



## ことし1年の幸せを願って

天童市シルバー人材センターで毎年製作している門松は、仕上がりの良さから多くの方に好評。年末も、大小80基の注文に応じるため、急ピッチながらも丁寧に作業が進められました。

- 2 謹賀新年 年頭のごあいさつ
- 4 小特集 心温まる ふるさとの味
- 8 平成24年 1年間のまちづくり
- 11 暮らしの情報 1月27日は山形県知事選挙

# 夢と活気に満ちあふれた まちづくり



天童市長  
山本 信治

みなさま、新年あけましておめでとうございます。

みなさまとともに、平成25年の初春を健やかに迎えることができましたことを、心からお喜び申し上げます。

旧年中は、市政運営万般に対しまして、深いご理解とご協力を賜りましたことに、厚く御礼を申し上げます。

さて、昨年11月に執行された任期満了に伴う天童市長選挙におきまして、みなさまからご信任をいただき、2期目の天童市政をお預かりすることになりました。これまで以上に市民のためのまちづくりに進進してまいりますので、ご指導とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

私は、市長就任以来、県内の自治体では初めてとなる「中学3年生までの医療費の無料化」や「第3子以降の保育料の無料化」など、みなさまが安心して子どもを産み、健やかに育てられるよう、子育て環境の整備に最善を尽くしてまいりました。

これらの子育て政策に係る「市民満足度・重要度アンケート調査」の結果を拝見しますと、満足度において、一定の評価をいただいたものと感じております。しかしながら、この成果に慢心することなく、1期目の4年間で解決できなかった課題には真摯に向き合うとともに、さらに多くの方々のさまざまな意見に耳を傾け、市民のみなさまから付託された市政運営に十分反映させていかなければならないと感じております。

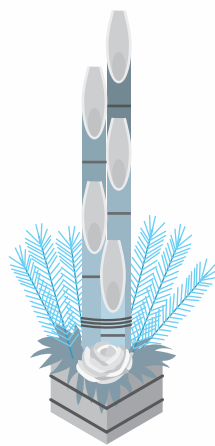
今後は、これまで私の目標に掲げてまいりました「子育て支援日本一」、「観光・ものづくり日本一」、「スポーツ・文化・健康づくり日本一」の3つの日本一を目指して、引き続き積極果敢に挑戦す

るとともに、これらを実現する土台となる「市役所改革」を実行してまいります。また、東日本大震災の教訓を踏まえ、市有施設の耐震化を含めた「安全・安心なまちづくり」の更なる推進を図ってまいります。

現在、平成22年度からスタートした「第六次天童市総合計画」の中間検証を行っております。当該計画の実行による成果を改めて評価するとともに、見えてきた課題を洗い出し、これから進める4年間の後期計画並びに市政運営において、その解決に努めてまいりますと考えております。

これからも、市民のみなさまとともに歩み、将来の都市像である「笑顔 にぎわい しあわせ実感健康都市」を目指し、夢と活気に満ちあふれたまちづくりを進めてまいります。

平成25年が、みなさまにとりましてさらに飛躍する年となり、明るく希望に満ちた一年でありますことを、心からお祈り申し上げます。年頭のあいさつといたします。





# 天童市議会

## 更なる

## 議会改革を目指して

新年あけましておめでとうございます。

日ごろ、本市議会に對しましては格別のご理解とご協力を賜り、心より厚く御礼申し上げます。

昨年、ロンドンオリンピックでの日本選手の活躍や東京スカイツリーの開業、国内の広い範囲での金環日食観測など、日本中が盛り上がる出来事が数多くありました。一方で、円高による景気の低迷や、尖閣諸島をめぐる問題など、我が国は経済的・国際的にも依然厳しい状況におかれています。

このような中、本市では市立第一中学校の改築工事を始め、全小・中学校の耐震化工事などの教育環境整備、第3子以降の保育料無料化の実施など、市民のみならず「しあわせ」を実感できる政策・事業が着実に展開されています。

さて、本市議会においては、昨年3月、議会改革特別委員会を設置し、議会の活性化や市民に開かれた議会づくりを目指し、協議・検討を進めております。改革の一つとして、昨年10月には市内4会場で初めての議会報告・意見交換

会を開催しました。市民のみならずと直接、活発な意見交換をする中で、貴重なご意見を承り、大変意義のあるものとなりました。

今後とも市民のみならずのご意見、ご提言などを参考にし、より身近で親しまれる議会となるよう更なる改革に努めてまいりますので、一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

本年が、市民のみならずにとって幸多い、輝かしい年となりますよう心からお祈り申し上げます、新年のあいさつといたします。

議長 水戸 保

副議長 鈴木 照一

議員 武田 正二 水戸 芳美

遠藤 敬知 茂木 孝雄

村山 俊雄 狩野 佳和

松田 光也 矢萩 武昭

山口 桂子 海鋒 孝志

木村 竹虎 赤塚幸一郎

結城 義巳 後藤 和信

山崎 論 石垣 昭一

小松 善雄 伊藤 護國

浅井 健一 伊藤 和子

(議席番号順)

## いっしょに2014年

蛇は神格化され、聖書や神話にもしばしば登場します。また、



水の神として信仰されたり、家の守り神として家に住みつくのを喜んだりする例もあります。このように、蛇は悪者として恐れられてもいますが、神としてあがめられることもあり、いろいろな話が世界各地に伝わっています。

蛇は古くから人間とかわりが多い動物だけに、蛇に関する故事やことわざもいろいろあります。「蛇足」は、あっても意味のないもの、余計なことという意味に使われます。「蛇の道はへび」もよく聞くことわざです。「じゃ」といっても「へび」といっても、呼び方が違うだけで同じもの。同じ仲間のことならすくに分かるという意味です。

「蛇穴を出づ」は冬眠していた蛇が、春の訪れとともにはい出すこと。社会にはいろいろな出来事がありますが、本年も春のように、明るい日差しが多く注がれることを願いたいものです。

そうそう、この味

# 心温まる ふるさとの味

近年、生活環境が多様化し、私たちが「ふるさとの味」に出会う機会はどんどん減ってきています。先人たちは知恵を凝らして、山形の豊かな自然に恵まれた四季折々の旬の食材を上手に活用しながら、地域の特性を生かした食文化を築いてきました。地域に伝わる郷土料理や行事食が忘れられつつある今、これらの古き良き伝統を、次の世代へとつないでいきたいものです。

そこで市では、平成23年3月に天童市食育推進計画を策定し、食卓を中心とした家族の団らんをとおして、家庭や地域での郷土料理や四季の行事食の伝承に努めています。

今回は、この季節を代表する郷土料理として、納豆汁とひょう干しの煮物の2品を紹介します。家族が集まるこの時期だからこそ、ふるさとの懐かしい味で家庭の食卓を囲んでみてはいかがでしょうか。



## ひょう干しの煮物

### 材 料（4人分）

ひょう干し(乾)	80g	A	しょうゆ	大さじ2
糸こんにゃく	150g		砂糖	大さじ1
油揚げ	2枚		みりん	大さじ1
焼きちくわ	1本		酒	大さじ1
にんじん	50g		だし汁	100cc
			油	大さじ1

### お正月の縁起物

「ことも、ひょっとして良いことがありますように」と、縁起を担いで正月に食べられます。山形で「ひょう」と呼ばれるこの植物は、夏の暑い時期に地面を覆うスベリヒユのことで、これを摘み取ってゆでてから天日干しにして保存します。雪に閉ざされた山形では、冬の貴重な食料として、なす干しや芋がら、ぜんまいなど、さまざまな干し物が作られてきました。ひょう干しはその代表的なものの一つで、ひょうは煮物のほかにも、からし和えやおひたしとしても食べられます。

### 1人分栄養量

エネルギー  
65kcal

たんぱく質  
3.7g

塩分  
1.6g

### 作り方

1. ひょう干しは一晩水につけておく。水を取りかえ、たっぷりの水を加えて火にかけ沸騰直前で火を止め、そのまま冷ます。
2. 糸こんにゃくは3cm長さに切り、熱湯でさっとゆでる。油揚げは縦半分に切り、7～8mm幅に切る。ちくわは薄い輪切りにし、にんじんは千切りにする。
3. ちくわを除いた材料を油で炒め、Aを加え、味がしみるまで煮る。最後にちくわを加えて混ぜ、器に盛り付ける。

# 将来に残したい伝統・行事食

## ～村山地方の四季の郷土料理～



昔懐かし料理ごよみ (参考)やまがた郷土料理

時期	行事名	献立・料理名 風習	言い伝えなど
冬	日常	かいもち、みそ汁だんご、ひっぱりうどん、干し物、くき菜煮、青菜漬け、おみ漬け	
1月1日	正月	とんともち(納豆・くるみ・こしあん)、田作りごぼう、数の子と青豆のひたし、黒豆、ひょう干しの煮物、柿なます、氷頭なます、とろろかけご飯	おせちとは「御節供(おせちく)」の略で、季節の節目に神様に供える料理のこと
1月7日	七草	納豆汁、七草がゆ	<ul style="list-style-type: none"> <li>春の七草「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのぞ、すずな、すずしろ」を入れたかゆを食べる</li> <li>正月のごちそうに疲れた胃に休息を与えてくれる</li> </ul>
1月11日	蔵開き	尾頭付きの焼き魚と鱈の煮魚、御神酒を供えて拌む	ことしも蔵に米俵がたくさん重なるように
	鏡開き	正月の鏡餅を割って食べる	健康を祈る
1月15日	小正月 さいとう お斉燈	<ul style="list-style-type: none"> <li>田楽(豆腐・こんにゃく・丸め餅)</li> <li>朝餅をついてお供えする</li> <li>夜、お斉燈の火で棒に刺した餅を焼いて食べる</li> <li>豆腐の田楽を夜食にする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>団子をみづきに刺して豊作祈願</li> <li>豊作を祈願し、わらを5～6本ずつ豆幹と一緒に雪の上に田植えのように植えていく</li> <li>お斉燈で焼いた餅を食べると虫歯にならない</li> </ul>



## 納豆汁

### 材料 (4人分)

納豆	100g	なめこ	120g
木綿豆腐	100g	せり	40g
油揚げ	30g	ねぎ	40g
芋がら(乾)	40g	平こんにゃく	120g
わらび	80g	みそ	大さじ3
(あく抜きしたもの)		だし汁	4カップ
山うど	80g	七味唐辛子	少々
細竹	80g		

### 体ぽかぽか 栄養満点

年明けした1月7日の七草の行事食として、昔から食べられています。雪深い山形では、春の七草をそろえるのが難しいため、納豆汁を食べるのが風習になったようです。山形をはじめとする内陸地方の人々は、動物性のたんぱく質を取る機会が多くありませんでした。そこで、大豆・大豆製品は「畑の肉」といわれるほど重要なたんぱく質源なので、みそ汁に納豆とねぎやせり、保存してある芋がらや山菜などを加えて栄養を補給していました。寒い冬には体も心も温まる栄養豊かな一品です。

※芋がらとは、里芋の茎の皮をむき、干して乾燥させたものです。

1人分栄養量	エネルギー	たんぱく質	塩分
	159kcal	11.7g	1.8g

### 作り方

1. 納豆はすり鉢でよくすりつぶす。
2. ねぎはみじん切りにし、山うどと細竹は斜め切りにする。わらびは3cm長さに切り、油揚げ、こんにゃく、豆腐は1cmのさいの目に切る。芋がらはお湯でもみ洗いし、1cm長さに切る。
3. 鍋にだし汁を入れて芋がらを煮る。軟らかくなったら、油抜きした油揚げ、こんにゃく、山うどを加えて煮る。うどが軟らかくなったら細竹、わらびを入れてひと煮立ちさせる。
4. 3にこしたみそ、豆腐、なめこを加え火を止める。1の納豆を加えてひと煮立ちさせ器に盛り、せりとねぎをのせて、お好みで七味唐辛子をかける。





## 熱くておいしい戦い 平成鍋合戦

冬の恒例行事の平成鍋合戦が、12月2日、県総合運動公園で開催されました。ことしは、県外も含めて33団体35種類の鍋が参戦。各地から集結した味自慢の鍋を求めて大勢のお客さんが詰め掛け、鍋の食べ比べを楽しみました。人気の鍋には行列ができ、早々と完売する店も続出。審査の結果、優勝・鍋將軍には、友好都市中国瓦房店委員会の「鶏白湯塩麩餃子鍋」、準優勝・鍋の局には、ボーイスカウト山形第1団の「元祖じゃがバター鍋」が選ばれました。



<http://www.city.tendo.yamagata.jp/>

# MY TOWN TOPICS まちの話題

あなたの地域の楽しい話題を、市長公室広報係にお知らせください。  
ホットライン ☎654-1111内線325



## 国際色豊かなクリスマス会

12月8日、市立天童中部公民館で国際交流クリスマス会が開かれました。昼食会には、タイのグリーンカレーや韓国のトッポギなど、各国自慢の味が集結。ステージでは、琴の演奏や留学生による南京玉簾などが披露された後、4か国語で「きよしこの夜」を合唱し、互いの文化を楽しみながら交流を深めていました。

## 生涯学習フェスティバルを開催

12月8日、市民プラザで生涯学習フェスティバル2012が開かれました。本年度に制定した「天童市教育の日」の記念事業として、宮城浩蔵賞授与と明治大学・天童市連携講座「てんどう笑顔塾」の公開講座が併せて開催されました。明治大学の福宮賢一学長が「人を育て地域に活力をー生涯学習で地域を変えるー」と題して講演した後、明治大学学生が、てんどう活性化プロジェクトで取り組んだまちづくりの提言発表を行いました。





## モンテを応援！プレミアム商品券を発売

12月8日、市内の各商店で利用できる「<sup>わらべ</sup>天の童プレミアム商品券」の一般発売イベントが行われました。これは、天童市商店街連合会と天童商工会議所が、地域経済活性化や商店街振興を目的に発行したもので、「GO！モンテディオ券」としてモンテディオ山形への支援をプラス。市役所の特設販売所には、モンテディオ山形の秋葉勝選手と宮阪政樹選手も登場し、悪天候にも関わらず、たくさんのお客さんが訪れ商品券を買い求めていました。



## 目指すは技術者？ 発明家？

12月15日、勤労青少年ホーム（つどーむ天童）で天童少年少女発明クラブの創作教室が行われました。これは、天童商工会議所工業部会がモノづくり支援事業の一環として平成18年から取り組んでいるものです。今回は、小学生約20人が参加し、ニッパやペンチを器用に使いながら車型ロボットの作成に挑戦していました。

## キャンドルナイトでスローなひとときを

12月15日、JR天童駅東口でキャンドルナイト2012 in てんどうが開催されました。これは、天童市地球温暖化対策協議会が主催したもので今回で6回目。ともされたキャンドルは、市内のお寺などから出た使用済みろうそくを再利用したものです。天童駅の利用客や観光客も足を止めて記念撮影などを楽しんでいました。



## 野菜を食べて元気に

12月4日、蔵増小で、学校給食のために20年間毎年野菜を寄付している林忠一さん夫婦（矢野目）を招いての交流給食会が開かれました。子どもたちは、林さんの野菜が使われた給食をおいしそうに頬張っていました。林さんは、「野菜をいっぱい食べて元気になって、目標を持って一生懸命生きて欲しい」と子どもたちに思いを伝えていました。





# 1年間の まちづくり



▲多賀城市の園児をサクランボもぎ取り体験会に招待



▲ゆびあの入浴者が800万人に

東日本大震災から間もなく2年が経とうとしています。本市では、安全で安心して暮らせるまちづくりに引き続き取り組んできたほか、第3子以降の保育料無料化を実施するなど、子育て環境の整備に力を注いできました。また、市立小・中学校の耐震化を完了し、市立第一中学校の改築を進めるなど、教育環境の整備に取り組みました。経済・農業の分野では、天童温泉しだれ桜まつりや天童産農作物の海外プロモーションを初めて行うなど、市民や団体と手をとり合って活発な活動を展開してきました。ことしも、さらなる発展を目指して幸せを実感できるまちづくりに取り組んでいきます。



▲市上下水道事業所を開所



▲懐しの名曲を高音質で

## 平成24年の 主な出来事

7月4日	6月15日	5月20日	5月15日	4月28日	4月23日	4月20日	4月1日	3月	2月	2月20日	2月4日	2月2日	1月6日
多賀城市の保育園児を招待し、サクランボもぎ取り体験会を開催	市美術館で第67回春の院展(～24日)	市上下水道事業所を開所	天童市建設コンサルタント協会と災害時における応急対策に関する協定締結	市豪雪対策本部設置	市役所音楽隊創立40周年記念式典	市立小学校の耐震化を全て完了	市立小・中学校の耐震化を完了し、市立第一中学校の改築を進めるなど、教育環境の整備に取り組みました	第二次天童市環境基本計画を策定	天童温泉しだれ桜まつり開催	市立小・中学校の耐震化を完了し、市立第一中学校の改築を進めるなど、教育環境の整備に取り組みました	市立小・中学校の耐震化を完了し、市立第一中学校の改築を進めるなど、教育環境の整備に取り組みました	市立小・中学校の耐震化を完了し、市立第一中学校の改築を進めるなど、教育環境の整備に取り組みました	天童最上川温泉ゆびあの入浴者が800万人を突破





▲市立第一中学校改築工事を開始



▲ALTを2人増員し、小・中学校の英語の授業を支援



▲明治大学の学生が市内を巡り市の現状を視察



▲マロスティカ市で温かい歓迎を受ける訪問団



▲万が一に備えてさまざまな分野で災害協定を締結



▲台湾でラ・フランスとシャインマスカットをピーアール



▲市民と山形交響楽団によるハーモニー



▲秋晴れの中、第1回ラ・フランスマラソン大会がスタート

7月9日	ランボもぎ取り体験会
8月1日	市立第一中学校改築工事安全祈願祭
8月4日	市ホームページをリニューアル
8月4日	外国語指導助手(ALT)を2人増員
8月28日	特定非営利活動法人NPO天童高原設立総会
9月3日	天童市燃料組合・山形段ボール株式会社と災害時における協定締結
9月3日	明治大学の「てんどうブランド創造プロジェクト」の実施(〜6日)
9月5日	姉妹都市イタリア・マロスティカ市へ訪問団が出發(〜12日)
9月30日	市総合防災訓練
9月	市立中学校の耐震化を全て完了(市立第一中学校を除く)
10月15日	第25期竜王戦第1局(〜16日)
10月17日	常陸宮妃殿下が支部創設125周年記念山形県赤十字大会にご出席のためご来童(〜18日)
11月1日	レコードサロンを開設
11月3日	第1回天童ラ・フランスマラソン大会
11月4日	第20回天童市民創作劇場「オペラ・ガラ・コンサート」
11月10日	「将棋の日」イベント(〜11日)
11月25日	天童市長選挙(無投票で再選)
11月30日	特産果実海外プロモーションを台湾で実施(〜12月2日)
12月8日	「天童市教育の日」制定記念の生涯学習フェスティバル
12月16日	天の童プレミアム商品券が販売開始 衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査



# 天童俳句会

# 天童短歌会

初みくじ勉学せよの四文字あり

伊藤 数子

遠く住む曾孫の写真を年賀にて

柴田としゑ

秋風に霧飛び分けて来る雁の  
千世に変はらぬ声聞こゆなり

土屋きみの

初詣子の足跡を踏み登る

相澤 愛子

元朝を若松に来て手を合わす  
よき年なれと孫らとともに

庄司 幸子

吹雪く日は炬燵に入りて届きたる  
『短歌年鑑』読みて暮れたり

蜂谷 弘

新しき鈴の緒を引き初詣

野村 貞子

縁ありて嫁ぎ来し汝の国の花  
木槿根づきて十四年経つ

鈴木 綾子

白鷺の大き足跡見付けたり  
雪の降り積む朝の池辺に

菱沼 八重

傘寿迎ふ日々新たななるわれならむ

川崎 利夫

境内のかがり火に手をかざしつつ  
除夜の鐘きき新年を待つ

鈴木 知子

高齢者のダンスクラブに興じる  
夫健やかに卒寿を迎ふ

古澤 延

わが庭になれ親しみて初雀

三原 正三

帰省せし子等の滞在短さを  
名残惜しみて駅まで送る

須藤 サヨ

巳の年のはじめに祈りぬ被災地の  
人ら苦土より立ち上がらむを

水澤 隆子

文字にして面映ゆきもの初日記

大沼 昭子

メ飾り玄関に掛けうかららの  
平穏祈り新年迎ふ

相馬 ミネ

格知学舎のカメムシ親し吾が膝に  
下り来て共に雅楽聴きをり

結城 恭子

数の子を囁めば黄金の音すなり

黒沢 道子

雨あとの露のしたたる菊の花  
持ち来し老いは健やかにして

高橋 宗伸

初夢はひざの痛みも快癒して  
元朝参り一人歩く夢

滝口 章子





# 山形県知事選挙

告示日 1月10日(木)  
投票日 1月27日(日)  
開票 1月27日(日) 午後9:00~  
市スポーツセンター

1月27日(日)は、任期満了に伴う山形県知事選挙の投票日です。

この選挙は、今後4年間、県民の先頭に立って地域づくりをする人を選ぶ大切な選挙です。みなさんの良識ある判断で大切な一票を投じましょう。



## 投票時間は午前7:00~午後8:00

投票は、1月27日(日)に市内53カ所の投票所で行われます。投票時間は、午前7:00~午後8:00です。時間に遅れないよう早めに投票しましょう。

## 投票できるのは次の方です

投票できる方は次の要件を満たし、市の永久選挙人名簿に登録されている方です。

- 住所 平成24年10月9日までに市内に住み、住民登録している方
- 年齢 1月27日現在で満20歳以上の方  
12月28日(金)以降に市内で転居した方は、転居前の住所の投票所で投票することになります

## 期日前投票をご利用ください

### 期日前投票

仕事や旅行、出産などの理由により、選挙当日投票できない人は期日前投票ができます。

- 期日前投票期間 1月11日(金)~26日(土)  
(土・日曜日、祝日も投票できます)
- 時間 午前8:30~午後8:00
- ところ 市役所1階市民ロビー
- 持物 入場券(配布された方のみ)

## 期日前投票をする方へ

これまで、期日前投票は、受付時に宣誓書(兼請求書)を記入していただいていたのですが、受付時間の短縮化・利便性を考え、入場券裏面を宣誓書に変更しました。期日前投票をする方は、あらかじめ記入の上、ご持参ください。また、期日前投票の会場も、これまでの市役所5階会議室から、市役所1階市民ロビーに変更し、便利になりました。

なお、入場券が届いていない場合や、なくしたり、忘れたりしたときでも投票できますので、当日、期日前投票所の係員に申し出ください。

- 問合せ 市選挙管理委員会事務局

(☎654-1111内線512)

# 償却資産の申告は1月31日(木)まで

固定資産税は、土地・家屋のほか、償却資産に課税されます。償却資産を所有している個人、法人の事業者は、毎年1月1日現在で所有している償却資産について申告する必要がありますので、忘れずに申告してください。

申告が必要で、申告書が送付されなかった方は、市税務課にご連絡ください。

- 申告対象 平成25年1月1日現在で、
  - ・市内に事業用の償却資産を所有している個人、法人の事業者
  - ・市内に事業用の償却資産を賃貸している個人、法人の事業者

●申告先 1月31日(木)まで、市税務課  
※家屋の所有者以外の貸店舗経営者が取り付けた付帯設備(内装、電気設備、給排水設備など)は、家屋と一体であっても償却資産とみなされ、償却資産の申告が必要です。

※電子申告(eLTAX)も利用できます。利用に当たっては、事前に手続きが必要な場合があります。詳しくはホームページ(<http://www.eltax.jp/>)をご覧ください。

- 問合せ 市税務課(☎654-1111内線777)

## 償却資産とは

土地、家屋以外の事業用の固定資産で、その減価償却費が所得税法、法人税法の規定による所得の計算上損金、必要な経費に参入されるものをいいます。ただし、自動車税、軽自動車税が課税されている車は除きます(大型特殊自動車は対象)。

### 償却資産の種類と例

種類	例
構築物	看板、舗装路面、緑化施設、貸店舗の内装、自転車置場、屋外の給排水設備、稼働式間仕切り、基礎のないプレハブなど
機械および装置	土木建設機械、クリーニング設備、印刷機械、自動車整備、製造・加工・修理に使用する機械・装置、受変電設備など
船舶	ボート、漁船、ヨットなど
航空機	飛行機、ヘリコプター、グライダーなど
車両および運搬具	大型特殊自動車、構内運搬具など
工具器具および備品	自動販売機、陳列ケース、冷蔵庫、エアコン、パソコン、コピー機、理美容機器、たて看板、医療用機器、応接セット、ロッカー、事務机、工具類、遊戯機器、テレビなど

相談(係争中の事案は除く)

- 相談員 高山克英弁護士
- 申込み・問合せ 1月17日(木)まで、市民相談室 (☎654-1111内線303)

### 無料登記相談

- とき 1月30日(水) 午前10:00~午後3:00
- ところ 山形県土地家屋調査士会館(山形市)
- 相談内容 建物・土地の分筆に関する登記、境界問題など
- 申込み・問合せ 1月24日(木)まで、山形県土地家屋調査士会(☎632-0842)

### ご協力ください 奇跡の一本松保存募金

東日本大震災の大津波に耐えた高田松原の一本松。復興のシンボルとして保存するための募金にご協力をお願いします。

- 募金方法 口座振替、現金書留、クレジットカード決済など
- 口座振込先(振込手数料が必要)
  - 岩手銀行 口座=岩手銀行高田支店(033)普通2051836 名義=奇跡の一本松保存募金 代表 陸前高田市長 戸羽太
  - ゆうちょ 口座記号番号=02290-9-127013 名義=奇跡の一本松保存募金
- ※その他の募金方法など、詳しくは下記へお問い合わせください。
- 問合せ 宮城県陸前高田市都市計画課(☎0192-54-2111)

## 高齢者などの世帯へ雪下ろし補助金を交付します

高齢者などの世帯が業者に依頼して雪下ろしを行った場合、経費の2分の1以内の額(上限5万円)の補助金を交付します。申請が必要となりますので、お問い合わせください。

- 対象 市民税非課税の世帯で、次の①~③に該当する世帯
  - ①65歳以上の高齢者のみの世帯、②身体障がい者手帳1、2級を所持している方のみの世帯、③一人親等世帯
- ※借家、アパートなどの雪下ろしは対象となりません。
- 問合せ 市社会福祉課(☎654-1111内線752)

## 踏切事故にご注意!

積雪や路面凍結による踏切事故を防ぐため、次の点に注意しましょう。

- 踏切の手前では必ずいったん停止し、安全確認してから渡りましょう
- 路面凍結によるスリップに備え、十分に減速しましょう
- 警報機が鳴ったら、踏切内への無理な進入はやめましょう
- 踏切内に閉じ込められた場合は、そのままゆっくり前進してください
- 脱輪などにより、踏切内で動けなくなった場合は、非常ボタンや発煙筒などで異常を知らせ、まず列車を止めてください

- 問合せ 山形県踏切事故防止対策委員会(☎630-2196)

## 家族団らん 心あったか 笑顔で省エネ 冬の省エネ節電県民運動実施中

家庭での電力の使用について見直し、環境にもお財布にもやさしいエコ生活を始めてみませんか。

家族が一つの部屋に集まって過ごすなど、家族団らんで楽しみながら節電しましょう。体調管理には十分注意し、無理なく実践しましょう。

### 節電メニュー

- 暖房の温度設定は20度を目安に
- カーディガンや靴下の着用で体感温度アップ
- 電気こたつの設定温度を強から中に変更する
- 温水洗浄便座のフタは、使わないときは閉める
- テレビを見る時間を1時間減らす
- 使っていない電気製品の電源を切る

- 問合せ 市生活環境課(☎654-1111内線273)

## 健康づくりと植物

66

### あけび

アケビは、山野どこにでも見られるつる性の木本で、ほかの樹木などに巻き付いて伸びます。葉が3枚のミツバアケビや5枚のゴヨウアケビなどがあります。

秋に、2~5個ほど集まった小判状の果実を付けます。熟すると色づいて口を開けることから、「開け実(あけみ)」の名前が付けられ、それがなまってアケビと呼ばれるようになったといわれています。

このアケビの皮は、健康づくりの料理に活用され喜ばれています。市内で発行されたある広報紙の中でも「あけびの肉詰め」が天童の伝統料理として紹介されていました。

アケビは、薬草の一つでもあります。

中国では、木質化したつるの内部に細かい穴が管状に通じていることから「木通」と呼び、それが生薬名にもなっています。秋に太いつるを切り取り水洗いして細かく輪切りにします。それを4~5日干しにして、紙袋に入れて保存します。この生薬は利尿に効き、10~15gをコップ1杯の水で分量に煎じて温服すると、尿の出が良くなり、むくみなども軽減されるといわれています。

- 問合せ 市市長公室

(☎654局1111内線325)



このコラムは、天童市野草と親しむ会の佐藤定二郎さんが担当しています。





# くらしの Information January 情報①

のホームページでご確認ください。

- **申込み・問合せ** 山形空港利用拡大推進協議会事務局（県交通政策課内 ☎630-3081）

## 地下水の適正な利用を心掛けましょう

冬期間は、消雪などに地下水が利用されることが多いため、水位が下がります。

地下水は限りある資源であり、過剰な利用は地盤沈下など、市民生活に影響を与える要因になります。地下水の適正利用を心掛けましょう。

- **問合せ** 天童地区地下水利用対策協議会事務局（市市長公室内 ☎654-1111内線324）

## ミツバチを飼育する方は届出が必要です

養蜂振興法が一部改正され、ミツバチを飼育する方（花粉交配期間だけの飼育は除く）は、毎年1月末までに飼育届を提出していただくこととなりました。詳しい手続き方法については、県村山総合支庁までお問い合わせください。

- **問合せ** 県村山総合支庁農業振興課（☎621-8145）

## 今月の無料法律相談

- **とき** 1月24日（木）  
午後1：30～
- **ところ** 市教育委員会第3会議室
- **相談内容** 民事・家事的な法律

## お知らせ

### 市の競争入札参加・小規模修繕等契約希望者の追加登録申請

#### 競争入札参加登録申請

市が発注する建設工事、業務委託、物品購入などの入札に参加するための追加登録申請を受け付けます。

- **受付期間** 1月15日（火）～2月15日（金）

#### 小規模修繕契約希望者登録申請

市が発注する100万円未満の小規模な修繕や工事の受注を希望する方の追加登録申請を受け付けます。

- **受付期間** 2月1日（金）～28日（木）

- **登録有効期間** 平成25年度の1年間

※申請要領など詳しくは、市ホームページに掲載しています。

- **申込み・問合せ** 市財政課（☎654-1111内線736）

### クリーンピア共立 競争入札参加登録の申請

- **受付期間** 2月1日（金）～28日（木）

- **受付場所** クリーンピア共立
  - **登録有効期間** 平成25・26年度の2年間
  - **対象業務・業種** 物品納入、建設工事、測量などのコンサルタントなど
- ※提出書類は、業種により異なります。クリーンピア共立のホームページでご確認ください。
- ※平成23・24年度に申請済みの事業者も新たに申請が必要です。また、天童市に登録申請していても別途申請が必要です。
- **申込み・問合せ** クリーンピア共立（☎0237-47-1321）

## 山形空港から「乗り継ぎ」で空の旅をしませんか

山形空港から羽田空港や伊丹空港を経由すると、早く楽々と全国にアクセスできます。同じ航空会社の路線を乗り継ぐ場合、早めの予約で最大60%も割安になる乗継運賃割引があり大変お得です。

### 乗継利用を知ろう！使おう！当てよう！キャンペーン

昨年12月から本年2月まで、山形空港発着で乗継利用をした方を対象に、抽選でペア航空券や県産品が当たるキャンペーンを実施中です。詳細は、山形県や山形空港

### 冬の寒さから

## 水道管を守りましょう

水道管の凍結事故を防ぐため、次のことに注意しましょう。

### 水道管の凍結を防ぐには

水道管を発泡スチロールで覆うなどして保温し、凍結しないようにしましょう。

### もし水道管が凍結したら

凍った部分にタオルやふきんをかぶせ、ぬるま湯を掛けて気長に溶かしましょう。熱湯を直接水道管に掛けるのは危険です。もし、水道管や蛇口が破裂したら、水抜き栓を閉めて、水道工事に修理を依頼してください。

- **問合せ** 市上下水道課（☎654局1111内線448）

### 山形県の

## 特定（産業別）最低賃金が改定

県内で次の事業を営む使用者は労働者に対して、左記の賃金額以上の金額を支払わなければなりません。左記に該当しない労働者は、山形県最低賃金（1時間654円）が適用になります。

業種	最低賃金額 (1時間)
電気機械器具等製造業	731円
一般産業用機械等製造業	745円
自動車・同附属品製造業	747円
自動車整備業	749円

※効力発生日は平成24年12月25日です。

- **問合せ** 山形労働局賃金室

☎624局00224

- **申込み・問合せ** 1月21日(月)まで参加料を添えて、市立山口公民館 (☎656-2310)

### 市立旧東村山郡役所資料館のアルバイト募集

- **採用職種・人数** 天童の雛飾り展のアルバイト (3人)
- **採用条件** 土・日曜日勤務できる方
- **採用期間** 2月1日(金)～雛飾り展開催期間
- **申込方法** 指定の申込書に必要な事項を記入の上、1月17日(木)まで下記に持参または郵送
- **面接日** 書類選考後連絡します
- **申込み・問合せ** 〒994-0041 天童市五日町2-4-8 市立旧東村山郡役所資料館 (☎653-0631)

### 平成25年度の緑環境公募事業を募集

緑環境税で支援する県民参加の森づくり活動を募集します。

- **募集期間** 1月10日(木)～2月18日(月)
- **問合せ** 市農林課 (☎654-1111 内線213)、または県村山総合支庁森林整備課 (☎621-8156)

### あかねエンジョイクラブであかね'sキッチン

子どもの成長期に必要な料理の教室を開きます。

- **とき** 1月22日(火)

午後7:30～9:00

- **ところ** 市立高揃公民館
- **内容** 風邪予防の食事「免疫力・代謝アップ食」／山口喜代美さん(バイオリアルレッドウイングス栄養トレーナー)
- **参加料** 500円(会員は300円)
- **申込み・問合せ** 市農業者トレーニングセンター(☎655-3396)、またはあかねエンジョイクラブ事務局 (☎090-6686-9481)

### 潜在看護師などの復職研修(無料)

- ブランクのある看護師の方も、もう一度看護現場で働きませんか。
- **対象** 看護師などの免許を持ち、現在未就業で県内に就職を希望する方

- **とき** 3月15日(金)までの間で連続する3日間
- **ところ** 県内の登録病院
- **内容** 基礎看護技術などについての演習、病院実習  
※研修期間中は、山形県看護協会の臨時職員として1日7650円の賃金が支払われます。
- **申込み・問合せ** 山形県看護協会 (☎685-8033)

### 宝樹社 日本画教室にどうぞ

- **とき** 1月27日(日)～の原則毎月第4日曜日 午後1:00～4:30
- **ところ** 市民文化会館
- **年会費** 1万3000円(春と秋の野外写生会費用は別途)
- **申込み・問合せ** 日本画教室 (☎653-8161 森谷方)

## おめでとうございます 宮城浩蔵賞

宮城浩蔵は、本市出身で明治法律学校(現在の明治大学)の創設者の一人です。この賞は、品行正しく学業優秀で、部活動や生徒会活動などで活躍された中学生に贈られるものです。ことしは、松田梢さん(一中)、伊藤千紘さん(二中)、池原紘太さん(三中)、武田良太さん(四中)が受賞。12月8日の市生涯学習フェスティバルの中で、佐藤通隆教育委員長から楯、明治大学の福宮賢一学長から記念品が贈られました。



### これからのいきいき人生のために 各種教室へどうぞ

#### 健康てんどう元氣塾

- **対象** 市内にお住まいで要介護認定を受けていない65歳以上の方
- **とき** 2月5日(火)から26日(火)の毎週火曜日午後1時30分から4時15分まで
- **内容** ストレッチ体操、バランス運動など
- **定員** 15人(応募多数の場合抽選)
- **参加料** 1600円(4回分の保険料・飲料水代など)
- **持物** 運動できる服装、タオル、参加料

#### 元氣ゆー湯 温泉教室

- **持物** 温泉で心身ともにリフレッシュし、ますます元氣になります。
- **対象** 市内にお住まいで、要介護認定を受けていない75歳以上の方
- **とき** 2月7日(木)から28日(木)の毎週木曜日正午から午後3時まで
- **内容** 温泉についての講話、管理栄養士の献立による昼食、軽体操など
- **定員** 各コース10人(応募多数の場合抽選)
- **参加料** 1600円(4回分の保険料、飲料水代など)
- **持物** 運動できる服装、タオル、バスタオル、参加料
- **ところ** ラ・フォーレ天童のぞみ
- **※自宅まで送迎を行います(直接も可)。**
- **申込期限** 1月18日(金)
- **申込み・問合せ** 申込書に記入の上、市社会福祉課(☎654局1111内線759)、またはラ・フォーレ天童のぞみ(☎656局8322)





# くらしの Information January 情報②

## 催し・募集

### 花いっぱい運動 コンクール写真展

ことしも市内13地区で、花いっぱい運動が展開されました。参加された方々の努力の成果をぜひご覧ください。

- とき・ところ ○1月9日(水)～17日(木) = 天童最上川温泉ゆびあ
- 1月29日(火)～2月8日(金) = 市役所1階市民ホール
- 問合せ 市生活環境課  
(☎654-1111内線274)

### ゆびあカラオケチャンピオン大会 予選会の参加者募集

予選で勝ち残った出場者の中から、3月の決勝大会でカラオケグランチャンピオンを決定します。

- とき 1月19日(土)  
午後2:00～
- ところ 天童最上川温泉ゆびあ
- 定員 30人(先着順)
- 参加料 500円(入浴券付き)
- 問合せ 天童最上川温泉ゆびあ  
(☎651-3333)

## もり～な天童のイベント

### 将棋駒キーホルダー教室

- とき 1月12日(土)  
午後1:30～

- 定員 20人(先着順)
- 参加料 500円(申込時)
- 申込期限 1月9日(水)

### 子ども生け花アレンジ教室

- 対象 高校生までの方(先着15人)

- とき 1月13日(日)  
午後2:00～

- 参加料 800円
- 申込期限 1月10日(木)

### レカンフラワー体験会

- とき 1月19日(土)  
午後1:30～

- 定員 12人(先着順)
- 参加料 1500円
- 申込期限 1月7日(月)

### そば打ち体験教室

- とき 1月20日(日)  
午前10:30～

- 定員 9人(先着順)
- 参加料 1000円(申込時)
- 申込期限 1月16日(水)

### 生け花教室・初春の明るいい心

- とき 1月20日(日)  
午後1:30～

- 定員 20人(先着順)
- 参加料 1500円
- 申込期限 1月17日(木)
- わくわくサロン(講話)(無料)
- とき 1月21日(月)  
午後1:30～
- 演題 新しい年を迎えて
- 定員 30人
- 申込み・問合せ 市森林情報館  
もり～な天童(☎651-2002)

## BEGIN (ビギン) 天童公演迫る

「沖縄から世界へ」トロピカルツアーの最終公演です。

- とき 1月27日(日)  
午後6:00開演
- ところ 市民文化会館
- 前売券 6300円(全席指定)
- 前売券発売所 市民文化会館、TENDO八文字屋、宮脇書店天童店ほか
- 問合せ 市民文化会館  
(☎654-1511)

## パソコン講習会

山口地域づくり委員会「いきいきネットワーク部会」でパソコン講習会を開催します。

- とき 2月6日(水)・7日(木)  
午後7:30～9:00
- ところ 市立山口公民館
- 内容 無料画像処理ソフト「JTrim」を用いた簡単画像処理
- 定員 10人程度
- 参加料 200円

## みんなで参加しよう 第6回市子ども会 安全・安心雪灯ろうまつり

子どもたちの健やかな成長を願い、雪灯ろうやキャンドルを作り、市内一斉に点灯します。ぜひ、市民のみなさんもご参加ください。また、主催場の山口地域での点灯式終了後、新春ミニコンサートを開催します。

- とき 1月27日(日)の午後5時から
- ところ 主会場Ⅱ山口地域、各家庭や地域で指定した場所(市立公民館、小中学校など)
- 問合せ 市子ども会育成会連合会事務局  
(市教育委員会生涯学習課内)  
☎654局1111内線833

## 1月の懐かしの レコードコンサート

市に寄贈された1万枚のレコードを活用し、毎月レコードコンサートを開いています。

- とき 1月19日(土)の午後3時から4時30分まで
- ところ 市民文化会館展示室
- 内容 今月の特集「冬の演歌」、リクエストコーナー(午後2時から受付)、イントロ曲当てクイズ、収蔵室の開放(午後2時から5時まで)など
- ※月曜日を除く平日の午後1時から5時まで収蔵室を開放しています(市民文化会館の休館日を除く)。
- 問合せ 市文化スポーツ課  
(☎654局1111内線262)

1月25日(金)	市立長岡公民館
1月31日(木)	市立天童北部公民館
受付時間	午後1:30~2:30
内容	軽体操(やさしい筋力アップ体操など)
持物	タオル、飲み物、健康手帳(持っていない方には当日発行)

## コアラちゃん 育児教室(無料)

- 対象 生後3~6カ月(平成24年7月~10月生まれ)の乳児と母親(先着20組)
- とき 1月24日(木)  
午前10:00~11:30
- ところ 市健康センター
- 内容 タッチケア
- 持物 母子手帳、大きめのバスタオルなど綿素材のもの
- 申込み・問合せ 1月4日(金)~、市子育て支援課  
(☎652-0882)

## 元気わくわく 運動セミナー(無料)

- 対象 生活習慣病予防に関心のある40~69歳の方
- とき 1月18日(金)  
午後1:20~3:00
- ところ 市健康センター
- 内容 フラフィットネス
- 持物 内ズック、タオル、飲み物
- 問合せ 市健康課(☎652-0884)

## 家族介護者交流会 (無料)

- 対象 在宅で寝たきりの高齢者(介護保険で要介護4または5の状態と判定された方を介護している方)
- とき 2月7日(木)  
午前10:00~午後3:00
- ところ 滝の湯
- 内容 昼食交流会、マッサージ  
※介護者に代わる介護サービスを利用した場合は、介護者の代替に要する費用(1割負担分)を市で負担します。
- 申込み・問合せ 1月15日(火)まで、市社会福祉課  
(☎654-1111内線757)

## 市民病院・産婦人科の 新任医師を紹介します

- 12月10日から、長年地域の周産期医療に貢献されてきた金子尚仁医師が、新たに天童市民病院の産婦人科医長として着任しました。これにより、産婦人科の常勤医師2人体制を取ることになり、診察や分娩などでより充実した医療を提供できるようになりました。これからも地域医療のとりでとして、市民に信頼される病院を目指します。
- 問合せ 天童市民病院  
(☎654-2511)



## 男性の健康づくりセミナー(無料)

- 対象 市内にお住まいの50~69歳の男性
- とき・内容・講師
- ① 1月30日(水) 午前10:00~午後1:00(定員30人)  
講話・調理実習「簡単!満足!メタボ予防に効く食事」/市栄養士
- ② 1月30日(水) 午後1:30~午後3:00(定員30人)  
運動実技「楽しい筋力アップ運動」/スポーツインストラクター
- ③ 2月6日(水) 午後1:30~午後3:00(定員50人)  
講演「今、知っておきたい前立腺がんのお話」/富田善彦さん(山形大学医学部腎泌尿器外科学講座教授)
- ところ 市健康センター
- 持ち物 筆記用具、①はエプロンと三角巾(頭にかぶるもの)、②は運動できる服装、内ズック、タオル、飲み物
- 申込み・問合せ ①、②は1月25日(金)、③は2月1日(金)まで、市健康課(☎652-0884)

睡眠時無呼吸症候群といえは、いびきあるいは日中の眠気だけが問題の疾患とは思っていません。確かに、両者とも重大な問題ではありますが、この病気の恐ろしさは、むしろ脳、循環器系の疾患を合併することが多いことにあります。

2010年に、日本循環器学会が発表したガイドラインによれば、全高血圧の3割、薬剤耐性高血圧症(薬の効きにくい高血圧症)の8割、心不全の7割、心房細動の5割、冠動脈疾患の3割、急性冠症候群(心筋梗塞など)の5割、大動脈解離の3割に、睡眠時無呼吸症候群を合併していたことが報告されています。これは、睡眠時無呼吸症候群が、これら循環器疾患の発症、進展に大きく関わっていることを意味しています。

睡眠時無呼吸症候群は、無治療では決して予後の良い疾患ではないことをご理解いただき、早めに治療を受けることをお勧めします。



大竹内科呼吸器科医院  
大竹 和久  
先生

●睡眠時無呼吸症候群と  
循環器疾患について

ひとくち  
健康講座

161





# みんなの Health January 健康

●検診などについての問合せ  
乳幼児…市子育て支援課  
(☎652-0882)  
成人…市健康課  
(☎652-0884)

持 物	母子手帳、健診票、バスタオル、アンケート
-----	----------------------

## 9カ月児健康相談

対 象	と き
平成24年4月1日～4月15日に生まれた乳児	1月28日(月) 受付=午前 10:00～10:30
平成24年4月16日～4月30日に生まれた乳児	1月28日(月) 受付=午後 1:00～1:30
と ころ	市健康センター
内 容	身体計測、離乳食後期の進め方、虫歯予防など
持 物	母子手帳、9カ月児相談票

## 1歳6カ月児健康診査

対 象	と き
平成23年6月16日～7月3日に生まれた幼児	1月29日(火) 受付=午後 1:00～1:45
と ころ	市健康センター
内 容	身体計測、歯科検診、診察、フッ素塗布など
持 物	母子手帳、健診票

フッ素塗布補助券を交付します。  
2歳の誕生日までに受けてください。

## 3歳児健康診査

対 象	と き
平成21年6月17日～6月30日に生まれた幼児	1月23日(水) 受付=午後 1:00～1:45
と ころ	市健康センター
内 容	身体計測、歯科検診、診察、検尿など
持 物	母子手帳、健康診査票、検査尿

眼科検診の受診券を交付します。  
1ヵ月以内に受診してください。

## 健康づくり相談会

と き	1月21日(月) 午後1:30～2:30
と ころ	市健康センター
内 容	生活習慣病などの健康相談、軽体操など
持 物	健康手帳(持っていない方には当日発行)

## 軽スポ教室

と き	と ころ
1月16日(水)	市立成生公民館
1月23日(水)	市立荒谷公民館

## 乳幼児健康相談

保健師などが相談に応じます。

と き	1月21日(月) 午前9:30～11:30
と ころ	市健康センター
持 物	母子手帳

## こどもの栄養相談

と き	1月21日(月) 午前9:30～11:30
と ころ	市健康センター

## 4カ月児健康診査

対 象	と き
平成24年9月1日～9月15日に生まれた乳児	1月16日(水) 受付=午後 1:00～1:45
平成24年9月16日～9月30日に生まれた乳児	1月31日(木) 受付=午後 1:00～1:45
と ころ	市健康センター
内 容	身体計測、診察など

## 1月の休日救急当番医

診察時間=午前9:00～午後5:00  
一般の外来診療を受ける方はご遠慮ください

	医 療 機 関 名	
1/1(火)	瑞穂医院 高橋941-2 (☎658-4311)	干布後藤医院 干布403-2 (☎654-4701)
1/2(水)	藤山医院 荒谷91 (☎653-2897)	鞍掛胃腸科内科医院 東本町1-6-20 (☎653-2603)
1/3(木)	三條外科胃腸科医院 五日町1-3-7 (☎654-2836)	目黒クリニック 糠塚1-4-1 (☎653-1688)
1/6(日)	小幡皮膚科医院 駅西3-9-1 (☎653-1781)	宮脇医院 東本町3-4-13 (☎653-5005)
1/13(日)	天童市民病院 駅西5-2-1 (☎654-2511)	
1/14(月)	さとうウィメンズクリニック 南小畑4-1-1 (☎652-1117)	菅原内科胃腸科医院 東長岡2-1-1 (☎655-4180)
1/20(日)	児玉整形外科クリニック 泉町1-1-23 (☎654-8833)	いがしクリニック 東長岡2-8-8 (☎658-1123)
1/27(日)	吉岡病院 東本町3-5-21 (☎654-1188)	大竹内科呼吸器科医院 老野森1-5-1 (☎651-3911)

※救急告示病院は24時間受付しています。  
天童市民病院(☎654-2511)、天童温泉篠田病院(☎653-5711)、吉岡病院(☎654-1188)  
※休日救急当番医は、NHKデータ放送のくらし安全情報にも掲載しています。

## 今月の乳幼児予防接種

市外(県内)の医療機関で接種を希望する場合は、事前にお問い合わせください。

●問合せ 市子育て支援課  
(☎652-0882)

BCG	満3カ月児(平成24年10月生まれ)以上 6カ月に達するまで
4種混合	満3カ月児(平成24年10月生まれ)以上
麻しん・風しん	満1歳児(平成24年1月生まれ)以上2歳未満
日本脳炎	満3歳児(平成22年1月生まれ)以上

## スポーツ大会に参加しませんか

- 市スポーツセンター杯  
第14回グラウンドゴルフ大会（屋内）
- 対象 一般の方
- とき 1月22日（火）午後1：30開会
- 内容 総合体育館に16ホールを設置し、合計打数で競います
- 定員 50人（先着順）
- 参加料 500円（保険料別）
- 申込期限 1月15日（火）
- 第10回天童オープンラージボール卓球大会
- 対象 40歳以上の方
- とき 2月10日（日）午前9：00開会
- 部門 59歳以下の部、60～64歳の部、65歳以上の部、70歳以上の部
- 種目 男子シングルス、男子ダブルス、女子シングルス、女子ダブルス、混合ダブルス
- 定員 200人（先着順）
- 参加料 2000円（保険料別）
- 申込期限 1月20日（日）
- ところ 市スポーツセンター
- 問合せ 市スポーツセンター（☎654-6100）



## モンテ選手とふれあい給食

12月5日、津山小にモンテディオ山形の廣瀬智靖選手と鈴木雄太選手が来校し、児童と一緒に給食を食べ、食と運動の大切さや楽しさを伝えました。この日の献立は、とんこつラーメンや春巻きなど、天童の人気メニュー。選手の2人は、初めて見る中華麺に驚いていましたが、一口食べると「おいしい」と気に入った様子で、一気に箸を進めていました。食後の交流会では、児童からの質問に答えたり、プロのシュートやキャッチングを披露したりして、楽しい時間を過ごしました。

## 1月のスポーツ情報

**市スポーツセンター** ☎654-6100  
<http://www2.ocn.ne.jp/~ten-spoc/>

### 1月の主な予定

- 13日（日）市スポーツセンター杯新春ソフトバレーボール大会
- 14日（月）市ミニバスケットボールスポーツ少年団冬期リーグ戦大会
- 20日（日）成生地区冬季レクリエーション大会
- 22日（火）市スポーツセンター杯グラウンドゴルフ大会（屋内）
- 26日（土）設楽杯卓球大会
- 26日（土）・27日（日）市サッカー協会少年フットサル大会

### トレーニングルームをご利用ください

- 使用時間 午前9：00～午後9：30
- 使用料
  - 一般＝200円
  - 高校生＝100円
  - 中学生＝50円
  - （小学生は利用できません）



### 1月の休館日

1日（火）～3日（木）、7日（月）、  
21日（月）、28日（月）

**県総合運動公園** ☎655-5900  
<http://yamagata-sportspark.or.jp/>

### 1月の主な予定

- 12日（土）ラケットショップ山形杯県中学生バドミントン大会
- 12日（土）・13日（日）全国小学生ソフトテニス大会県予選会
- 13日（日）県インドアソフトテニス選手権大会兼東北インドアソフトテニス大会県予選会
- 14日（月）県室内ダブルステニス選手権（一般）  
 ○山形地区高校インドアソフトテニス選手権大会
- 19日（土）YAMAGATAドリームキッズ第5回ワンデイキャンプ
- 19日（土）・20日（日）東北春季ジュニアテニス選手権県予選会
- 20日（日）山形地区実業団バドミントンリーグ戦
- 26日（土）・27日（日）東北・新潟高校選抜ソフトテニス大会  
 ○県高等学校新人体育大会バレーボール競技会



### 1月の休館日

1日（火）～3日（木）、7日（月）



## 市立図書館

☎654-2440  
開館時間 午前9:00～午後6:00  
<http://www.tendo-lib-unet.ocn.ne.jp>  
蔵書検索ができます

### 1月の催し物

12日(土)～20日(日) 読書感想画展

### サークル活動

12日(土)午後2:00～ とんと昔語りの会  
17日(木)午前11:00～ えほんのへや  
19日(土)午後2:00～ つくってあそぼう  
23日(水)午前11:00～ おはなしの会

### 映画上映会

6日(日)午後2:00～ 日本昔ばなし

### 1月の休館日

1日(火)～3日(木)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、  
29日(火)、31日(木)

## 市立旧東村山郡役所資料館

☎653-0631  
開館時間 午前9:00～午後5:00(入館は午後4:30)

### 1月の催し物

5日(土)～27日(日) 書初め・絵画・総合的な学習展  
～3月31日(日) 文化財郡役所写真展(ミニ企画展)

### 1月の休館日

1日(火)～3日(木)、7日(月)、15日(火)、21日(月)、  
28日(月)

## 市民プラザ

☎654-6200  
市民ギャラリー・イベントホール  
[http://www.sc-tendo.co.jp/pg\\_plaza/index\\_plaza.html](http://www.sc-tendo.co.jp/pg_plaza/index_plaza.html)

### 市民ギャラリー

31日(木)～平成24年度生涯学習講座作品展

### 1月の休館日

1日(火)～3日(木)、21日(月)

## 市美術館

☎654-6300  
開館時間 午前9:30～午後6:00(入館は午後5:30まで)  
<http://www.3ic-net.or.jp/~ten-bi/>

### 1月の展示内容

4日(金)～ 吉野石膏コレクション日本近代絵画名  
作展

26日(土)午後4:00～ ミュージウムコンサート

### 1月の休館日

1日(火)～3日(木)、7日(月)、15日(火)、21日(月)、  
28日(月)

### 1月の展示内容

## 市西沼田遺跡公園

☎654-7360  
開館時間 午前9:30～午後6:00(入館は午後5:30まで)  
<http://www.nishinumata.or.jp>

### 1月の催し物

4日(金)～ 土雛つちひなを作ろう(対象=小学生以上、受  
付=午後4:30まで、参加料=300円、申し込み不要)  
14日(月)、2月3日(日)・17日(日)、3月3日(日)・  
24日(日)の全5回 午後2:00～4:00  
西沼田大学～識るを極める、参～(対象=中学生  
以上、定員=30人、参加料=1000円、申込期限=  
1月11日(金))

25日(金)、2月1日(金)の全2回 午後1:00～  
4:00 カゴを編んでみよう(対象=高校生以上の  
方、定員=10人、参加料=1500円、申込期限=1  
月20日(日))

31日(木)午後1:30～午後3:00 秘伝豆で味噌を  
作ろう(対象=小学生以上、定員=10人、参加料=  
800円、申込期限=1月26日(土))

### 1月の休館日

1日(火)～3日(木)、7日(月)、15日(火)、21日(月)、  
28日(月)

## 子育て情報



## 市わらべ館

☎658-8120  
開館時間 午前9:00～午後6:00  
<http://www.h3.dion.ne.jp/~warabeka/>

### 1月の催し物

8日(火)午前10:30～11:30

子育てサロン

16日(水)午前10:30～11:30

折り紙教室

24日(木)午前10:30～11:30

タッチケア(要予約)

### 1月の休館日

21日(月)



## 子育て Q&A

**Q** きれいな乳歯を育てるにはどうするの？

**A** 虫歯の原因になる細菌は、砂糖に限らずパン  
やご飯、お菓子から強い酸を作ります。この  
酸で歯が溶ける「脱灰だつがい」が起きます。食べ終わる  
と、酸は唾液によって中和され、歯のミネラルは  
元に戻る「再石灰化」が起きます。虫歯を作らな  
いためには、だらだら食べや、ながら食べをせず、  
決まった時間に食べることが大切です。

●問合せ 市子育て支援課(☎652-0882)

# 天童高原スキー場

広いゲレンデで楽しみ方は自由自在。子どももビギナーも安心して楽しめます。純白のゲレンデが待っていますので、ぜひご家族みなさんでおこください。



## ■リフト運転時間

- 1月11日(金)まで=午前9:00~午後4:00
- 1月12日(土)~3月31日(日)=午前9:00~午後4:30

## ■スキーの日

子ども、大人、シニアの7時間券が半額になります。

## ●とき 1月12日(土)

## ■スキー子供の日

毎月第3日曜日は、小学生以下のリフト代が無料です。

## ■天童高原スキー学校小学生無料レッスン

1月27日(日)、2月11日(月)の2日間は、先着20人に限りレッスン代が無料です。

## ■天童高原スキー学校

SAJ全日本スキー連盟公認のスキー学校です。

	半日	1日
一般レッスン	2500円	4000円
団体レッスン	8000円	1万3000円
個人レッスン	6000円	1万円

## ■レンタル(1日)

レンタルで気軽に楽しめます。

	大人用	子供用
スキー(靴・ストック付)	3000円	2000円
スノーボード(靴付)	3000円	3000円

## ■リフト券

	大人	子ども・シニア
1回券	200円	130円
11回券	2000円	1300円
4時間券	2500円	1600円
7時間券	3000円	2000円
シーズン券	2万円	1万5000円

※子どもは小学生まで、シニアは55歳以上。

午前ハーフ券 (午前9:00~11:00)	1300円
午後ハーフ券 (午後2:00~営業終了まで)	1300円

## ●問合せ 天童高原ロッジ (☎657-3628)

※ゲレンデの状況により、早期に終了する場合があります。

# まちのイベント情報局

event information



## ご覧ください 消防出初め式

新春恒例の消防出初め式を右記の市役所周辺の会場で行います。当日は、会場となる道路が一時的に通行止めとなりますので、ご協力をお願いします。

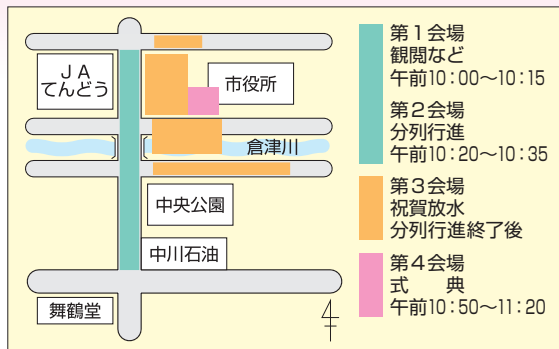
## ●とき 1月6日(日)

午前10:00~11:20

## ●ところ 中央公園・市役所西側ほか

## ●内容 観閲、分列行進、祝賀放水、式典など

## ●問合せ 市消防本部 (☎654-1191)



## 市からの information お知らせ

テレビ広報 やまがた東西南北 (YBCテレビ 毎週火曜日午後3:50)  
 ラジオ広報 村山地域耳より情報 (ラジオモンスターFM76.2 午前7:30・午後6:30)  
 ホームページ <http://www.city.tendo.yamagata.jp/>  
 メールマガジン ふるさとどより fメール (毎週木曜日配信(無料)。登録は天童市ホームページから)  
 携帯サイト <http://www.city.tendo.yamagata.jp/m/> 携帯サイトQRコード▶



人口 62,496人 男 30,369人 女 32,127人 世帯数 20,351世帯 12月1日現在  
 住民基本台帳法が改正され、外国人を含んだ数値になっています。昨年同期の統計資料はありません。

市報てんどうに掲載している写真をご希望の方は、市市長公室広報係までどうぞ。