいずれも通知を希望された方を対象とし、献血後おおむね2週間程度で郵送にてお知らせします。

※以上詳細については健康課管理係(616-7270)、または山形県赤十字血液センター(622-5301)までお問い合わせください。

千歳地区社会福祉協議会より

## ちとせ いきいき100歳体操「ふれあいの家サロン」新設のご案内 ~高齢者になっても、体力をつけることができます~

平成31年1月15日(火)より、新しいサロンがスタートします  
 「いきいき100歳体操」で体力をつけ、いくつになっても自宅で生活しよう!



### だれでもできる介護予防

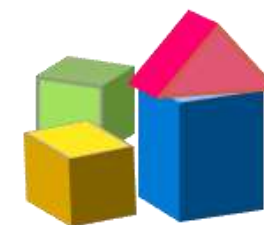
ちとせ いきいき100歳体操『ふれあいの家サロン』  
 実施期間: 1月15日より第一・第三火曜日  
 10時30分~11時30分まで  
 会場: 県立ふれあいの家 1階ロビー  
 持ち物: 内ズック・タオル・飲み物  
 申込み: 不要、当日会場に直接どうぞ  
 主催: 千歳地区社会福祉協議会

- ♥いきいき100歳体操はどんな体操?  
 ❖イスに座って、ゆっくりと手足を動かす。
- ♥体操すると、どうなるの?  
 ❖筋力がつき動くことが楽になり、転倒などしにくい体になります。
- ♥毎日、体操するの?  
 ❖週に1回ほどで十分です。
- ♥指導者は誰ですか?  
 ❖毎回、ビデオを見ながら体操します。

## 救急法短期講習会のお知らせ

日時 2月17日(日) 午前10時~12時頃  
 場所 千歳コミュニティセンター 2階和室  
 内容 心肺蘇生・AEDを用いた除細動・気道異物除去  
 対象 中学生・高校生、成人  
 定員 20名 ☆参加費無料  
 持ち物 動きやすい服装で参加してください  
 ☆2月8日まで申し込んでください(申込書はコミセンにもあります)  
 指導は赤十字救急法及び幼児安全法指導員 片山款郎  
 連絡先 090-7334-2443

いざという時に役に立ちます!



県立ふれあいの家からのお知らせ

## そば打ち体験教室に参加してみませんか

日時 1月26日(土) 午前10時~12時頃まで  
 場所 県立ふれあいの家 交流室  
 講師 安孫子満雄氏 大友憲一氏  
 内容 新春そば打ち  
 費用 500円程度(参加人数により、多少の変動がある場合がございます)  
 持ち物 エプロン・三角巾  
 申込み・問合せ: 1月20日(日)まで・県立ふれあいの家(電話681-0002)へ

初心者歓迎  
 お気軽にご参加ください

