

9月10日(水)～16日(火)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。

【相談窓口】

・全国共通「こころの健康相談統一ダイヤル」 おこなおまもろうよこころ 電話 0570-064-556

山形県「心の健康相談ダイヤル」 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(土日祝日除く)



・その他の連絡先(山形市ホームページ)

メニュー > 健康・福祉 > 健康 > こころの健康 > こころの健康についての相談窓口

『こころの体温計』でこころの健康状態をチェックしよう
パソコンやスマートフォン、携帯電話で現在のこころの健康状態を把握するチェックシステムです。
自分の状態をチェックする「本人モード」や、家族の状態をチェックする「家族モード」など、6つのモードがあります。

◆山形市ホームページ

メニュー > 健康・福祉 > 健康 > こころの健康 > こころの健康チェック



【お問い合わせ】山形市保健所 精神保健係 616-7275 (平日・8:30～17:15)

冠水の走行注意

台風などで風雨による災害が多くなる季節です。

雨により土砂崩れ、側溝やアンダーパスに水が流れ通行止め等の車両制限がされます。

道路情報を的確に把握し安全に走行しましょう。

飲酒運転、あおり運転は犯罪です。

山形地区交通安全協会南山形支部

はらっぱ館より お知らせ

◇第38回みはらしの丘音楽会 9月14日(日) 前売り券発売中!

◇みはらしクラフトミュージアム 9月20日(土) 11:00～16:00

◇スケールモデルの世界 APモデラーズ2025 9月28日(日)～11月3日(月)

◇第19回やまがた馬まつり 9月28日(日) 9:30～15:00

お問合せ ☎674-0510

子育てサロン

9月10日(水)

10:15～12:00

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

9月24日はお休みです

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

9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7年 9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

コミセン共催事業 地域健康づくり講座

人生100年時代

楽しみは
これからだ!

自分の人生は自分で選ぶ! 創る! ～フレイル予防編～

日時 9月17日(水) 10:10～ ※百歳体操(9:30～10:10)終了後

場所 当センター 多目的ホール

講師 明治安田生命 総務課長 野村 利香氏

申込み 不要

共催: 南山形地区福祉協力員連絡協議会

コミセン共催事業 (主催: 南山形地区食生活改善推進協議会)

地産地消・郷土料理 参加者募集

日時 9月18日(木) 10:00～12:00

場所 当センター 調理室

メニュー ★オクラごはん

★鶏肉のきのこソース ★セロリのポタージュ

定員 山形市内在住の方 先着6名

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・食器用ふきん(1枚)

参加費 500円 ※当日、おつりのないようにご持参ください

申し込み 9月12日(金) 17:00まで 当センターへ (TEL 023-688-2001)



地産地消

地区・コミセン行事予定

9月 4日(木) ヘルシークッキング(当センター)

9月 5日・19日(金) 疲労回復ヨガ講座(当センター)

9月 9日(火) どんなときでもいきいき生活講座(当センター)

9月10日(水) 南山形子育てサロン(当センター)

9月15日(月) 長寿を祝う会(当センター)

9月17日(水) 地域健康づくり講座(当センター)

9月18日(木) 地産地消・郷土料理講座(当センター)

9月24日(水)・25(木) 蔵王地区健診(当センター)

9月26日(金)・29日(月)・30日(火) 南山形地区健診(当センター)

9月28日(日) 第13回南山形ニュースポーツ交流大会(南山形小学校)



コミセン共催事業

どんなときでもいきいき生活講座 第3回：五感で味わう若返りごはん

見る・嗅ぐ・触れる・聴く・味わうで、最高の一口に！

日時：9月9日（火）10：00～11：30

場所：当センター 研修室1・2

講師：一般財団法人「ゆにしあ」管理栄養士 池田 百合子 氏

内容：講話 ※調理無しの座学になります

定員：25名 ※南山形地区在住の方に限らせていただきます

参加費：無料

申込：当センターへ 電話688-2001

主催：南山形地区社会福祉協議会

—この事業は赤い羽根共同募金の配分を受けています



コミセン共催事業

第13回南山形 ニュースポーツ交流大会

開催日 9月28日（日）8：30 開会

場所 南山形小学校 グラウンド・体育館

種目 グラウンドゴルフ・ポッチャ・ガラッキー

対象 地区の方ならどなたでも

申込 自治会を通してお申し込みください

取りまとめたものを南山形コミセンへ9月9日（火）まで提出してください

※南山形グラウンドゴルフ愛好会所属の方は、会を通してお申し込みください

グラウンドゴルフの上位6名は南山形地区代表として、山形市民スポーツフェスタに出場できます！

共催 南山形スポーツ振興会



第43回南山形地区文化祭 出演者及び出品者大募集中！

あなたの歌声や作品を披露してみませんか。グループ、地域のサークルに入っていない個人の方でもどなたでもOKです。みなさんからのご応募お待ちしております。

<展示作品出品> 10月25日（土）26日（日） 絵画・写真・書道・短歌・手芸など

<地域交流演芸出演> 10月26日（日） 歌謡曲・民謡・踊りなど

申し込み締め切り9月19日（金）【厳守】コミュニティセンター窓口へ
コミセン窓口に申込書がございますので、詳しい内容は申込書をご覧ください。

コミセン敷地内除草作業を行いました

8月3日（日）、サークル連絡協議会と地区自治会の皆様よりコミセン敷地内の除草作業をしていただき、敷地内が大変きれいになりました。

暑い中ご協力頂いた皆さん、ありがとうございました。お疲れさまでした。



第23回 南山形みんなの広場

日時 9月21日（第3日曜日）時間は下記の公式LINEにてお知らせします
場所 当センター 多目的ホール
内容 芋煮会
昼食 芋煮・カレーうどん
申込 9月16日（火）までに、下記LINEか080-5848-6404（代表 難波）へ名前・年齢・電話番号をお伝えください。（不在の際は留守番電話に入れてください）
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：kodomonono_no_mikata で検索

共催 南山形地域食堂を育む会

協力 山形県立保健医療大学/JA やまがたおいしさ直売所 南館店/東北文教大学/ヨークベニマル成沢店
山形県立山辺高等学校（令和7年度やまがた社会貢献基金協働助成事業）

山形まるごと市を開催します

「山形まるごと市」は蔵王・山寺・高瀬・西蔵王で山形のおいしいものをまるごと販売いたします。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。

2025年9月の開催場所はこちら

●道の駅やまがた蔵王 ●蔵王温泉会場 ●山寺会場 ●西蔵王会場

●高瀬第1会場 ●高瀬第2会場

詳しい場所・日程・開催時間については、山形市公式ホームページをご覧ください ⇒

問 観光戦略課内同実行委員会

TEL 山形市役所 644-1212（内線677）



山形市青少年健全育成講演会

「現代思春期の人間関係 ～つながり孤独とは何か？～」

- ◆開催日 令和7年10月31日（金）
- ◆時間 午後6時～午後7時50分（受付開始：午後5時30分）
- ◆場所 山形国際交流プラザ（山形ビッグウイング）2階 大会議室
- ◆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
- ◆申込期間 9月1日（月）9：00から
- ◆受付締切 10月17日（金）
- ◆申込方法 市公式ホームページまたは電話よりお申込ください。
※電話でのお申込みは、土日・祭日を除く9：00～17：15
- ◆その他 万が一、変更もしくは中止になる場合は山形市公式ホームページでお知らせします。
- ◆問合せ先 社会教育青少年課 青少年係
TEL：023-641-1212 内線618・619 FAX：023-624-8443
E-mail：shakyo@city.yamagata-yamagata.lg.jp

