

てんどう



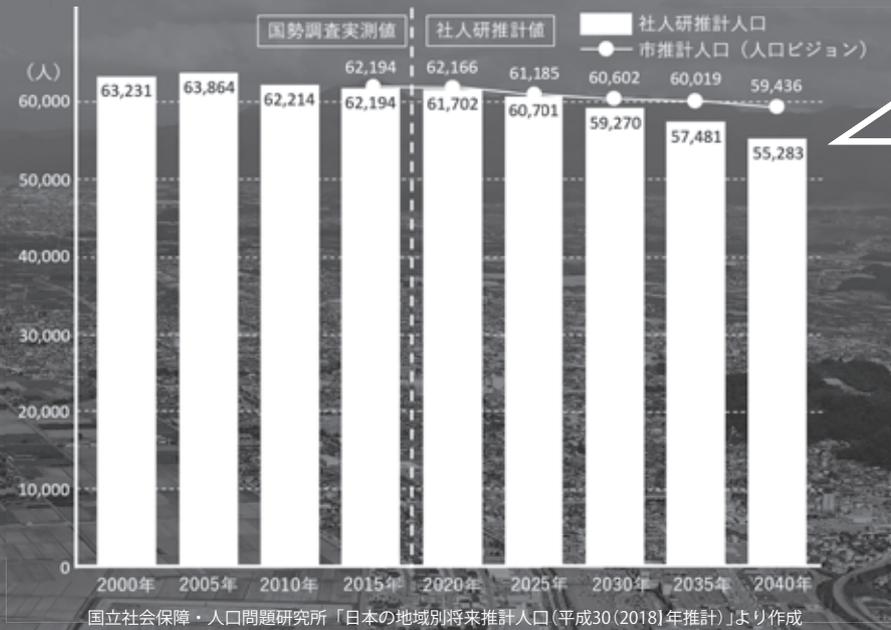
春を知らせる雛飾り

2月4日から3月21日まで、天童雛飾りが開催されています。市内各所でお雛様の展示が行われるほか、協賛店ではオリジナルの雛料理や雛菓子が販売されています。

- 2 | 特集 天童市立地適正化計画を策定
- 6 | 特集 市報てんどうに関するアンケート調査
- 12 | 暮らしの情報 第67回天童桜まつりのお知らせ
- 12 | 暮らしの情報 市民墓地管理料が口座振替で納付できます

※新型コロナウイルスの影響により、掲載されている催しなどが中止・変更となる場合があります。

天童市の人口の推移と推計値

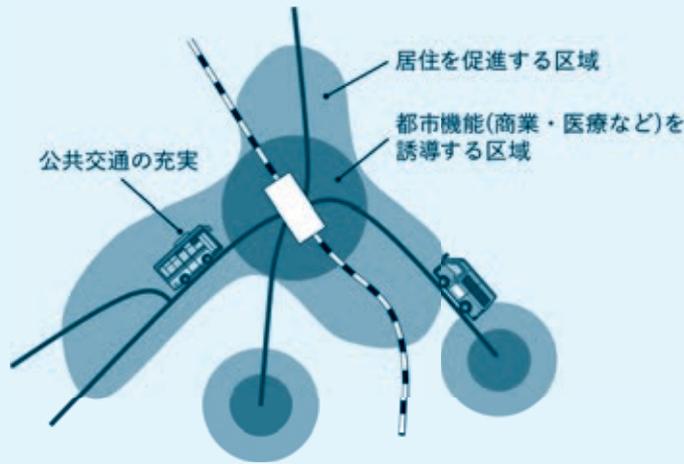


人口減少社会を 見据えた

持続可能な まちづくり

人口減少や少子高齢化の進行により、コンパクトで住みよいまちづくりが求められています。市では、立地適正化計画を策定し、天童駅から天童温泉街までを主軸とした拠点性の高い中心市街地の形成に努めていきます。

コンパクト・プラス・ネットワークのイメージ



コンパクト

人口が減少しても、身の回りで用事を済ませることができる利便性の高いまち

ネットワーク

地域の拠点間をバスや鉄道などの公共交通で結ぶことを目指します



これまでのまちづくりによる 本市の優位性

市では、昭和33年の市制施行とほぼ同時期から土地区画整理事業に着手し、安心・安全な都市基盤の整備と定住人口の確保に努めてきました。その結果、用途地域面積に占める土地区画整理事業の施行面積が65・3%と県内自治体で最も高く、安全で暮らしやすい生活環境と産業基盤の受け皿が整っています。加えて、市街化区域内では50年から100年に1回程度発生する大雨による浸水想定区域がなく、洪水による災害リスクが低い安全なまちであるといえます。

また、日常生活に必要な商業施設や医療施設が市街地の各地域に分散して立地していることも、本市が暮らしやすい理由の一つです。生活に必

人口減少社会における 課題

要なサービスを身近な場所で受けることができる利便性が高い住環境が形成されています。

都市基盤の整備を進めてきた結果、本市の人口は昭和37年の合併以来、増加の一途をたどってきましたが、平成17年の国勢調査における6万3864人をピークに減少に転じ、国立社会保障・人口問題研究所（社人研）の推計によれば、今後も減少傾向で推移するとされています。

人口減少・少子高齢化は、本市をはじめ多くの地方都市で急速に進行しています。これまで進めてきた人口増加を前提としたまちづくりのままでは、居住の低密度化やそれに伴う生活サービスの施設の撤退、中心市街地の空洞化などさまざまな弊害が懸念されます。また、自動車運転免許証の自主返納などにより移動が制約される方の増加が見込ま

コンパクトなまちづくりと 公共交通網がカギ

れることから、公共交通を中心とした移動手段の確保や利便性の向上の必要性が高まっています。

国では平成26年に都市再生特別措置法を改正し、立地適正化計画制度を創設しました。この制度では、医療施設や商業施設などの日常生活サービス施設と住居などがまとまって立地し、公共交通を使ってこれらの施設にアクセスできるコンパクト・プラス・ネットワークの考え方に基づくまちづくりを推進しています。

本市でもこの考え方を取り入れ、人口減少下で起こりうるさまざまな課題を克服し、誰もが暮らしやすい持続可能なまちづくりに長期的な視点で取り組むため、天童市立地適正化計画を策定しました。

天童市立地適正化計画とは？

求心力のある中心市街地

- 天童駅周辺のリニューアル
- 市民と観光客が快適にまち歩きができる歩行空間の整備
- 民間との連携によるまちづくりの検討



多極ネットワーク型コンパクトシティ

- 利用者に優しく安心安全な移動手段の確保
- 中心市街地や生活サービス施設などの中心的拠点と田園集落とのアクセス向上



安心して住み続けられるまちづくり

人口減少下で起こりうる課題を克服し、誰もが暮らしやすい持続可能なまちづくりに長期的な視点で取り組むため、天童市立地適正化計画を策定しました。医療・商業などの生活サービス施設と居住がまとまったエリアに立地することで、生活に必要なサービスが身近な場所で利用できるまちを目指します。

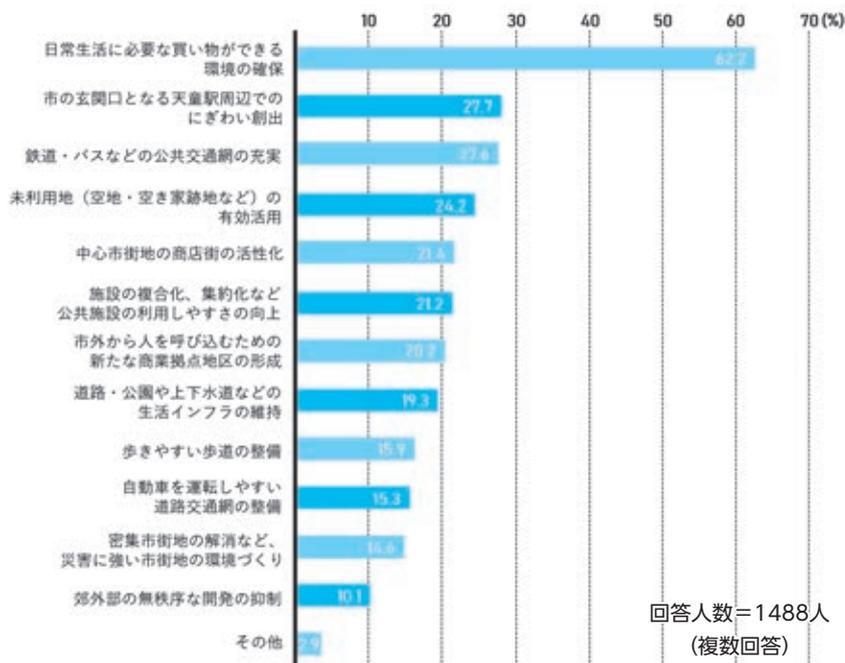
これからのまちづくりに求められるもの

立地適正化計画を策定するに当たり、令和2年5月に市民3000人を対象にした「天童市のまちづくりに関する市民アンケート」調査を実施しました。今後のまちづくりで重視すべきと考えていることの集計結果は次のとおりで、「日常生活に必要な買い物ができる環境の確保」が62・2%と突出して高く、「市の玄関口となる天童駅周辺でのにぎわいの創出」が27・7%、「鉄道・バスなどの公共交通網の充実」が27・6%と続いています。高齢化が進み、普段の買い物や移動手段の充実に関するニーズが高まっていることがうかがえます。

日常生活に必要な買い物ができる環境の確保については、これまでのまちづくりを踏襲し、各地域に分散して店舗が立地・維持していけるよう移住・定住策を推進しながら人口維持に努めていきます。

天童駅周辺や中心市街地のにぎわい創出については、天

Q. これからの人口減少・少子高齢社会の中で、天童市のまちづくりにおいて重視すべきことは？



市民アンケートの結果 (抜粋)

童駅前から商店街・天童温泉街にかけて、景観にも配慮しながら都市機能が充実したまちづくりを進めていく必要があります。

公共交通の充実については、高齢社会の進展によってその

ニーズが高まっていることから、お住まいの地域と中心市街地や生活拠点エリアとのネットワークを充実させた公共交通網の整備について検討していく必要があります。

立地適正化計画の基本方針

これからのまちづくりに向け、求められるものを踏まえながら、コンパクト・プラス・ネットワークの考え方に基づき、立地適正化計画におけるまちづくりの方針を「天童駅から天童温泉街を主軸とした拠点性の高い中心市街地の形成」と定めます。また、まちづくりの方針の実現に向けて次の2つの方向性を設定します。

方向性1

天童駅・天童温泉街周辺地域の魅力を高め、求心力のある中心市街地を実現

天童駅周辺から天童温泉街にかけてエリアを都市機能誘導区域として設定し、市の顔である天童駅周辺地域の魅力を高め、回遊や滞在の楽しさを感じることでできる空間の整備を図ります。

また、商業施設や医療施設などの生活サービス施設が集積されている芳賀地区にも都市機能誘導区域を設定します。

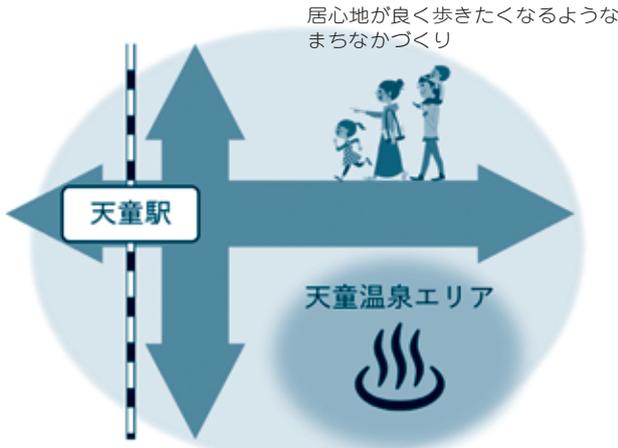
方向性2

中心市街地と田園集落を公共交通網で結び、多極ネットワーク型コンパクトシティを実現

交通弱者の増加が今後ますます見込まれていることから、誰もが公共交通を利用して気軽に外出できる環境を整備する必要があります。

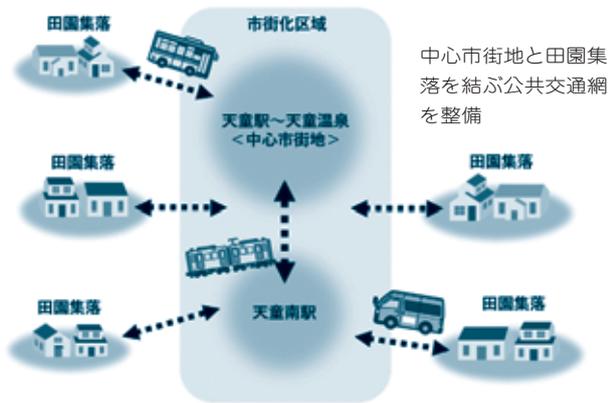
また、田園集落の住民が中心市街地に立地する生活サービス施設にアクセスしやすくなるよう、田園集落と市街地を結ぶ公共交通網についても利便性の向上を図ります。

方向性1 求心力のある中心市街地のイメージ

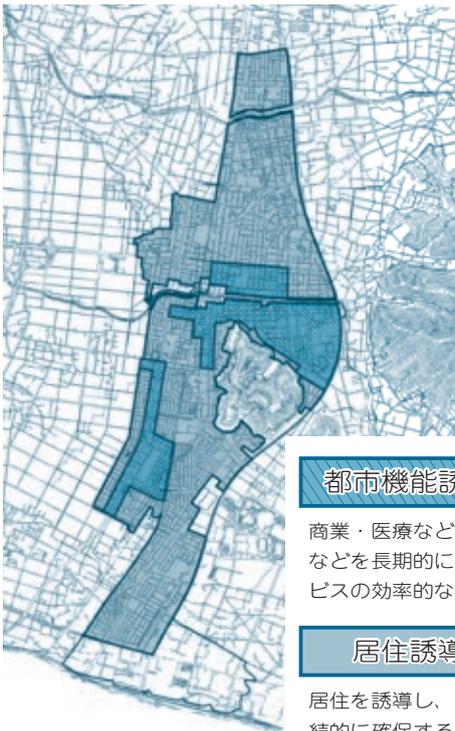


天童駅周辺のリニューアル

方向性2 多極ネットワーク型コンパクトシティのイメージ



都市機能誘導区域と居住誘導区域



都市機能誘導区域

商業・医療など日常生活を支える施設などを長期的に維持・誘導し、各サービスの効率的な提供を図る区域

居住誘導区域

居住を誘導し、生活サービス機能を持続的に確保する区域

日常生活に必要なサービス施設が市街地の各地域に分散して立地するためには、高い人口密度の維持が必要になります。市では、行政施設や医療施設などの都市機能の立地状況や災害リスクを考慮し、都市機能誘導区域と居住誘導区域を定め、都市全体を見渡しながら緩やかな誘導を図っていきます。今後も移住・定住策を推進し、利便性の高いまちづくりに努めていきますので、ご理解とご協力をお願いします。

● 問合せ 都市計画課

(☎ 654局1111内線423)

届出制度が始まります

天童市立地適正化計画の公表日（令和4年4月1日）より、居住誘導区域外・都市機能誘導区域外での一定規模以上の開発・建築等行為や、都市機能誘導区域内での誘導施設の休廃止の際は、30日前までに市への届出が必要です。詳しくは市ホームページをご確認ください。



～より良い市報づくりにご協力ください～

市報てんどうに関する アンケート調査

市民のみなさんから市報てんどうに関する意見を聞き、より親しまれる広報紙にするためにアンケート調査を実施します。頂いたご意見は、より良い市報づくりの参考にさせていただきますので、どうぞお気軽にお寄せください。

回答は、**3月25日(金)**までに、市報てんどう3月1日号の折り込みの専用はがきまたは市ホームページからお寄せください。

問合せ

天童市総務部市長公室広報係
☎654-1111 (内線325)



回答方法

【専用はがきで回答する場合】

市報てんどう3月1日号の折り込みの専用はがきに回答をご記入ください。

〈表〉

ご自身(あなた)のことについて該当する項目にそれぞれ○を付けてください。

郵便はがき		
〒994-8790		
天童市 370		
〒994-8790 天童市老野第一丁目1番1号 天童市総務部市長公室広報係 行		
あなた自身のことについて教えてください。 (該当する項目に○を付けてください)		
性別	男	女 無回答
年齢	10代 / 40代 / 70代	20代 / 50代 / 80代以上

〈裏〉

質問事項(問1～10)について回答してください。

アンケート記入欄	
問1	(複数回答可)
問2	(あると答えた方)
問3	(あると答えた方)
問4	(あると答えた方)
問5	(複数回答可)
問6	(あると答えた方)
問7	(複数回答可)
問8	(複数回答可)
問9	(あると答えた方)
問10	

【市ホームページで回答する場合】

右記の二次元コードからアンケートに回答してください。または、市ホームページのトップページにある「お知らせ」からアクセスして回答してください。



▲市ホームページ
(アンケート回答フォーム)

▼市ホームページ (トップページ)



市報てんどうに関するアンケート

下記の質問について、当てはまる番号を選び、専用はがきのアンケート記入欄にご記入ください。

【問1】市報てんどうを読んでいますか。

①すべて読む ②ほとんど読む ③ところどころ読む ④読まない →【問8】へ

【問2】あなたがよく読むのはどのコーナーですか（複数回答可）。

①特集	②まちの話題	③未来に向かって
④笑顔写真館	⑤おらほうの地域づくり	⑥こちら地域おこし協力隊でした～
⑦くらしの情報	⑧健康づくりと植物	⑨みんなの健康
⑩ひとくち健康講座	⑪子育て施設情報	⑫スポーツ施設情報
⑬カルチャー(文化施設)情報	⑭まちのイベント情報局	⑮編集後記

【問3】今後、さらに充実させた方が良いと思う分野・コーナーはありますか。

①ある →具体的に教えてください ②ない

【問4】今後、改善または中止した方が良いと思うコーナーはありますか。

①ある →【問2】の表から当てはまる番号を選び、具体的に教えてください ②ない

【問5】市報てんどうに載せてほしい情報、または詳しく知りたい情報は何ですか（複数回答可）。

①新しい制度や計画 ②財政 ③子育て ④教育 ⑤環境 ⑥健康 ⑦福祉・介護 ⑧税金
⑨産業・農業 ⑩歴史・文化 ⑪スポーツ ⑫防災 ⑬観光 ⑭行事や催し
⑮行政へのよくある質問 ⑯頑張っている市民 ⑰地域の行事 ⑱その他

【問6】現在、市報てんどうは月2回（1日号・15日号）発行していますが、発行回数についてどのように感じますか。

①少ない ②ちょうどよい ③多い

【問7】市報てんどうの仕様についてどのように感じますか。

- A、ページ数
①少ない ②ちょうどよい ③多い
- B、文字の大きさ
①小さい ②ちょうどよい ③大きい
- C、文字の書体
①見やすい ②見にくい
- D、カラーページの量（現在は、表紙・裏表紙・特集の一部などでカラー印刷をしています）
①少ない ②ちょうどよい ③多い
- ※Dで「①少ない」を選んだ方は、どのコーナーがカラー印刷だと良いと思いますか。

【問2】の表から当てはまる番号をお選びください。

【問8】【問1】で「④読まない」と答えた方にお尋ねします。あなたが市報を読まない理由は何ですか（複数回答可）。

①忙しい ②行政に関心がない ③興味のある情報が少ない ④インターネットなどからの情報で足りている ⑤内容が分かりにくい ⑥内容がつまらない ⑦その他

【問9】市報てんどうを保存していますか。

①保存している（1年以上） ②保存している（1年未満）
③必要な号だけ保存している ④保存していない

【問10】市報てんどう・市ホームページ・SNSなどについてご意見がありましたら、自由にお書きください。

仲間を思いやる気持ちを大切に

2月2日、市教育委員会庁舎と長岡小を会場に、天童市いじめ問題対策連絡協議会がオンラインで開催されました。同校6年生の児童たちが、いじめ防止につながる取り組みとして実施している「あきらめない」をキーワードにした長岡小児童会の活動を紹介します。児童からは「仲間を思いやる気持ちを大切にしたい」といった意見が発表されました。



狙いを定め一打集中

2月4日、市スポーツセンターで、第26回天童市ゲートボール冬季大会が行われました。開会式では天童市ゲートボール協会会長の滝口正義さんが「新型コロナウイルスに気を付けながら楽しく、明るく、長生きできるようなゲートボールにしましょう」とあいさつ。チームごとに戦略を立てながら交互にボールを打ち、同点決勝にまでもつれる熱戦を繰り広げました。



おもちゃが図書館におとまり

2月12日・13日、市立図書館で、おもちゃのおとまり会が開催されました。12日に7組の親子がおもちゃを持って来館し、初めて図書館に来たおもちゃに本の読み聞かせなどして施設内を紹介した後、職員におもちゃを預けました。翌日、おもちゃが選んでくれた絵本が貸し出され、夜の図書館で遊ぶ様子を撮影したミニアルバムがプレゼントされました。

雪遊び楽しいね

2月5日・6日、天童高原スキー場で、第10回天童高原スノーパークフェスタが開催されました。新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、例年開催している飲食ブースやちびっこ雪上宝探しなどは行わず、規模を縮小しての開催となりました。小学生以下のリフトやチューブスライダーが無料ということもあり、ゲレンデには多くの親子連れが訪れ、雪遊びを楽しむ親子の笑顔が見られました。



感染拡大の予防にご協力を

本市では、新型コロナウイルス感染の急拡大が危惧されることから、2月9日(水)から20日(日)まで、まん延防止等重点措置の区域に指定されました。そこで、指定期間中、本市職員2人1組の3班体制で、市内の飲食店を回り、事業者の方に、感染拡大予防のチラシを配布したほか、営業時間の短縮などを要請しました。



新型コロナウイルスワクチン接種情報

■ワクチンの接種状況について（2月21日現在）

対象者	1回目 (接種人数・接種率)	2回目 (接種人数・接種率)	3回目 (接種人数・接種率)
65歳以上	1万8438人 (94.9%)	1万8325人 (94.3%)	8204人 (42.2%)
64歳以下	3万3000人 (90.0%)	3万2585人 (88.8%)	2193人 (6.0%)
全体	5万1438人 (91.7%)	5万910人 (90.7%)	1万397人 (18.5%)

■3回目接種の予診票（接種券）の発送スケジュール（2月28日現在）

3回目接種の予診票（接種券）は、予約可能な範囲で、以下のとおり順次小分けして発送しています。原則として、65歳以上の方は6カ月経過後、64歳以下の方は7カ月経過後、予診票（接種券）が届き次第予約が可能です。接種状況により、64歳以下の方も6カ月経過後から接種ができるよう前倒して発送します。

【65歳以上の方】

2回目接種日	予診票(接種券)発送
令和3年8月末まで	発送済み
令和3年9月1日～	3月上旬～
令和3年10月1日～	3月中旬～

【64歳以下の方】

2回目接種日	予診票(接種券)発送
令和3年8月20日まで	発送済み
令和3年8月21日～	2月下旬～
令和3年9月1日～	3月上旬～

※ワクチンの供給状況や予約状況によりスケジュールは前後する場合があります。

※予診票（接種券）の発送状況は、市ホームページからご確認できます。

■3月の3回目接種スケジュール

3月の3回目接種は、国のワクチン供給に応じて、個別接種（医療機関）はファイザー社または武田／モデルナ社ワクチンを週ごとに切り替えて使用します。集団接種は、武田／モデルナ社ワクチンを使用します。希望するワクチンの予約枠がない場合は、しばらくお待ちいただく場合があります。

●個別接種（医療機関）

ファイザー社	2月28日(月)、3月14日(月)の週
武田／モデルナ社	3月7日(月)、3月21日(月)、3月28日(月)の週

●集団接種（市健康センター） 武田／モデルナ社

■5歳～11歳への1・2回目接種

●接種券の発送・予約

2月21日(月)から、3月末時点で5歳～11歳の方へ、年齢の高い順に順次接種券を発送しています。接種券が届いたら予約できますので、接種券に同封のチラシまたは市ホームページをご確認ください。なお、4月以降5歳になる方には、誕生日以降に発送します

※基礎疾患を有しており、主治医とよく相談の上、早めに接種が必要な方はお問い合わせください。

●ワクチンの種類・回数

12歳以上の方のワクチンとは成分量などが異なる小児用ファイザー社ワクチンを使用しますので、12歳以上の方と同じ日時では接種できません。3週間の間隔を空け、合計2回接種します

●個別接種

接種日	3月14日(月)～
接種医療機関	天童市民病院(小児科)、奥山こども医院、ひがしたに小児科、つちだ子どもクリニック

●集団接種

接種日	3月13日(日)・20日(日)・27日(日) 午後2:00～5:00
接種会場	市健康センター（天童市駅西五丁目2番2号）

※接種を受けるには、保護者の方の同意と同伴が必要です。

※接種券や予診票と母子手帳を忘れずにお持ちください。

■予防接種後健康被害救済制度

予防接種（コロナワクチンなど）は、感染症の予防のために重要なものですが、ごくまれに副反応による健康被害などが起こる場合があります。健康被害が生じた場合には、予防接種法に基づく救済が受けられる場合がありますのでご相談ください。

●申込み・問合せ 天童市コールセンター（☎0120-008-042）平日の午前9:00～午後5:00

担当：市新型コロナウイルスワクチン接種対策室

お〜い！ あつまれ！
しみんの すたあ〜！

みんなの おあしす

未来に向かって

◆天童市立蔵増小学校
伝統が引き継がれている音楽会



▲心を一つにして歌った合唱

蔵増小では、朝活動・スピーチタイム・授業の3つを、児童が自ら働きかけ、創造的な営み続ける場として、1日のくらしに位置付けています。「ひと・もの・できごと」とのより豊かな関わりが紡がれるような支援を行っています。

今

回は、3・4年生の総合的な学習の時間の取り組み

「歌声をつくろう」を紹介します。この学習では、児童が課題に精一杯取り組むことや協力することの良さを十分に感じ取れるようにしたいと考えました。学習のスタートは「いい歌声だったと心から思ってもらえるような合唱をつくりたい」という願いをもとにした学習活動の計画づくりでした。

8月下旬からは、合唱のパート別に学習を行い、感染症対策を講じた中で、4年生は学習した経験をもとにリーダーシップを発揮しました。一人一人の願いや不安に寄り添って話し合う場を小まめに



▲4年生が中心となった学習活動

持ち、じっくりと腰を据えて歌声づくりを進める姿に、蔵増小の伝統が引き継がれていることを感じました。3年生は、4年生の学習の進め方と歌声に憧れを持ち、気持ちの表現方法や立ち振る舞いについても学ぶことができました。

11月の発表会では、保護者の方に、子どもたちの気持ちに込めるよう真剣に聴いてもらいました。また、動画配信も視聴していただき、2つの機会を通じて、子どもたちと一緒に音楽会を作り上げていただいたと感じています。

これからも蔵増小では、学び続ける子どもの育成を目指した教育活動を進めていきます。



▲子どもたち自身で学びあう姿

笑顔写真館



おにはそと!ふくはうち!

柿崎 怜煌^{れお}くん
(6歳・寺津)

あかおにとあおおにがきた!はじめはちょっとこわかったけど、みんなでちからをあわせてまめをいっぱいなたらおにがにげていったよ。

おにたいじ、だいせいこう!

おらほうの地域づくり



▲令和2年8月に実施した探訪散策ツアーの様子

■市立高掬公民館

高掬の歴史と文化に触れる

高掬地域づくり委員会では、毎年、高掬歴史ロマン探訪散策ツアーを開催しています。地域内外からのツアー参加者に、城下町の面影が残る街並みや民俗文化財の獅子踊りなどを紹介し、高掬地域の歴史や文化の魅力を伝えています。

本年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、ツアーは実施できませんでしたが、同委員会内で研修会を行い、案内人の育成に取り組みました。今後も、さまざまな活動をとおして、郷土愛を育みながら、地域の魅力を伝えられるよう取り組んでいきます。

こちら 地域おこし協力隊 でした~ Vol.18

今シーズンは、昨シーズンに引き続き雪が多いですね。さて、ここでみなさんに問題です。「ことしと昨年ではどちらの方が雪の多い年だったのでしょうか？」正解は、「ことしも昨年と同じぐらいの大雪であった」です。市消防本部が発表している「降雪・積雪情報」によりますと、令和3年1月末時点での累計降雪量は357^{センチ}、令和4年1月末時点での累計降雪量は359^{センチ}ということで、ほぼ同程度の降雪があったということが分かります。つまり、2年連続で大雪だったということですね。

2月5日に開催した「移住体験ツアー」では、オンラインでご参加いただいた12組・17人の移住検討者のみなさんに、こうしたデータの紹介や、雪かき・雪道運転の実演をご覧くださいなどして雪国暮らしの理解を深めていただきました。地道ではありますが、こうした活動をコツコツ積み上げていきたいと思えます。



▲Instagram



▲Twitter



▲フェイスブック



▲移住ポータルサイト



移住定住促進担当
徳山 陽滋 隊員

ご利用ください 市民墓地管理料の口座振替

令和4年度から市民墓地管理料が、口座振替で納付できるようになります。

●**申込方法** 「天童市市税等口座振替依頼書・自動払込利用申込書」に必要事項を記入し、金融機関に提出してください（記入用紙は金融機関の窓口にも備え付けています）

※申し込みの際には、通帳・お届け印・墓地使用許可証に記載の墓地番号が必要です。

●**口座振替可能な金融機関** 山形銀行、荘内銀行、きらやか銀行、山形信用金庫、新庄信用金庫、北郡信用組合、東北労働金庫、天童市農業協同組合

※ゆうちょ銀行はご利用いただけません。

●**申込期限** 3月31日(木)

※4月以降の申し込みは、令和5年度分からの口座振替となります。

●**問合せ** 市生活環境課 (☎654-1111内線279)

福祉灯油購入費等助成事業の申請はお済みですか

市では、冬期間の灯油購入費などの暖房費用の一部として、次の世帯に5000円を交付します。

申請期限が3月15日(火)までですので、お済みでない方は、忘れずに申請してください。

●**助成対象世帯** 令和3年10月1日現在で、本市に住所を有し、令和3年度の市民税が全員非課税で、次に該当する世帯（福祉施設などへの入所世帯は除く）

○高齢者世帯（65歳以上の単身世帯または高齢者のみの世帯）

○障がい者世帯（身体障害者手帳1・2級、療育手帳A判定、精神保健福祉手帳1級、特別障害者手当、障害児福祉手当、特別児童扶養手当、障害基礎年金1・2級の受給者がいる世帯）

○一人親等世帯（18歳未満の方とその父または母のいずれかで構成されている世帯など）

○避難者世帯

●**申請方法** 該当すると思われる世帯に申請書を郵送しています。なお、次の世帯で申請書が届かないときは、市社会福祉課までお問い合わせください

○障害基礎年金1・2級の受給者（身体障害者手帳1・2級の所持者を除く）

○一人親等世帯で、児童扶養手当を受給していない方またはひとり親家庭等医療証の交付を受けていない方

●**申込み・問合せ** 3月15日(火)まで、市社会福祉課 (☎654-1111内線762)

第67回天童桜まつりのお知らせ

■人間将棋を開催します

●**とき** 4月16日(土)・17日(日)

●**ところ** 舞鶴山山頂

●**観覧人数** 各日600人

※観覧は申し込み制で、申し込み多数の場合は抽選となります。詳しい申込方法は、市報てんどう3月15日号でお知らせします。

■人間将棋の駒武者を募集します

●**申込資格** 16歳以上の方

●**募集人数** 40人（応募多数の場合抽選）

○「歩」以外の駒役=22人

○「歩」の駒役(女性)=18人

●**とき** 4月17日(日)午前9:00~午後4:00

(午前9:00まで市総合福祉センター集合)

●**ところ** 舞鶴山山頂

●**申込期限** 3月21日(月・春分の日)

●**申込方法** 往復はがきで郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、当日の連絡先(携帯電話番号)、希望種別(「歩」以外の駒役・「歩」の駒役)を記入して応募

■天童桜まつり子ども将棋大会の出場者を募集します

●**対象** 県内在住の小・中学生(先着60人)

●**とき** 4月10日(日)午前10:00~(受け付けは午前9:30~)

●**ところ** 市民プラザ

●**参加料** 1000円(昼食・参加賞付き)

●**申込期限** 4月8日(金)

●**申込み・問合せ** 〒994-0034 天童市本町一丁目1番2号 天童桜まつり実行委員会 ((一社)天童市観光物産協会内☎653-1680)

鷹狩り実演と講演会 電光石火の捕獲 鷹狩りへの誘い

田麦野在住で、大型の猛禽類で実猟ができる、日本で最後の鷹匠といわれている松原英俊さんが、両翼1.5メートルにも及ぶケアシノ



スリを使った狩りの実演と、大自然での体験についての講演を行います。

●**とき** 3月21日(月・春分の日)午前10:00~正午

●**ところ** 市立高原の里交流施設ぽんぼこ

●**定員** 40人(先着順、事前申し込みが必要)

●**参加料** 一般800円、小・中学生500円

●**申込み・問合せ** 市立高原の里交流施設ぽんぼこ (☎656-2955)

予約制乗合タクシー「ドモス」説明会を開催

予約制乗合タクシー「ドモス」は、4月1日(金)から、市民のみなさんが利用しやすいよう利用方法を変更します。変更内容について、説明会を開催しますので、ぜひお越しください。なお、新型コロナウイルスの感染拡大状況などにより、説明会を中止する場合があります。

●**主な変更点** 運行便数、予約受付時間、料金など

●**説明会日程**

	とき	ところ
3月8日(火)	午前10:00～	市立天童北部公民館
	午後1:30～	市立天童南部公民館
	午後3:00～	市立天童中部公民館
3月10日(木)	午前10:00～	市立成生公民館
	午後1:30～	市立蔵増公民館
	午後3:00～	市立寺津公民館
3月15日(火)	午前10:00～	市立天童北部公民館
	午後1:30～	市立津山公民館
	午後3:00～	市立田麦野公民館
3月16日(水)	午前10:00～	市立山口公民館
	午後1:30～	市立高揃公民館
	午後3:00～	市立長岡公民館
3月24日(木)	午前10:00～	市立荒谷公民館
	午後1:30～	市立干布公民館
	午後3:00～	市立天童北部公民館

※説明会の所要時間は、30分程度です。

●**問合せ** 市生活環境課 (☎654-1111内線275)

国民年金のお知らせ

■学生納付特例期間の追納手続をお忘れなく

学生納付特例は、通常2年の国民年金保険料納付期限を10年に延長する特例で、免除ではありません。手続きをしないと、3年目以降の追納加算額が発生し、未納のままでは受け取る年金額が減額されます。市市民課または年金事務所で忘れずに手続きしてください。追納後の領収書は、社会保険料控除として支払った年の年末調整や確定申告に計上できます。

■付加保険料の納付

第1号被保険者の方で、将来の年金の受給額を増やしたい方におすすめの制度です。定額保険料(令和3年度=1万6610円)に上乗せして、付加保険料として月額400円を納付すると、将来受け取る年金の額が増えます。市市民課または山形年金事務所で、相談や納付の申し出を受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

●**持物** 身分証明書、年金手帳、印鑑

●**問合せ** 市市民課 (☎654-1111内線716) または山形年金事務所 (☎645-5111)

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種 本年度対象者の接種期間は3月31日(木)まで

過去に助成を受けたことがない本年度の助成対象者に、個別に助成券などを送付しています。同封された書類を医療機関に提出して、予防接種を受けてください。

なお、案内が届いた方でも、過去5年以内に受けている方は接種できません。また、新型コロナワクチン接種を受ける場合、原則として、高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種と前後13日以上の間隔を空ける必要があります。

助成対象者は生年月日により毎年変わります。助成を受けられる機会は、生涯で1回限りですので、接種の機会を逃さないようにご注意ください。

●本年度の助成対象者

。令和3年度に次の年齢になる方

65歳	昭和31年4月2日～ 昭和32年4月1日生まれの方
70歳	昭和26年4月2日～ 昭和27年4月1日生まれの方
75歳	昭和21年4月2日～ 昭和22年4月1日生まれの方
80歳	昭和16年4月2日～ 昭和17年4月1日生まれの方
85歳	昭和11年4月2日～ 昭和12年4月1日生まれの方
90歳	昭和6年4月2日～ 昭和7年4月1日生まれの方
95歳	大正15年4月2日～ 昭和2年4月1日生まれの方
100歳	大正10年4月2日～ 大正11年4月1日生まれの方

。60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器などの機能に障がいのある方(身体障害者手帳1級に準じる)

●**接種期間** 3月31日(木)まで

●**助成額** 4000円(市内医療機関で接種の場合、自己負担額4000円)

●**問合せ** 市保険給付課 (☎654-1111内線753)

野外焼却(野焼き)は 禁止されています

家庭や事業所から出たごみなどを野外焼却する野焼きは、原則法律で禁止されています。野焼きは、煙や悪臭などにより周辺の住民に迷惑を掛けるだけでなく、PM2.5やダイオキシンなどを発生させ、健康に悪影響を与える恐れがあります。

ごみはルールに従って適正に処分し、野外焼却しないようにしましょう。

●**問合せ** 市生活環境課 (☎654-1111内線273)

3月1日～7日は 子ども予防接種週間

3月1日から7日は子ども予防接種週間です。4月からの入園・入学に備え、未接種の予防接種がないか、母子手帳で確認しましょう。

■麻しん・風しん混合予防接種

麻しん・風しんは、感染力が強いため、予防接種を受けないと多くの人がかかる可能性がある感染症です。ワクチンの接種によって予防可能な感染症ですので、対象の方は忘れずに予防接種を受けましょう。



- 対象
 - 1期＝1歳以上2歳未満（2歳の誕生日の前日まで）
 - 2期＝年長児（3月31日(木)まで）

■日本脳炎予防接種

日本脳炎予防接種は平成17年から平成22年まで、積極的な勧奨の差し控えがありましたが、現在は新しいワクチンにより再開しています。

- 標準的な接種期間の対象者
 - 1期初回（2回）＝3歳
 - 1期追加（1回）＝4歳（1期初回(2回)の接種を受けてからおおむね1年経過後の方）
 - 2期（1回）＝9歳以上13歳未満

※1期の定期接種としての接種期限は、7歳6カ月までとなります。

●特例対象者

- 平成13年4月2日～平成19年4月1日生まれの方で、20歳未満の方
- 平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの方で、13歳未満の方

●接種場所 市内の指定医療機関

●持物 母子手帳、予診票、保険証

※転入や紛失などで予診票がない方、市外での接種を希望する方は、お問い合わせください。

●問合せ 市健康課（☎652-0884）

避難行動要支援者制度に登録をお願いします

避難行動要支援者制度は、災害時に一人で避難することが困難な方などに対し、避難の支援を行う制度です。自主防災会や民生児童委員などに避難行動要支援者の名簿を提供し、災害時の安全確認や救助に役立てられます。

2月中旬、避難行動要支援者の要件に新規該当した方へ書類を送付していますので、本制度への登録をお願いします。なお、個人情報適切に管理され、災害対応や避難支援以外での利用は行いません。

●問合せ 市危機管理室（☎654-1111内線452）

特別障害者手当・障害児福祉手当を支給しています

市では、身体または精神に著しい重度の障がいがある方で、在宅で生活しており常時特別の介護が必要な方に次の手当を支給しています。

認定を受けるには、障がいの程度や所得制限など一定の要件があります。

■特別障害者手当（20歳以上）

- 支給額（月額）
 - 2万7350円（令和3年度）
 - 2万7300円（令和4年度）

■障害児福祉手当（20歳未満）

- 支給額（月額）
 - 1万4880円（令和3年度）
 - 1万4850円（令和4年度）

●申込み・問合せ 市社会福祉課

（☎654-1111内線765）

在宅酸素療法者に 費用の一部を助成します

市では、医師の処方により在宅酸素療法を受けている方に、費用の一部を助成します。

- 対象 市内にお住まいで、次の①②全てに該当する方
 - ①呼吸器機能障がいの身体障害者手帳（3級または4級）を持っている方
 - ②医師の処方により、在宅で酸素療法を受けている方

●助成費 令和3年10月から令和4年3月までの費用の一部

●申込み・問合せ 3月18日(金)まで、市社会福祉課
（☎654-1111内線765）

人工透析者に交通費の 一部を助成します

市では、病院などで人工透析を受けている方に、交通費の一部を助成します。

- 対象 市内にお住まいで、次の①②③全てに該当する方
 - ①腎臓機能障がいで、身体障害者手帳を持っている方
 - ②人工透析を行うために、交通機関（自家用車を含む）を使って通院している方
 - ③本人と本人を扶養する生計の中心者に、前々年度分の所得税が課税されていない方

●助成費 令和3年10月から令和4年3月までの交通費の一部

●申込み・問合せ 3月18日(金)まで、市社会福祉課
（☎654-1111内線766）

お知らせ

証明書等コンビニ交付サービス 休止のお知らせ

- 対象 マルチコピー機が設置されている全国のコンビニエンスストア
- 休止期間 3月5日(土)終日
- 問合せ 市市民課
(☎654-1111内線717)

確定申告の申告期限などが 延長できます

新型コロナウイルス感染症の影響で、申告期限までに令和3年分の所得税などの確定申告が困難な方は、4月15日(金)までに、簡易な方法により、申告・納付期限の延長を申請できます。詳しくは、国税庁のホームページをご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

- 問合せ 山形税務署
(☎622-1611)

テレビ視聴に影響が出た家庭に 無償回復作業を行います

各携帯電話事業者による天童市、寒河江市、東根市での新しい電波の利用開始に伴い、3月17日(木)以降に市内全域において、テレビに受信障害が発生する恐れがあります(ケーブルテレビ、BS、CSに影響はありません)。そのため、対象となる地域のご家庭にチラシ

を配布しています。視聴に影響が出た場合は、(一社)700MHz利用推進協会が無償で回復作業を行います。

なお、作業員は「テレビ受信障害対策員証」を所持しており、費用の請求をすることはありません。

- 問合せ 午前9:00から午後10:00まで、700MHzテレビ受信障害対策コールセンター
(☎0120-700-012)(年中無休)

協会けんぽの保険料率 が変わります

全国健康保険協会山形支部の健康保険料率は令和4年3月分(4月納付分)から現行の10.03%から9.99%に引き下げとなります。また、介護保険料率は1.80%から1.64%に引き下げとなります。今回の保険料率の引き下げは、みなさんの健康づくりへの取り組みの結果が大きく影響しています。引き続き、疾病予防などへの取り組み(健診・特定保健指導など)にご協力をお願いします。

- 問合せ 全国健康保険協会山形支部企画総務グループ
(☎629-7226)

催し・募集

懐かしのレコードコンサート

- とき 3月12日(土)

- 午後2:00~3:30
- ところ 市民文化会館
- 内容 特集・あのヒット曲の歌手は…
- 定員 70人(要申し込み)
- 参加料 無料
- 申込み・問合せ 市民文化会館
(☎654-1511)

やまがた合同企業説明会2023

- 対象 令和5年3月に大学などを卒業予定の学生とその保護者
- とき 3月14日(月)・15日(火)
午後1:00~4:30
※保護者は午後3:00からの入場になります。
- ところ 山形ビッグウイング(山形市)
- 参加企業 県内に本社または就業場所のある企業約200社
- 問合せ やまがた新卒応援ハローワーク(☎646-7360)

ストリング・アンサンブル天童 第2回コンサート

- 青少年と大人の合同弦楽合奏団の演奏会です。
- とき 3月21日(月・春分の日)
午後2:00開演
- ところ 市民文化会館
- 内容 クラシック・ポピュラー音楽など
- 入場料 500円
- 申込み・問合せ 市民文化会館
(☎654-1511)

子育て世帯への臨時特別給付金 子ども1人当たり10万円を給付

- 対象児童 18歳以下の子ども(平成15年4月2日以降に生まれた子ども。児童手当の所得制限限度額に相当する世帯は対象外)
- 支給額 対象の子ども1人当たり10万円
- 申請が必要な方 高校生など(平成18年4月1日以前生まれ)の子どものみを養育している世帯
- 支給済みの方 令和3年9月1日から令和4年3月31日までに生まれた新生児がいる世帯。主な生計維持者が公務員の世帯
- 支給済みの方 令和3年9月分の児童手当受給者(中学生以下は令和3年12月24日、16歳から18歳までの子どもの分は、1月19日に支給済み)
- 離婚などで、令和3年9月1日から令和4年2月28日までに児童手当の受給者変更手続きを完了した、現時点での児童手当受給者や、令和3年10月1日から令和4年2月28日までに新たに高校生など(平成18年4月1日以前生まれ)を養育することになった主な生計維持者は、子育て支援課にお問い合わせください。
- ※申請書類や申請方法など詳しくは、市ホームページをご確認ください。
- 申込み・問合せ 子育て支援課
(☎654局1111内線723)



▲市ホームページ

午後1:30～3:00

- ところ** 市農業センター
- 定員** 10人
- 参加料** 無料
- 問合せ** ワクワク講話の会
(☎090-7933-5183鹿野)

天童スイミングスクール 春休み短期講習会

- 対象** 県内在住の年長児～中学生
(4月1日時点)
- とき** 3月21日(月・春分の日)
～24日(木)
正午～午後1:00
- 定員** 75人(先着順)
- 会費** 5000円(会員3600円)
- 持物** 水着、帽子、バスタオル
※無料送迎バスを運行します。
- 申込み・問合せ** 3月19日(土)
まで、天童スイミングスク
ール(☎654-4933)

天童日本語教室の 受講者を募集

- 対象** 外国出身の方
- とき** 4月23日(土)～9月10日
(土)の土曜日(全20回)
午前10:00～正午
- ところ** 市総合福祉センター
- コース** 中級Ⅱコース(N2レ
ベル)
- 受講料** 無料
- 年会費** 1000円
- 申込み・問合せ** 4月11日(月)
まで、天童市国際交流協会
事務局(市市長公室内☎
654-1111内線324)

第2回東北希望の襷マラソン 山形天童大会が開催

- とき** 5月22日(日)
- ところ** 県総合運動公園
- 種目** ハーフマラソン、5キ、
1キキッズ、1キ親子、リ
レー
- 申込方法** 4月3日(日)まで、
大会公式ホームページで申
し込み



▲大会公式ホームページ

- 問合せ** 東北希望の襷マラソン
実行委員会事務局(電子メ
ール=info@kibou-tasuki.jp)

民間国際交流団体の 活動を支援します

(公財)山形県国際交流協会では、民間団体が行う地域の国際化を推進する事業に対し、助成を行います。お気軽にお申し込みください。

- 対象** 4月1日から令和5年3
月31日までに行う事業
- 助成額** 1団体上限20万円
※複数の団体との連携・共同事業
は上限30万円。
- ※詳しくは、(公財)山形県国際交流
協会ホームページをご確認ください。
- 申込み・問合せ** 3月16日(水)
まで、(公財)山形県国際交
流協会(☎647-2560)

国家公務員採用試験

インターネットでお申し込みください。詳しい申込方法や受験資格などは、人事院ホームページ(国家公務員試験採用情報NAVI)でご確認ください。

- 総合職(院卒者・大卒程度)**
- 申込期間** 3月18日(金)～4月
4日(月)
- 1次試験** 4月24日(日)
- 一般職(大卒程度)**
- 申込期間** 3月18日(金)～4月
4日(月)
- 1次試験** 6月12日(日)
- 一般職(高卒者)**
- 申込期間** 6月20日(月)～29日
(水)
- 1次試験** 9月4日(日)
- 問合せ** 人事院東北事務局第二課
(☎022-221-2022)

会員を募集 天童パソコン倶楽部

- 対象** ノートパソコンをお持ち
で、キーボードが使える方
- とき** 3月から令和5年2月ま
での毎月第2・4金曜日
午前9:00～正午
- ところ** 市総合福祉センター
- 内容** パソコンを使用しての文
書作成・画像編集
- 会費** 年3000円
- 申込み・問合せ** 天童パソコン
倶楽部事務局
(☎090-2279-0302山川)

健康づくりと植物

164

きゅうり(ウリ科)
キュウリは、インド北部原産で、つる性の一年草です。平安時代より前に日本に渡って来て、現在は野菜として全国で栽培されています。茎は細く、巻きひげで他の作物に絡んで成長します。

6月から7月ごろに黄色い花を咲かせます。同じ株から雄花と雌花を伸ばし、雌花に長い子房を付けており、花が終わると長さ15から30ほどの緑色の果実となります。

江戸時代以前は、品種改良が進まず、黄色のキュウリを食べていたので、黄瓜と呼ばれていました。その後、改良が進むにつれて、キュウリからキュウリになったといわれています。

キュウリは、食べて効く薬草といわれています。キュウリを薄く輪切りにして、天日で乾燥したものを胡瓜といえます。1日の量として、胡瓜10gを水200mlで、半分の量になるまで煎じて、食後3回に分けて服用すると、胃炎などに効くといわれています。

●**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四郎さんが担当しています。

催し・募集

マイナンバーカードの専用窓口をご利用ください

市役所で専用窓口を開設します (開庁時間延長および休日)

- **とき** 3月の毎週水曜日
午後5:30～7:00
3月27日(日)
午前8:30～午後0:30
- **ところ** 市市民課窓口

市健康センターに出張窓口を開設します

3歳児健康診査の日程に合わせて、申請専用窓口を開設します。

- **とき** 3月8日(火)・16日(水)
午後2:00～4:00
- **ところ** 市健康センター

市内の事業所に出張窓口を開設します

市内の事業所において申請専用窓口を開設します。

- **対象** 本市に住所がある方おおむね10人以上の申請をする市内の事業所
- **とき** 毎週火曜日
①午前9:30～11:30
②午後2:00～4:00
- **ところ** 市内の事業所
※詳細は、市ホームページをご確認ください。
- **持物** 運転免許証、通知カードなど
- **問合せ** 市市民課
(☎654-1111内線716)

各種無料相談

今月の法律相談

3月の法律相談は行いません。次回の相談は4月となりますが、随時申し込みは受け付けています。

- **相談内容** 民事、家事的な法律相談(係争中の事案は除く)
- **申込み** 資料などを持参し、市市民相談室に申し込みください
- **問合せ** 市市民相談室
(☎654-1111内線741)

行政書士相談(予約不要)

- **とき** 3月2日(水)～23日(水)の毎週水曜日(全4回)
午前9:00～午後4:00
※3月30日(水)は行いません。
- **ところ** 市役所1階市民相談室
- **相談内容** 相続関係、各種許認可申請、その他の相談など
- **問合せ** 山形県行政書士会天童支部(☎674-7024)

あったかカフェてんどう(認知症カフェ)にどうぞ

認知症に対して不安や悩みを抱えている方やその家族の方などお気軽にご参加ください。相談には、認知症に関する専門的知識を持ったスタッフが対応します。

- **とき** 3月16日(水)
午後1:00～2:00
- **ところ** 市立天童中部公民館
- **問合せ** 市保険給付課
(☎654-1111内線756)

地域カフェにどうぞ

お気軽にお越しください(※はおおむね65歳以上)。

田麦野スリッパ卓球「すみれ会」

- **とき** 3月2日(水)～30日(水)の毎週水曜日
午前9:00～正午
- **ところ** 市立高原の里交流施設 ぼんぼこ

公民館喫茶「蔵」

- **とき** 3月15日(火)
午前10:00～正午
- **ところ** 市立蔵増公民館

ふれあい南部茶屋

- **とき** 3月15日(火)
午後1:30～3:30
- **ところ** 市立天童南部公民館

喫茶「いるばある」

- **とき** 3月17日(木)
午前10:00～正午
- **ところ** 市立天童北部公民館

カフェくらつ川(※)

- **とき** 3月18日(金)
午後1:30～3:30
- **ところ** 市立天童中部公民館
- **内容** 運動、講話など
- **参加料** 100円程度
※内容や参加料は、会場によって異なります。
- **問合せ** 市保険給付課
(☎654-1111内線755)

ワクワク講話 共に生きる

- **とき** 3月21日(月・春分の日)

介護予防教室にどうぞ

● **対象** 市内にお住まいの要介護認定を受けていない65歳以上の方(①は70歳以上)

①元気ゆー湯温泉教室

- **とき** 4月の毎週水曜日(全4回)
- **ところ** 健康増進施設のぞみ
- **内容** 温泉入浴に関する講話、温泉入浴、軽体操
(☎656局0322)

②健康てんどう元気塾

- **とき** 4月の毎週木曜日(全4回)
- **ところ** スポーツクラブ天童ヒーフリー
(☎654局8866)
- **内容** ストレッチ体操、バランス運動

③楽しくさわやか脳トレ教室

- **とき** 4月の金曜日(全4回)
- **ところ** スポーツクラブ天童ヒーフリー
(☎654局8866)
- **内容** 認知症予防のための運動

④元気ウキ浮き水中教室

- | とき | ところ |
|----------------|----------------------------|
| 4月の土曜日(全4回) | 健康増進施設のぞみ
(☎656局0322) |
| 4月・5月の火曜日(全8回) | 天童スイミングスクール
(☎654局4933) |
- **内容** 水中歩行、バランス運動
※料金や定員などは、お問い合わせください。
※新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクの着用や手指消毒にご協力ください。
- **申込み・問合せ** 3月18日(金)まで、市保険給付課(☎654局1111内線755)または各施設

ひきこもりの問題で悩んでいませんか

誰かに話すことで、心の負担が軽くなり、さまざまな情報を得るきっかけになります。一人で悩まず、まずはお電話でご相談ください。

【県の相談窓口】

■ 自立支援センター 巣立ち

● 受付時間 平日(水曜日を除く)の午前9:00~正午、午後1:00~5:00

● 相談電話 ☎631-7141

■ 村山保健所保健企画課

● 受付時間 平日の午前8:30~午後5:15

● 相談電話 ☎627-1184

【市の相談窓口】

■ 天童市生活自立支援センター・天童市多機関協働支援センター

● 受付時間 平日の午前8:30~午後5:15

● 相談電話 ☎654-5156 (天童市社会福祉協議会内)

※相談内容によっては、面談にも応じます(要予約)。まずはお電話でご相談ください。

■ 市健康課 心の健康相談

● 受付時間 平日の午前8:30~午後5:15

● 相談電話 ☎652-0884

※相談内容によっては、面談にも応じます(要予約)。まずはお電話でご相談ください。

● 問合せ 市健康課

(☎652-0884)

3月の休日当番医

診察時間=午前9:00~正午、午後1:30~5:00

	医療機関名	
3/6(日)	南町耳鼻咽喉科 南町3-14-19 (☎687-0870)	星川内科クリニック 芳賀タウン南3-7-1 (☎616-7277)
3/13(日)	おおやま皮膚科 南町3-1-18 (☎651-1241)	大野胃腸科内科医院 久野本1056-3 (☎656-8522)
3/20(日)	天童温泉篠田病院 鎌田1-7-1 (☎653-5711)	
3/21(月)	塩野医院 乱川3-2-10 (☎651-2211)	
3/27(日)	吉岡病院 東本町3-5-21 (☎654-1188)	宮脇医院 東本町3-4-13 (☎653-5005)

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、発熱がある方は事前に電話で連絡をしてからの受診をお願いします。

◎救急告示病院は天童市民病院(☎654-2511)、天童温泉篠田病院(☎653-5711)、吉岡病院(☎654-1188)です。当番医師の診療科目は、市ホームページをご確認になるか市消防署(☎654-1191)にお問い合わせください。

◎山形市休日夜間診療所(山形市香澄町2-9-39 ☎635-9955)

◆夜間診療(毎日) 内科=午後7:00~11:00、小児科=午後7:30~10:30

◆休日診療(日曜日・祝日) 内科・小児科・外科=午前9:00~11:45、午後1:30~5:00

3月の休日当番薬局

営業時間については各薬局へお問い合わせください

	薬局名	
3/6(日)	いちご薬局 南町3-14-26 (☎679-4660)	クレア薬局芳賀店 芳賀タウン南3-7-5 (☎676-7277)
3/13(日)	レモン調剤薬局 南町3-1-23 (☎651-0888)	マルマン調剤薬局 久野本362-4 (☎656-8766)
3/20(日)	アイン薬局天童店 鎌田1-6-8 (☎652-0771)	
3/21(月)	ホープ薬局 乱川3-2-3 (☎652-0157)	
3/27(日)	ファーコス薬局まいづる 鎌田本町3-6-23 (☎653-0081)	けんこうの森薬局 東本町3-4-10 (☎666-6693)

3月は進学や就職、異動や引っ越しなど、生活環境が大きく変わり、ストレスを感じやすい時期です。軽度のストレスであれば普段の生活の中でうまく対処できますが、強いストレスがかかった状態が続くと、うまく対処することができず、こころと体が疲れてしまいます。

ストレスを感じると、気分が落ち込んでやる気が出ない、イライラする、食欲が出ない、眠れないなどのサインがこころや体に現れます。自分のストレスサインを知っておくことで、早めに気付くことができ、休息をとったり、気分転換をしたりして早めに対処することができます。一人で抱え込まず、家族や友人など信頼できる人に話すことも効果的です。

ストレスとうまく付き合っていくためには、バランスの良い食事や良質な睡眠、適度な運動の習慣を維持することが大切です。何かに向かって頑張っているときほど、ストレスに気付きにくいものです。忙しいときこそ、自分自身に目を向けてみましょう。



天童市健康課
村形 陽香
保健師

●こころの健康講座

ひとくち
健康講座

270



みんなの 健康

Health
March

●問合せ、申込先の記載がないものは、市健康課
(☎652-0884)

各種乳幼児健康診査・相談・健康教室は、十分に感染症対策を行った上で実施します。参加する方はマスクの着用など感染防止対策へのご協力をお願いします。

今月の予防接種 (個別接種)

口タ	満2カ月児(令和4年1月生まれ)以上
ヒブ	満2カ月児(令和4年1月生まれ)以上
小児用肺炎球菌	満2カ月児(令和4年1月生まれ)以上
B型肝炎	満2カ月児(令和4年1月生まれ)以上1歳に至るまで
4種混合	満3カ月児(令和3年12月生まれ)以上
BCG	満5カ月児(令和3年10月生まれ)以上1歳に至るまで
麻疹・風疹	満1歳児(令和3年3月生まれ)以上2歳に至るまで
水痘	満1歳児(令和3年3月生まれ)以上3歳に至るまで
日本脳炎	満3歳児(平成31年3月生まれ)以上

※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。

4カ月児健康診査

対象	とき
令和3年11月1日~11月11日に生まれた乳児	3月17日(木)の午後 (受付時間は郵送などで個別にお知らせします)
令和3年11月12日~11月30日に生まれた乳児	3月24日(木)の午後 (受付時間は郵送などで個別にお知らせします)
ところ	市健康センター
内容	身体計測、診察など
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
令和3年6月1日~6月30日に生まれた乳児	3月28日(月) (受付時間は郵送などで個別にお知らせします)
ところ	市健康センター
内容	身体計測、健康相談、絵本のプレゼント
持物	母子手帳、9カ月児健康相談票、バスタオル

3歳児健康診査

対象	とき
平成30年8月19日~8月31日に生まれた幼児	3月16日(水)の午後 (受付時間は郵送で事前にお知らせしています)
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、健診票、アンケート、検査尿

対象者には健診票、検査尿の容器を事前に郵送しています。眼科検診の受診券を同封しています。4月末までに受診してください。

こころの体温計をご活用ください

こころの体温計は、インターネットを活用したメンタルセルフチェックシステムです。スマートフォンやパソコンを利用して、気軽にストレス度や落ち込み度をチェックできます。市ホームページや右記の二次元コードからご利用ください。



▲こころの体温計

●問合せ 市健康課(☎652-0884)

3月は自殺対策強化月間

電話相談

一人で悩まず、まずはお電話でご相談ください。

●とき 3月1日(火)~7日(月)
午前9:00~午後5:00

※期間中は、土・日曜日も受け付けます。



相談電話

・こころの健康相談統一ダイヤル=☎0570-064-556

※IP電話など一部の電話からは接続できません。

・心の健康相談ダイヤル=☎631-7060

●問合せ 県精神保健福祉センター
(☎674-0139)

こころの悩み相談会(要申し込み)

不安で仕方がない、やる気が起きないなど、こころの健康に関する相談に応じます。お気軽にご利用ください。



●とき 3月15日(火)

午後1:30~3:30

●ところ 市健康センター

●申込み・問合せ 3月14日(月)まで、市健康課(☎652-0884)

依存症相談会(要申し込み)

アルコールやギャンブルなどでお困りの方やご家族の相談に応じます。一人で悩まず、まずはご相談ください。

●とき 3月24日(木)

午後2:00~4:00

●ところ 市健康センター

●申込み・問合せ 3月23日(水)まで、市健康課(☎652-0884)

子育て施設情報



市わらべ館 ☎658-8120
 開館時間 午前9:00～午後6:00
<https://warabekan.tendo-kosodate.jp>

当日は、先着順で入館できます。利用者は、市内居住者15組程度を上限とします。利用時間を90分とし、入れ替え制になります。

3月の催し物(※)要申し込み

- 1日(火)午前10:30～ 子育てサロン(おひな飾り製作)(※)
- 11日(金)・25日(金)午後2:30～ 赤ちゃん交流会(※)
- 16日(水)午前10:30～ 折り紙教室
- 18日(金)午前10:30～ プレママ講座 赤ちゃんが安心できる抱っことおんぶ(※)
- 22日(火)午前10:30～ 人形劇(※)
- 31日(木)午前10:30～ 3月生まれのお誕生会(※)

3月の休館日

28日(月)



市子育て未来館げんキッズ ☎651-8240
 開館時間 午前9:00～午後7:00
<https://shisetsu-tds.jp/yamagata-tendou-genkids/>

当日は、先着順で入館できます。利用者は、市内居住者150人程度を上限とします。利用時間を90分程度とし、入れ替え制になります。

3月の催し物(※)要申し込み

- 8日(火)午前10:00～ プレママクラブ(※)
- 9日(水)午前9:30～、午後1:30～ すくすくイベント(イースター)
- 10日(木)・24日(木)午前10:00～ タッチケア(※)
- 10日(木)・24日(木)午前11:00～ ステップアップタッチケア(※)
- 11日(金)午前10:00～ ママたちのおしゃべりあわー
- 14日(月)午後4:00～ げんkiyoくつくてあそぼう(※)
- 15日(火)午前10:00～ マタニティヨガ(※)
- 17日(木)・31日(木)午前10:00～ 骨盤ケア(※)
- 19日(土)午前10:00～ リズム体操(※)

3月の休館日

16日(水)



▲ホームページ



▲インスタグラム



▲フェイスブック

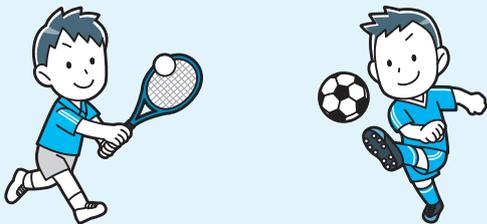
スポーツ施設情報



市スポーツセンター ☎654-6100
<http://www.tendocity-sports.or.jp>

3月の主な予定

- 5日(土) 県中体連ソフトテニス強化事業
- 26日(土)・27日(日) サッカープレシーズンマッチ



3月の休館日

22日(火)

改修工事のお知らせ

3月下旬ごろまで総合体育館アリーナの大規模改修工事を行っています。工事期間中は、アリーナ(トリムコースを含む)の利用ができません。

県総合運動公園 ☎655-5900
<http://park.montedio.co.jp/beni/>

3月の休館日

7日(月)、22日(火)



モンテディオ山形ホームゲーム
 NDソフトスタジアム山形

20日(日) 対ベガルタ仙台(午後2:00～)(ホーム開幕戦)

26日(土) 対東京ヴェルディ(午後2:00～)



パスラボ山形ワイヴァンズ
 ホームゲーム
 県総合運動公園総合体育館

5日(土)・6日(日) 対アースフレンズ東京Z

9日(水) 対青森ワッツ

12日(土)・13日(日) 対香川ファイブアローズ(児童市民応援デー)

23日(水) 対ファイティングイーグルス名古屋



市立図書館

☎654-2440

開館時間 午前9:00～午後6:00
<https://tendocity-library.jp>
 (蔵書検索ができます)

3月の催し物・サークル活動

12日(土)午前11:00～ くまさんのおはなしかんづめ
 30日(水)午前11:00～ くれよんさんのおはなしの会

■ひとつぼ展示「この本を見て作りました！」

●展示期間 3月1日(火)～31日(木)

■布遊具布絵本展示会

●展示期間 3月22日(火)～28日(月)

■令和4年度図書館支援ボランティア募集

- 対象 18歳以上の方
- 活動期間 4月5日(火)～令和5年3月31日(金)
- 活動内容 本の配架、除籍資料の処理、上映に関する活動
- 申込期限 3月6日(日)

3月の休館日

15日(火)



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)
<https://tendocity-museum.jp>

3月の展示内容

～31日(木) 令和3年度新収蔵品展
 17日(木)～31日(木) 体験美術館

3月の休館日

7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)

天童織田の里歴史館

☎653-0631

(市立旧東村山郡役所資料館)

開館時間 午前9:00～午後5:00(入館は午後4:30まで)
<https://tendo-gunyakusyo.jp>

3月の展示内容

～21日(月) 天童の雛飾り展
 ～31日(木) 郷土に伝わる人形展Ⅰ(ミニ展)

3月の休館日

7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)



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)
<https://nishinumata.or.jp>

通常の体験学習(制作体験)の受付時間は、①午前9:30～11:00、②午後1:00～4:00です。

3月の催し物

■秘伝豆のきなこ作り(要申し込み)

- とき 3月19日(土)～21日(月)
 - ①午前10:00～、②午前11:00～、
 - ③午後1:00～、④午後2:00～、
 - ⑤午後3:00～、⑥午後4:00～

●定員 各回1組

●参加料 300円

■土器作り(要申し込み)

- とき 3月27日(日)
 - ①午前10:00～、②午後1:00～

●定員 各回5組

●参加料 500円

3月の休館日

7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)

市民プラザ

☎654-6200

多目的ホール・市民ギャラリー・イベントホール
<https://sc-tendo.co.jp/plaza/>

市民ギャラリー

12日(土)・13日(日) 春蘭展示会

多目的ホール

12日(土) 山口マンデーコーラス演奏会
 27日(日) 天童少年少女合唱団演奏会

生涯学習講座

■月山和紙でギフトランプづくり

- とき 3月20日(日)午後1:30～3:00
- 受講料 1650円、教材費3000円

■楽しく飾り巻き寿司を手づくりする

- とき 3月22日(火)午前11:00～午後1:00
- 受講料 1650円、教材費1200円

3月の休館日

28日(月)



モンテディオ山形 ホーム開幕戦

3.20 SUN

14:00 KICK OFF
VS ベガルタ仙台

サッカーJ2リーグモンテディオ山形のホーム開幕戦が開催されます。リーグ戦では約7年ぶりのみちのくダービーとなります。

勝利に向け、ぜひスタジアムで応援しましょう。

- とき 3月20日(日)午後2:00キックオフ
- 対戦相手 ベガルタ仙台
- ところ NDソフトスタジアム山形
- チケット販売 モンテディオ山形ホームページをご確認ください
- 問合せ ホームタウンTENDO推進協議会事務局(市文化スポーツ課内 ☎654-1111内線263)



パストラボ山形ワイヴァンズ 天童市民応援デー

VS 香川ファイブアローズ

3.12 [SAT]

3.13 [SUN]

会場：県総合運動公園

18:00 TIPOFF

14:00 TIPOFF

市内にお住まいの方とお勤めの方はお得な価格で観戦できます。当日、グッズが当たるお楽しみ抽選会を実施しますので、ぜひ会場で熱い応援をお願いします。

- とき 3月12日(土)午後6:00～
3月13日(日)午後2:00～
- 対戦相手 香川ファイブアローズ
- ところ 県総合運動公園
- チケット料金



【2階チケット(自由席)】

	通常	天童市在住・在勤者
一般	1100円	500円
小・中学生、高校生	600円	無料

【1階チケット(自由席)】

	通常	天童市在住・在勤者
一般	2600円	1800円
中学・高校生	1600円	1000円
小学生	900円	600円

- チケット販売 試合会場当日券売り場、八文字屋天童店、(株)パストラボ
※天童市内にお勤めの方は、社員証などを持参ください。

- 問合せ ホームタウンTENDO推進協議会事務局(市文化スポーツ課内 ☎654-1111内線263)

編集後記

市報てんどう、そして編集後記をいつもご愛読いただきありがとうございます。昨年7月から始めたこのコーナーですが「編集後記見てるよ」という温かい声を多々頂きます。一方で「編集後記だけは見てるよ」という声も…。中身も読んでもらえるよう精進しなければなりません。今月号6ページにあるように、市報改善に向けたアンケートを実施していますので、ぜひご意見をお寄せください。(洋)



TENDO®

人口 61,392人(61,868人) 男 30,010人 女 31,382人
世帯数 22,674世帯(22,633世帯) 2月1日現在 ()内は去年同期