

くぬぎだより 8月号

令和4年8月1日発行
榎沢コミュニティセンター
〒990-0856 山形市金石田8-2
電話 644-5652 FAX 644-3710
E-mail kunugizawa@mmj.ne.jp
ホームページアドレス
<http://www.yamagata-community.jp/kunugizawa/>

□第十、飯塚、榎沢地区合同介護予防教室□

栄養講座 ♡チョコレートでおいしく健康に♡

チョコレートを食べたら太る、虫歯になる…
そんなイメージをお持ちではないですか？
カカオの歴史や、チョコレートができるまでの工程など、詳しく紹介します。
チョコレートに含まれる栄養成分とそれらの才能を学びます。

日 時：8月25日（木） 午前10時～
場 所：榎沢コミュニティセンター ホール
講 師：(株)明治 管理栄養士 吉村先生
申込み：お電話にて下記までお申込み下さい。（定員50名）
霞城西部地域包括支援センター Tel023-647-8010
締 切：8月19日（金）

【協賛】：第十、飯塚、榎沢地区社会福祉協議会

◇コミセン・ふれあい交流講座◇

運動初心者の方が
気軽に楽しめる！

ステキに健康アップ講座

～いつまでも若く、元気で気分良く～

アンチエイジングをテーマに、心と体のメンテナンスをしませんか。
バランスの取れた健康的な心身を手に入れましょう。どなたでもお気軽にどうぞ！

日 時：9月5日（月） 午前10時～12時
場 所：榎沢コミュニティセンター ホール
内 容：音楽に合わせた軽運動・リンパマッサージなど
講 師：日本エアロビクス連盟 指導員 渡部留美子先生
持ち物：ヨガマット又はバスタオル・飲み物・汗拭きタオル
動きやすい服装、マスク着用でご参加ください。
申込み：榎沢コミュニティセンター ☎644-5652
締切日：8月29日（月）夕方5時 参加費：◎無料
定 員：先着15名



◇コミセン・潤い交流事業◇

初心者の陶芸 “おしゃれ”をつくる講座

わたしの“作ってみたい！”をつくる、楽しい体験講座です。



小物入れ・小皿



アクセサリー

日 時：9月10日（土） 午前10時～12時（1回目）作陶
11月12日（土） 午前10時～11時（2回目）作品講評と受取り
場 所：榎沢コミュニティセンター 研修室
内 容：生活小物の陶器づくり
講 師：陶芸愛好家 本田 とよ子先生
持ち物：水分補給の飲み物
申込み：榎沢コミュニティセンター ☎644-5652
締切日：8月29日（月）夕方5時
参加費：1,000円（焼き上がりまでの材料代） 定員：先着6名

◇コミセン・健康まちづくり事業◇



笑って！元気に認知症予防！

大事なサイン
見逃さず
知っておきたい

内容：～寸劇・脳トレゲーム・軽運動・食事についてなど～
認知症の早期発見と予防について楽しく学びましょう。

日 時：9月12日（月） 午前10時～12時
場 所：榎沢コミュニティセンター ホール
講 師：おれんじサポートチームこころ / 霞城西部包括支援センター
持ち物：水分補給の飲み物（マスクを着用しお越しください。）
定 員：先着30名 参加費：無料
申込み：榎沢コミュニティセンター ☎644-5652
締切日：9月9日（金）夕方5時

※コミセンの講座については、コロナウイルスの感染拡大により中止する場合があります。



児童遊園清掃

今月は上榎沢自治会役員のみで活動します。
8月7日（日）午前6時00分～

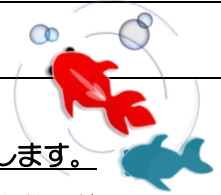
令和4年度 榎沢地区敬老会中止のお知らせ

新型コロナウイルスの感染は、いまだに予断を許さない状況が続いておりますので、本年度も榎沢地区敬老会は中止することにいたしました。

なお、米寿・金婚・敬老家族に対する賀詞・感謝状・記念品贈呈につきましては、受賞者が確定次第、別途関係の方々に、ご案内いたします。

榎沢地区社会福祉協議会

○榎沢地区社会福祉協議会○ 百歳体操お休みのお知らせ

会 場	団 体 名	日 時
くぬぎざわ交流館 (榎沢コミセン)	榎沢地区百歳体操	 8月の百歳体操はお休みします。 来月の開催日まで、熱中症と体調管理に 注意して健やかにお過ごしください。
下榎沢集会所	下榎沢百歳体操	
西原集会所	西原百歳体操	

子育ておしゃべりサロン
8月はお休みします。



●山形市新型コロナウイルスワクチン接種対策室●

榎沢コミュニティーセンターにおいて
新型コロナワクチン4回目接種予約をお手伝いしています

- ・期 間 令和4年8月19日（金）まで
※期間中は土、日、祝日も対応します。
- ・時 間 午前：9時～11時30分 午後：1時～4時
- ・持ち物 接種券、ご自分のスマートフォン
※（スマートフォンがなくても予約は可能）です。

<お問い合わせ> 山形市新型コロナワクチン・コールセンター

電話：0120-567-328

FAX:023-615-8567（耳が不自由な方）

榎沢地区 集団健診のお知らせ

★広報やまがた3/15号折り込みの「健診べんり帳」もご覧ください★

健診の申し込み方

【ご案内を郵送している方】

次の方には健診の案内を8月下旬に送付します。

ご案内に同封されているハガキでお申し込みください。

- ・40歳以上の山形市国民健康保険加入者
- ・国民健康保険加入者以外で令和4年度に40歳になる方
- ・国民健康保険加入者以外で過去2年間に市のがん検診を受けたことがある40歳～74歳の方（がん検診無料クーポン券を使用した方も含む）
- ・後期高齢者医療制度加入者で、過去2年間に集団健診（個別健診を除く）で市の健診を受けたことのある方

【健診のご案内が届かない方】

健診のご案内が届かない方でも、電話で健診の申し込みができます。

健診日の15日前までに、下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。

健診内容・対象年齢

…すべての健診の年齢は、令和5年3月31日時点の年齢です。

健診内容等について変更となる場合があります。

- (1) 特定健診(40～74歳 ※75歳の誕生日の前日まで)
- (2) 健康診査(75歳以上)・・・糖尿病など、生活習慣病を早期に発見するための健診
- (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。
(ご希望の方は直接医療機関にお申し込みください。)
- (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)を受けた方で、過去にこの検査を受けたことのない方。
※ただし、食道・胃・十二指腸疾患で治療中の方、服薬中の方などは受けられません。
- (5) 肝炎ウイルス検診
(40歳以上で過去に肝炎ウイルス検診に相当する検診を受けたことがない方等。)
- (6) すこやか健診(20～39歳)

特定健診・健康診査・がん検診等日程	健 診 会 場	担当する健診機関
10月14日（金）、10月17日（月）	榎沢コミュニティーセンター	山形市医師会 健診センター 電話：645-7222

- (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、いずれも①偶数歳②令和3年度に検診を受けていない奇数歳の方が対象になります。
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。

子宮・乳がん検診日程	検診会場及び担当する健診機関
12月9日（金）	山形市医師会健診センター 住所：南館5-3-10 電話：645-7222

お問い合わせ先：山形市保健所 健康増進課 成人保健係（霞城セントラル4階）
TEL：023-616-7272 FAX：023-616-7276
開庁時間：月曜～金曜日 8：30～17：15（祝日・年末年始を除く）