

2019 | 平成31年



なんよう

菊とぶどうといで湯の里

2.16

No.1242

働くことに誇りをもって、豊かなまちをつくります。(市民憲章)

【議会议院（国会議事堂）】



【独立を記念した門】



【聖マイケルキリスト教会】



【楽器「スティーレルパン」】

ホストタウン シンポジウム

本市では、カリブ海のバルバドス国をパートナーに
ホストタウン推進事業を実施しています。
バルバドス国の関係者をお迎えしてシンポジウムを開催します。
～あなたもバルバドスを感じてみませんか～

■日時

2月25日(月)

午後3時～5時15分
(受付：午後2時30分～)

参加無料

■場所 シェルターなんようホール
(市文化会館) 小ホール

■対象 バルバドスに興味関心がある方なら
どなたでもご参加いただけます

■申込締切 2月21日(木)

参加希望の方は電話で申し込みください

◆内容

【アトラクション】

▽「スティーレルパンの演奏」

ドラム缶から作られた音階のある打楽器で、独特の響きを持った音色が特徴です。カリブ海最南端の島国トリニダード・トバゴ共和国で発明されました。

【講演会】

▽演題「バルバドス - 歴史と現在 -」

▽講師 品田光彦氏

(駐バルバドス日本国特命全権大使)

バルバドスと南陽市をつなぐ架け橋になっていただいています。



【パネルディスカッション】

▽テーマ「バルバドスについて」

アドバイザー＝品田光彦氏

パネラー＝バルバドスのアスリート、スティーレルパン演者、ドーン国際交流員

コーディネーター＝伊藤こず恵氏(フリーアナウンサー)



ご理解とご協力をお願いします

全国一斉情報伝達訓練を実施します

☎総合防災課管理係 (☎40-0264)

緊急時において迅速かつ確実な情報伝達ができるように全国瞬時警報システム（Jアラート）の全国一斉情報伝達訓練を実施します。

◆日時 2月20日(水) 午前11時

◆内容 市内72箇所に設置している防災行政無線の屋外拡声子局（スピーカー）および公共施設等に設置している戸別受信機から、訓練放送があります



置賜定住自立圏共生ビジョン（案）パブリックコメント 皆さんのご意見をお寄せください

☎みらい戦略課企画調整係 (☎40-0248)

南陽市を含む置賜3市5町は、米沢市を中心市として置賜圏域全体の活性化を目指し、定住自立圏構想を進めています。その具体的取組などを記載する「置賜定住自立圏共生ビジョン（案）」に関する圏域の住民の皆さんのご意見を募集します。



◆募集期間 2月20日(水)～3月11日(月)

◆計画の閲覧場所

▽市ホームページ (http://www.city.nanyo.yamagata.jp/teijujiritu/2707)

▽南陽市みらい戦略課（市役所3階）

◆意見を提出できる方

▽圏域内に住んでいる方

▽圏域内に通勤・通学している方

▽利害関係のある方

【市HP】



◆提出方法 任意様式に①ご意見②住所③氏名④電話番号を記入のうえ、直接持参、郵送、FAX、電子メール、電子申請のいずれかの方法で提出ください

◆提出先 米沢市役所総合政策課

▽住所 〒992-8501 米沢市金池五丁目2-25

▽☎seisaku-ka@city.yonezawa.yamagata.jp

▽FAX☎-4540

▽電子申請 (http://www.city.yonezawa.yamagata.jp/1535.html)

【メール】



【電子申請】



国民年金保険料の納付は前納がお得です

納付方法によって割引額が変わります

☎・☎米沢年金事務所 (☎22-4220)

国民年金保険料をまとめて納付（前納）すると割引が受けられます。また、「早割※1」（毎月納付）もお得です。
※1【早割】＝納付期限に合わせ振替で納付する通常の口座振替とは違い、納付期限の1か月前に振替で納付する方法です。

◆対象 ▽前納を希望する方

▽既に前納している方で納付方法等を変更する方

◆申込先

▽納付書・クレジットカード払いの方＝米沢年金事務所

▽口座振替の方＝米沢年金事務所または金融機関窓口（ゆうちょ銀行含む）

口座振替の方は事務処理に日数を要しますので、早めに申し込みください。口座振替依頼書は日本年金機構のHPからダウンロードできます。



【（予定）平成31年度（平成31年4月～平成32年3月）の前納した場合の納付額と割引額（定額保険料1か月16,410円）】

支払区分	①毎月納付した場合の額	納付方法※2	②前納額	割引額(①-②)	納付時期	申込期限
前納	2か年分 (4月～翌々年3月分)	【納】・【ク】	380,880円	14,520円	4月末	【納】 4月中
		【口】	379,640円	15,760円		
	1か年分 (4月～翌年3月分)	【納】・【ク】	193,420円	3,500円		
		【口】	192,790円	4,130円		
上期6か月分 (4月～9月分)	98,460円 (16,410円×6か月)	【納】・【ク】	97,660円	800円	10月末	【ク】・【口】 2月末
		【口】	97,340円	1,120円		
下期6か月分 (10月～翌年3月分)		【納】・【ク】	97,660円	800円		
		【口】	97,340円	1,120円		
早割	毎月納付	【口】のみ	月額16,360円	月々50円 年間600円	納付期限 の前月末	随時

※2 納付方法 【納】＝納付書（現金納付）【ク】＝クレジットカード 【口】＝口座振替

第10回市防火標語 入賞作品を紹介します

たくさんのご応募ありがとうございました

☎南陽消防署 (☎43-3500)

- ◆最優秀賞 濱谷 小粋 (宮内中2年) もう一度 火災防止の 再確認
- ◆優秀賞 千野 聖紗貴 (沖郷中2年) 消したよね 決めつけしないで 再確認
- ◆佳作 鈴木 瑠衣 (宮内中2年) 振り向いて 指差しチヤク 忘れずに
- ◆佳作 大滝 駿 (沖郷中2年) 指差して 火の元確認 もう一度
- 【中学生の部】(応募237作品)
- ◆最優秀賞 大久保 寧音 (沖郷小4年) その火事で 思い出すすべてが 消えていく
- ◆優秀賞 奥出 陽介 (沖郷小4年) 火の元に 気くばり目くばり 注意する
- ◆佳作 二瓶 悠里 (沖郷小4年) 火の用心 家族みんなの 合い言葉
- ◆佳作 板垣 優菜 (宮内小4年) 火の用心 みんなで守る ところがけ

市内の小学校4年生、中学校2年生を対象に防火標語を募集した結果、492点の応募があり、次のとおり入賞作品が選ばれました。(敬称略)

市税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の 休日相談・納付窓口を開設します

☎税務課収納係 (☎40-0263)

事情により市税等の納付が 難しい方のご相談をお受けします

◆期日 2月24日(日)

◆時間 午前9時～正午

◆持ち物 印鑑（認め印）



※納税証明書等の発行はできませんのでご注意ください。
※本人確認ができないため、電話相談には応じていません。

■税金、保険料の納め忘れありませんか

未納額が増えれば納税しにくくなり、また未納期間が長くなるほど延滞金が加算されるため負担がますます大きくなります。納め忘れがないかご確認ください。

【納期限が過ぎているもの】

- ▷軽自動車税▷市県民税、固定資産税（第4期まで）
- ▷国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料（第7期まで）

※納付書や督促状等を無くした方は、税務課で納付書の再発行を受けてください。

日々雇用職員・嘱託職員を募集します

☎・☎給食センター＝管理課管理係 (☎40-8449) 市立図書館＝社会教育課 (☎40-8995)

募集内容	給食センター日々雇用職員	市立図書館嘱託職員（一般事務）
業務内容	給食センター調理補助	市立図書館管理運営業務補助
雇用期間	4月9日～翌年2月28日	4月1日から1年間
募集人数	若干名	1人
応募資格	市内在住で健康な方（資格優遇あり）	市内在住の本が好きな方で、パソコン操作（ワード・エクセル等）ができる方
勤務時間	月～金曜日の週35時間（土・日曜日、祝日、夏季・冬季休暇を除く）	週5日（土・日曜日、祝日勤務あり）
賃金	市日々雇用職員取扱規程による	市非常勤嘱託職員取扱規程による
社会保険	あり	あり
申込方法	市販の履歴書に必要事項を記入し、写真を貼付して申し込み（締切日必着、郵送可）	
申込締切	2月28日(木)	2月26日(火)
選考方法	面接（日時は後日通知） ※応募者多数の場合、書類審査を行います。	書類審査、面接（日時は後日通知）
問合せ・申込先	管理課管理係 (☎40-8449)	社会教育課 (☎40-8995)

お知らせ

市議会3月定例会が開催されます

月日	曜日	日程
3.4	(月)	本会議 開会
3.5	(火)	予算特別委員会
3.6	(水)	総務常任委員会
3.7	(木)	文教厚生常任委員会
3.8	(金)	産業建設常任委員会
3.9	(土)	一般質問
3.10	(日)	一般質問
3.11	(月)	一般質問
3.12	(火)	一般質問
3.13	(水)	一般質問
3.14	(木)	一般質問
3.15	(金)	予算特別委員会
3.16	(土)	予算特別委員会
3.17	(日)	本会議 閉会

2月24日天皇陛下の御即位30年をお祝いする記帳所を設置します

県議会議員選挙 立候補予定者等説明会

4月7日(日)執行予定の県議会議員選挙(南陽市選挙区)の立候補予定者・出納責任者説明会を開催します。

書き損じはがきの回収にご協力を

発展途上国の学校・幼稚園や身寄りのない子どもたち等の支援施設に文房具等を届けたい活動に役立てられます。

回収受付 随時
回収方法 福祉課9番窓口にお持ちください
【回収できないもの】
宛先不明で返されたもの
宛先住所や氏名が塗りつぶされている年賀状

▽受け取った年賀はがき
◆事業実施団体 県高等学校青少年赤十字連絡協議会(事務局 日本赤十字社山形県支部) ☎・☎福祉課社会係(☎40-1639)

募集

公衆浴場に設置する飲料用自動販売機設置事業者

◆設置場所 公衆浴場「赤湯元湯」内の1・3㎡
◆申込方法 市印に掲載されている募集要項を確認し、必要書類を準備のうえ左記の窓口に直接申し込み
◆申込締切 3月1日(金)
◆受付時間 平日の午前9時～午後4時
☎・☎財政課管財係(☎40-0254)

自衛官等採用試験

◆募集種目 ▽①自衛官候補生▽②予備自衛官候補生
◆応募資格 ▽①18歳以上33歳未満の男女▽②18歳以上34歳未満の男女
◆申込締切 ▽①3月5日(火)▽②4月12日(金)

◆試験日 ▽①3月9日(土)▽②4月下旬
◆試験会場 陸上自衛隊神町駐屯地(東根市)
☎自衛隊米沢地域事務所(☎23-0011)

男女共同参画週間 キヤッチフレーズ

◆募集テーマ 「学び」を通じて、男性も女性も、ひとりひとりが、多様なライフキャリアの形成と選択ができる社会の実現に向けたキヤッチフレーズ
◆応募資格 どなたでも
◆応募方法 男女共同参画局HP (http://www.gender.go.jp/public/week/week.html) から応募
◆応募締切 2月28日(木)
※未発表の自作のものに限る。
☎内閣府男女共同参画局総務課「キヤッチフレーズ募集係」(☎03-5253-2111)

市連合婦人会員

健やかな地域社会を目指して元気に楽しく活動する女性の会に参加してみませんか。入会希望の方は、各地区担当役員に連絡してください。
▽宮内・金山・漆山・梨郷

板垣致江子(☎47-4521)▽吉野伊藤ひろ子(☎41-2180)▽赤湯・中川・沖郷・長岡幸子(☎40-2680)☎社会教育課結婚推進係(☎40-8997)

やまがた被害者支援活動員

犯罪や事故の被害者等を支援するボランティア支援活動員を募集します。
◆応募資格 25歳以上の方
◆活動内容 ▽電話相談(月2回程度、平日午前10時～午後4時)▽直接支援(裁判、病院等への付き添い等)
◆定員 10人
◆申込方法 左記に電話連絡し申込書を請求ください
◆申込期間 3月1日(金)～4月15日(月)
☎・☎(公社)やまがた被害者支援センター(☎023-642-3571)

南陽ハーモニカ愛好会

音色を楽しみながら呼吸器の活性化を図りませんか。
◆活動日時 毎週水曜日の午前9時30分～11時30分
◆場所 ワトワセンター南陽・沖郷公民館(防犯センター)
◆参加料 1000円/月
☎・☎(舟山)☎47-7051

相談

借金返済に関する相談窓口

東北財務局山形財務事務所では、借金返済でお困りの方の相談窓口を開設しています。相談員が状況等をお伺いし、必要に応じて、弁護士等の専門家に引き継ぎます。
◆相談専用電話 ☎023-641-5201

◆場所 山形財務事務所
◆受付日時 平日午前8時30分～正午、午後1時～4時30分
※相談は秘密厳守、無料です。
☎山形財務事務所理財課(☎023-641-5178)

国民健康保険からのお知らせ

「おくすり手帳」を活用していますか
薬は飲み合わせによっては副作用も心配されます。病院や薬局に行ったときは、おくすり手帳を医師や薬剤師に必ず提示しましょう。
「まごわやさしい」で食生活から健康に!
バランスの良い食事は健康の源です。「まごわやさしい」を毎日の食事に取り入れ、食事から健康になりましょう。
☎すこやか子育て課国保医療係(☎40-1692)



- ま め類(豆腐、納豆等)
- ご ま・ナッツ類
- わ かめ等の海藻類
- や さい
- さ かな類
- し いたけ等のキノコ類
- い も類(ジャガイモ等)

介護予防の基礎知識 Vol.70

毎日実践! 冬こそ足腰をきたえましょう

高齢になると筋力やバランス能力の低下、骨や関節の病気等で転倒や骨折の危険が高まります。特に冬は外出が減り運動不足になりがちです。足腰の筋力維持のため、寒い冬こそ意識して体を動かすことを心掛けましょう。

室内でもできる運動

- つま先立ち(足首とふくらはぎの運動)
- ①両足を軽く開き、いす等をつかんで少し離れて立つ。
 - ②1. 2. 3. 4でつま先を軸にゆっくりとかかとを上げ、1. 2. 3. 4でかかとを下げて元の姿勢に戻る。
 - ③かかとの上げ下ろしで1回とし、5～10回行いましょう。
- 片足立ち(バランス能力と筋力アップ)
- ①支えが必要な方は必ずいすや机等に手をつき、床に足が着かない程度に片足を上げる。
 - ②左右1分間、1日3回をめどに行いましょう。



【運動のポイント】

- ▽運動前は準備体操をする
- ▽ゆったりとした気持ちで、呼吸を止めないで行う
- ▽慣れてきたら回数を増やす
- ▽最初からがんばりすぎない
- ☎地域包括支援センター(☎40-1646)

地域包括支援センター 3月の介護予防情報

◆相談など(☎地域包括支援センター(☎40-1646))

名称	場所	期日	時間	予約	参加料	備考
もの忘れ相談	市役所201会議室	14(木)	9:30~13:00	×	無料	※相談は受付順です。
介護学習会	市役所202会議室	22(金)	13:30~14:30	×	無料	【テーマ】「寝たきり予防体操」

◆予防運動など(65歳以上の方対象)

名称	場所	期日	時間	予約	参加料	問合せ・申込み先、備考
はつらつくらぶ	老人 いこいの家	13(水)、20(水)	10:00~15:30	○	430円	社会福祉協議会(☎43-5888) ※昼食代は実費、材料費一部負担あり。 ※会場の都合により、先着順となります。
		28(木)		○		
てんとむし	沖郷公民館(防災センター)	14(木)	12:40~14:00	○	無料	
やじろべえ(予防体操)		毎週火曜日	9:30~10:30、11:00~12:00	○	1,000円/月	
健康ヨーガ教室	中川公民館 漆山公民館	12(火)	13:00~14:00	×	無料	接骨師会健康サポート事業所(☎40-2776)
わくわく健康教室		25(月)				
趣味のいきがい教室	太陽の里ふたば	19(火)	13:00~14:00	○	700円程度	太陽の里ふたば(☎59-4333) ※予約は各回の前日正午まで。【持ち物】水分補給用の飲み物
		元気運動				
るーむ花	花工房	毎週水曜日	10:00~12:00	×	実費	花工房(☎43-3364) ※水・木が祝日の場合は休み。
		趣味のソーイング教室		毎週木曜日	材料代	

市長のNo.12 コラム



南陽市長 白岩孝夫

役職に向き合う覚悟

防災について、山形県市長会を代表して全国組織の役割を担っています。

全国815の市長(特別区の区長を含む)による全国市長会という団体があります。

そのなかに防災対策特別委員会が昨年設置されました。

6月の大坂北部地震や7月の西日本豪雨災害を受けて、防災対策や連携協力のあり方を審議するためです。

本来、各都道府県の市長会の会長などが、この委員会の委員になります。山形県でいえば、県市長会の会長である土田正剛東根市長です。

しかし、山形県市長会においては、南陽市長が県を代表してこの委員に就いています。

なぜなら、土田市長から「防災は南陽市長」と推薦されたからです。

当然ながら極めて重い責務の役職です。これまで3回にわたる委員会が東京で開催され、すべて出席し、発言も行ってきました。

本市を代表し、本県を代表する以上、与えられた職務を全力で果たす努力が、私がすべきことと思っています。

3月 暮らしの相談

健康相談

■温泉健康相談
▽日時 12日(火)午後1時30分～3時30分
▽場所 ハイジアパーク南陽
☎すこやか子育て課すこやか係(☎40-1691)

■心の健康相談(要予約)
▽日時 20日(水)午前9時30分
▽場所 置賜総合支庁
☎・☎置賜保健所(☎22-3015)

消費生活に関する相談

■市民課生活係(☎40-8255)
▽日時 平日午前8時30分～午後4時30分

■置賜消費生活センター(☎24-0999)
▽日時 平日午前9時～午後5時

無料法律相談(予約不要・受付順)

▽日時 4日(月)・18日(月)午前9時～午後1時
▽場所 市民相談室
▽受付 市民課生活係(☎40-8255)

子どもに関する相談

■すこやか子育て相談
▽日時 15日(金)午後1時30分～3時30分
▽場所 ハイジアパーク南陽
☎すこやか子育て課すこやか係(☎40-1691)

■乳幼児健康相談
▽日時 12日(火)午前10時～11時
▽場所 にこにこキッズ(赤湯ふたば保育園内)
☎すこやか子育て課すこやか係(☎40-1691)

結婚相談会(要予約)

▽日時 19日(火)午前9時～正午
▽場所 南陽市役所
☎社会教育課結婚推進係(☎40-8997)

行政相談

▽日時 15日(金)午後1時～3時
▽場所 市民相談室
▽受付 市民課生活係(☎40-8255)

人権相談

▽日時 4日(月)午後1時30分～4時
▽場所 健康長寿センター(☎43-5888)

ふれあい総合相談

▽日時 毎月第2・第4金曜日午後1時30分～4時
▽場所 健康長寿センター(☎43-5888)

市食生活改善(母子保健)推進員連絡協議会

おうちで簡単クッキング

▼今回は漆山地区食改メニューです



まろやかおから

材料(4人分)

おから……………70g
さやいんげん……………40g
ニンジン……………40g
長ネギ……………1/2本(50g)
シイタケ……………2個(30g)
卵……………1個

A 砂糖……………小さじ2
みりん……………小さじ2
しょうゆ……………小さじ2
ゴマ油……………小さじ1
塩……………少々

作り方

- ① さやいんげん、長ネギは1cmの小口切り。ニンジンは3cmの細切り、シイタケは薄切りにする。
- ② 耐熱容器におからを入れ、①の野菜を並べAを回しかけ、ふんわりラップをして5分加熱する。
- ③ ラップを外し、溶き卵を入れてスプーンでよく混ぜ、再びラップをし1分加熱して卵に熱を通す。

ワンポイント
電子レンジで簡単に作れます。

☎すこやか子育て課すこやか係(☎40-1691)

・2月の納税・

国民健康保険税	第8期
介護保険料	第8期
後期高齢者医療保険料	第8期
下水道事業受益者負担金	第3期

※納付書の納期を確認して納付ください。

納期限は2月28日(木)

人口の動き

平成31年1月末現在
()内は前月比

人口	31,519人 (-20)
男性	15,168人 (-4)
女性	16,351人 (-16)
世帯	11,330世帯 (-3)

弁護士による住まいの無料法律相談

◆日時 3月28日(木)午後1時30分

◆場所 置賜総合支庁(米沢市)

◆定員 先着3人

◆相談時間 1人当たり約40分

※事前申し込みが必要です。
(受付時間は平日の午前10時～午後5時)

☎・☎(株)西王不動産置賜事務所(置賜総合支庁内)(☎24-2332)

不登校やひきこもり等の相談会(無料)

◆日時 3月1日(金)午前10時～午後2時

◆場所 赤湯公民館

◆対象 不登校・ひきこもりの方、そのご家族や関係者

※予約優先で相談に応じます。

☎・☎NPO法人With優(☎33-9137)

司法書士無料相談所

◆期日 2月21日(木)

◆時間 午後6時～8時

◆場所 山形県司法書士会(山形市)

◆相談内容 相続登記、会社設立、お金のトラブルなど

◆申込締切 2月20日(水)

☎・☎県司法書士会総合相談センター(☎023-642-3434)

東日本大震災復興支援コンサート

◆日時 3月10日(日)午後1時30分(開場は午後1時)

◆場所 与次兵衛屋敷(市内法師柳)

◆出演者 須貝智郎と仲間たち

◆入場料 1000円(支援金)

☎東日本大震災復興支援コンサート実行委員会・須貝(☎43-4950)

米養高等部バザー冬

◆日時 2月19日(火)・20日(水)・21日(木)午前10時～11時30分

◆場所 米沢市役所、すこやかセンター(米沢市)

かしこい消費者

大手宅配業者を装う不審メールにご注意!

実在する大手宅配業者を名乗り、商品の配達を装った不審なメールが増えています。

携帯電話番号で短いメッセージの送受信ができるSMS(ショートメッセージサービス)でメールを送り付け、メール内のリンク先を開くと大手宅配業者を装った「偽サイト」に誘導されます。偽サイトの画面をタップすると、スマートフォンがウイルスに感染する恐れもあります。

【トラブルに遭わないために】

▽SMSで配送物の不在通知を行うことはありません

▽メールを開封しても、リンク先のURLにはアクセスしない

少しでも「おかしいな」「怪しいな」と感じたら、下記に相談ください

▽消費者ホットライン(☎188)

▽置賜消費生活センター(☎24-0999)

▽市民課生活係・消費生活相談員(☎40-8255・市役所2番窓口)

☎市民課生活係(☎40-8255)

南陽市消費者連合会

求職者の無料出張相談

◆日時 2月27日(水)午後1時～4時

◆場所 ワトワセンター南陽

◆内容 求職者の生活・住まい就職活動などの悩み相談

※予約不要。

☎県求職者総合支援センター(☎0800-800-7867)

B型肝炎特措法 無料電話相談会

集団予防接種でB型肝炎になった方とその家族を対象に、弁護士による電話相談を行います。

◆期日 2月23日(土)

◆時間 午前10時～午後3時

◆相談方法 左記に電話

※通話料有料。

☎全国B型肝炎訴訟新潟事務所(☎025-223-1130)

東日本大震災復興支援コンサート

◆日時 3月10日(日)午後1時30分(開場は午後1時)

◆場所 与次兵衛屋敷(市内法師柳)

◆出演者 須貝智郎と仲間たち

◆入場料 1000円(支援金)

☎東日本大震災復興支援コンサート実行委員会・須貝(☎43-4950)

米養高等部バザー冬

◆日時 2月19日(火)・20日(水)・21日(木)午前10時～11時30分

◆場所 米沢市役所、すこやかセンター(米沢市)

講座・催し

結城豊太郎記念館ひなまつりミニコンサート

◆期日 3月2日(土)

◆時間 午後2時～3時30分

◆場所 結城豊太郎記念館

◆内容 東北文教大学短期大学部講師宮下通さん(テノール)と山科由樹さん(ピアノ)によるミニコンサート

◆入場料 無料

※入場者多数の場合は立ち見となる場合があります。

☎・☎結城豊太郎記念館(☎43-6802)

おくりもの

◆南陽市へ

- 現金 12万円
- 現金 5万円
- 現金 5万円
- 現金 3万円
- 現金 3万円
- 現金 3万円
- 現金 3万円

☎おくりもの(☎6101)

◆内容 生徒が製作した木工製品、布製品、石けん、陶器、自家焙煎コーヒー等の販売

☎米沢養護学校高等学校(☎38-6101)



保健と予防

- ・受付時間においでください。
- ・各担当医は変更になる場合があります。
- ・けん診・予防接種については、市ホームページでもご覧になれます。
 〇すこやか子育て課けん診係 (☎40-1693)

●両親学級（こんにちは赤ちゃんコース ～赤ちゃんを迎える準備をはじめましょう～）

月日	受付時間	場所	内容	対象者
3/7 (木)	午後1時 ～1時10分	健康長寿 センター	母乳について、育児と観察、 お風呂の入れ方、プレババの 妊婦体験	妊娠届出 後の妊婦 とその夫

(持ち物) 母子健康手帳、母子健康手帳副読本、筆記用具

※準備の都合上、3月1日(金)まで予約をお願いします。

※終了時間は午後4時頃です。

〇・〇すこやか子育て課すこやか係 (☎40-1691)

●ママとベビーの体操教室

月日	受付時間	場所	内容	対象者
3/8 (金)	午前9時40分 ～9時55分	健康長寿 センター	ママの体操、ベビー マッサージ、手遊び等	平成30年6・7・ 8月生まれの方

(持ち物) 母子健康手帳、バスタオル

※準備の都合上、3月6日(木)まで予約をお願いします。

※一緒に体操できる動きやすい服装でご参加ください。

※水分補給の用意をしてきてください。

※終了時間は午前11時30分頃です。

〇すこやか子育て課すこやか係 (☎40-1691)

●3月の南陽東置賜休日診療所 (☎40-3456)

休日診療所は、比較的症状の軽い救急患者に診療を行うための初期救急医療機関です。休日の急な発熱等で体の具合が悪くなったときや、お子さんの急な体調不良等にご利用ください。保険証をお持ちください。



◆診療日 日曜日、祝日

◆受付時間 午前8時45分～11時45分、午後1時～4時30分

◆診療科目 全科（主に内科、小児科）

月日	当番医師	月日	当番医師
3月3日(日)	五十嵐浩太郎	3月21日(木)	柄澤 哲
3月10日(日)	上領 勝	3月24日(日)	齋藤 忠明
3月17日(日)	竹田 聡	3月31日(日)	板垣 敏明

※午後4時30分以降に来られる方および外科または3歳未満のお子さんの診察を希望される方は、事前に電話連絡してください。

※当日は当番医師の判断で、公立置賜総合病院等へご案内する場合があります。

受け忘れていた予防接種はありませんか？ 3月1日(金)～7日(木)は「子ども予防接種週間」です

母子健康手帳を確認し、まだ受けていない定期予防接種がありましたら、ぜひこの機会に受けましょう。

■接種対象年齢・定期予防接種の種類

- ▽0歳児 = B型肝炎、BCG
- ▽1歳児 = 麻しん風しん第1期
- ▽1～2歳児 = 水痘
- ▽5歳未満 = Hib (ヒブ)、肺炎球菌
- ▽年長児 = 麻しん風しん第2期

- ▽7歳6か月未満 = 四種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)、日本脳炎第1期 (3歳～)
- ▽9～12歳 = 日本脳炎第2期
- ▽11～12歳 = 二種混合 (ジフテリア・破傷風)

〇すこやか子育て課けん診係 (☎40-1693)

■南陽市東置賜郡医師会実施医療機関【〇印は通常の診療時間内で実施します。各医療機関への事前予約が必要です】

市町	医療機関	3/1(金)	3/2(土)	3/3(日)	3/4(月)	3/5(火)	3/6(水)	3/7(木)
南陽市	あかゆ小児クリニック (☎43-8220)	○	午前のみ	×	○	○	○	○
	板垣医院 (☎47-2407)	○	午前のみ	×	○	○	午前のみ	○
	小川医院 (☎43-2055)	○	午前のみ	×	○	○	○	×
	後藤医院 (☎43-2135)	○	午前のみ	×	○	○	午前のみ	○
	齋藤医院 (☎47-2238)	○	午前のみ	×	○	○	○	○
	齋藤内科クリニック (☎47-2411)	○	午前のみ	×	○	○	×	○
	鈴木内科医院 (☎45-3355)	○	午前のみ	×	○	○	午前のみ	○
	西山医院 (☎47-2052)	○	午前のみ	×	○	○	午前のみ	○
高島町	三須小児科内科医院 (☎47-2071)	○	午後のみ	×	○	○	×	○
	石井ファミリークリニック (☎51-1225)	○	午前のみ	×	○	○	×	○
	金子医院 (☎52-1100)	×	×	×	○	○	○	×
川西町	公立高島病院 (☎52-1500)	×	×	×	○	○	○	○
	きじまキッズクリニック (☎54-0135)	○	○	午前のみ	○	○	○	○
川西町	公立置賜総合病院 (☎46-5000)	×	×	×	×	×	×	午後のみ