

発行：高瀬コミュニティセンター
〒990-2232
山形市大字下東山 1360 番地
高瀬紅花ふれあいセンター内
TEL 023(686)3341 FAX 023(687)2076



【高瀬コミュニティセンター主催事業のご案内】



美味しいコーヒー講座



ご自身で丁寧に煎れたコーヒーと素敵なスイーツでちょっと贅沢なひとときを過ごしてみませんか？
焙煎の仕方や淹れ方でコーヒーの味は驚くほど変わります。香りやコクの違いを体験しながら、自分だけの『美味しい一杯』を見つけてみましょう。今回はシティーロースト(中煎り)とフレンチロースト(深煎り)を飲み比べ、それぞれの個性を体験します。フレンチローストはアイスコーヒーとして味わうこともできます。初心者の方でも優しくご指導いたします。どうぞお気軽にご参加ください！

日 時 9月29日(火) 10:00～12:00
場 所 高瀬紅花ふれあいセンター
参加費 500円
講 師 珈房たかせ 鍵水房男氏 鍵水章雄氏
持 物 エプロン・バンダナ・お手拭きタオル
定 員 15名(先着順)
お申込 高瀬紅花ふれあいセンター ☎023-686-3341

～コーヒーの味わいをより引き立てるチョコレートと共に楽しみましょう～



【高瀬コミセン事業報告】 ～自然観察会とスポーツチャンバラ教室が開催されました～

自分で捕まえた魚を焼いて食べたり、流しそうめんやかき氷で高瀬の夏を満喫！



自然観察会

小太刀を使い真剣勝負！
白熱した戦いが繰り広げられました！



スポーツチャンバラ教室

省エネ高効率設備導入事業費補助金(令和8年度 第2弾)

省エネ性能の高い高効率設備の導入・更新を行う市民・事業者に対して補助金を支給し、省エネルギー化の取組を推進します。

補助対象 市民・市内の事業者
受付期間 令和8年9月1日～9月18日
※応募多数の場合は抽選となります。

詳しい要件等は、山形市公式ホームページをご覧ください。



補助内容

対象	対象設備	要件			補助率	上限
市民	高効率エアコン	1申請者当たり 1区分のみ	1区分につき 1台まで	30%以上の省 Co ₂ 効果が得られるもの	1/2	12 万円
	地中熱利用エアコン					20 万円
	高効率給湯機器		複数台申請可	調光制御型 LED		18 万円
	高効率照明機器					4 万円
事業者	高効率エアコン	1申請者当たり 1区分のみ	1区分につき 1台まで	30%以上の省 Co ₂ 効果が得られるもの	1/2	50 万円
	地中熱利用エアコン					50 万円
	高効率給湯機器		複数台申請可	調光制御型 LED		50 万円
	高効率照明機器					50 万円

【お問合せ 山形市環境課 ☎023-641-1212(内線682)】

紅葉 東山三十三カ所めぐり～第四弾～

昨年の第三弾に続き、今年も開催します！第四弾は休石地区を巡ります。
秋の景色を散策しながら、高瀬の歴史に触れてみませんか？

日 時 10月3日(土) 9時15分集合(高瀬紅花ふれあいセンター)、9時30分出発
行 程 休石万年堂→休石八幡堂→休石観音堂→休石萬徳寺→玉ヶ入さいとう地蔵
(順番は前後する場合があります)

参加費 無料
持ち物 筆記用具・飲み物・雨具など(歩きやすい服装でご参加ください)
案 内 お通り沢保存会
お申込 高瀬紅花ふれあいセンター ☎023-686-3341 まで

次の第五弾は 10月24日(土)切畑地区になります。詳細は後ほどご連絡します！お楽しみに！



みんなで楽しく筋力アップ！
いきいき百歳体操

9月2・9・16・30日

(毎週水曜日)10時～11時 23日はお休みです。

会場 高瀬紅花ふれあいセンター 多目的ホール

持ち物 内履き、タオル、飲み物など

事前予約不要です。お気軽にご参加ください！

【地域包括支援センター大森 ☎685-1224】

みんなあつまれ！子育ておしゃべりサロン

「赤ちゃんから始める足育て」

～今すぐできる足のケア～

9月15日(火)10時より

高瀬紅花ふれあいセンター研修室 多目的ホール

持ち物 家で使っている爪切りやはさみ はいている靴

【高瀬地区社会福祉協議会】

暮らしの中の困りごと
山形市一日合同行政相談所

相談無料
秘密厳守

例えば、こんな困りごとはありませんか？

- ✓ 家や土地の名義変更どうやるの？
- ✓ 隣地との境界が分からない
- ✓ 相続登記の義務化ってどうしたらいい？
- ✓ 相続税や贈与税はどれぐらいかかる？
- ✓ 年金の手続がなかなか進まない
- ✓ どこに相談したらよいか分からない

日時 10月13日(火) 13時30分～15時30分

場所 山形市役所 11階 大会議室

予約 予約期間：10月1日(木)～7日(水)
☎023-632-3113 (平日9時～16時45分)

主催：総務省山形行政監視行政相談センター



9月10日(木)～16日(水)は「自殺予防週間」です

相談窓口

全国共通 「こころの健康相談統一ダイヤル」 ☎0570-064-556

山形県 「心の健康相談ダイヤル」 ☎023-631-7060

開設期間 9月10日(木)～16日(水) 午前9時～午後5時(土日祝日も相談可能)

上記期間以外は、午前9時～12時、午後1時～5時まで(土日祝日除く)

その他の連絡先(山形市ホームページ) ▶



『こころの体温系』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様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 ▶



【お問合せ 山形市健康増進課 こころの健康係 ☎023-616-7275】
(平日・午前8時30分～午後5時15分)

令和8年度

期間 9月21日(月)～9月30日(水)10日間

秋の交通安全県民運動

9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。
交通ルールを守りましょう！！

【防災安全部・防犯協会高瀬支部・地域交通安全活動推進委員会】



いきいき生活運動講座

開催日 ① 9月30日(水) 体力測定・運動実践

②10月14日(水) 栄養講座・運動実践

③10月28日(水) 口腔機能向上講話・運動実践

④11月11日(水) 認知症予防講話・運動実践

⑤11月25日(水) 体力測定・運動実践

時間 午後2時～午後3時30分(会場 午後1時30分)

対象 全ての日程に参加可能なおおむね75歳以上の方 先着20名

会場 江南公民館 3階 軽運動室

費用 無料

持ち物 筆記用具、飲み物(水またはお茶)、運動しやすい服装、靴

申込み・問い合わせ 9月7日(月)から電話(664-1207)で【一般社団法人山形県作業療法士会】へ
(受付は月・水・金曜日の午前9時～午後4時)



【山寺コミュニティセンター主催事業】

面白山紅葉川溪谷トレッキング



日時 10月18日(日) 午前9時 面白山高原駅前集合

コース 面白山高原駅 → 溪谷入口 → 千太滝 → 絹糸の滝 → 藤花の滝
→ 面白山高原駅(昼食) → 解散(12:45)

対象 小学3年生～75歳の方 50人(応募多数の場合は、抽選となります。)

参加費 600円(芋煮代)

持ち物 昼食・飲み物・雨具

服装 山歩きに適した服装・トレッキングシューズ・帽子・手袋を着用ください

申込方法 はがき、Eメール(yamadera@mmy.ne.jp)にて山寺コミセンへ
(電話申し込み不可) 申込み切後、結果を通知します。



「山形市健康ポイント事業 SUKSK 対象事業 500ポイントたまります」