

月刊 飯塚

令和7年7月号 飯塚コミュニティセンター
〒990-0843 山形市横道7 ☎023-644-3479 FAX023-644-0949
e-mail: iizuka@mmy.ne.jp

月刊飯塚（コミセンだより）は山形市のホームページからご覧になれます
山形市ホームページ＞暮らしの情報＞暮らし・手続き＞市民活動
＞コミュニティセンター＞コミュニティセンターだよりについて
飯塚コミュニティセンターホームページ
(<http://www.yamagata-community.jp/~iizuka/>) からご覧になれます

QRコード
はこちら

令和7年度「健康講座」
「飯塚ん過しま専科」
開催のご案内

「いい時間過ごしませんか」と、
読んでください！

毎年、好評の『健康講座～飯塚ん過しま専科～』。
毎回、興味深いテーマで、しかも楽しくユニークな
肩の凝らない講座です。飯塚地区の方ならどなた
でもお誘い合わせてご参加ください！

	日時	テーマ	内容
1	8月28日(木) 午後1時30分～	フレイルを予防する ための食生活	フレイル(病気ではなく筋力や心身の活力が低下 し、健康と要介護の間の虚弱)について学びます。
2	9月26日(金) 午後1時30分～	健康体操『自彊術』	頭部から手足の先まで動かし、全身の血流や新陳代 謝がよくなり疲労回復に役立つ体操
3	10月30日(木) 午後1時30分～	手も足も頭も使って楽しく 元気！「ふまねっと体操」	マス目の網を床に敷き、踏まないようにゆっくり 歩く運動。認知症予防にも効果あり！
4	11月28日(金) 午後1時30分～	うたって健康と若返り	特技ボランティアの講師にお願いする予定

【参加申込み】8月18日(月)まで
飯塚コミセンへ (☎644-3479)

会場は、飯塚コミセン ふれあいホールです。
※日時・内容等が変更になる場合があります。

飯塚地区 夏まつり・盆踊り

とき: 8月11日(月祝)
(くわしい時間などは来月号で)
ところ: 飯塚コミュニティセンター 駐車場
【雨天決行】

生ビール
・ジュース
・焼き鳥(竜鳳さん)
・玉こんにやく
・焼きそば など

夜店も
出るよ!!

みんな来てね★

さわやか体操教室のご案内

申込不要!! お住まいの地区に関わらず参加できます!

7月9日(水) 10:00～11:30 飯塚コミュニティセンター

7月16日(水) 10:00～11:30 榎沢コミュニティセンター

8月6日(水) 10:00～11:30 大曾根コミュニティセンター

8月27日(水) 10:00～11:30 村木沢コミュニティセンター

9月3日(水) 10:00～11:30 西山形コミュニティセンター

9月17日(水) 10:00～11:30 本沢コミュニティセンター

【問合わせ】
山形市健康づくり
運動普及推進協議会
高橋 090-7795-0996
田中 090-5238-9250

夏休み 宮浦キッズクラブ Boccia はじめての ボッチャ体験会

◇飯塚・榎沢コミュニティセンター共催事業◇

●いっ : 8月6日(水) 午前10時～(2時間くらい)
●どこで: 榎沢コミュニティセンター ホール
●定員: 宮浦小学校の児童 先着36人
●申込み: 7月2日(水)～7月31日(木)午後5時まで、
榎沢コミセン(644-5652)又は、飯塚コミセン(644-3479)へ
●持ち物等: 内ズック、水分補給の飲みもの、汗拭きタオル、運動ができる服装

ボッチャはイタリア語で「ボール」を意味し、白い目標球(ジャックボール)に、赤と青のボール
を投げたり転がしたりして近づけることを競い合う、パラリンピックの正式種目です。

はつらつ シニアクッキング

主催 山形市食生活改善推進協議会 飯塚地区

日時…8月1日(金) 10:00～13:30
場所…飯塚コミュニティセンター 調理室
参加費…400円 ※当日、おつりのないように
定員…5名(先着)
持ち物…エプロン、三角巾(バンダナ等)
申込み…7月25日(金)まで
飯塚コミュニティセンター (☎644-3479)へ
※材料注文の都合上、申込み後の変更はお断りいたします。

《献立》
★ロールパンサンド
★豆乳コーンスープ
★魚のムニエル バターしょうゆソース
★ブルーベリー ミルクゼリー

男性の方もふるって
ご参加ください

飯塚地区ボウリング大会開催のご案内

日頃より飯塚町町内会及び体育振興会事業に、多大なるご協力をいただき、皆様に厚くお礼申し
上げます。下記の日程にて、個人自由参加型のボウリング大会を開催いたします。日頃の運動不足を
みんなで解消しましょう!ご参加をお待ちしています。

※日時: 令和7年 8月24日(日)

※時間: 10:00集合～10:30開始予定

※場所: 山形ファミリーボウル

※種目: 個人自由参加型ボウリングオープン大会

※参加費: 子供1名(高校生まで)…500円、大人1名…1000円
(貸し靴代は体振で負担します。)

※後日、各区各班、回覧にてメンバー募集いたします。

締め切り 7月31日(木)

飯塚囲碁大会結果の報告



6月14日、飯塚コミセンの研修室にて、飯塚囲碁愛好会夏季大会を開催しました。参加された会員の皆様、お疲れ様でした。

優勝 太田 重人 十段



第二位 齋藤 純 三段
第三位 峯田 亘 七段
第四位 本間謙三郎 七段
第五位 高橋 鎮雄 三段



大会の様子



飯塚地区 集団健診のお知らせ

令和7年度の地区集団健診が始まります。詳しくは、広報やまがた3/15号折り込みの「山形市健診べり帳」または山形市公式ホームページをご覧ください。

➤ 健診内容・対象年齢

- (1) 特定健診(40～74歳)
- (2) 健康診査(75歳以上)
- (3) がん検診(40歳以上)…胃(バリウム検査)・肺・大腸・前立腺(50歳以上)

※50歳以上の偶数歳の方を対象に、個別健診でのみ、胃がん検診で胃内視鏡検査を実施しています。

- (4) 胃がんリスク層別化検査(ABC分類)(40歳以上)

※当日胃がん検診(バリウム検査)を受ける方で、過去にこの検査を受けたことのない方

- (5) 肝炎ウイルス検診(40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方)

- (6) すこやか健診(20～39歳)

- (7) 子宮頸がん検診(20歳以上)・乳がん検診(40歳以上)

※対象者は、子宮頸がん・乳がんともに①偶数歳、②令和6年度に検診を受けていない奇数歳の方となります。

また、②の方は、検診の予約をする前に健康増進課窓口で申請が必要です。(印鑑不要)

➤ 健診日程

	日 程	健 診 会 場	担当する健診機関
上記(1)～(6) 特定健診・ がん検診等	10月9日(木)、10日(金)	飯塚コミュニティ センター	山形市医師会健診センター 住所：南館5-3-10 電話：023-645-7222 (音声ガイダンス：2→1)
上記(7) 子宮頸がん・ 乳がん検診	11月18日(火)～21日(金)	山形市医師会健診 センター	山形市医師会健診センター 住所：南館5-3-10 電話：023-645-7222 (音声ガイダンス：2→1)

➤ 申込方法

(1) 電話での申し込み

健診の案内が届かない方、上記以外の日程や会場をご希望の方は、電話でのお申し込みが可能です。
健診日の15日前までに上記の健診を担当する健診機関へ電話でお申し込みください。

(2) ハガキでの申し込み

40歳以上の山形市国民健康保険加入の方や、過去2年間に市のがん検診を受けたことがある方等に対して、7月中旬に健診の案内を送付します。案内が届いた方は同封されているハガキでお申し込みください。

＜お問い合わせ＞ 山形市保健所 健康増進課 成人保健係
電 話：023-616-7272 FAX：023-616-7276
住 所：山形市城南町1-1-1（霞城セントラル4階）
受付時間：月曜～金曜日 8:30～17:15（祝日・年末年始を除く）

山形市健診べり帳はこちら



シンボルタワー花壇 夏バージョンに

6/14 抜き取り作業



先日、町内会シンボルタワー花壇の植替え作業が行われました。6月14日に今まで飯塚地区を華やかにしてくれたパンジーを抜き取り、6月21日は夏の花を植え付けました。

これから暑い太陽の光をいっぱい浴びて、色とりどりのたくさんの花を咲かせてくれることでしょう。区長の皆さんが協力し、手際よく作業を進めてくださいました。暑い中、早朝からの作業、本当にお疲れ様でした。

6/21 花苗植え作業



第40回 山形紅花まつり

山形県・山形市の
花『紅花』をご鑑賞
ください

と き：R7.7月5日(土)10:00～17:00 7月6日(日)10:00～16:00

ところ：高瀬紅花ふれあいセンター（山形市大字下東山1360）

お問い合わせ：山形紅花まつり実行委員会（ふれあいセンター内 ☎ 686-3341）

※その他詳しい情報はホームページをご覧ください

<http://www.yamagata-community.jp/~takase/maturi.html>

山形まるごと市を開催します (7月開催分)

◆ 山寺会場

- 場所：山寺宝珠橋公園
- 時間：午前9時～午後4時
- 日程：7月：5, 6, 12, 13, 19, 20, 21, 26, 27日

地元の特産品や採れたての農産物などを販売しますので、是非お立ち寄りください。

◆ 高瀬第1会場

- 場所：産地直売所たかせ
- 時間：午前9時30分～午後4時
- 日程：通年開催(年末年始除く)

◆ 高瀬第2会場(軽トラ市)

- 場所：珈房たかせ前広場
- 時間：午前10時～午後3時
- 日程：7月：6, 13, 20, 27日

※天候等の都合により日程を変更する場合がございます。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

問合せ 観光戦略課内同実行委員会
内線677

主催：飯塚地区社会福祉協議会

いきいき 百歳体操

◆日 時：7月8日・22日(火)
9:30～

- ◆場 所：飯塚コミセン ホール
- ◆持ち物：飲み物、タオル、内履き
- ◆参加費・申し込み：不要

6区・7区・8区のみなさま

市営住宅飯塚集会所で、
毎月第1木曜日10:00～

「我が事・丸ごと相談窓口」百歳体操・子育ておしゃべりサロン共に同時開催します!!

のんびり★ほっこり♪

子育ておしゃべり★サロン

♥い つ：7月17日(木)
10:00～11:30

(時間内ならいつでもどうぞ!)

♥どこで：飯塚コミセン

ふれあいホール

♥対 象：0歳～就園前のお子さん
と日中過ごしている方
これから子育てを始める
妊婦の方など

飯塚地区環境保健推進協議会

集団資源回収

7/25(金)

回収品目

- ・新聞(チラシ含む)
- ・雑誌・雑紙・段ボール
- ・紙パック・布類
- ・一升瓶(茶・緑)
- ・ビール瓶(大瓶)
- ・アルミ缶・スチール缶