

食のボランティア ～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。

募集中!



対象：山形市内在住の方40名

期間：令和6年5月から計8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：山形市保健所（霞城セントラル内）

費用：3,500円程度（調理実習代など）

問合せ・申込先：山形市健康増進課 健康栄養係 616-7273

※講座修了後、山形市食生活改善推進員として地域で5年以上の活動をお願いします。
※運動普及推進員養成講座（運動普及推進員）と兼ねることはできません。

運動普及推進員養成講座 5月下旬開講予定

受講生募集

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。

- *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、保健師、管理栄養士、歯科衛生士
- *対象 市内在住の70歳くらいまでの方(先着20人)
- *日程 令和6年5月から1月にかけて計8回開催予定
(主に平日、月1～2回、1回当り3時間程度)
- *説明会 5月中旬予定
- *受講料 1,000円程度(運動実技の際に加入する保険料等)
- *申込方法 電話で山形市保健所健康増進課へ 電話 616-7271



はらっぱ館より お知らせ

- ◇スケートパーク 4月 2日(火)オープン
- ◇レンタルロードバイク 4月 2日(火)レンタル開始
- ◇グラウンド・ゴルフ場 4月16日(火)オープン予定
- ◇みはらしクラフトミュージアム 4月20日(土)11:00～16:00



お問合せ ☎674-0510

子育てサロン 4月10日(水)

10:30～12:00

当センター 2階和室
対象0～3歳までの子と保護者
(申込みはいりません)
南山形地区社会福祉協議会

いきいき百歳体操 毎週水曜日

9:30～10:10

当センター 多目的ホール
(申込みはいりません)
南山形地区福祉協力員連絡協議会

出前交番

4月17日(水)

11:00～12:00

当センター 会議室
困りごと・生活安全に関する事
振込詐欺・気軽にご相談ください

令和6年 4月1日号

[発行] 南山形コミュニティセンター

南山形コミセンだより

〒990-2313 山形市大字松原203番地の1 TEL 688-2001

FAX 688-3045

E-mail minamiyamagata@mmy.ne.jp

HP <http://www.yamagata-community.jp/~minamiyamagata/>

blog <http://mykomisen.blog.fc2.com/>



コミセンHP



オキナグサ

令和6年度を迎えて

春暖の候、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

今年は例年になく雪が少なく生活しやすい冬季のようでした。

日頃より、南山形コミュニティセンターに対しまして、温かいご支援・ご理解頂き心より感謝を申し上げます。これからも使い勝手が良く、皆様に親しまれるよう更なる努力をして参ります。

当コミュニティセンターに勤務して頂いた櫻井陽子さんが5年の任期を終えることになりました。いつも明るい笑顔で対応され、地域の方々に愛されておりました。これからも素敵な笑顔で頑張ってほしいです。

次期より大津知春さんに勤務して頂くことになりました。これまでと同様、職員一同明るく楽しいコミュニティセンター目指し頑張っていきたいと思います。

所長 犬飼 晃
事務局長 岡崎 亨
事務局員 後藤 恵美・大津 知春

地区・コミセン行事予定

- 4月 6日(土) 南山形すくすく保育園 ひまわりこども園 入園式
東北文教大学・東北文教大学短期大学部 入学式
- 4月 7日(日) 東北文教大学附属幼稚園 入園式
- 4月 8日(月) 第九中学校 南山形小学校 みはらしの丘小学校 入学式
- 4月 9日(火) 山形豊学校 入学式
- 4月10日(水) 村山特別支援学校 入学式 南山形幼稚園 入園式
南山形子育てサロン(当センター)
- 4月17日(水) 地域健康づくり講座(当センター)
- 4月27日(土) 招魂祭(当センター)



第52回(令和5年度)南山形地区振興協議会 通常総会が終了しました

3月24日(日)下記の議案について慎重審議されました。

・令和5年度 事業報告及び収支決算について ・令和6年度 事業計画及び予算案について など

今年度の各地区の自治会長の方々は以下のとおりです。(敬称略)

地区名	氏名	地区名	氏名
黒沢	渡邊 修	津金沢	庄司 善秋
松原	山本 明	南山形住宅	荒井 秀利
みはらしの丘	志藤 光弘	蔵王第二	蘆野 眞一郎
蔵王駅前	後藤 肇	県分住宅	古内 良二
片谷地	小川 秀吉	県営住宅	藤山 鼎
下谷柏	伊藤 哲雄	市営住宅	川田 のり子
上谷柏	堀野 一雄	新南山形住宅	片桐 和義

コミセン共催事業 地域健康づくり講座

『高齢者の薬について』

- 日時 4月17日(水)午前10時10分～
※百歳体操(午前9時30分～午前10時10分)終了後
- 場所 当センター 多目的ホール
- 講師 ざおう薬局 薬局長・エリア係長 岡本将之 氏
- 申込み 不要

共催：南山形地区福祉協力員連絡協議会



南山形地区 招魂祭

戦没者の霊を慰霊・顕彰するため、また地区発展を祈念し、平和の尊さを未来に継承していくため開催いたします。

日時 4月27日(木)午前10時より
会場 当センター 多目的ホール

主催 南山形地区社会福祉協議会

交通弱者に気配りで安全運転を

4月は道路に初心者マークの車や、大きいランドセルを背負った小学生が道路にでてきますので、ドライバーの皆さん交通ルールを守り安全運転につとめましょう。

また、飲酒運転やお酒運転は犯罪です。

山形地区交通安全協会南山形支部



南山形 みんなの広場

日時 4月21日(日)午前10時～午後2時

場所 当センター 多目的ホール

内容 パラリンピック競技体験

食&スイーツ ビーフシチュー・サフランライス・野菜スープ・チョコバナナ・チョコマシュマロ

申込 4月14日(日)まで090-4477-6753(難波)留守番電話かLINEへ

名前・年齢・電話番号をお伝えください。 LINE用二次元コード⇒

！重要事項！アレルギーのある方は、その旨をお知らせください。

活動の様子はInstagram : kodomono_no_mikata で検索

共催 南山形地域食堂を育む会

協力 JA南館・山形調理専門学校・東北文教大学ボランティア部



みなさ～ん！ラジオ体操に参加してみませんか！！

朝のリフレッシュ!! みなさんでラジオ体操をしませんか!いつでもおいでください。

とき 4月1日(月)～11月15日(金) 午前6時30分～6時40分

ところ 東海大山形高校サッカーグラウンド近くの河川敷公園

会費 300円

問合せ 南松原ラジオ体操愛好会 佐藤 栄一 (☎090-7074-4213)

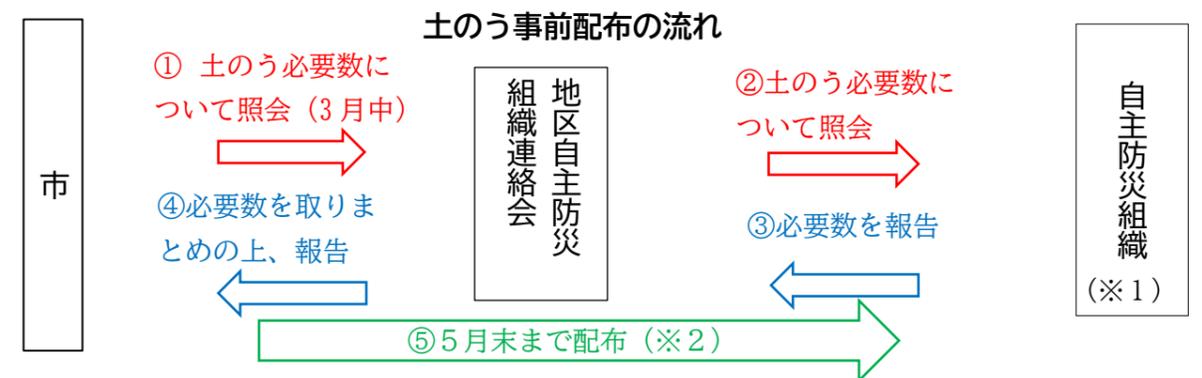


土のう事前配布について

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、自主防災組織へ配布しております。

お住まいの地区で、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。

お問合せ先：山形市防災対策課 (内線 380、381)



※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、町内会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。配布した土のうの回収は、市で行いません。