

1.16

2024 令和6年
酒田市広報 No.438

私の街
さかた

KOHO
SAKATA



令和5年分申告受け付け・申告相談 予約制

郵送などによる申告が困難な方などを対象に、専用会場での申告受け付け・申告相談を行います。

●会場・日時

会場	日時（閉庁日を除く）
市役所7階 703会議室	2月7日(水)～3月15日(金) 午前8時30分～午後4時
松山農村環境改善センター	2月7日(水)～2月15日(木) 午前9時15分～午後3時
八幡タウンセンター	2月16日(金)～2月29日(木) 午前9時15分～午後3時
平田総合支所	3月1日(金)～3月13日(水) 午前9時15分～午後3時

日曜申告


日時／2月18日(日)・3月10日(日)
午前9時～午後0時30分
場所／市役所7階 703会議室

夜間申告

日時／2月21日(水)午後4時～7時
場所／市役所7階 703会議室

◆飛島での申告受け付け・申告相談は、3月中旬にとびしま総合センターで実施予定です。

●予約方法

	電話予約	ライン LINE予約
予約開始	2月1日(木)午前9時～	1月23日(火)午前9時～
予約締切	希望日2日前の午後4時まで (2日前が閉庁日の場合は直前の平日まで)	希望日2日前の午後4時まで
予約手順	①下記予約専用電話番号へ電話する ☎43-6781 受付時間／平日午前9時～正午、午後1時～4時 ②予約完了時に伝えられる予約番号を控える	①下記二次元コードを読み取り市公式LINEアカウントを友達登録する ②トーク画面下部メニューの「市・県民税申告相談予約」をタップし、案内に沿って必要情報を入力する ③予約完了時に発行される予約番号を控える  ▲市公式LINEアカウント
キャンセル方法	予約前日午後4時までに上記電話番号へ電話 (前日が閉庁日の場合は直前平日の午後4時まで)	予約前日午後4時までにLINEから
注意事項	◆予約電話受け付け開始直後は電話が大変込み合うことが予想されます。 ◆予約日時を変更したい場合は、一度キャンセルしてから再度予約してください。 ◆申告相談会場では予約番号を確認します。	

◆詳しくは右記二次元コードから市ホームページを参照するか、同係へ問い合わせてください。



▲市・県民税の申告相談について



申告相談受付期間 2月7日(水)～3月15日(金)

市・県民税の申告受け付け・申告相談が始まります

☎市税務課市民税係 ☎26-5712～5714

市・県民税の申告が必要と思われる方へ申告書を1月下旬から順次発送します。申告を希望する方で、申告書が手元に届かない方は連絡してください。

申告書の提出は郵送または市ホームページから

- 市ホームページから税額の試算や申告書の作成ができます。
- できるだけ自宅などで申告書を作成し、郵送またはやまがたe申請からの提出にご協力をお願いします。詳しくは右記二次元コードを参照してください。
- ◆郵送で申告書を提出する方で、申告書の控えが必要な方、添付資料の返却を希望する方は返信用封筒とその旨を記した添書も同封してください。



▲市・県民税税額
試算及び申告書
作成コーナー

申告が必要な方

- 次のいずれかに該当する方で、令和5年分所得税の確定申告をしない方
- 営業・農業・不動産収入がある方、または田畑を貸して米や現金をもらっている方
 - 給与・年金以外の収入がある方（個人年金など）
 - 医療費控除などの所得控除を追加したい方
 - 収入はないが、所得証明書が必要な方
 - 収入はないが、各種福祉サービスや公営住宅関係などの申請をする方

申告が不要な方

- 令和5年分所得税の確定申告をする方
- 収入が給与（年末調整済）のみ、または公的年金のみで所得控除を追加しない方

●申告に必要なもの

- 本人確認書類
マイナンバーカードや免許証など
- 令和5年中の収入がわかるもの
源泉徴収票、収支内訳書、支払調書など
- 令和5年中の所得控除計算資料
生命保険料などの控除証明書、障害者手帳など
- 通帳などの振込先金融機関と口座番号がわかるもの
- ◆営業、農業、不動産および小作料収入がある方は収支内訳書を、医療費控除の適用を受ける方は医療費控除の明細書を事前に作成の上、来場してください。

●受け付けできない申告

- 下記の申告は酒田税務署に提出してください。
- 青色申告
 - 住宅ローン控除を初めて受ける場合の申告
 - 土地家屋、株式などを売却した所得
 - 上場株式などの配当所得
 - 山林所得
 - 先物取引
 - 繰越損失、雑損控除などの申告
 - ◆このほかにも税務署の判断が必要と考えられる場合は、酒田税務署での相談をお願いすることがあります。

Pick Up 2

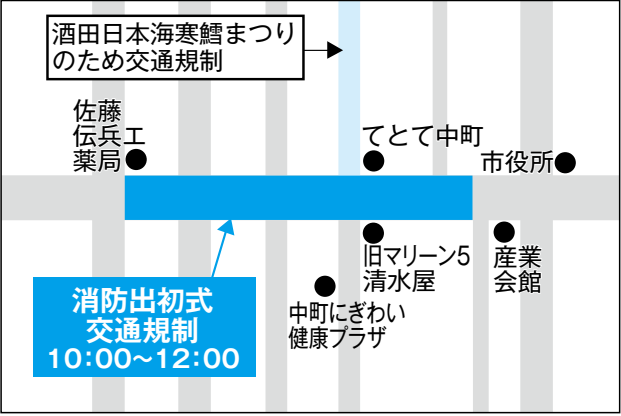
防火の誓いを新たに
酒田市消防出初式

【消防出初式】市危機管理課地域防災係 ☎43-8706、【るんるんバス運行】市都市デザイン課地域公共交通係 ☎26-5756

新年にあたり防火意識の高揚と本市の無火災・無災害を祈念して消防出初式を行います。

日時／1月28日(日)午前10時30分～11時30分 ▼場所／国道112号(旧マリン5清水屋前) ▼内容／観閲と分列行進、消防団員によるはしご乗り披露など

●交通規制にご協力をお願いします
会場周辺では交通規制が行われますので、係員の指示に従ってください。



●バス運行を一部変更します

消防出初式に伴う交通規制のため、1月28日(日)のバス路線が一部変更されます。

【るんるんバス】

路線名	停車しないバス停	最寄りのバス停
市内循環 A線2便	中町①	柳小路(臨時)
市内循環 B線2～3便	中町① 中央東町(北側)	中町②

【庄内交通(株)バス】

路線名	停車しないバス停	最寄りのバス停
10時55分 イオンモール三川発酒田行	中町	柳小路(臨時)

【同社酒田営業所】 ☎33-7255



同日開催

第37回酒田日本海寒鰯まつり
◆詳しくは本紙1月1日号裏表紙を参照してください。

Pick Up 3

令和6年度酒田市および酒田地区広域行政
組合会計年度任用職員の登録受け付け開始

【市人事課給与厚生係】 ☎26-5702、市教育委員会企画管理課企画管理係 ☎26-5772、酒田地区広域行政組合消防本部総務警防課総務係 ☎31-7119

会計年度任用職員とは非常勤の職員のことです。申し込みは随時受け付けますが、4月当初からの勤務を希望する方は2月5日(月)をめどに登録してください。

【有資格】保育士、保健師、栄養士、歯科衛生士、船員、施設管理人、看護師・准看護師、相談員・指導員など、資格や経験が必要なもの

【無資格】事務員、保育補助、校務員・作業員、調理員・給食補助、施設管理人、教育支援員(教員補助)、図書専門員(学校勤務)、相談員・指導員など

任用期間／1年度以内。ただし選考による再度の任用あり
勤務時間／原則として週38時間45分未満

選考／登録者の中から業務に就いて選考(必ず採用されるとは限りません)
申し込み／指定の履歴等シート・登録シートに記入(顔写真添付)の上、市役所7階人事課、市役所6階教育委員会企画管理課または

各総合支所へ本人が直接持参(郵送不可)。なお、酒田地区広域行政組合での勤務(事務員)を第一希望とする場合は酒田地区広域行政組合消防本部へ直接持参してください。

◆本人の希望を確認した後に受理しますので、履歴書は必ず本人が持参してください。

◆有資格の職に登録する方は、申し込みの際に該当資格証などの原本を持参してください。

◆身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けている方は、申し込みの際に持参してください。

◆履歴等シート・登録シートは市ホームページからダウンロードするか、申し込み窓口にあります。

◆申し込み記入する場合は履歴等シート用の顔写真を準備してください。

◆令和5年度に登録している方も、年度ごとの選考ですので新たに登録が必要です。



お知らせ

令和6年能登半島地震災害義援金を受け付けています

場所／市役所1階総合案内、各総合支所、交流ひろば、酒田市地域福祉センター（新橋二丁目）、酒田市社会福祉協議会八幡・松山・平田支部（平日午前8時30分～午後5時15分）

☎ 26-5731
閩市福祉企画課地域福祉係

令和5年11月1日号特集「風のまち酒田の未来を考える」アンケート結果を公表します

本紙特集のアンケート結果を市ホームページで公開しています。いただいたご意見は、今後の施策検討の参考とさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

アンケート期間／令和5年11月1日（水）～20日（月）▼回答数／194件

☎ 26-5706
閩市長公室広報広聴係



夜間納税相談窓口を開設します

日時／1月31日（水）午後5時15分～

7時30分▼場所／市役所2階納税課
◆正面玄関で守衛に納税相談であることを伝えてください。

☎ 26-5719
閩市納税課納税係

ミライニのアンケートにご協力をお願いします

実施期間／2月10日（土）まで▼配布場所／ミライニ、中央図書館、ひらた図書センター、八幡分館

◆左記二次元コードからも回答できます。

☎ 24-2996
閩ミライニ



▲ミライニアンケート

図書整理期間による図書館休館

施設名	休館日
中央図書館	2月1日（水）～7日（水）
八幡分館	2月15日（水）
ひらた図書センター	2月19日（月）～21日（水）
松山分館	2月21日（水）

募集

入札による自動販売機の設置事業者を募集します

清涼飲料水などの自動販売機設置について、一般競争入札により設置事業者を選定します。

【市施設】
入札日時／2月19日（月）午前9時～

▼場所／市役所5階502会議室

▼対象台数／39台▼申し込み／1月31日（水）までの平日午前8時30分～

午後5時15分に、所定の申込書に必要書類を添えて市役所4階総務課資産経営係へ

☎ 26-5709
【飯森山公園】

入札日時／2月19日（月）午後1時30分～

▼場所／市役所5階502会議室

▼対象台数／7台▼申し込み／1月31日（水）までの平日午前8時30分～

午後5時15分に、所定の申込書に必要書類を添えて市役所5階整備課公園緑地係へ

☎ 26-5745
【共通】

◆入札案内書（説明書、申込書、物件調書）は市総務課、整備課で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

ムページからもダウンロードできます。



健康・福祉・スポーツ

酒田市社会資源ファイル「おたすけガイドブック」を活用してください

高齢の方の生活に役立つ情報を掲載しています。

掲載内容／介護保険外家事援助、配食・弁当、配送サービス、移動販売、移送サービス、デマンドタクシー、通院バス、高齢者向け施設、福祉用具貸与・販売、訪問理容・美容、住環境支援、安否確認・見守り、口腔ケア、通いの場、地域食堂、ボランティアほか

◆紙媒体ではない方は市役所1階高齢者支援課に申し出てください。

◆掲載許可事業所などのみ掲載されています。掲載を希望する情報があればお知らせください。

☎ 26-5755
閩市高齢者支援課地域包括支援係

酒田市社会資源ファイル「おたすけガイドブック」はこちらから見ることができます



鳳来山・鳥海高原雪原
トレッキング参加者募集

日時／2月17日(土)午前8時30分～午後3時
▼集合場所／八幡総合支所
▼対象／18歳以上の方(高校生を除く)
▼定員／先着20人
▼コース／八幡総合支所～鳥海山荘～鳳来山トレッキング～鳥海山荘～八幡総合支所
▼持ち物／飲み物、行動食、防寒具など
▼費用／3千円(昼食代、保険料)
▼申し込み／2月9日(金)まで八幡総合支所地域振興係へ ☎64-3111

◆詳細は参加者へ別途通知します。

ひらたタウンセンター筋力
トレーニング器具利用講習会

日時／2月6日(火)午後7時～9時、7日(水)午前9時～11時
▼場所／ひらたタウンセンター
▼対象／高校生以上
▼定員／各日先着10人
▼持ち物／筆記用具、上履き、タオル
▼費用／520円
▼申し込み／2月5日(月)までひらたタウンセンターへ ☎52-3911



映画「オレンジ・ランプ」上映会

認知症の理解や関わりを深めるために上映します。

日時／3月2日(土)午前10時20分～午後0時40分、午後2時50分～午後6時30分
▼場所／総合文化センター
▼内容／若年性認知症と診断された主人公と家族の9年間の軌跡を描いた物語
▼チケット料金／【前売券】1千200円【当日券】一般・シニア1千500円、大学生1千300円、中学生800円
▼チケット販売／市高齢者支援課、各総合支所、総合文化センター、みずほ八文字屋、酒田商工会議所、民生委員・児童委員会
▼市高齢者支援課地域包括支援係 ☎26-5755

学び・講座

公益大生に聴く！ニュージール
ランドから学ぶ共生社会

日時／2月3日(土)午前9時30分～11時30分
▼会場／総合文化センター
▼対象／どなたでも
▼定員／先着40人
▼内容／世界初の女性参政権を実現し、多文化共生を進

めているニュージールランドについて、武田ゼミ学生の研究成果中間報告
▼講師／東北公益文科大学ニュージールランド研究所所長 武田真理子氏ほか
▼費用／無料
▼申し込み／2月2日(金)午後3時まで、左記二次元コードから

◆詳しくは市ホームページを参照してください。

市文化交流観光課内酒田市国際交流協会
☎26-5809



▶申し込みフォーム

男性応援セミナー「心理学的アプローチから学ぶ、ハートが伝わる話し方」

日時／2月22日(木)午後7時～8時30分
▼場所／交流ひろば
▼対象／人間関係を築にしたい男性(パートナーとの参加可)
▼定員／先着20人
▼内容／表情、声の出し方、言葉の選び方で、印象よく伝わる話し方を学ぶ
▼講師／日本スリーピースハピエラストステートラボ代表 斎藤みつえ氏
▼持ち物／筆記用具
▼費用／無料
▼申し込み／左記二次元コード、または市男女共同参画推進センター・ウイズ ☎26-5616



▶申し込みフォーム

総合文化センターホール
機器操作講習会受講者募集

同センターの吊物・音響・照明機器の操作は、機器操作講習会を受講し、許可証を持つ方が操作できます。ホールを使用する場合は、許可証を持つ方の協力が必ず要です。

日時／【新規受講者】2月5日(月)～7日(水)午後7時～9時(全3回)

【更新対象者・許可証保持者】2月20日(火)午後7時～9時
▼定員／各20人
▼内容／ホールの吊物・音響・照明機器の操作講習
▼費用／無料
▼申し込み／1月19日(金)午前10時～31日(水)に同センター事務室へ直接、または電話および市公式LINEから
市社会教育課社会教育係 ☎24-2981



▶申し込みフォーム

火災・救急
情報

◆12月の火災件数…2件
◆前年同月に比べて2件減
◆12月の救急件数…474件
◆前年同月に比べて7件増



ミライニの催し

☎ミライニ ☎24-2996



はじめての アートワークショップ「くしゃまる」

日時／1月27日(土)午前10時～正午、午後2時～4時▶対象／1歳～3歳の子ども▶内容／紙をくしゃくしゃ丸めて、変化していく音や形を楽しみ、袋に詰めて顔や模様をつけてオリジナルモンスター「くしゃまる」を作る▶講師／ふるせしおり氏▶費用／無料▶申し込み／当日会場へ

モルック・ポッチャ体験会

日時／1月28日(日)午前10時～正午▶対象／どなたでも▶講師／酒田市スポーツ推進委員会▶費用／無料▶申し込み／当日会場へ

クリスタルアトリウム

日時／2月17日(土)午前10時～11時▶対象／高校生以上▶定員／10人▶内容／小さな花束を使った固まるハーバリウムのフラワーワークショップ▶講師／HanaGoro▶費用／2,000円▶申し込み／1月20日(土)～ミライニへ

2月22日は猫の日! あなたの推し猫写真を大募集

応募方法／ミライニ設置の専用台紙にあなたが撮った猫の写真を貼って応募箱へ▶対象／どなたでも▶費用／無料(印刷は応募者負担)▶申し込み／2月23日(祝)まで
◆ご応募いただいた写真の返却はできません。

日時／1月27日(土)午前9時30分～11時30分▶場所／浜田コミセン▶対象／不登校・登校渋りの小中学生の保護者▶内容／ふれあい教室の見学、スクールカウンセラーによるアサーショントレーニング▶講師／山形県・酒田市スクールカウンセラー、相談専門員▶申し込み／在籍する学校または市学校教育指導係へ ☎26-5775
◆プライベートに配慮します。
◆個別相談は教育相談室(月曜)

日時／2月2日(金)午後1時30分～4時30分▶場所／市役所2階まちづくり推進課▶対象／本市、三川町、庄内町、遊佐町在住か、本市に勤務先がある方▶定員／先着6人▶内容／法律に関する相談(本人のことに限る)▶相談員／尾形稔弁護士▶申し込み／1月23日(火)午前8時30分～相談の概要、住所、氏名を同課市民相談室へ ☎26-5726



東北公益文科大学図書館の時間変更・休館
(1月31日(水)～4月上旬)
開館時間／【平日】午前10時～午後6時【土曜・日曜日、祝日】午前9時～午後4時30分▶休館／2月13日(火)～25日(日)(蔵書点検のため)
☎同館 ☎41-11177

こども
(子育て・教育)

第3回ふれあい教室にふれる会

相談

無料法律相談

土曜日)で対応しています。☎24-3650

さかた情報ひろば
一國・県・市民などからのお知らせ

東北公益文科大学大学院
4月入学者募集

研究領域／組織経営・国際関係・情報科学・地域共創+スクールソーシャルワーク教育課程▶申し込み／2月2日(金)まで出願資料を大学院事務室に提出(事前に要相談)▶詳しくは同大学ホームページを参照してください。
☎同大学大学院事務室
0235-29-0555
▲同大学院ホームページ

農業を始めたあなたを応援します!
県立農林大学校「新規就農支援研修」研修生募集

研修期間／令和6年4月～令和7年3月▶研修先／農業関係試験研究機関、先進農業経営者、農林大学校など▶定員／50人▶費用／無料(テキスト代・傷害保険料・宿泊費別途)▶申し込み／3月1日(金)までに同校または県農業技術普及課へ(試験研究機関での実習希望者は1月26日(金)まで)
☎同大学校研修部 ☎0233-228794、✉kenshu@pref.yamagata.jp

酒田水泳教室 ワンコイン体験

期日／2月1日(木)～3月9日(土)のうち2回▼場所／光ヶ丘プール▼対象／幼児・学童・成人クラス(エアロビクスは除く)▼費用／2回分500円▼申し込み／左記二次元コードから

◆体験後の入会で特典あり。

問 同教室 ☎333-0167



▲酒田水泳教室 ホームページ

光の湊・酒田高等学校吹奏楽部 イベントライブコンサート

日時／1月27日(土)午後5時30分～6時▼場所／ミライニ▼内容／吹奏楽によるアンサンブル演奏▼費用／無料

問 白旗 ☎070-832512432

第16回酒田ユネスコ童謡を歌う会チャリティーコンサート

日時／2月10日(土)午後2時30分～4時(開場2時)▼場所／総合文化センター▼出演／酒田マリンジュニア合唱団▼費用／無料

◆書き損じハガキや小銭などがある

れば持参してください。

問 酒田ユネスコ協会事務局長、樋渡 ☎080-5221-9787

酒田商工会議所会員のついでに 白崎映美コンサート

日時／2月22日(木)午後7時～▼場所／希望ホール▼対象／どなたでも▼費用／無料▼申し込み／2月2日(金)(必着)まで、往復はがきに、氏名、住所、電話番号、人数(はがき1枚あたり最大2人)を記載し、〒998-8502(住所不要)、酒田商工会議所「会員のついでに」担当へ

◆応募多数の場合は抽選します。

問 酒田商工会議所 ☎22-9311

プラネタリウム 一般公開

期日／1月27日(土)、28日(日)▼場所／鶴岡市中央公民館▼時間・内容／【子ども向け】午前10時～、午後1時30分～・「妖怪ウォッチ」コマさんからのSOS!ブラックホールへレッツゴーだニャン!」午前11時30分～・「ワンピースプラネタリウム」(各回約30分)【大人向け】1月27日(土)午後3時～・「アースシンフォニー 光と水が奏でる空の物語」、1月28日(日)午後

3時～・「平原綾香いのちの星の詩 SPECIAL EDITION」(各回約30分に星座解説10分付き)▼定員／各回先着60人▼費用／3歳以上100円、高校生以上200円

▼申し込み／1月18日(木)～鶴岡市LINE、または鶴岡市中央公民館へ

問 0235-2511050



▲鶴岡市 LINE予約

まちかど健康チェック

日時／1月25日(木)午後2時～3時▼場所／中町にぎわい健康プラザ▼対象／どなたでも▼内容／血圧、内臓脂肪、血管年齢の測定▼費用／無料▼申し込み／当日会場へ

問 本間病院友の会 ☎26-6631

酒田市長杯冬季市民囲碁大会 参加者募集

日時／1月21日(日)午前10時～(9時30分)受け付け)▼場所／市武道館▼対象／どなたでも(クラス分け・ハンデ制あり)▼費用／一般1千500円、高校生以下500円(会場費、昼食代)

問 日本棋院酒田支部長、堀 ☎090-793214470

国有林における松くい虫防除事業

期間／1月下旬～6月中旬▼場所／本市の海岸林、万里の松原(松陵地区・新林地区)▼内容／松くい虫被害木の伐採、くん蒸、チップ化処理

◆期間中、一時的に通行規制などを行う場合があります。

問 東北森林管理局庄内森林管理署 ☎0235-2213331

「公益信託庄内銀行ふるさと創造基金」助成団体募集

募集期間／2月13日(火)まで▼助成対象活動期間／4月1日(月)～令和7年3月31日(月)▼対象活動／地域課題解決のための県内における学校教育、社会教育、文化活動▼助成金額／1団体につき10万～40万円

◆審査・選考があります。

◆詳しくは同基金事務局へ問い合わせるか、ホームページを参照してください。

問 庄内銀行広報CSR室内同基金事務局 ☎023-626-9006

迷惑電話防止機能付き固定電話機への買い換えを支援します

山形県警察では、特殊詐欺被害を防止するため、迷惑電話防止機能付き固定電話機への買い換えキャンペーンを実施しています。
 申請期限 / web申し込み 3月10日(日)、郵送申し込み 3月7日(木) (当日消印有効) まで ▼補助金額 / 最大5千円 (ギフトカード)
 ◆詳しくは山形県警察ホームページを参照してください。

酒田警察署生活安全課
 ☎23-0110



▲山形県警察本部ホームページ

海の事件・事故は118番
 1月18日は118番の日です

118番は海上での事件や事故に迅速・的確に対応するための緊急通報用電話番号です。事件や事故を目撃したときなどは、いつでもどこで、何があったかなど、落ちて着いて通報してください。

海上保安庁
 ☎03-3591-6361



▲海上保安庁ホームページ

山形財務事務所
 借金返済に関する相談窓口

期間 / 月曜～金曜日 (祝日・年末年始を除く) の午前8時30分～午後4時30分 ▼相談専用電話 / 02-3641-5201 ▼費用 / 無料

庄内こころ塾
 無料カウンセリング

日時 / 2月4日(日) 午後1時30分～4時40分 ▼場所 / 交流ひろば ▼内容 / 個別相談 (1人50分) ▼相談員 / 産業カウンセラー ▼申し込み / 事前に庄内こころ塾へ ☎09-06689-2050

ストップ
 全国一斉労働相談ホットライン

日時 / 2月6日(火)、7日(水) 午前10時～午後6時 ▼相談電話番号 / 0120-154-052 ▼相談内容 / 解雇、労働時間、残業代未払い、賃金カット、職場のパワハラ・セクハラなど ▼費用 / 無料
 関連山形事務局 ☎023-625-0555

税理士記念日「無料税務相談会」

日時 / 2月2日(金)、3日(土) 午前10時～正午、午後1時～4時 ▼場所 / 総合文化センター ▼内容 / 税に関する相談 ▼申し込み / 1月19日(金)～31日(水) の平日 午前9時30分～午後4時30分に予約専用ダイヤルへ ☎050-2018-1150
 東北税理士酒田支部広報係
 ☎43-6353

司法書士無料法律相談

日時 / 1月24日(水) 午後5時～7時 ▼場所 / 酒田勤労者福祉センター ▼相談内容 / 相続、遺言、土地建物の登記、金銭トラブル、成年後見など ▼申し込み / 平日 午前9時30分～午後5時に山形県司法書士会酒田支部、小松へ ☎24-5250

無料法律相談

日時 / 2月10日(土) 午前10時～午後3時 ▼場所 / ひらたタウンセンター ▼相談員 / 東海林正樹弁護士 ▼申し込み / 東海林法律事務所へ ☎43-6590

市税などの納期

種別	納期限	お問い合わせ
固定資産税・都市計画税 第5期	1/31 (水)	市納税課管理係 ☎26-5720
国民健康保険税(普通徴収) 第7期		
介護保険料(普通徴収) 第10期		市高齢者支援課介護給付係 ☎26-5363
後期高齢者医療保険料(普通徴収) 第7期		市国保年金課高齢者医療係 ☎26-5729

◆コンビニエンスストアやスマートフォンを使った納付もできます。
 ◆便利な口座振替の手続きがお勧めです。

意見公募(パブリックコメント)の募集期間を変更します

本紙1月1号に掲載した酒田市総合計画(後期計画)の変更(案)に係る意見公募(パブリックコメント)について、下記のとおり募集期間を変更します。

募集期間 / 1月17日(水)～2月5日(月)
 酒市企画調整課企画調整係
 ☎26-5704



脳卒中のサインを見逃さないで 大切な人のために「FAST」を覚えましょう

脳卒中とは、脳の血管が詰まったり破れたりすることで脳に血液が届かなくなり脳の機能に障害が起きる病気です。脳卒中は、より早期に治療を開始することが大切です。

脳卒中によくある3つの症状と発症時刻の頭文字をとった合言葉「FAST」を覚えましょう。

フェイス Face

顔がゆがむ



「イー」と言ってみましょう。

- ・頬の片方が下がる
- ・ゆがみがみられる

アーム Arm

腕(と足)に力が入らない



両腕を持ち上げたままキープしてみましょう。

- ・どちらか一方の腕が下がってきてしまう

スピーチ Speech

言葉がもつれる



「今日はいい天気です」などの短い文章を言ってみましょう。

- ・うまく話せない

タイム Time

時間が大事



発症時間を確認して迷わず119番に連絡しましょう!

- ・発症してから限られた時間内にしかできない治療があります
- ・発症から治療を受けるまでの時間が短いほど、後遺症が軽減される可能性が高くなります

冬場の入浴中の事故にご注意を ヒートショックを防ぎましょう

ヒートショックとは、暖かい部屋から寒い部屋への移動などによる急激な温度変化によって、血圧が上下に大きく変動することをきっかけにして起きる健康被害のことです。特に冬場の入浴時はヒートショックが起りやすいので注意が必要です。

安全にお風呂に入るポイント

①こんなとき入浴は控えましょう

体調が悪いとき、食事直後、飲酒時、血圧降下剤や睡眠薬服用後など



②脱衣所・浴室の温度差に注意

暖房器具で脱衣所を暖めたり、浴槽の蓋を開け、シャワーで給湯したりするなどして温度差が小さくなるように

③お湯の温度は41度以下

④入浴前後は十分な水分補給を忘れずに



⑤入浴前はかけ湯をしましょう

足や腰などからお湯をかけて体を慣らしましょう

⑥入浴前は同居者にひと声かけてから

入浴中の異常に早く気付けるよう、同居者はこまめに様子を見に行きましょう



⑦浴槽のふたを目の前に置き半身浴

もしものときにふたに寄り掛かることができます

⑧浴槽から出るときはゆっくりと

手すりなどにつかまってゆっくり立ち上がり、立ちくらみに注意しましょう





医療施設
 日本海総合病院 ☎26-2001
 日本海酒田リハビリテーション病院 ☎23-1111
 日本海八幡クリニック ☎64-3311
 休日診療所 ☎21-5225
 松山診療所 ☎62-2032

問い合わせ
 市健康課 (市民健康センター内) ☎24-5733
 こども家庭センターぎゅっと(市役所1階) ☎26-4199
 八幡鶴岡健康福祉係 ☎64-3113
 松山鶴岡健康福祉係 ☎62-2611
 平田鶴岡健康福祉係 ☎52-3912

検診受付電話 ☎22-6184 ※平日午前8時30分～午後5時15分

◆電話番号の間違いに注意してください。

令和6年度(4月以降)の各種健診申込書を各世帯に郵送しました

令和6年度の健診日程と「各種健診申込及び受診状況調査」用紙を各世帯へ送りました。4月以降の住民健診の申し込みと皆さんの受診の状況を確認するためのものです。健診の申し込み状況などに変更がある場合は、同用紙に記入して、同封の返信用封筒(切手不要)で2月1日(木)までに返送してください。

子どもの健診・相談

場所／市民健康センター

健康診査 健康相談	月日	対象	持ち物	受付時間	
3か月児 健康診査	2/16(金)	R5.10/1～15生	母子健康手帳、問診票、バスタオル、おむつ	午後0時 45分～ 1時30分	
	2/27(火)	R5.10/16～31生			
1歳6か月児 健康診査	2/7(水)	R4.7/1～14生	母子健康手帳、問診票、バスタオル、おむつ		
	2/15(木)	R4.7/15～31生			
3歳児 健康診査	2/8(木)	R2.7/1～19生	母子健康手帳、問診票、尿		
	2/21(水)	R2.7/20～31生			
9か月児 健康相談	2/16(金)	R5.4/1～20生	母子健康手帳、問診票、バスタオル、おむつ		午前9時 15分～ 10時
	2/27(火)	R5.4/21～5/10生			

◆上記日程で都合が悪い方は市健康課へ連絡してください。

◆受付時間を前半と後半に分けています。

妊産婦の教室・相談

各教室・相談の申し込みは、こども家庭センターぎゅっと(市役所1階こども未来課内)へ ☎26-4199

●マタニティ教室

コース	開催日	申込開始日	内容	講師
B コース	3/12 (火)	1/29 (月)	パパの妊婦体験、赤ちゃんのお世話体験(着替え・おむつ)、みんなでヨガ、安心した出産に向けて家族ができること、家事・育児シェアのお話	助産師、ヨガインストラクター、男女共同参画推進員、保健師

時間／午前9時15分～11時30分(受け付け9時～)▶場所／市民健康センター▶定員／12組▶持ち物／母子健康手帳、父親手帳、マタニティガイドブック、筆記用具、飲み物▶申し込み／申込開始日～開催日前の平日午後5時

◆動きやすい服装、バスタオル(1人1枚)を準備し参加してください。体調に不安のある方は、医師に相談の上申し込んでください。

●母乳ミルク相談室

授乳に関する個別相談ができます。

日時／1月24日(水)、2月7日(水)の午前9時～正午、午後1時30分～4時30分▶場所／市役所1階(専用個室)▶対象／本市に住所がある、または里帰り中で産後1か月以降の方▶定員／先着4人▶相談員／助産師▶費用／無料▶申し込み／前日の午後5時まで

●産後の骨盤ケア教室

産後の回復とリフレッシュを目的とした教室です。

日時／2月19日(月)午前10時～11時30分(受け付け9時45分～)▶場所／中町にぎわい健康プラザ▶対象／本市に住所がある産後3か月以上1年未満の方▶定員／先着10人(託児先着10人)▶内容／骨盤底筋運動、ストレッチ体操など▶講師／ヨガインストラクター▶費用／無料▶申し込み／2月6日(火)～13日(火)

●ぎゅっとサロン

子育て支援センターなどを利用してママ同士の交流や赤ちゃんとのふれあいができます。また保育に関する相談、保健師や助産師、栄養士、歯科衛生士へ相談もできます。

日時／2月13日(火)午前9時45分～11時(受け付け9時30分～)▶場所／親子ふれあいサロン(交流ひろば内)▶対象／妊娠中、子育て中の方と子ども▶定員／5組▶申し込み／2月8日(木)まで

◆親子ヨガがあります。動きやすい服装で参加してください。

●ぎゅっと土曜日開設

日時／1月27日、2月10日の午前8時30分～正午▶場所／市役所1階こども未来課内▶内容／妊娠から出産子育てに関する相談、母子健康手帳交付▶申し込み／開設日前日の午後5時まで

献血にご協力をお願いします

月日	受付時間	場所
2/2 (金)	午前9時30分～11時30分	酒田電気工事会館(東町一丁目)
2/27 (火)	午前9時～11時	酒田地区広域行政組合消防本部
	午後1時30分～3時30分	日本海総合病院(あぎほ町)

◆400ミリℓ献血にご協力をお願いします。

◆予定が変更になる場合があります。

問市健康課健康係 ☎24-5733

絵画と巡る土門拳

一生誕120年・棟方志功とともに

若き日には画家を目指していた土門拳。本展では「絵画」をキーワードに、20世紀の画家たちの肖像写真から、土門自身が描いた絵画まで、幅広い作品を振り返ります。

会期 / 1月19日(金) ▶ 3月31日(日)
 開館時間 / 午前9時～午後5時(最終入館は午後4時30分)
 休館日 / 月曜日(祝日の場合は翌日)
 入館料 / 一般800円、高校生400円、中学生以下無料



土門拳(棟方志功 板を彫る)1954年

同時開催

土門拳賞コレクション
 自然・動物写真の系譜



大竹英洋(オジロジカの子ジカ)2000年

酒田市民限定! 入館割引券

半額に
 割引

入館チェック欄

有効期間:

1月19日(金)～3月31日(日)

- ・1回のみ、2人まで有効
- ・コピー、プリントアウト不可
- ・切り取らず本紙をそのまま持参してください

土門拳記念館 ☎31-0028



第33回 雪の能
 まつやま大寒能
 日 時 / 1月27日(土) 午後1時～
 (呈茶 / 午前11時～午後1時)
 場 所 / 松山城址館
 演 目 / 子ども狂言「きのこ山伏」、狂言「盆山」、能「高砂」
 入 場 料 (呈茶、雪見の宴含む) / 前売り2千円、当日2千200円
 入 場 券 取 扱 扱 / 松山文化伝承館、松山城址館、松嶺コミセン、
 松山総合支所、総合文化センター、
 生涯学習施設里仁館

松山城址館 ☎61-4885、松山総合支所 ☎62-2611

1歳のお誕生日
 おめでとう!



1歳1か月 / 日の出町二丁目
 いおり
 池田 伊織くん
 泰熙さん、さゆりさんの長男

こんにちは
 赤ちゃん

可愛すぎる笑顔で
 みんなも笑顔に♪



1歳9か月 / 西野町
 なの
 新藤 菜乃ちゃん
 大介さん、美那さんの長女

酒田市役所 〒998-8540 山形県酒田市本町二丁目2番45号
 ☎0234-22-5111(代表)
 FAX.0234-26-3688

八幡総合支所 〒999-8292 酒田市観音寺字寺下41番地
 ☎0234-64-3111(代表)
 FAX.0234-64-3110

松山総合支所 〒999-6861 酒田市字山田27番地の4
 ☎0234-62-2611(代表)
 FAX.0234-62-2618

平田総合支所 〒999-6711 酒田市飛鳥字契約場30番地
 ☎0234-52-3111(代表)
 FAX.0234-52-3116

本紙に関するご意見、
 ご要望をお寄せください。

酒田市長公室
 広報広聴係 ☎0234-26-5706(直通)
 FAX.0234-26-3688
 ☑koho@city.sakata.lg.jp

学芸員の
 ここ見て!

一番町にある
 土門拳ゆかりの地。
 ご存じですか?

