

子育ておしゃべりサロン でわ

4月のテーマ「春の顔合わせ会とおしゃべり」

日時 4月21日 (火)10:00~11:30
 場所 出羽コミセン 1階和室
 参加者 0歳~就学前までの子どもとご家族が対象です。
 手続等 申込みは必要ありません。いつからでも参加できます。参加費は無料です。
 持ち物 赤ちゃん用バスタオル(必要な方)、水分補給用飲み物、おむつ、ごみ袋
 気軽に集まり、一緒に遊んだりおしゃべりしたり、ほっとした時間を過ごしましょう。



運営 出羽地区社会福祉協議会・出羽地区民生委員児童委員協議会

出羽地区社会福祉協議会 健康講座の報告

2月19日出羽コミュニティセンター多目的ホールにおいて、「資生堂ジャパン 化粧品療法いきいきセミナー~口腔ケア美容~」が開催されました。講師の資生堂ジャパン株式会社東北 佐藤真理子さんより、リフトアップスキンケア、唾液腺マッサージ、舌のトレーニングなど口腔機能の向上と美容効果に着目し、日々の生活に取り入れられる美容法について実習していただきました。参加者の皆さんは、いきいきとした表情になって帰宅した様子でした。
 なお、今後男性向けの美容講座も開催予定をしておりますので、興味のある方はぜひご参加ください。



令和8年度 百歳体操始まります！ 4月の百歳体操

日時：4月16日 (木)
 時間：13時30分~
 場所：出羽コミセン多目的ホール

『健康マーじゃん』の開催を計画中です。詳細が決まりましたら、コミセンだよりでお知らせします。

出羽地区社会福祉協議会

みんなの ゆうやけ食堂

☆いつ 4月11日 (土)
 11:00 開場
 12:00 いただきます
 ☆どこで 出羽コミセン
 ☆その他 こども無料
 大人：200円
 ☆申込み：080-1840-2107 (横山)
 ※申し込みは9日 (木) (2日前)までお願いします。
 ショートメールでも可
 ※提供する食事はアレルギー対応はしていません。



★ゆうやけ食堂は、出羽地区民生委員児童委員協議会・出羽地区社会福祉協議会より後援をいただき、ボランティア団体「ヤングフレッシュベにばな」が運営しています。

回覧

出羽 コミュニティセンターだより

令和8年



発行：出羽コミュニティセンター運営協議会
 住所：〒990-2172 山形市大字千手堂404番地1
 ☎ 684-7030 / Fax 684-1265
 ホームページ：<http://www.yamagata-community.jp/~dewa/>
 ホームページではカラーでコミセンだよりをご覧になれます。

新年度スタート！

日頃よりコミュニティセンターの活動にご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。昨年度も、多くの皆さまにイベントや事業へご参加いただきありがとうございました。本年度も、気軽に集い、交流できる場づくりに努めて参ります。職員一同、どうぞよろしくお願いいたします。

令和8年度 出羽コミュニティセンター職員体制



所長 菅野 隆
 事務局長 三井寺卓也
 事務局職員 富樫 友紀
 事務局職員 森谷 美由起(新)



よろしくお願いいたします

【4月1日よりよろしくお願いいたします】

4月からお世話になります。
 どうぞよろしくお願いいたします。
 事務局職員 森谷 美由起

【3月31日をもって退職しました】

皆様には大変お世話になりました。出羽地区の益々のご発展とご多幸を心よりお祈り申し上げます。
 事務局職員 荒井 晃代

事業報告

『味噌作り教室』2月28日(土)開催

新関さとみ先生を講師に迎え、味噌作り教室を開催しました。リピーターも多く大人気の講座です。山形県産の大豆と米を使い、身体いっぱい使い楽しみながら甘みたっぷりの18割こうじ味噌を作りました。減塩で体に優しく美味しい味噌のできあがりを楽しみます。



『ゆべし作り教室』3月2日(月)開催

出羽地区食改善推進協議会のご指導のもと、ゆべし作りに挑戦。蒸しあがったゆべしは、もちりとした食感とやさしい甘さの美味しいゆべしに仕上がりました。郷土の食文化を再認識するとともに、参加者同士の交流も深めることができた有意義な講座となりました。



紅花作業を一緒にしてみませんか！

出羽地区は「紅花再生の地」として、伝統的な技法を守りながら、紅花の種まき~紅摘み~紅餅づくり~種取り~紅染めと一連の作業に取り組んでおり、紅花栽培作業を一緒にできる方を募集しております。初めてでも大丈夫です！皆さんのご参加お待ちしております。

作業内容など詳しくは、コミセンまでお問い合わせください。☎ 684-7030



最上べにばな会



食のボランティア養成講座 ～食生活改善推進員養成講座～

健康づくりのために望ましい食生活を学び、地域に広めていただくボランティア(食生活改善推進員)を養成する講座です。食と健康に興味がある方、新たな仲間を作りたい方、ボランティア活動に興味のある方、どなたでも参加いただけます。

受講生募集中!5月中旬に説明会を開催予定

対象:山形市内在住の方40名 ※年齢・性別は問いません
 期間:令和8年5月～令和9年1月(予定)
 全7回の講座(1回4時間程度)
 内容:医師や管理栄養士の話、調理実習など
 会場:霞城セントラル内
 費用:1,700円程度(テキスト代)
 申込先:電話で山形市健康増進課(TEL:616-7273)へ



問合せ:山形市健康増進課 健康栄養係 TEL:616-7273

～運動普及推進員養成講座 受講生募集中!～

健康づくりについて学び、誰でもできる「運動」を広めていただくボランティアを養成する講座です。講座修了後は、運動普及推進員として、仲間と楽しく「運動」を主とした健康づくりを実践していくことができます。

対象:山形市内在住の方40名 ※年齢・性別は問いません
 期間:令和8年5月～令和9年1月(予定)
 全8回の講座(1回3時間程度)
 内容:健康づくりに必要な講話や運動実技(ストレッチ体操やウォーキング等)
 講師:医師や大学の先生、健康運動指導士等
 会場:主に霞城セントラル
 費用:無料
 申込先:電話で山形市健康増進課(TEL:616-7271)へ

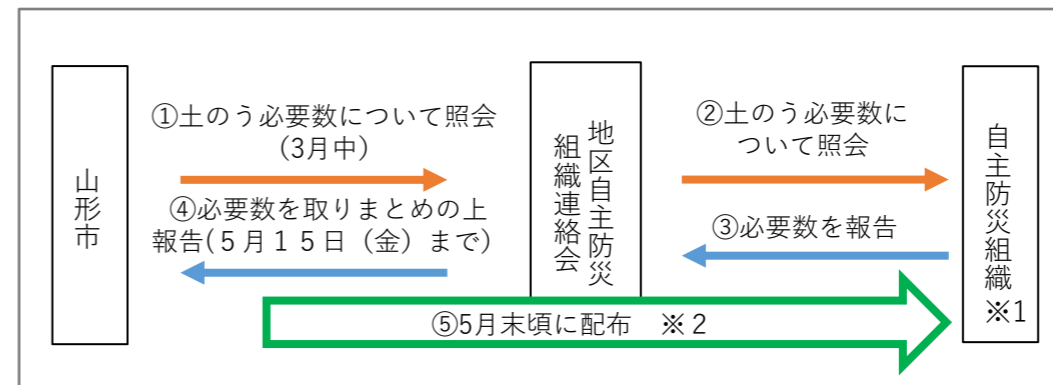
SUKSK 対象事業
 毎回500pt
 ゲットできるベニ!



問合せ:山形市健康増進課 SUKSK推進係 TEL:616-7271

土のう事前配布について

大雨時に、土のうの配布依頼が市に殺到し、配布が間に合わない状況を回避し、水路や河川からの浸水に迅速に対応できるよう、山形市では大雨シーズンに入る前に、地区自主防災組織連絡会を通して、自主防災組織へ土のうを配布しております。お住いの地区で、大雨時に浸水する恐れがあり、土のう設置が必要な箇所があれば、自主防災組織へご連絡ください。



問合せ先
 市防災対策課
 ☎641-1212 (内線380～382)

※1 自主防災組織は「自分たちの地域は自分たちで守る」という連帯意識のもと、地域住民が自主的に防災活動を行う組織です。(ほとんどが、町内単位で組織されています。)
 ※2 配布した土のうの管理(保管・設置・撤去・処分等)は、自主防災組織において行います。配布した土のう回収は、市で行いません。

山形グリーンサークル 会員募集

山形グリーンサークルは、地域を美しくするため、公園の樹木の剪定管理活動を行っているボランティア団体です。

- ▶活動日:年間20日程度
- ▶場所:霞城公園、桜葉の木公園
- ▶内容:市内の公園の低木剪定、雪囲い等
- ▶持物:剪定ばさみ、刈込ばさみ、のこぎり等
- ▶連絡先:山形市公園緑地課
641-1212 (内線528、533)

楽しく剪定の仕方を学び、一緒に公園の木の剪定作業をしてみませんか?

メンバー募集

フラサークルYU-WA

フラダンスで、心と体のリフレッシュ! ゆっくりとしたハワイアンミュージックに癒されながら、一緒に踊りませんか! 初心者向けのフラサークルです。

月2回 木曜日 午前10時30分～11時30分
 夜間19時30分～21時

それぞれの時間帯で募集しています

問合せ先 出羽コミセン 富樫まで
 ☎684-7030



コミセンに展示
 いただきました

ありがとう
 ございました

