

つながり つどう 縁結ぶまち 南陽

NANYO

* NANYO CITY PUBLIC RELATIONS *



◀市報電子版
カラーでご覧
いただけます。



◀LINEの
友達登録は
こちらから

市報なんよう

2025

8.1

No.1397



◆PICK UP◆

- P2-3 第1回南陽みらい議会開会
- P4 健幸アンバサダー養成講座 受講生募集中!
- P5 秋葉山林野火災「復興植樹」ボランティア募集!
- P20-23 芸術文化協会だより



南陽市内3中学校と県立南陽高校の生徒16人が参加する南陽みらい議会が、本格的に活動をスタートしました。6月28日(土)に開かれた第1回議会では、シランカ カワイ南陽みらい市長が所信を表明。また、副市長と議長、議員、事務局からも決意表明がなされ、議会活動へ向けて力強くスタートを切りました。



◆お問合せ 学校教育課指導係 (☎40-8454)

南陽みらい市長 所信表明

シランカ南陽みらい市長の所信表明の要旨をご紹介します。

私はこのまちで生まれ育ち、数々の思い出や感謝を抱えています。ここに集まった議員の皆さんも同じ思いを抱えていると思います。最近、ふとした瞬間に子供の頃の遊び場や友人との思い出が蘇ることがあり、あの頃の純粋な気持ちや夢を、今の私達のまちづくりに活かしたいと強く思っています。

みらい議会の中で意見をたくさん出していききたいですし、みらい議員の皆さんやこれから関わる大人の方々と議論したり、知らないことを学べたりすることがとても楽しみです。チャレンジする気持ちをもって、活動に取り組みたいです。実行して間違えることが「失敗」ではなくチャレンジしないことが「失敗」です。どんな些細な意見でもお互いに尊重しあい、同じ方向に向かってまとめあげていきましょう。

私がこれからの取組で重視したいことは、交流の場を作り、地域社会の活性化を目指すことです。私は南陽市民として16年生活してきましたが、今、友人や地域の方々への感謝の気持ちで溢れています。

それは、私が今日まで成長してくる中で、皆さんの温かさを感じながら、居心地よく生活してくるこ

とができたからです。そう思える私は、本当に幸せだなと感じており、その気持ちをみらい議会を通して、地域の方々に何らかの形で伝えられないか、そして、南陽市に住んでよかったと思える人を一人でも多く増やすことができないかと考えています。

南陽市には子供たちが遊べる公園や美味しいラーメン、熊野大社や鶴の恩返し発祥の地といった歴史的な場所がたくさんあります。昨年度のみらい議会では市内外の方々の声を拾い、それらをもとに南陽市の魅力を発信していききました。

今年度も、みらい議員の皆さんとアイデアを出し合いながら、南陽市に来てくださった人や、住んでいる方々が交流できる機会や場所、子どもから高齢者まで笑顔になれる場所を作っていく中で、感謝の気持ちを伝えることができないかと考えています。

そして、「やっぱり南陽市ですごしたい」とか、「故郷に戻りたい」と思ってくれる若い世代が増えてくれればいいなと思います。

大きな責任と期待を背負っていますが、チャレンジ精神を忘れず、職務を全うできるよう頑張ります。

【南陽みらい議会のスケジュール】

- ▷ 7月26日(土) 第2回南陽みらい議会
南陽みらい議員による政策提言と一般質問
- ▷ 8月31日(日) 第3回南陽みらい議会
南陽みらい市長による政策案および予算案の提案
- ▷ 9月1日(月)～ 政策実現期間(議員全員協議会)
政策の実現に必要な会議や作業、事業を実施します。
- ▷ 12月26日(金) 第4回南陽みらい議会
政策報告・総括会

【南陽みらい議会の構成と主な役割】

- ▷ 南陽みらい市長 1人
政策案を提案し、政策の実現を目指します。
- ▷ 南陽みらい副市長 1人
南陽みらい市長を補佐します。
- ▷ 南陽みらい議会議長 1人
議会や会議の議事進行を行い、議論の活性化を図るとともに、議会としての意見をまとめます。
- ▷ 南陽みらい議会議員 11人
市長への政策提言と一般質問で政策案を磨き上げ、政策実施の是非を判断します。
- ▷ 南陽みらい議会事務局 2人
議会や会議の様子を記録し、発信します。

それぞれが役割を果たしながら、全員で政策実現を目指します！

【「議員全員協議会」で政策の実現へ】

南陽みらい議会では、実際に政策の実現を目指して活動をしていきますが、そのための検討や実践の場となるのが「議員全員協議会」です。

南陽みらい市長や南陽みらい議員の皆さんは、平日の学校や部活が終わった後や休日などに市役所に集まって、互いに議論を重ね、政策を作っていきます。また、政策が決まった後は、話し合いだけではなく、実際に地域に飛び出して政策のための情報収集や各種活動を行っていく予定です。

今後、地域内で南陽みらい議会の活動を見かけた際は、ぜひご声援をお願いします。



▲第2回議員全員協議会(7月8日(火))の様子

なんよう健幸ポイント事業
対象事業

受講料
無料

健幸アンバサダー 養成講座

受講者
募集中!

令和7年

8.26 (火)

9:30-12:15

受付: 9:00~

会場: シェルターなんようホール (小ホール)

対象: 南陽市在住・在勤の18歳以上の方

持ち物: 筆記用具・飲み物

申込方法: ①やまがたe申請
②☎ 40-1691

申込期限: 8月18日 (月)



つばウエルネスリサーチ
花木 怜子 氏
(両名とも管理栄養士・健康運動指導士)



タニタヘルスリンク
飯島 奈実 氏
(両名とも管理栄養士・健康運動指導士)

■ 健幸アンバサダーとは？

健幸アンバサダーは、健康に関する正しい知識を身近な人に伝える“健康の伝道師”です。
全国で3万人以上が活動しており、地域や職場など、あらゆる場で「健やかで幸せな暮らし = 健幸」を広げる新たな存在として注目されています。
あなたも「健幸アンバサダー」になって「健幸」を広げましょう！



■ カリキュラムの一部をご紹介します！

健幸都市

まちの環境が
健康を左右する？
健康寿命を延ばすまち
の特徴を解説します。



生活習慣病予防

がんや認知症も
生活習慣病。
予防に効果的な方法
をお伝えします。



フレイル予防と 筋トレの実践

筋肉が年1%
減少することも…
簡単筋トレも実践！



伝える技術

“なんだか伝わらない…”
を解決！
心理学に基づいた
伝えるコツを学びます。



■ 講座受講後は…？



健康に役立つ情報が各種SNS
(LINE・Instagram・Facebook) で
届きます！

届いた情報を自分の健康づくりに活かし、
家族や友人など身近な大切な人に
情報発信しよう



■ さらにお得な情報！

健幸ポイント事業参加者には、

200ポイント

付与！

重要です!!

※健幸ポイント事業には
南陽市に住所がある
30歳以上の方のみ
参加が可能です。

問い合わせ先

すこやか子育て課
すこやか係
☎40-1691



1000本の苗木と 未来への希望を植えよう！

秋葉山林野火災「復興植樹」ボランティア募集

令和6年5月の林野火災によって焼失した秋葉山の森林再生に向け、公益財団法人イオン環境財団様からご支援をいただき、林野火災「復興植樹」を実施します。植樹には市民の皆さんにもご参加いただき、地域の方や登山者など、これまで多くの皆さんに愛されてきた秋葉山の復興を目指します。秋葉山が、より親しみを感じられる里山として、また林野火災で得た教訓を後世に伝えるシンボルとして復興していくよう、大勢の皆さんのご参加を待ちしています！

🌲 日時 **10月29日(水)**
9時30分～正午（受付9時～）

🌲 場所 集合場所：向山公園南駐車場
植樹場所：秋葉山山荘跡地周辺

🌲 募集人数 100人

🌲 植樹本数 1,000本

🌲 内容

- ▷開会式
- ▷秋葉山中腹の山荘跡地まで
徒歩で移動します。
(片道約45分)

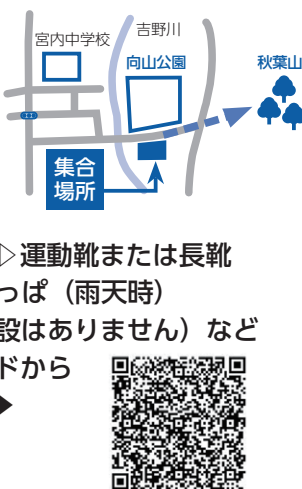
▷植樹

- 🌲 持ち物 ▷汚れても良い服装▷運動靴または長靴
▷軍手▷タオル▷帽子▷雨かっぱ（雨天時）
▷飲料水（植樹場所に給水施設はありません）など

- 🌲 申込方法 右記の二次元コードから
お申込みください▶

- 🌲 申込締切 **10月10日(金)**

- ◆お問合せ
農林課林務係（☎40-8320）



焼損木で作った記念品をプレゼント！



※写真はサンプルです。実物と異なる場合があります。

【公益財団法人イオン環境財団について】

日本で初めて、地球環境をテーマにした企業単独の財団法人として設立され、アジアを中心とする世界各地で環境保全活動を実施しています。

南陽市においても、平成22年～24年に、赤湯地区の十分一山において「イオンの森づくり」事業を実施し、オオヤマザクラやケヤキ、モミジ等5,100本の植樹を行っています。

今回の復興植樹も、この時の縁がもととなって実現したものです。

詳細は財団のホームページをご覧ください▶



6/21 ワールド女子プロレス・ディアナ
南陽大会 場 シェルターなんようホール



市出身の女子プロレスラー井上京子選手の地元凱旋大会が行われました。メインイベントでは、3対3のタッグマッチが行われ、井上京子・アジャコング・加藤園子チームに白岩市長から勝者賞としてさくらんぼが贈呈されました。また、ワールド女子プロレス・ディアナ様から社会福祉事業のためにご寄付をいただきました。

6/26 東京2025デフリンピック全国キャラバン歓迎セレモニー 場 市役所



日本初開催となる「東京2025デフリンピック」の認知度向上を図るため、(一財)全日本ろうあ連盟と加盟団体による全国キャラバン活動が行われています。6月26日(木)には南陽市役所を訪問し、ポスターが手渡されたほか、ミニ手話講座なども行われ、デフリンピックや聞こえないことへの理解を深める機会となりました。

7/6 スポーツ・レクリエーション大会で運動を楽しむ 場 沖郷中学校



「クッパ」と「健康ウォーキング」、「カローリング」の3種目に60人が参加。クッパとカローリングは、リーグ戦で順位を競いながら、チーム間の交流もみられました。健康ウォーキングは稲荷森古墳や丸堤を巡る5.4kmコース。それぞれのんびりと景色や会話を楽しみながら歩きました。

6/25 長岡南森遺跡 第8次調査報告会 場 長岡地内



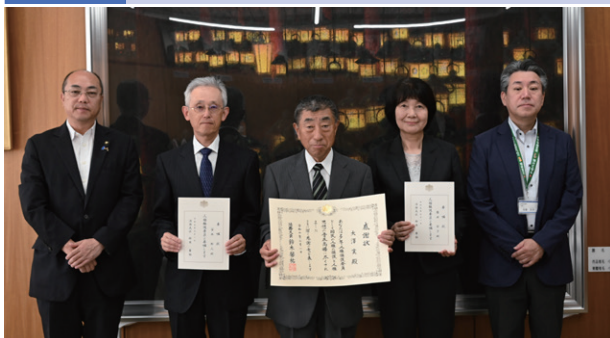
同遺跡では長方形に造成された丘の上に、古墳時代の複数の竪穴式住居が確認されており、本調査では1辺7mを超える大型の住居跡が確認され、その構造が把握されました。遺構や遺物からは、稲荷森古に埋葬された王と関係が深い、地域の拠点的な集落であった可能性が高いことが報告されました。

7/6 きれいな川で住みよいふるさと運動 場 市内各地



7月6日(日)の「県民河川・海岸愛護デー」に合わせ、市内各地で河川愛護活動が行われました。この運動は、美しく快適で豊かな県土づくりのため、河川・海岸愛護に対する意識を高め、美しい水辺環境を作っていくことと昭和52年から県全体で推進されたもので今年で49年目となります。

7/11 人権擁護委員への感謝状・委嘱状 交付式 場 市役所



6月末で退任された大澤実さんへ感謝状が、7月から5期目となる廣居安子さん、新任の富水邦人さんへ委嘱状が山形地方法務局米沢支局長より伝達されました。任期は1期3年で、人権相談や小中学校での人権教室などの活動をしていただきます。人権問題について悩んでいることがあれば、お気軽にご相談ください。

Topics 6/20 7/11

県外在住学生向け「食でつなぐクーポン」を発送



南陽市では、市出身で県外に進学している学生の方を対象とした「食でつなぐクーポン事業」を実施しています。南陽高校市役所部第2期の部長を務めた、東北芸術工科大学3年の高橋夢花さん(写真左)がクーポンをデザイン。高橋さんからは「クーポンのデザインは南陽市の四季を表現し「食でつなぐ」ということで食事やさくらんぼ狩りをしている人や果物を持った農家さんをイメージしました。「楽しくてあったかい」様子が伝わると嬉しいです。」とコメントをいただきました。

今年度は249人の申込みがあり、市内飲食店や商店などで使用できる4,000円分のクーポンをお届けします。7月11日(金)に行われた発送セレモニーには、企業版ふるさと納税により事業をご支援いただいた5社の皆様が出席され、白岩市長から郵便局員にクーポンの拡大パネルが手渡されました。

クーポンは市内104店舗で使用でき、利用期間は9月30日(火)までです。詳細は市ホームページをご覧ください▶



地域おこし協力隊 活動日記

南陽市の地域おこし協力隊が取り組む活動を紹介します。

根来 涼平 さん(石川県出身)

今年度も春から動画の撮影・編集・発信作業を行っており、様々な場所やイベントにお邪魔して、撮影させていただいています。

さくらんぼ園の紹介やぶどうの摘果、おかひじきの収穫の様子など、農業関連の動画をはじめ、吉野地区の荻と小滝のわらび園を訪ねて、わらび採りを楽しむ皆さんの様子も紹介しています。また、「ワインフェスティバルin南陽」やYAMAGATA ATHLETE LAB.さんの「忘れられない田植え体験」、小学校の田植え体験といったイベントの様子や、変わったところではアイガモロボや農業用ドローンの活躍(写真)の様子なども紹介していますので、ぜひ動画をご覧ください。



地域おこし協力隊とは？

都市から地方に生活の拠点を移した方を自治体が「地域おこし協力隊員」として委嘱し、様々な「地域協力活動」を行いながら地域への定住・定着を図る取り組みです。

昨年度作成した無人販売所マップについては、市内各所に設置させていただいたり、イベントで配布させていただいたりして、お陰様で在庫も少なくなってきました。販売所の情報が作成時から変わった箇所もあるので、増刷するか、最新情報に書き換えて作成するか、別の方法で情報発信するか、検討しているところです。

9月で着任から2年となりますが、協力隊を退任した後も南陽市で暮らせればと考えています。具体的にはまだ思案中ですが、引き続き皆さんに色々と教えていただければと思いますのでよろしくお願い致します！

YouTubeチャンネル
「南陽市 地域おこし協力隊」▶
Instagramアカウント
「@ne_nanyo」
TikTokアカウント
「南陽市 地域おこし協力隊」▶





離乳食実習ごっくんくらぶ

- 日時 9月9日(火)10時～12時30分(受付は9時45分から)
- 場所 健康長寿センター
- 内容 ▷離乳食のお話▷調理実習▷試食
- 対象 離乳期の子どもを持つ保護者、希望する方
- 持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、おんぶ紐、お子さん用スプーンやおしぼり、水分補給用の飲み物等
- 申込締切 9月5日(金)
- 予約方法 開催日の4日前までに電話または「なんよう子育てアプリ」からご予約ください。



8月の予防接種開始対象者

- ※誕生日以降に接種してください。
- 持ち物 予診票、母子健康手帳

予防接種	開始対象者	標準的な接種期間
ロタウイルス※	1価	生後2か月～4か月未満
	5価	生後2か月～5か月未満
B型肝炎	令和7年6月生	生後2か月～9か月未満
小児用肺炎球菌		生後2か月～7か月未満
五種混合		生後2か月～7か月未満
BCG	令和7年3月生	生後5か月～8か月未満
麻疹風しん第1期	令和6年8月生	1歳～2歳未満
水痘		1歳～1歳3か月未満
日本脳炎第1期	令和4年8月生	3歳～4歳未満

※どちらか一方を選択して接種してください。



対象者には別途案内を送付します。
前回受診しなかった方も対象です。

健診名	場所	日時	対象者
3～4か月児健康診査	シェルター なんよう ホール	9/5(金) 午後	令和7年 5月生
1歳6か月児健康診査		9/18(木) 午後	令和6年 1月31日 ～3月3日生
2歳児 歯っぴー教室		9/30(火) 午前	令和4年 12月15日 ～令和5年 2月28日生
3歳児健康診査		9/19(金) 午後	令和4年 2月1日 ～2月28日生

パパ・ママ・子どももハッピーに
ペアレントサポート講座

◆すこやか子育て課子ども家庭係
(☎40-1689)

ペアレントサポート講座は、子どものいい行動やできていることを見つけて、ほめるコツを学べる全4回のプログラムです。日々頑張っている自分のこともねぎらいながら、子育てをもっと楽しむコツを一緒に探りませんか。



他の子と比べてしまう



ほめるのって難しい
もっとほめて育てたい！



またガミガミ
怒ってしまった…

日程(4日間でひとコースです)				テーマ
1日目	9月16日(火)	14時～ 15時45分	健康長寿 センター	お子さんの現状把握ワークシートをかいてみよう
2日目	9月29日(月)			お子さんの行動を書いて分析してみよう
3日目	10月14日(火)			効果のあるほめ方と芽生え行動をみつけよう
4日目	10月27日(月)			この講座で得たことをみんなで共有しよう

- 対象 令和7年4月1日時点で1歳から小学生までのお子さんをお持ちの保護者
(託児ができます。ご希望の方は申込時にお知らせください。)
- 参加費 無料
- 定員 8人
- 講師 山形県立保健医療大学 特任教授 佐竹真次先生
(教育学博士、臨床発達心理士、公認心理師)
- 申込締切 9月5日(金)まで電話またはやまがたe申請にてお申込みください▶



子育て支援キッズ&プレー・園開放

◆宮内認定こども園
(☎47-3039)

▷キッズ&プレー

子育て親子の交流の場として、遊びや情報提供等を行います。育児についての相談も行っておりますのでお気軽にお越しください。

- 日程 11月15日(土)粘土遊び
1月17日(土)雪遊び

- 時間 9時30分～11時
- 場所 宮内認定こども園
- 対象 未就園児親子

▷令和8年度入園説明会

- 日時 9月6日(土)9時
- 場所 宮内認定こども園
※保護者の方のみでいらしてください。

▷園開放

園の様子を知っていただいたり、在園児との交流もできる遊び場として開放していますので、どうぞおいでください。ご希望に応じて身長体重の測定もできます。子育ての喜びや悩みなどを一緒にお話ししませんか。

- 日時 毎月第二火曜日
9月9日(火)、10月14日(火)、11月11日(火)
- 時間 9時30分～11時
- 場所 宮内認定こども園
- 対象 未就園児親子



腸管出血性大腸菌感染症・食中毒を予防しましょう

夏は、腸管出血性大腸菌感染症・食中毒の発生が増加する季節です。
次のことに十分注意し、食中毒を予防しましょう。

- ▷特に「トイレの後」「調理・食事前後」手をよく洗う
- ▷手は石けんで、調理器具は洗剤と流水で十分洗い、まな板、包丁等は洗った後に熱湯等で十分消毒する
- ▷食品は衛生的に取り扱い、十分な加熱を行う(食品の中心部まで75℃で1分以上)
- ▷井戸水や受水槽の衛生管理は十分注意する
- ▷下痢(特に水様便・血便)や腹痛などの症状がある場合は、速やかに医療機関を受診する

◆すこやか子育て課けん診係(☎40-1693)



◆＝問合せ・申込先

※掲載内容は 7 月 25 日時点のものです。情報が変更となる場合がありますので、各主催・担当に直接お問合せください。

けん診

申込者には別途案内を送付します。
新たに申し込みたい方は問い合わせください。
※年齢は令和 8 年 3 月 31 日時点。

◆すこやか子育て課けん診係(☎4 0－1 6 9 3)

集団検診 ①子宮頸がん検診 ②乳がん検診	
■受付時間	13 時～ 13 時 30 分
■場所	南陽検診センター
■対象	① 20 歳以上の女性② 40 歳以上の女性
期日	対象地区
9/1 (月)	萩生田、蒲生田、郡山西
9/3 (水)	若狭郷屋
9/16 (火)	中ノ目、郡山東、郡山中
9/29 (月)	漆山 (1 組～ 12 組)

③特定健診等 ④胃がん・大腸がん・呼吸器検診

■受付時間 7 時 30 分～ 9 時 30 分

■対象 ③ 25 ～ 74 歳の市国民健康保険加入者、
県後期高齢者医療保険加入者
④ 40 歳以上の方

期日	対象地区	場所
9/22 (月)	花見町、桜木町二、石田、三間通	南陽検診センター 【対象地区限定】
9/24 (水)	桜木町一、桜木町三、桜木町四	
9/26 (金)	二色根、若葉町、上野	

+

健康

献血 (4 0 0 m l のみ)

期日	受付時間	場所
9/21 (日)	10 時～正午 13 時 30 分～ 16 時	ヤマザワ南陽店

- 対象 男性は 17 ～ 69 歳、女性は 18 ～ 69 歳の
体重 50kg 以上の方 (65 ～ 69 歳の方は 60
～ 64 歳のときに献血したことがある方)
- 持ち物 ▷身分証明書 (免許証等)
▷献血カード (お持ちの方)

地域包括支援センター 9 月の介護予防教室 (65 歳以上対象)	
はつらつくらぶ ◆社会福祉協議会(☎4 3－5 8 8 8)	趣味のいきがい教室 ◆太陽の里ふたば(☎5 9－4 3 3 3)
ゆったりくらぶ	健康ヨーガ教室
4 日(木)	毎週火曜日
14 時～ 15 時 30 分	9 時 30 分～ 10 時 30 分、 10 時 45 分～ 11 時 45 分
■場所 健康長寿センター	■場所 沖郷公民館 (防災センター)
転倒防止体操(やじろべえ)	
1 日(月)・22 日(月)	13 時 15 分～ 14 時 15 分、 14 時 30 分～ 15 時 30 分
12 時 40 分～ 14 時	
■場所 健康長寿センター	■場所 健康長寿センター
11 日(木)・25 日(木)	■参加料 1,000 円/月
12 時 40 分～ 14 時	
■場所 沖郷公民館 (防災センター)	
(11) 	7. 8. 1

医 療

南陽東置賜休日診療所
(☎4 0－3 4 5 6)

■9 月の診療日
7 日(日)、14 日(日)、15 日(月)、
21 日(日)、23 日(火)、28 日(日)

■受付時間
8 時 45 分～ 11 時 45 分、
13 時～ 16 時 30 分

■診療科目 主に内科・小児科

■持ち物 マイナ保険証※1、保険証 (資格確認書) および
おくすり手帳(お持ちの方)

※咳・熱等の症状のある方、外科希望の方、小学生未満の方は事前にお電話ください。

※携帯電話をお持ちの方は持参ください。

※当番医師の判断で公立置賜総合病院等へ
案内する場合があります。担当医師等は
HP をご覧ください▶

※ 1 マイナ保険証 (健康保険証利用申込みが完了したマイ
ナンバーカード) を利用した「オンライン資格確認シ
ステム」の運用を開始しましたので、ご活用ください。

元気な身体を取り戻そう！
「筋力アップ教室」参加者随時募集中！

歩くことがおっくうになった、買い物に行くのが大
変になった方など、お気軽にご連絡ください。
一人一人にあったプログラムを実施します。

■日程 申込後相談(週 1 回の計 14 回)

■場所 嵐田接骨院、佐藤整骨院、後藤接骨院、江
口接骨院、南陽接骨院、竹田接骨院、太子
堂鍼灸整骨院、みつば接骨院

■参加料 1 回 400 円

◆お住まいの地区の地域包括支援センターへお問合せください
中川・宮内・漆山・吉野・金山(☎4 0－1 6 4 6)
赤湯・沖郷・梨郷(☎5 0－1 0 1 8)

わくわく健康教室
◆接骨師会健康サポート
事業所(☎4 0－2 7 7 6)

るーむ花(祝日休み)
◆花工房(☎4 3－3 3 6 4)

漆山公民館	小物づくり教室
29 日(月)13 時～ 14 時	毎週水曜日 10 時～正午、 13 時～ 15 時
中川公民館	趣味のソーイング教室
9 日(火)13 時～ 14 時	毎週木曜日 10 時～正午、 13 時～ 15 時
活き活き貯筋教室	活き活きホグレル教室
◆嵐田接骨院(☎43－4812)	◆太子堂鍼灸整骨院(☎49－7531)
毎週火曜日・金曜日 13 時～14 時	毎週水曜日・金曜日 13 時～15 時



市民の健康づくりを応援する
「健康なんよう 21 (第 2 次)」から

健康づくり発信局

◆すこやか子育て課すこやか係
(☎4 0－1 6 9 1)

節度ある飲酒を心がけましょう

厚生労働省では、「生活習慣病のリスクを高める量」を 1 日あたりの平均純アルコール摂取量で男性は 40g 以上、女性は 20g 以上としています。令和 6 年度に実施した健康なんようアンケートによると、男性 16.8％、女性 11.4％の方が「生活習慣病のリスクを高める量」を飲酒していました。このような飲酒を続けていると、生活習慣病だけでなく他の健康問題や暴力・虐待・事故等の深刻な社会問題を引き起こすリスクが高くなることがわかっています。アルコールへの理解を深め、お酒との付き合い方を見直してみましょう。

1 日あたりの純アルコール
摂取量の計算式

飲酒の量 (ml) × [アルコール度数 (%) ÷ 100] × 0.8※ = 純アルコール量 (g)

※アルコール比重

純アルコール量 20 g 程度の飲酒量

ビール
(中びん)



1 本 (500ml)

日本酒



1 合 (180ml)

焼酎



0.6 合 (110ml)

缶チューハイ



1.5 缶 (520ml)

ウイスキー



ダブル 1 杯 (60ml)

ワイン



グラス 1.5 杯 (180ml)

※飲酒習慣のない人に対してこの量の飲酒を推奨するものではありません。

アルコールは脱水を招きます・・・

アルコールには利尿作用や発汗作用があり、体の水分を排泄する働きがあるため脱水を起こしやすくなり水分補給としては適していません。飲酒後、水分補給をしないで寝てしまったり、入浴や運動をしたりすると脱水から脳梗塞を引き起こす危険性が高まります。お酒を飲む際は、乾杯前や飲んでいる最中、就寝前に、水を意識して飲むことで脱水と飲み過ぎを防止しましょう。

20 歳未満の方に飲酒させない環境づくりに努めましょう

ノンアルコール飲料の販売が増加傾向にあります。飲酒を助長する恐れがあるので、20 歳未満の方に勧めないように、周囲の大人が気をつけましょう。

つくろうよ 週に二日は休肝日

2 単位のお酒 (ビール：中瓶 2 本、日本酒：2 合) を肝臓で分解するために、個人差はありますが、平均 6 ～ 7 時間前後かかると言われています。お酒を飲むと、寝ている間も肝臓が働くことになります。肝臓を毎日連続して酷使すると障害が出てきます。週に 2 日は肝臓を開放して休める、いわゆる「休肝日」を設けましょう。

＼ご用心！暮らしのトラブル！

かしい消費者

「暮らしのレスキューサービス」に関するトラブルにご注意！

「蛇口を閉めても水が止まらない」「鍵をなくして家に入れない」「家の軒先にハチの巣ができてしまった」など、日常生活でのトラブルに業者が対処する、いわゆる「暮らしのレスキューサービス」。インターネット検索やポストに入っていたチラシで見つけた業者に慌てて連絡し、解決を急ぐあまり業者や契約内容について十分に検討しないまま依頼してしまい、その結果想定よりも高額な請求をされるなどのトラブルになるケースがあります。

【事例 1】夜中に自宅のトイレが詰まり、インターネットで検索し「修理〇百円～」と記載のある業者に依頼した。作業員が来て詰まりは解消したが、結局 50 万円請求された。後日他の業者に聞くと、ありえないほど高額だと言われた。

【事例 2】自宅の庭にハチの巣を見つけ、インターネットで検索し「[料金〇百円～]」「見積もり無料・追加料金なし」と記載がある業者に電話したところ、「今すぐ向かう」と言われ訪問を受けた。調査後、「このままではハチに刺されて死ぬ」「近所の人刺されると裁判になる」などと言われ不安になり、その場で駆除費用 100 万円の契約をしてしまった。後日冷静に考えると、あまりに高すぎる気がしてきた。

【事例 3】玄関扉の鍵が開かなくなり、電話帳で探した業者に電話を掛けた。料金を確認した上で依頼し、作業をしてもらったが「特殊な鍵だ」と言われ、当初の金額より高額な請求をされた。

■アドバイス
▷広告の表示や電話で説明された料金を鵜呑みにしないようにしましょう。
▷契約する場合は複数社から見積もりを取り、サービス内容や料金を十分に検討しましょう。
▷緊急のトラブル発生に備え、地域の工務店など安心して依頼できる事業者の情報を事前に収集しておきましょう。
▷料金やサービス内容に納得できない場合は、きっぱりと契約を断りましょう。

南陽市消費者の会 ◆市民課生活係(☎4 0－8 2 5 5)

◆＝問合せ・申込先

※掲載内容は7月25日時点のものです。 情報が変更となる場合がありますので
各主催・担当に直接お問合せください。



フードドライブを実施します！
食べきれない賞味期限内の食品はありませんか

◆市民課生活係（☎40－8255）

市消費者の会では、ご家庭で食べきれない賞味期限内の食品を集め、市内のこども食堂や社会福祉協議会に寄付する「フードドライブ」を実施します。食品ロス削減のため、ご協力をお願いします。

- 受付期間 8月18日(月)～29日(金)
- 受付場所 市民課生活係
- 対象食品 ▶賞味期限が明記されているもの▶賞味期限が令和7年12月1日以降のもの（寄付前に賞味期限切れにならないよう、余裕を持たせて設定しています）▶未開封の市販品▶破損で中身が出ていないもの▶常温で保存できるもの
- お預かりできないもの
▶生鮮食品（生肉、魚介類、生野菜等）▶アルコール類（お酒、料理酒、みりん等）▶冷蔵・冷凍食品▶手作りのもの▶外装が破れている、開封済みのもの▶商品説明が外国語のみのもの

※受付の際に食品の条件や状態など確認させていただきます。
※対象食品ではない場合、また食品の状態によってはお持ち帰りいただく場合があります。



特定外来種「オオキンケイギク」を見つけたら駆除しましょう

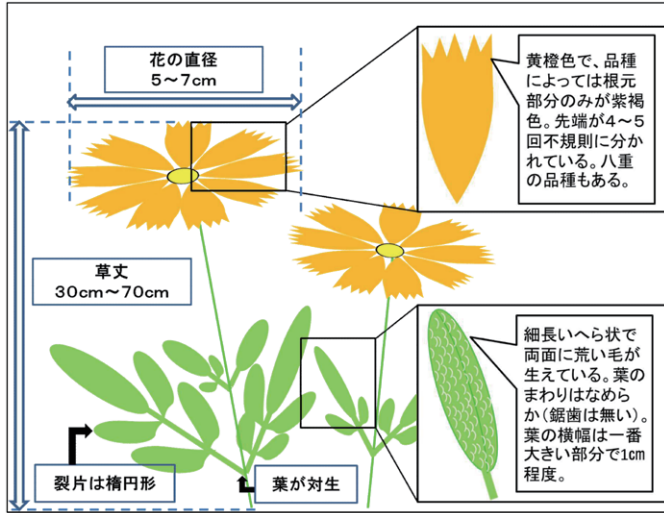
◆市民課環境係（☎40－8256）

オオキンケイギクは、直径5～7センチメートルの鮮やかな黄色の花をつける植物です。一見綺麗ですが、生命力・繁殖力がとても強く、他の野草の生育場所を奪い、生態系に影響を及ぼします。一度侵入、定着したものは根絶することが難しく、地域の生態系を守るためには、地域での外来種の適切な監視と、早期発見・早期駆除が大切です。



自宅の庭や敷地内に生えていたら、根から抜き取り、枯れるまで乾燥させてから可燃ごみとして処分してください。

※生きたままの運搬や栽培、譲渡等が禁止されていますので充分ご注意ください。





からころ館のお盆の営業について

期日	営業時間
8月13日(水)	9時～17時
8月14日(木)	9時～20時
8月15日(金)	9時～21時
8月21日(木)	8/13(水)の振替休館

◆ゆーなびからころ館
（☎43－3114）



全国瞬時警報システム（Jアラート）
全国一斉情報伝達試験

緊急時に備え、防災行政無線と公共施設等の戸別受信機から一斉に試験放送を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。放送内容は、防災情報テレフォンサービス（☎40－3001）で確認できます。
※緊急告知防災ラジオからは、試験放送は流れません。

■日時 8月20日(水)11時
◆総合防災課消防防災係
（☎40－0264）



8月26日は「火山防災の日」です

活動火山対策特別措置法により、国民のみなさんに活火山対策についての関心と理解を深めていただくため、8月26日を「火山防災の日」とすることが定められています。

8月26日は、明治44年に日本で最初の火山観測所が浅間山に設置され観測が始まった日です。県内では鳥海山、肘折、蔵王山、吾妻山の活火山があり、私たちも火山災害と無縁とは言い切れません。「火山防災の日」をひとつのきっかけとして、火山災害に備えることを考えてみましょう。登山などで活火山を訪れる際は、避難場所など必要な情報について確認しましょう。

※火山防災の日特設ページもご覧ください▶
◆山形地方気象台
（☎023－622－0632）



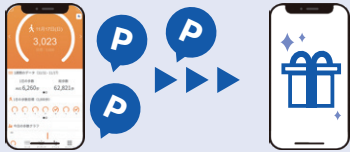
南陽市役所代表 ☎0238－40－3211

■開庁時間 平日8時30分～17時15分

なんよう健幸ポイント事業 ◆お問合せ・申込み すこやか子育て課すこやか係(☎40－1691)

デジタルギフト交換サポート会を開催します

令和7年度は、貯まったポイントをデジタルギフトに交換できます。デジタルギフトをご希望される方で、操作に不安がある方は交換サポート会にご参加ください。



■日時・場所

開催日	時間	場所
9月3日(水)	①9時～ ②10時～	402会議室
9月5日(金)	③13時30分～ ④14時30分～	402会議室
9月10日(水)		201会議室

- 定員 各回10人
- 申込締切 各開催日の前日まで
- 持ち物 ▶「からだカルテ」をダウンロードしたスマートフォン
▶利用するサービスに必要なカードや情報等(下表を参照ください。)

利用サービス	持ち物	交換割合
amazon	アマゾンのログインIDおよびパスワード	1P＝1円
dポイント	dアカウントのログインIDおよびパスワード	
nanaco	nanacoカード／16桁の番号	
WAONポイント	WAONカード／6900から始まる16桁の番号	
Ponta	リクルートIDおよびパスワード	1P＝0.95円
PayPay	PayPayアプリをダウンロードしたスマートフォン	
Vポイント	Vポイントアプリをダウンロードしたスマートフォン	1P＝0.9円

※PayPay 1ポイント＝0.95円、Vpoint 1ポイント＝0.9円
PayPayポイントは出金、譲渡不可です。PayPay/PatPayカード公式ストアでも利用可能です。「nanaco」は株式会社セブンカードサービスの登録商標です。WAON(ワオン)はイオン株式会社の登録商標です。Amazon.co.jp及びそのロゴはAmazon.com, Inc又はその関連会社の商標です。本プロモーションキャンペーンについてのお問合せはAmazonではお受けしておりません。

※9月12日(金)までにデジタルギフトの交換手続きを行わなかった場合、11月中と3月中にQUOカードの郵送を予定しています。QUOカードと交換する場合は、手続き不要です。
※デジタルギフトとQUOカードの両方は選択できません。



南陽病院 整形外科の新患受付について(お願い)

整形外科の外来は、公立置賜総合病院の医師により、月、水、金の午前には新患（予約以外）の診察を行っていますが、総合病院で行われる手術の都合でお受けできないことがあり、大変ご迷惑をおかけしております。

予約以外での受診の場合は、その日受診できるかどうかについて、必ずお電話でご確認ください。お手数をおかけしますがご理解いただきますようお願いいたします。
◆公立置賜南陽病院（☎47－3000）



有害鳥の駆除にご理解・ご協力を

成熟期のぶどうをムクドリ、スズメ、カラス等の有害鳥の被害から守るため、市内猟友会の協力により有害鳥を駆除しています。

下記の期間は普段より広範囲で行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

- 期間 7月20日(日)～8月31日(日)
午前5時～7時
- 対象 市内ぶどう園地
- ◆J A山形おきたま南陽（☎45－3005）



お知らせ



公衆浴場のお盆の営業について

8月13日(水)から15日(金)まで、湯こっとは通常営業となります。烏帽子の湯と赤湯元湯も休まず営業を行います。8月13日(水)のみ受付が16時30分まで（17時終了）となり、昼時間も休みません。ぜひご利用ください。
◆赤湯財産区温泉事務所
（◆49－7350）

◆＝問合せ・申込先
※掲載内容は7月25日時点のものです。情報が変更となる場合がありますので
各主催・担当に直接お問合せください。

赤湯温泉花まつり

- 日時 8月12日(火)16時～21時
車両通行止め 16時～22時
- 場所 えくぼプラザ前大通り
(歩行者天国になります)
- 内容 ビンゴ・剣劇舞台・消防車
展示等(天候等により開催の中止、
内容変更等の場合があります。)
- ◆後藤(☎080-1660-0763)

山形県早期からの親子サポート事業
桑原綾子氏 子育て講演会

- 日時 9月20日(土)
10時～12時30分
- 場所 シェルターなんようホール
- 内容 ▷演題「みんなちがってみ
んなしあわせ 違いを楽しむ!新
しい家族支援～家族みんなの毎
日がハッピーになるために～」
▷講師 桑原 綾子 氏(特定非営利
活動法人ライフサポートここはう
す副理事長)
- 対象 子育て中の保護者、未就学
児関係機関・教育機関、各福祉サ
ービス事業所関係者ほか、関心のある
方どなたでも
- 参加費 無料
- 申込方法 ①氏名②参加方法③所
属④連絡先⑤居住市町村名を、下
記のいずれかの方法で
申込み
▷申込みフォーム▶
▷FAX 40-0292
▷npotakahata@gmail.com
- 申込締切 8月31日(日)
- ◆NPO法人ゆにぶろ(☎52-5679)

山形県議会 議場演奏会
と議会見学会(参加無料)

- 日時 10月1日(水)13時～15時
- 場所 県議会議事堂
- 内容 議会見学会・議場演奏会(山
形交響楽団による弦楽合奏)
- 申込方法 ハガキ、Eメー
ルまたは電子申請で申込
み。詳しくはHP参照▶
- 申込締切 8月18日(月)
- ◆県議会事務局(☎023-630-2725)

講座・催し

沖郷ふるさとまつり

- 日時 8月14日(木)16時30分～
21時(雨天決行)
- 場所 丸堤ゆめ公園
※駐車場＝沖郷公民館駐車場
- 内容 屋台、抽選会、子供神輿、
盆踊り、鍋田念仏踊り、消防団第
六分団による梯子乗り、沖郷双葉
保育園の踊り、南陽心山連の舞踊、
ハーモニーダンススタジオによる
ダンス、ほか
- ◆沖郷公民館(☎43-2324)

噛む COME365

- お茶を飲んでむせる、硬いものが
食べにくくなった、口が渇くなどを
お手入れや口腔体操で改善しません
か。
- 日時 9月12日、26日、10月
10日、24日、11月20日、28
日の全6回
- 時間 13時30分～14時30分
(初回と最終回は15時まで)
- 場所 健康長寿センター
※送迎希望の方は要相談
- 対象 65歳以上の方でお口のお
悩みがある方
- 参加料 1回400円
- 申込締切 8月27日(水)
- ◆各地域包括支援センター(▷中川・
宮内・漆山・吉野・金山☎40-
1646▷赤湯・梨郷・沖郷☎
50-1018)

第1回企画展
「シリーズ4・結城翁が
ふるさとに遺した足跡」

- 期間 7月29日(火)～9月28日(日)
- 場所 結城豊太郎記念館
- 内容 記念館に新たに寄贈された
ゆかりの史料のお披露目と、表門修
繕の過程を詳しく紹介いたします。
- ◆結城豊太郎記念館
(☎43-6802)

募 集

会計年度任用職員
(南陽市文化会館)

- 業務内容 窓口業務および事務補助
- 資格・技能 パソコン操作(ワー
ド・エクセル等)ができる方
- 募集人数 1人
- 雇用期間 9月1日～
令和8年3月31日
- 勤務時間 週35時間(土・日・
祝日、夜間勤務あり)
- 賃金 月額167,100円(期末手
当あり・社保加入)
- 面接予定日 8月22日(金)
- 申込方法 市販の履歴書に必要事
項を記入し、写真を添付して申込
み(郵送・持参可)
- 申込締切 8月16日(土)17時必着
- ◆シェルターなんようホール(南陽
市文化会館)(☎40-1222)

県統計グラフ
コンクール作品募集

- 対象 市内在住の小・中学生・
高校生、一般の方
- 課題 自由
※小学校4年生以下は、児童が自ら
観察または調査した結果をグラフ
にしたもの。
- 申込締切 8月27日(水)必着
※募集要領はみらい戦略課に設置
- ◆みらい戦略課統計係
(☎40-0903)

資源の見直しバザー
提供品を募集します

- 市農業祭ぶどうまつり(9月開催
予定)で行う「資源の見直しバザー」
(主催：市消費者の会)で扱う日用
品を募集します。売上金は社会福祉
協議会に寄付するなど、大切にに使
わせていただきます。
- 対象 未使用の日用品
(きれいな状態のもの)
- 受付期間 8月18日(月)～8月29日(金)
- 提供先 各地区公民館(受付時間
9時～17時)、市民課生活係
- ◆市民課生活係(☎40-8255)

南陽市役所代表 ☎0238-40-3211

■開庁時間 平日8時30分～17時15分

THANK YOU!

ALT(外国語指導助手)のマヤ・ラトリフ先生が退任しました



◆マヤ先生からのメッセージ

南陽市のみなさんへ
素晴らしい2年間を過ごさ
せていただきありがとうございました!
私は、南陽市での時間を本
当に楽しませてもらいまし
た。南陽市を深掘りし、そしてその文化を体験す
る嬉しさの連続でした。私は、特に、町周辺の様々
なお祭りに参加するのが大好きでした。
南陽市の子供たちにさようならを言わなければ
ならないのは寂しいです。子供たちと関わったり、

英語を教えたりするのが本当に楽しかったからで
す。子供たちはみんな明るく素敵でした。私のこ
こでの時間を通して望むことは、子供たちには、
異文化に対する好奇心や理解と同じくらい、英語
への興味を持ってほしいということです。私は、
子供たちから本当に多くを学びました。彼らには、
英語を勉強し、英語で交流し続けてほしいと思ひ
ます。
私はいつも、ここでの経験を思い出すことでは
う。南陽市で過ごすことができたことに心から感
謝いたします!

防犯用品購入
キャンペーンについて

- 防犯用品を購入・設置して特殊詐
欺や住宅侵入犯罪を防ぎましょう。
- 補助対象物品・補助金額
▷迷惑電話防止機能付き固定電話
機＝最大5,000円
▷住宅用防犯設備(防犯カメラ、
センサーライト、ドアホン、防
犯ガラス・防犯フィルム)＝最
大20,000円
▷青色防犯パトロール用資機材
(青色回転灯等・マグネットブ
レート)＝最大10,000円
- 補助対象者
▷山形県内に居住していること
▷暴力団員による不当な行為の防
止等に関する法律に規定する暴
力団員ではないこと
▷青色防犯パトロール用資機材の
補助については、上記要件に加
えて、山形県警察本部長が交付
したパトロール実施者証を所持
していること
- 申請締切 12月18日(木)(必着)
- 申請方法 郵送またはインター
ネット※補助金額が上
限に達した時点で終了
となります。詳細は
HPをご覧ください▶
- ◆県警察本部(防犯用品購入キャン
ペーン事務局)
(☎023-626-3330)



歯周疾患検診を
受けましょう

- 高齢期における健康を維持し、食
べる楽しみをいつまでも得られるよ
う歯を失う大きな原因となる歯周疾
患を予防しましょう。
対象者の方には、7月23日付け
で受診券や受診票などを送付して
います。
- 対象者 昭和24年4月1日から
昭和25年3月31日までに生ま
れた方で、山形県後期高齢者医療
被保険の方
- 期間 8月1日(金)～12月31日(木)
- 場所 山形県歯科医師会に所属し
ている歯科医院
- 料金 無料
- 持ち物 受診券、受診票、山形県
後期高齢者医療の資格を確認で
きるもの(マイナ保険証、資格確認
書など)
- 申込方法 受診予約時、歯科医院
に「山形県後期高齢者医療広域連
合の歯周疾患検診」であることを
伝えてください。
※体調が優れない場合は受診を見合
わせて、体調が落ち着いてから受
診をしてください。
- ◆山形県後期高齢者医療広域連合
(☎0237-84-7100)

公立置賜南陽病院で特定
健康診査が受けられます

- 8月1日から公立置賜南陽病院
で特定健康診査が受けられるよう
になりました。自分の健康を自分で守
るため、健康診断を受けましょう。
- 対象者 ▷国民健康保険被保険者
(40歳～74歳の方)▷今年度特定
健康診査や人間ドック未受診の方
- 自己負担 2,000円
- 検査内容 ▷身体測定▷血液検査
(血糖値や肝臓、腎臓等)▷尿検査等
- 予約方法
①すこやか子育て課けん診係へ電
話(☎40-1693)
②受診券と問診票が自宅に届く
③ご自身で公立置賜南陽病院へ電
話(☎47-3000)
- 注意事項
▷公立置賜南陽病院では、特定健
診のみの受診となります。(胃
がん・大腸がん・肺がん検等は、
公民館や南陽検診センター等
での集団検診になります。)
▷乳がん検診は、公立置賜南陽病
院で受診できますので、お電話
でお申し出ください。
▷市の健診としての特定健診・ド
ックの受診は年度内1回です。重
複しての受診はできません。2
回目以降は自費になります。
- ◆南陽市国保医療係・けん診係
(☎40-1693)

◆＝問合せ・申込先

※掲載内容は7月25日時点のものです。情報が変更となる場合がありますので
各主催・担当に直接お問合せください。

若者サポート相談 (無料・予約優先)

「対人関係に不安がある」「仕事が続かず将来が不安」等のお悩みを公認心理師等に相談してみませんか。

- 日時 8月28日(木)13時30分～16時30分(受付16時まで)
- 場所 シェルターなんようホール会議室
- 対象 概ね30代までの方およびそのご家族等

◆福祉課(☎40-8214)

弁護士によるB型肝炎特 措法無料相談会

- 日時 9月6日(土)13時30分～16時(受付15時まで)
- 場所 置賜総合文化センター(米沢市)
- 内容 集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族を対象とした弁護士による相談

※事前予約優先ですが、当日会場での申込みも可能です。

◆全国B型肝炎訴訟
新潟・山形・福島事務所
(☎025-223-1130)

暮らしにアートを 8月のギャラリー

公立置賜南陽病院「病院ギャラリー」

「宮内公民館絵画教室作品展」
「渡部俊一作品展」

◆公立置賜南陽病院(☎47-3000)

えくぼプラザ市民ギャラリー

「米沢法人会 税の絵はがき(小学6年生)展」

■期日 19日(火)10時～25日(月)15時

「写団四季の会 写真展」

■期日 28日(木)10時～
9月5日(金)日正午

◆赤湯公民館(☎43-3466)

8月の南陽の朝市

今月号の「南陽の朝市」に関する情報は裏表紙でご紹介しています。

就労等無料相談会

就労等に一步踏み出せず悩んでいる方(15歳～49歳)を対象とした無料相談会を開催します。

- 期日 8月21日(木) 9時30分～16時30分
- 場所 ワトワセンター 研修室
- 対象 就労やひきこもり等にお悩みの方、またはご家族等

◆予約・問い合わせ
置賜若者サポートステーション
NPO法人With優
☎33-9137
FAX 33-9138
info@okisapo.org

※予約無しでも相談可能ですが、予約の方が優先となります。

◆福祉課生活福祉係
(☎40-1643)

不登校・ひきこもり等 相談会

休日の相談日も設けました。

- 期日 8月24日(日)10時～14時
- 場所 赤湯公民館(和室)
- 対象 ひきこもりや不登校の方、またはご家族等

◆予約・問い合わせ
置賜若者サポートステーション
NPO法人With優
☎33-9137
FAX 33-9138
info@okisapo.org

※予約無しでも相談可能ですが、予約の方が優先となります。

◆福祉課生活福祉係
(☎40-1643)

山形県パソコンボラン ティア養成講座(無料)

障がいのある方へ、パソコンやスマートフォンを使い方を支援してみませんか。

- 期日 9月6日(土)、7日(日)、13日(土)、14日(日)
- 時間 10時～15時
- 場所 県身体障害者福祉会館
- 定員 10人

◆申込締切 8月22日(金)
※詳しくはホームページをご覧ください▶
◆(社福)山形県身体障害者福祉協会
(☎023-686-3690)

置賜保健所 精神障がい 者家族教室(無料)

- 日時 9月5日(金) 13時30分～15時30分
- 場所 置賜総合支庁 西置賜地域振興局(長井市)
- 内容 ▶講話「精神障がい者との関わり方について」▶交流会
- 対象 精神障がい(うつ、統合失調症など)を抱える方のご家族等
- 定員 20人

◆申込方法 下記へ電話で申込み
◆申込締切 8月29日(金)
◆置賜保健所 精神保健福祉担当
(☎22-3015)

不動産無料相談会 (要予約)

- 期日 8月20日(水)、9月17日(水)
 - 時間 13時～15時
 - 場所 宅地建物取引業協会南陽
- ◆(公社)県宅地建物取引業協会南陽
(☎27-1212)

墓じまい
建て直し
リフォーム

お任せください!

墓石は墓石の専門店へ
まつしまメモリーランド

山形店
山形市東青田 1-8-64
☎023-615-1401

広告

南陽市役所代表 ☎0238-40-3211

■開庁時間 平日8時30分～17時15分

モンテディオ山形 南陽市応援デー



市内在住・在勤の方は、バックスタンド自由席(ゾーン1・ゾーン4)のチケットを一般1,700円・小中高生は無料でお得に購入できます。
モンテディオ山形とアンバサダー選手をみんなで応援しよう!

- 日時 8月30日(土) 19時キックオフ
- 場所 天童市 NDソフトスタジアム山形
- 対戦相手 第28節 サガン鳥栖
- チケット

応援デーチケットは、市役所4階社会教育課窓口、または「Jリーグチケット」にてお買い求めください。
無料シャトルバスに申し込まれる方は、チケットを同時購入することができます。

※当日券は、前売りの販売状況によって販売・配布が制限される場合があります(当日券:2,000円)。

無料シャトルバス運行

市役所発着でシャトルバスを運行します(先着20人)
乗車を希望される方は「やまがたe申請」からお申込みください。
▶乗車場所 市役所正面玄関 ▶発着時間 16時30分出発/22時以降解散(予定)
▶申込締切 8月22日(金)

※観戦チケットは各自でご用意ください。

※乗車申込の際に「チケットを申し込む」に☑を入れることでチケットを購入することができます。
申し込んだチケットは、当日乗車する際に代金と引き換えにお渡しします。



モンテディオ山形リボンマグネット募金受付中

市役所4階社会教育課窓口にて、モンテディオ山形に寄付をいただいた方にリボンマグネットを差し上げています(寄付額1,000円以上が対象)。
ご希望の方は職員までお声がけください。



南陽市アンバサダー選手
19岡本 一真 選手(DF)



▲Jリーグチケット



▲やまがたe申請

◆お問合せ 社会教育課社会体育係 (☎40-8990)

手ぶらでBBQ♪&レジン 作り♪～東紅苑で仲間 を作ろう～

- 対象 60歳以下で身体に障がいをお持ちの県内在住の方(付き添いの方も参加可能)
 - 日時 8月30日(土)
 - 場所 山形県身体障がい者保養所 東紅苑(東根市)
 - 定員 20人(定員に達し次第締切)
 - 参加費 3,500円
 - 申込締切 8月22日(金)
- ※詳しくはHP参照▶
◆(社福)山形県身体障害者福祉協会
(☎023-686-3690)

スタインウェイピアノ 演奏体験会

ギネス記録認定の「最大の木造コンサートホール」で名器スタインウェイピアノを演奏してみませんか。

- 期日 9月6日(土)、7日(日)
 - 時間 9時～16時(毎正時/1枠50分)
※最終枠は16時開始となります。
 - 場所 シェルターなんようホール(南陽市文化会館)大ホール
 - 料金 1枠:1,000円 ※1人(団体)につき2日間で2枠まで
 - 対象 制限なし※中学生以下の方は引率者の同伴が必要となります。
※詳細はシェルターなんようホールまでお問合せください。
- ◆シェルターなんようホール(☎40-1222)





芸術文化協会だより

芸術文化に親しんで 新しい活動につなげて！



南陽市芸術文化協会

会長 高橋 茂子

日頃、市民の皆様には本協会の活動に格別のご協力とご理解を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、昨年度は歴史と伝統ある芸術祭がお陰を持ちまして、五十回を終えることが出来ました。

今年の芸術祭では開幕式典前のオープニングで南陽8ミリクラブの作品「ふるさとの刀工 水心子正秀」を上映いたします。

また、新たに「社交ダンススタジオABIKO」が新規加入となり華やかさを添えてくださると思えます。

展示部門では書道、パッチワークなど、数多くのすぐれた作品が展示され、体験コーナーも用意されて、例年よりも好評を得ております。

芸術祭は会員達の日頃の活動の成果を表す場であり、芸術協会が全会員の持てる力を存分に発揮出来るように支援しております。

多くの市民の皆様が会場においてくださって芸術文化に親しみを持って頂き、新しい活動につなげて頂けることをねがっております。

結びに、今年も芸術祭が盛大に開催できますことは市当局はもとより、個人、団体を問わず、ご協力くださる多くの皆様のお陰であり、この場をお借りして厚く御礼申し上げ、挨拶いたします。

広げよう 市民が主役の うるおいの輪を

市芸術文化協会を 紹介します

南陽市芸術文化協会は香り高い文化のまちづくりを進めるため、芸術文化に関心を持つ人々や事業所が、力を合わせて芸術文化活動を推し進める団体として、昭和43年11月に結成されました。現在は団体・個人・特別会員を合わせた約250人の会員が市の芸術祭を中心として地域の芸術文化の振興にがんばっています。市民の皆様もまずは見学してみませんか。

なお、協会の年会費は次のとおりです。

■会費(一人当たり) 千円
特別会員 三千円

次のページは協会加盟の皆さんから市民の皆様さんへの入会案内特集と写真による活動報告です。

今年度の主な事業

令和7年度 県民芸術祭協賛事業

第51回 南陽市芸術祭

～ 広げよう 市民が主役の うるおいの輪を ～

◆会場 シェルターななようホール(市文化会館)

◆開幕式典・芸能フェスティバル 10月19日(日) 10時開演 ※飲食店あり

◆菊見茶会 10月12日(日)10時～15時

◆総合作品展 10月19日(日)～23日(木) ※20日(月)は休館日

◆いけ花展 10月19日(日)

◆第13回南陽こども芸術祭 11月16日(日)

芸文協の団体・個人会員の声と 市芸術祭の写真をお届けします あなたも一緒に楽しんでみませんか

民謡 南陽侃鸞会

島貫 孝一

民謡の会で指導を受けながら、月2回、練習しています。民謡は一度覚えると何十年経ても変わらず唄え、しかも同じ曲を全員で唄えるのも民謡の魅力です。一緒に唄いませんか。

詩吟 虎鷹吟詠会中川耕心塾

小林 敏朗

古今の名詞を、丹田呼吸で吟ずる事により健康維持・感性の養成に努めてみませんか。月2回、夕方7時から2時間、シェルター見学可。入会大歓迎！

個人会員(文学)

朝倉 脩

寮の仲間と遊び廻っていた頃、幼い日々を書き綴り、後年それが詩となっていた。童謡は、十年程前NHK「私の青おに」の放送の折、応募したのがきっかけだった。今も細々と続けております。どなたか御一緒に楽しんでみませんか。

華道 池坊渡辺社中

渡辺 美保

池坊の生け花を勉強しています。基本的に月1回、第3水曜日14時から17時までの間、ご都合の良い時間にきていただけます。四季折々に咲く花と触れ合ってみませんか。



舞踊 宮内民謡研究会

山川 恒子

宮内民謡研究会は、民謡の踊りです。どなたでも簡単に踊ることが出来ます。南陽市の芸文フェスティバルや山形の花笠祭り、民謡民踊の祭典でも活躍しております。男性の方も大いに歓迎します。

舞踊 桜柳会

佐藤 博子

日本舞踊の基本から学び、古典民謡曲と幅広くしております。毎週水曜日午後から熊野大社證誠殿にておけいこをしております。



音楽 南陽市バンド連絡協議会

嵐田 郁夫

南陽市バンド連絡協議会は14年目を迎えました。楽器演奏ワークショップも9回目を数えます。常に市民の期待や要望に応えられるように活動していきます。ライブ仲間同士の交流もすべてを、楽しく活動して盛り上げていきます。

美術 蒼土会

鎌田 一郎

絵を通して伝わってくるその人の心の風景。対象を描き出しながら、静かに豊かに味わう自然や事物、自分との対話。そうして生まれてくる絵はどれもが世界に一枚だけのものです。そんな作品を会員一同大切にしています。

書道 珠香会

相沢 和子

小中高生から80代まで、毎月お手本と向き合い集中し、楽しさ、難しさを感じながら励み、作品二枚を本部検定課に提出。昇級昇段となれば子供も大人も喜び大！美しい文字は自信に繋がります。見学・初心者大歓迎です。



映像 南陽8ミリクラブ

曾根原 力

昭和52年クラブ発足以来、郷土を題材にした教材映像82作品を制作しました。今年は「ふるさとの知られざる教育者田島賢亮」を制作中です。ぜひ、これまで制作した作品をご活用ください。





南陽子ども芸術祭 (令和6年11月17日)



第50回南陽市芸術祭開幕式典



舞踊 ダンススタジオABIKO
我孫子 勉
鳥上坂にある開設25年のダンス教室。40〜80代の方が楽しくレッスンしています。月1回えくぼプラザで社交ダンスを楽しむ会を主催。初心者大歓迎です。
シャルウィダンス!!

- 【特別会員】
- ▽白岩 孝夫 様
 - ▽大沼 豊広 様
 - ▽堀 裕一 様
 - ▽遠藤 榮吉 様
 - ▽島津 善衛門 様
 - ▽板垣 致江子 様
 - ▽高橋 一郎 様
 - ▽山口 裕昭 様
 - ▽須藤 清市 様
 - ▽伊藤 英司 様
 - ▽濱田 藤兵衛 様
 - ▽小松 武美 様
 - ▽佐藤 信行 様
 - ▽外山 弘樹 様
 - ▽中村 孝律 様
 - ▽佐藤 和広 様
 - ▽茂出木 純也 様
 - ▽大友 太朗 様
 - ▽高岡 遼多 様
 - ▽菊地 泰雄 様
 - ▽はまだ屋 様
 - ▽有限会社文進堂印刷 様
 - ▽株式会社山南自動車 様
 - ▽有限会社石田製作所 様

役員と事務局体制

会長	高橋 茂子
副会長	北澤 茂男、小関 文典
常任理事	鹿又 優子
理事	富谷 信広、梅川知恵子、石田 幸子、小林 敏朗、大道寺幸子
監事	佐野 憲一、満岡 光明、嵐田 郁夫、相沢 淳子、遠藤 博、後藤 典昭、曾根原照子、横井 悦子、渡辺 美保、川合ひさ子、阿部 莊一
事務局長	佐貝 清志、星 和夫
事務局次長	大場 博
事務局	鎌田 一郎
顧問	星 美喜、小川よみ子、社会教育課文化係、渡部 俊一、菊地 清

編集後記

写真は令和6年10月13日から始まった第50回南陽市芸術祭の開幕式典、芸能フェスティバル、総合作品展、そして南陽子ども芸術祭からの写真です。活動の楽しさとその成果が表れていますね。また、写真から熱気も伝わってきます。今年も暑い夏になりそうです。市民の皆様、この夏をお元気で過ごして下さいませ!! (JK)

音楽 南陽さくら歌謡会

北澤 茂男

12名の会員で活動しております。各種大会に出場したり、いろいろな発表会に参加したり、月1回の練習会も楽しみます。懐かしい昭和歌謡その他、芸文発表会に向けて、全員で練習しております。

個人会員 (茶道)

鹿又 優子

毎週木曜日の午前中と夜に稽古を自宅で行っております。初心者もベテランの弟子達もそれぞれの日常の環境と年齢の差を越えて楽しんでいるようです。「美しく、楽しく」を心がけております。

茶道 表千家 平社中

平 勝子

お茶はどこから来たの、中国雲南省に自生し健康茶と伝えられ、約八百年前に栄西禅僧が種を茶壺に入れて日本に持ち帰り京都の宇治茶が有名。五百年程前千利休が幼少頃から茶湯を学び茶道を確立しました。

舞踊 ダンススタジオ イヴ

曾根原 照子

「アーティスティックダンス体験会」
木曜…18時〜19時、
土曜…14時半〜15時半
場所…ダンススタジオ イヴ
お問合せ
dancestudioeve@gmail.com

工芸 Flower friend

夢花工房 後藤 洋子

個人の都合の良い日時に応じ、アメリカンフラワーの教室をしております。個人、数人での体験も可能です。是非どうぞ!
連絡先…080-6001-7135

茶道 表千家 高橋社中

高橋 茂子

茶の湯は学問の世界ではなく体験の世界であると云われています。火曜日9時から正午まで、土曜日13時から18時までの自宅稽古になります。美味しいお菓子とお茶を頂きながら和の文化を楽しんでみてはいかがでしょうか。

舞踊 三門三都鳳舞踊会

佐藤 ミヤノ

今はもっぱら新舞踊を教えております。毎月2回〜3回、午後1時〜5時まで南陽市や川西町にて皆さんのびのびと稽古に励んでおります。是非入会してみませんかお待ちしております。



工芸 伝統工芸

川合 ひさ子

会員は草木染や織りでいろいろな作品を制作しています。不定期に集まりお互いの作品を見たり教え合ったりと共に学んでいます。

舞踊 侃鸞会南陽舞踊部

石黒 桂子

踊りの練習は毎月2回、沖郷公民館です。「仲良く踊りを楽しんでいる会」として、以前、知事さんや市長さんが見学に来られました。休けい時間にはいつものように、おいしいお菓子と抹茶を点て、一緒に楽しんでいたこともありました。私達には民謡侃鸞会(南陽・赤湯・高畠・長井・白鷹支部)と一緒に楽しいイベントがたくさんあります。先日「ピオニーの森」で楽しい一日を過ごしてきました。

個人会員 (人形制作) ビスクドール

渋川 敦子

若い頃、あこがれて習っていた技法を思い出しながらアンティークドールのリプロダクションを制作しています。全く同じお人形が出来ませんが、それがまた楽しみです。

物価高に対応するための予算が政府から全国の市町村に5月末に配られました。南陽市には1803万円。市民一人当たり約600円です。値上がりした品目の中で特に毎日食べるお米は昨年の2倍の値段です。お米を作って下さる農家の収入が増えるのは望ましいことです。しかし、1年で2倍の値上がりは急激すぎて、お米離れが起きかねません。それを防ぎつつ、全市民に平等な物価対策として、お米券をお配りしています。金額は少ないけれど、5キロのお米が約1割引きで買える券です。このお米券は、お米以外の商品が買える取扱店もあります。少しでも農家の皆さんもお使い下さい。また、物価高は市が市民生活を守るために行う道路整備や防災のための事業ができなくなる影響もあります。その対策のためにも先日、国土交通省や財務省へ、予算獲得のための要望活動に行きました。省庁関係者の方からは「地域の声を聞かせていただくのは非常に重要」とのこと。猛暑の霞が関。シャツは汗ビショリ。それでも足を使い、地道に。

市長の コラム

自然体

No. 51



できることはわずかも

おススメの一冊「えくぼの本棚」

『ひとりで楽しむ鉄道旅 駅弁めぐり篇』

やすこーん／著 玄光社／発行

2500以上の駅弁を食した著者による、駅弁メインの鉄道旅行ガイド。様々な駅弁の紹介から旅に役立つコラムまで、イラスト満載で「駅弁旅」をお届けします！



新着図書紹介

※他にも多数の新着図書を取りそろえています。

一般書

- クロエとオオエ／有川ひろ
- 一撃のお姫さま／島本理生
- へびつかい座の見えない夜／砂村かいり
- 麦本三歩の好きなもの 第三集／住野よる

児童書

- うさぎのしま／近藤えり、たてのひろし
- おもしろ踏切大百科／イカロスのりものkids編集部
- 火明かり ゲド戦記 別冊／アーシュラ・K. ル＝グウィン

図書館

南陽市立図書館
（☎43-2219）

- 【8月】■開館時間 火～金曜 10時～20時
土・日曜・11日(月) 10時～17時
※9日(土) 屋台市開催のため正午閉館
※13日(水) お盆のため17時閉館
※15日(金) 盆踊り開催のため16時閉館
■休館日 4日(月)、12日(火)、18日(月)、25日(月)

おはなし会(児童コーナー)

- しんちゃんおはなし会(しんちゃんおはなし会) 8/23(土) 11時
- どんぐりおはなし会 ※お盆のため、お休みです。

市立図書館おたのしみ会

8/16(土) 11時

原口茂毅さん(赤湯在住)から、美術関係の書籍(貴重な展覧会の催事のカatalog・作品集)を20冊寄贈いただき、これまで寄贈いただいたものと合わせて500冊になりました。ぜひご覧ください。

食改さんの おすすめレシピ♪

「筋力アップ」編

鶏もも肉となすのさっぱりあえ

材料(2人分)

- | | |
|----------|------|
| 鶏もも肉 | 150g |
| 長なす | 1本 |
| 片栗粉 | 大さじ1 |
| ポン酢しょうゆ | 大さじ2 |
| めんつゆ | 大さじ1 |
| 大根おろし | 大さじ3 |
| ラディッシュの葉 | |
| または小ねぎ | 適宜 |



市食生活改善(母子保健)推進員連絡協議会
◆事務局・すこやか子育て課すこやか係
(☎40-1691)

作り方

- ①鶏もも肉はひと口大に切る。長なすは皮目に切り込みをいれ、ひと口大に切る。
- ②①をポリ袋に入れ、片栗粉を入れ全体にまぶす。
- ③耐熱容器にポン酢とめんつゆを混ぜ、②を加えてからめる。
- ④ふんわりとラップをして電子レンジ600wで3分加熱する。かき混ぜて再び電子レンジで3分加熱する。
- ⑤大根おろしとせん切りしたラディッシュの葉(または小口切りにした小ねぎ)を添えて盛り付ける。

1人当たり栄養価

エネルギー 188kcal
たんぱく質 14.1g / 脂質 10.2g / 食塩相当量 2.2g

ワンポイント

油で揚げないので低カロリーです。長なす以外の野菜でも試してください。



宮内地区食改の皆さん

沖郷小学校2年(現3年)

大塚 葵平 さん

「おじいさんのまほうのやさい」



第38回(令和6年度)

須藤克三賞 最優秀作品紹介

[創作童話の部]

小学校低学年の部 最優秀作品

むかしむかし、あるところに山にかこまれた小さな村がありました。この村には、こころのやさしいおじいさんと、おこりんぼうのおばあさんがいました。おじいさんとおばあさんの家はならんでたっていました。おじいさんとおばあさんは、はたけをたがやして、いろいろなやさいをそだてていました。いろいろなやさいは、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、トウモロコシ、かぼちゃ、トマト、きゅうり、なす、大こん、さつまいも、レタス、キャベツ、ブロッコリー、などです。おじいさんは、あつい日もさむい日も、まい日はたけに行きました。そして、水をやったり、草むしりをしたりしていました。やさいたちには、「大きくなったな。えらいぞえらいぞ。」と、ほめていました。ほめられたやさいたちは、どんどん大きくなりました。しかも、あまくておいしいやさいになりました。おこりんぼうのおばあさんは、「今日はあついからはたけに行くのはやだな。今日はさむいからはたけに行くのはやめよう。かぜをひくとわるいな。」と言って、やさいたちにあまり水をやりませんでした。だから、やさいは大きくなりませんでした。はっぱは、ちゃ色になっていました。そして、食べるにがいあじがしました。ある日のこと、おなかをすかしたイノシ

シとサルが、おこりんぼうのおばあさんのはたけにやってきました。そしてイノシシは土をほって、じゃがいもを食べてしまいました。サルはトウモロコシを食べてしまいました。すると、イノシシとサルのおかあというまにこわいかおになってしまいました。そして、となりのおじいさんに「たすけておくれ。」と、なきながらおねがいました。おじいさんは、「よしよし、おれにまかせておくれ。」と、言っておじいさんののはたけに行きました。そして、自分の家のトマトとさつまいもをイノシシとサルに食べさせました。するとどうでしょう。おじいさんのやさいを食べたイノシシとサルは、あつというまにやさいかおになりました。そしてあばれるのをやめました。おじいさんは、「おなかがすいたらいつでもきていいよ。このたなの上にやさいをおいておくから、それを食べなさい。」と、言いました。それから、となりのおばあさんにもやさいをわけてやりました。

須藤克三賞について

宮内町(現南陽市)生まれの郷土文学者、須藤克三先生のご功績をたたえ、市制施行20周年記念事業として昭和62年に創設されました。



おじいさんのやさいを食べたおばあさんは、だんだんと、こころのやさしいおばあさんになっていきました。この話は、村中のひょうばんになりました。そのせいで、ケンカばかりしている子どものおかあさんや、ともだちをいじめてこまっている子どものおとうさんが、「おじいさんのやさいをゆずってください」と、たくさんの方があつまってきました。おじいさんは、きた人たちにすこしずつわけてやりました。やさいを食べた大人もどうぶつも、みんなやさしいところになりました。そして、人げんどうぶつたちは、なかよくへいわなまい日をくらしました。とうびんと

① 赤湯温泉観光朝市



③ げんき熊野市



④ 沖郷軽トラック市



② りんごう朝市



賑わっています!
なんようの朝市

市内各所で開かれている朝市が賑わっています! 旬の新鮮な野菜や花き、軽食、惣菜、雑貨等々、様々なお店が楽しめます。まだまだ暑いこの季節、朝の涼しい時間帯にご家族で出かけてみてはいかがでしょうか?

①開催日②時間③場所④お問合せ

- ①赤湯温泉観光朝市 ①毎月第2、第4日曜日(11月は第2のみ) ②6時30分～7時30分(売切れ次第終了)
③赤湯温泉湯こつ駐車場④金田屋魚店(☎43-2014)
- ②りんごう朝市 ①毎週日曜日②7時～8時③の川や駐車場④の川や(☎47-7131)
- ③げんき熊野市 ①毎月第3土曜日②10時～正午頃③きらやか銀行駐車場④森谷商店(☎47-3981)
- ④沖郷軽トラック市 ①毎月最終日曜日②9時～11時③沖郷公民館駐車場④沖郷公民館(☎43-2324)



◎おりはた朝市2025 6月15日(日)、漆山地区のおりはた朝市が、つるのこを会場に約10年ぶりに開催されました! 今後の定期開催に期待が持たれます。

表紙の写真

熊野大社例大祭

7月23日(水)～26日(土)、熊野大社例大祭が開催され、地域の皆さんや観光客などで賑わい、それぞれ宮内の夏の風物詩を楽しんでいました。

この内24日(木)にはよまつり(宵祭り)が行われ、「延年稚児舞全曲奉奏」では、子どもたちが緊張した面持ちで舞を披露すると、見守っていた保護者や親子連れから温かい拍手が送られました。また「神輿御下り」では、重さ400kgの神輿を勇壮な行者たちが担ぎ、多くの見物客が見守る中、約60mの石段を「ワッショイ、ワッショイ」と威勢の良い掛け声とともに下りました。



スマートフォン用アプリ「マチイロ」でいつでもカラーの市報なんようが読めます♪



◀ダウンロードはこちらから

◆総務課広報広聴係
(☎40-0319)

