

～歴史と文化の里 もとさわ～

令和6年3月号

本沢コミセンだより



〒990-2363 山形市大字長谷堂1070-1 TEL:688-2310 FAX:688-7463

URL <http://www.yamagata-community.jp/~motosawa/> 発行：山形市本沢コミュニティセンター運営協議会

令和5年度コミセン事業へ ご参加ありがとうございました。

今年度は、地域の皆様方から多数ご参加していただき、ありがとうございました。
来年度も、興味を持たれるコミセン事業を計画致しますので、多数ご参加していただきたいと思
います。

けん玉教室

だんご刺し体験教室



柏餅作り講座

城山太鼓体験会

文化祭

クレイクラフト講座

城山開き・ヨガ教室・等

冬から春の寄せ植え講座

施設見学会

味噌作り講座

バドミントン卓球大会・グランドゴルフ大会

令和6年度 第7回城山山開き

～“やまがた愛の武将隊”が今年もやってくる!～

日時:令和6年4月14日(日) 8時30分集合

会場:八幡崎口広場 9時から山開き

参加費:無料

開催行事:安全祈願祭・愛の武将隊の演武・長谷堂城山太鼓演奏

・花火打上げ(8時、9時頃)・城山登山(ガイド付き)

・玉こんにゃく無料配布等

申込み:ボランティアガイドの説明付き城山一周コース(2時間)

に参加される方は4月5日(金)まで本沢コミセンへ

お申し込みをお願いします。

※当日朝に体温を測定し、体調の悪い方は参加を
ご遠慮ください。

主催:本沢地区自治会



子育ておしゃべりサロン

日時:3月11日(月) AM 9:30~11:30

場所:本沢コミュニティセンター ホール

対象:0歳から就学前の子どもさんと日中一緒に
過ごしている方、どなたでもご参加ください

持ち物:水分補給のための飲み物をご持参ください

※山形市在住の方

～ おしゃべり・情報交換・お別れ会 ～



主催:本沢地区社会福祉協議会



令和6年度『春の一斉清掃』の実施について

実施日時 令和6年4月14日(日)午前6時~午前7時

- 集めたごみは、分別区分ごと「ボランティア袋」に入れ各地域の収集曜日に、決められた時間内にごみ集積所に出してください。
- 市道側溝の土砂上げを実施する場合、麻袋に入れる土砂の量は5割程度とし、収集車(4+車)が入れる場所で見つけやすく、かつ収集しやすい場所にまとめて置いてください。

山形市環境部ごみ減量推進課 TEL 641-1212 (内線694~696)

ヨガ教室

日時:3月16日(土)19:00~20:00

場所:本沢コミュニティセンター ホール

持ち物:ヨガマットは各自持参・マスク・タオル

参加費:無料

申込み:3月8日(金)まで 本沢コミュニティセンターへ ☎688-2310

※本沢地区に居住もしくは勤務している方に限る

主催:本沢地区体育振興会

共催:本沢コミュニティセンター運営協議会



募集中！ 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。

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

講座受講生募集中

～運動普及推進員養成講座 5月下旬開講予定～
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
山形市保健所健康増進課 電話 616-7271

出前駐在所

困りごと・生活安全に関すること、
振込詐欺などお気軽にご相談ください。

◇日時：3月11日(月) 11時00分～12時00分
◇場所：本沢コミュニティセンター（多目的ルーム）

蔵王駅西駐在所 ☎ 688-2027



市役所 窓口延長・臨時開庁のお知らせ

引っ越しシーズンである3月末から4月頭にかけて、
下記の通り、窓口の時間延長と臨時開庁を行います。

平日 窓口延長	
3月25日(月) ～4月5日(金)	
開庁時間：午前8時30分～午後7時	

日曜日 窓口開設	
3月24日(日) 3月31日(日)	
開庁時間：午前8時30分～午後5時	

実施窓口

	対応窓口	窓口番号
1階	市民課	1～6番
	国民健康保険課	7～9番
	保育育成課	11番

	対応窓口	窓口番号
2階	子ども家庭支援課	10番
	資産税課	23番
	介護保険課	26番
	障がい福祉課	28番

※他市区町村等に確認を要する届出、転出証明書の代わりにマイナンバーカード等を用いた転入届、マイナンバーカードの各種電子証明書手続き及び交付は平日午前8時30分～午後5時までの取り扱いとなります。

※各公民館、各地区コミュニティセンターでは、異動の届出は一切受付を行っていません。

○転出届は郵送や、オンラインでの手続きが可能です。

市外への引っ越しに必要な転出届は、郵送や、オンライン（マイナポータルを利用）でも届出できます。
引っ越しシーズンは窓口の混雑が予想されるため、積極的にご活用ください。

○住所異動や証明書交付について、「書かない窓口」が始まりました

令和6年1月より住所異動や証明書請求受付において、証明書や申請書の記入が不要になりました。
職員がお客さまからの聞き取りで作成した届出書に、署名をするだけで手続きが完了します。

○届出人の本人確認について

各種届出や申請の際、窓口にて必ず本人確認を行います。
マイナンバーカード、運転免許証、パスポート等をご持参ください。

○インターネットで窓口の混み具合がわかります。

市ホームページで、市民課窓口の待ち時間が確認できます。



【山形市 待ち時間確認ページ】

問い合わせ先：山形市役所 市民課 Tel 023-641-1212（内線345）

さわやか体操教室のご案内



こんな方にオススメ！
・いつまでも健康で若々しくいたい！
・何か運動をしたい！
・運動は苦手だけど、身体を動かしたい！



日時：3月13日(水)10:00～11:30

場所：本沢コミュニティセンター ホール

持ち物：タオル・室内用運動靴・水分補給の飲み物・マスク着用

参加費：無料《ご自宅で体温測定をお願いします。》

申込み：《申込み不要！直接コミセンにお越しください》

★ストレッチ体操や、音楽に合わせたリズム体操、タオル体操など、一緒に楽しみませんか？

※マスク着用は、感染状況等に応じて変更有。

山形市健康づくり運動普及推進協議会2ブロック

春休み子ども学習会



小学生のみなさん！春休みに、高校生の方々と楽しく学習しましょう。

課題に取り組んだり、得意なことを伸ばし苦手なことを乗り越えたりするチャンスです！！

【いつ・どこで】 ■3月27日(水) 午前9:30～11:30 中央公民館 4階大会議室
■3月28日(木) 午前9:30～11:30 中央公民館 4階大会議室

【だれが・対象】 山形市内の小学生

【教えてくれる人】 山形北高等学校ボランティアエンジェルのみなさん

【持ち物】 自主勉強の教材、春休みの課題、筆記用具、飲み物 など

【申し込み】 ～3月19日(火)までに

※ただし、各日先着50名で締め切ります

市ホームページの申込みフォームから

(二次元コードをご活用ください)。

<https://www.city.yamagata-yamagata.lg.jp/kosodatekyoiku/shakaikyoku/1006733/1012675.html>

【お願い】

○送迎等につきましては、保護者様の責任でお願いいたします。

○中央公民館には無料駐車場はありません。また、自転車でお越しの際は、済生館の駐輪場をご利用ください。

山形市教育委員会 社会教育青少年課社会教育係電話 641-1212 内線459

