

まつやま

2018. 7. 17号

発行：酒田市松山総合支所
地域振興課
住所：酒田市字山田 27-4
Tel 0234-62-2611

◎各地区 夏の行事

◇ふれあいグラウンドゴルフ&夏祭り (南部)

日時：8月25日(土) 午後2時～

場所：旧地見興屋小学校グラウンド
南部コミュニティセンター

内容：グラウンドゴルフ大会、
地元有志の演奏会
ビアガーデン、屋台



【問】南部コミュニティ振興会 Tel 62-2942

◇野球フェス 軟式野球交流大会

日時：8月12日(日) 午前8時30分～

場所：松山多目的運動公園

◇夏祭り (山寺)

日時：8月13日(月) 午後6時30分～
(売店は午後6時～)

場所：山寺コミュニティセンター

内容：ビアガーデン、催し物

【問】山寺コミュニティ振興会 Tel 62-2934

◇夏祭り (松嶺)

日時：7月28日(土) 午後4時～

場所：松嶺コミュニティセンター駐車場

内容：松嶺コミュニティ振興会設立10周年記念イ
ベントを開催します。

【問】松嶺コミュニティ振興会 Tel 61-4365

◇ふれあい夏祭り (内郷)

日時：8月11日(土) 午後5時～

場所：内郷コミュニティセンター

内容：ビアガーデン



【問】内郷コミュニティ振興会 Tel 62-2933

※各行事の詳細につきましては、それぞれの主催者
にお問い合せくださいますようお願いいたします。

◎"明るいやまがた、夏の安全県民運動

実施期間：7月20日(金)～8月19日(日)

運動の重点

- 青少年の健全育成といじめ・非行及び犯罪被害防
止
- 子どもと高齢者の交通事故防止・飲酒運転の撲滅
- 海・山・川での事故防止
- 身近な犯罪等の防止

◎城下町まつやま「夏ものがたり」

◇まるごと松山夏祭り

日時：8月11日(土・祝) 午後4時～8時

場所：まつやま会館駐車場

内容：地元商店による売店等
(詳しくは、後日全戸配布の
チラシでお知らせいたします。)



◇絵灯籠展示

上堰の水に映る絵灯籠は、夏の夜の優雅なひとと
きを演出してくれます。

展示期間：8月11日(土・祝)～20日(月)

点灯時間：午後7時～9時

設置場所：上堰(片町～荒町)、市道山田1号線

【問】夏ものがたり実行委員会(松山総合支所建設
産業課内) Tel 62-2611

◎2018 LIVE WORLD in 眺海の森

緑に囲まれた野外ステージで行われるアマチュ
アバンドコンテストに是非おいで下さい!

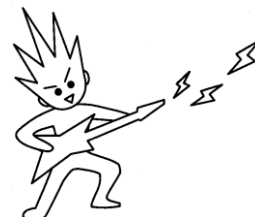
日時：7月28日(土) 午前11時～

場所：眺海の森野外ステージ

(雨天時はひらたタウンセンターシアターOZ)

入場料：無料

【問】眺海の森音楽祭実行
委員会(松山総合支
所建設産業課内)
Tel 62-2611



◎第3回眺海の森「森林教室」参加者募集

日時：8月11日(土) 午前10時～午後3時

場所：眺海の森 森林学習展示館

定員：30名

内容：眺海の森 ビューポイント散策
花木作り

費用：1,000円(保険料、材料代、昼食代)
「さんさん」の入浴券または「森の家」そば
割引券付き

【問】眺海の森 森林学習展示館
Tel 62-3323

◎先月のフォトメモリー

[6月3日]各地区大運動会が開催されました。絶好の運動会日和となり、各地で熱戦が繰り上げられました。



[6月9日]第37回「花の能」羽州松山城薪能が松山歴史公園で開催され、狂言「棒縛り」、能「殺生石」が上演されました。



8月 松山地域カレンダー

1 (水)	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区) 午前7時30分～
3 (金)	鹿児島青少年相互交流(志布志市)～6日
11 (土)	第3回眺海の森「森林教室」(森林学習展示館) 午前10時～ まるごと松山夏祭り(まつやま会館駐車場) 午後4時～ 絵灯籠展示(上堰、市道山田1号線)～20日 ふれあい夏祭り(内郷コミュニティセンター) 午後5時～
13 (月)	山寺地区夏祭り(山寺コミュニティセンター) 午後6時～
14 (火)	内郷地区ソフトボール大会(河川運動公園)
15 (水)	あんしん相談(健康福祉センター相談室) 午後1時30分～
20 (月)	月の能皇大神社奉納能(蔵小路皇大神社) 午後6時30分～
22 (水)	まつやまいききくらぶ(健康福祉センター) 午前10時～ 満福市(健康福祉センター) 午前11時～
25 (土)	ふれあいグラウンドゴルフ&夏祭り(南部コミュニティセンター 旧地見興屋小学校グラウンド) 午後2時～

<保健師の窓>

～脱水に気をつけましょう～

7月は厳しい暑さから、汗を多くかくため、脱水になりやすい季節です。脱水になると、体内の水分が不足し、血流が悪くなったり、血栓ができやすくなったりするため、心筋梗塞、脳梗塞を起こす危険性も高くなります。特に就寝中は、水分をとらないために脱水状態になりやすいこと、血圧が下がるため血流が滞り血管が詰まりやすくなることから、夏場の早朝は心筋梗塞や脳梗塞の危険性が最も高くなる時間帯です。脱水予防のため、こまめに水分をとり、元気に夏を乗り越えましょう。

<上手な水分のとり方>

- のどが渴いたと感じたときは、脱水状態が始まっています。渴きを感じてから水分をとるのではなく、渴きを感じる前に水分をとるようにしましょう。
- 寝る前、起床時、スポーツ中とその前後、入浴前後、のどが渴く前に、こまめな水分補給をしましょう。
- アルコールは利尿作用があるので、水分補給にはなりません。脱水のもとになってしまいます。
- スポーツ飲料は糖分を多く含むものもあるので摂取量に注意しましょう。甘い飲み物を飲むと、余計にのどの渴きを感じ水分がほしくなることがあります。



吐き気・頭痛などの症状がある場合は、すぐに病院を受診してください。

松山地区の世帯数・人口

平成30年6月30日現在

世帯数：1,596世帯 (前月比 +10)

人口：4,236人 (前月比 -6)

男性1,995人・女性2,241人