

コミセン事業のお知らせ

参加者募集!!

お申し込みは 千歳コミセン ☎622-2860 または 窓口へ

手作り講座 ハーバリウムづくり

■ 日 時: 9月26日(金)

10:00~12:00

■ 場 所: 千歳コミセン 交流ルーム

■ 講 師: 花あそび MIKA 外山 美佳子 氏

■ 参加費: 2,000円

※当日、お釣りのないようお願いします

■ 申込み: 9月12日(金) まで

■ その他: お申し込み時にどちらかお選びください

A…小物入れ

B…フレグランスディフューザー


 手軽に楽しめるインテリアフラワー
生花と比べて季節に限らず長く楽しめます

A 小物入れ

B フレグランス
ディフューザー

協力: 山形市食生活改善推進協議会 千歳地区

フレイル予防

(介護予防)のために

いきいき元気! 食生活講座と食事会

~管理栄養士さんより「元気に過ごすための食生活のポイント」~

■ 日 時: 10月3日(金)

11:00~13:30

■ 場 所: 千歳コミセン 交流ルーム

■ 参加費: 500円

※当日、お釣りのないようお願いします

■ 定 員: 先着20人

■ 持ち物: 筆記用具

■ 申込み: 9月26日(金) まで

フレイル予防食 食事会

☆ MENU ☆

 肉料理
ごはん
かぼちゃのミルク煮
里芋のだご汁
黒糖寒天

千歳コミセン利用団体連絡協議会へ加盟のみなさまへ

今月の使用調整会は9月25日(木)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。

千歳地区文化祭実行委員会より



第49回 千歳地区文化祭

10月19日(日)

会場 千歳コミュニティセンター

展示作品募集

○ 事前に申し込みが必要です ○

◆ 募集作品 : 絵画・書道・手芸・写真・工芸品など

◆ 申込方法 : 千歳コミセンにある『出品申込書』にご記入ください

9月1日(月) より受付開始

※ただし、会場のレイアウトの都合上、早期に受付を締め切る場合があります。

青空市(バザー)開催

新品・未使用の日用品等がありましたら、

バザー品としてご提供をお願いいたします

(例: ラップ、タオルセット、洗剤、食器 など)

◆ 受入期間 : 10月1日(水)~10月15日(水) まで

千歳コミセンまでお持ちください(平日8:30~17:00)

文化祭プログラムにつきましては10/1以降、千歳地区の皆さんへ全戸配布いたします。



千歳コミュニティセンター 事業

漫談まじえて楽しく学ぶ

防災講座

9月は防災月間!

備蓄

防災
マメ知識

地震

避難

台風

豪雨

火災

停電

洪水

■ 日 時: 9月10日(水) 18:30~20:00

■ 場 所: 千歳コミセン 多目的ホール

■ 講 師: 山形県自主防災アドバイザー・防災漫談師 斎藤 昭 氏

■ 申込み: 千歳コミセン ☎622-2860 または 窓口 まで

***** 令和7年国勢調査を実施します！ *****

国勢調査は、統計法に基づき日本に住んでいる全ての人と世帯を対象に、5年に1度行われる重要な調査です。ご協力をお願いいたします。ご回答は、できる限りインターネットでお願いいたします。ただし、郵送回答も可能です。



調査の流れ

調査書類の配布

国勢調査員が各世帯を訪問し、書類を配布します。調査員は、写真付きの調査員証を携帯しています。

9月20日～30日

調査基準日 10月1日

インターネットによる回答

調査書類に記載されたログインIDとアクセスキーを使って回答してください。

回答期間 9月20日～10月8日

紙の調査票による回答

紙の調査票は、黒の鉛筆で記入してください。

回答期間 10月1日～8日

※かたり調査に注意！

個人情報等を尋ねる不審な訪問、電話・電子メールにご注意ください。
※調査員は銀行口座の暗証番号、クレジットカード番号を聞き取ったり、金銭を要求することはありません。

紙の調査票の提出

郵送で提出してください。
※郵送が難しい場合、書類配布時等に国勢調査員にご相談、または下記実施本部までご相談ください。

回答期間 10月8日まで投函または提出

問い合わせ先 令和7年国勢調査山形市実施本部 TEL023-634-9033

山形市食生活改善推進協議会 千歳地区より

地産地消・郷土料理 教室

日時：9月17日(水) 10:00～13:30

場所：千歳コミセン

参加費：300円

定員：先着10名

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・筆記用具

申込み：9/11(木)までに千歳コミセン

☎ 622-2860 または 窓口へ

献立

- ◎ オクラごはん
- ◎ 鶏肉のきのこソース
- ◎ セロリのポタージュ

山形地区交通安全協会 千歳ブロック連絡協議会より

秋の交通安全県民運動

交通安全「互いに守る 思いやり」県民運動

令和7年9月21日(日)～9月30日(火)

秋は日の暮れる時間が早くなり、歩行者や自転車が見えづらくなります。自動車運転時は早めのライト点灯、ハイビームの活用、歩行者は夜光反射材を活用するなど、みんなで交通ルールを守り、事故ゼロを目指しましょう。

喫茶 ちえっと

生活お役立ち隊・ちえっとサポーターズによる喫茶店をオープン☆おしゃべりしながら、楽しいひとときを過ごしませんか？

申し込み不要、どなた様もお気軽にお越しください♪

日時：9月30日(火) 13:30～15:00

会場：千歳コミセン 交流ルーム

参加費：200円

メニュー：コーヒー・お茶・蒸しパン・ゆべし

お問合せ：山形市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係 生活支援コーディネーター(成澤・菊地)まで

TEL 023-645-8061

千歳地区社会福祉協議会より

子育てふれあいサロン

- ◆日時 9月17日(水) 10:00～11:30 (毎月第3水曜日)
- ◆場所 千歳コミュニティセンター 多目的ホール
- ◆対象 0～3歳くらいまでの就園前のお子さんと保護者
- ◆参加料 無料
- ◆申込み 不要。時間内であれば、いつでもおいでください。



9月・10月は【編み物】です
編み物サークルの方と一緒に
こども用の帽子を編んでみましょう☆

いきいき百歳体操

7月より再開しています！！

長町中央サロン百歳体操

グループホーム支援センターみらい(旧 向陽園北部支援センター)にて

4日・11日・18日・25日
毎週 木曜日 10時30分～

ちとせコミセン 百歳体操サロン

6日・13日・
20日・27日

毎週 土曜日 10時～

千歳コミュニティセンターにて

ちとせ清生百歳体操

3日・10日・
17日・24日

毎週 水曜日 10時～

山形済生病院 南館1階にて

泉町百歳体操

4日・11日・
18日・25日

毎週 木曜日 10時～

泉町集会所にて

沖ノ原 いきいき百歳体操

4日・11日・
18日・25日

毎週 木曜日 10時～

沖ノ原公民館にて

山形市健康づくり運動普及推進協議会 3ブロックより

千歳コミセン体操教室

※9月はお休みです。

- ◆日時：毎月第3月曜日 10:00～11:30
 - ◆場所：千歳コミセン 多目的ホールにて
 - ◆持ち物：内履き・タオル・飲み物
- (※申込み・参加費不要。ストレッチ・リズム体操など)

10月31日(金) 18:00～19:50

山形国際交流プラザ(山形ビッグウイング)
2F 大会議室

「現代思春期の人間関係

～つながり孤独とは何か？～

講師：筑波大学 人文社会系 教授
土井 隆義(どい たかよし)氏

対象：山形市在住または在勤・在学の方300名
参加費：無料

《申込みについて》

9月1日(月)9:00～
市公式ホームページ、または
電話(土日・祭日を除く 9:00-17:15)
にてお申し込みください。



問合せ：山形市 社会教育青少年課 青少年係
023-641-1212(内線 618・619)

9月10日～16日は【自殺予防週間】です

ひとりで悩んでいませんか？
あなたの周りに、ひとりで悩みを抱え込んでいる人は
いませんか？
一人ひとりが身近な人の様子を気にかけて、こころのサインに
気づくことが、こころの健康やいのちを守ることに繋がります。

◎「こころの健康相談統一ダイヤル」(全国共通)
電話 0570-064-556

◎「心の健康相談ダイヤル」(山形県)
電話 023-631-7060

開設期間：9月10日(水)～16日(火) 9:00～17:00
(期間内は土日祝日も相談可能)

※期間以外は 9:00～12:00、13:00～17:00 まで
(土日祝日を除く)

問合せ：山形市保健所 精神保健係 616-7275

千歳コミュニティセンター利用団体連絡協議会より

ボランティア清掃のお知らせ

10/8日(水) 9:00～

ご協力をお願いいたします