

# まつやま

2019. 3. 16 号

発行：酒田市松山総合支所  
地域振興課  
住所：酒田市宇山田 27-4  
TEL 0234-62-2611

## ◎松山まつり武者行列「体験武者」

総勢100人の鎧武者が練り歩く松山まつり「武者行列」に参加してみませんか。

日時：5月1日（水）

午前10時30分～午後4時頃

集合：松山体育館

定員：先着15人

申込：4月1日（月）より下記問い合わせ先まで



【問】松山総合支所建設産業課内、松山地域観光物産事業実行委員会 TEL 62-2611

## ◎花の城下町「まつやま」探訪

県内唯一の城郭建築である大手門の一般開放や城下町歩きなど、春の松山を満喫しましょう。

日時：4月20日（土）午前10時～午後3時

場所：松山歴史公園

内容：①松山城大手門2階からの桜の鑑賞

②鎧の着付け体験

③茶室「翠松庵」での呈茶

④城下町歩き「ぶらり古地図探訪」

（午前10時～正午 要事前申込）

定員：④のみ先着15名

費用：①～③無料 ④500円

申込：①～③当日会場へ

④4月1日（月）より下記問い合わせ先まで

【問】松山総合支所建設産業課内、松山地域観光物産事業実行委員会 TEL 62-2611

## ◎松山小学校の校舎が完成しました。

松山小学校新校舎が2月に完成しました。今後グラウンド整備が7月まで行われ、子どもたちは夏休み明けの2学期から新しい校舎で勉強します。

学校引っ越しの日：8月1日（木）

新住所：酒田市山寺字見初沢 157-1

TEL 62-2233 Fax 62-2256

（電話番号、ファクシミリ番号は変更ありません。）

【問】酒田市教育委員会企画管理課施設係

TEL 26-5774

## ◎松山グラウンドゴルフ協会会員募集

春の暖かい日差しを浴びながら、グラウンドゴルフをしてみませんか？適度な運動と仲間との交流・談笑は、健康増進と認知症予防に最適といわれています。おつか

対象：18歳以上の方ならどなたでも

練習日：毎週日曜・木曜日の午前中

場所：最上川河川公園グラウンドゴルフ場

（冬期間は松山体育館）

年会費：2,000円

※スポーツ保険に加入する場合は別途必要

【問】松山グラウンドゴルフ協会 各地区担当まで

会長 齊藤 TEL 62-3797

南部 鈴木 TEL 62-2510

山寺 竹村 TEL 62-2992

松嶺 鈴木 TEL 62-2460

内郷 加藤 TEL 62-3739



## ◎松山診療所からのお知らせ

4月から当番医が次のようになりますので、ご承知おき下さい。毎週水曜日の午後は休診となりますのでご注意ください。

月曜日	高井 諭 先生（継続）	泌尿器外科
火曜日	岩本 尚太郎 先生（新任）	消化器外科
水曜日	村形 寿彦 先生（新任）	午前のみ 循環器内科
木曜日	大山 みどり 先生（継続）	腎臓内科
金曜日	沼澤 卓真 先生（新任）	精神科

## 休診日のお知らせ

医師不在により以下の日を休診日といたします。

休診日：4月10日（水）、4月24日（水）

## 地見興屋診療所診療日変更のお知らせ

4月から地見興屋診療所の診療日が毎週火曜日から毎週月曜日に変わります。診療時間（午後1時30分～午後2時30分）は同じです。

【問】松山診療所 TEL 62-2032

## ◎松山文化伝承館展示のご案内

期間：2月16日（土）～4月7日（日）

内容：松山のひな人形と子どもの成長を願う玩具

開館時間：午前9時～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360円、高校・大学生250円

小中学生100円（小中学生は土日無料）

※同時開催 真下慶治記念室「国内スケッチ展」

【問】松山文化伝承館 TEL 62-2632

## ◎南部コミセンファックス番号変更のお知らせ

4月1日より南部コミュニティセンターのファックス番号が変更になります。送信の際はお間違えの無いようお願いいたします。

変更前：62-2942

変更後：25-0042

【問】南部コミュニティセンター

TEL 62-2942

## ◎平成31年度狂犬病予防集合注射について

現在登録されている犬の飼い主の方へ案内はがきが郵送されます。案内はがきと注射料3,200円を持参のうえ、はがきに記載されている会場で予防注射を受けてください。注射には、犬を抑制できる方が連れてくるようご協力をお願いします。

なお、未登録犬で、新規に登録を行う場合は、注射料のほか登録料（3,000円）と印鑑を持参してください。

期日	時間	会場
4月11日(木)	9:15~9:30	南部コミュニティセンター
	9:45~10:00	山寺コミュニティセンター
	10:15~10:35	松嶺コミュニティセンター
	10:55~11:10	内郷コミュニティセンター
4月13日(土)	13:30~14:00	松嶺コミュニティセンター

【問】松山総合支所地域振興課 TEL 62-2611

## 4月 松山地域カレンダー

6日	土	東部中学校入学式
7日	日	山形県議会議員選挙投票日
8日	月	松山小学校入学式
11日	木	狂犬病予防集合注射(松山地域各コミセン)
13日	土	生涯学習施設「里仁館」開講式(松山城址館) 狂犬病予防集合注射(松嶺コミセン)
17日	水	あんしん相談(健康センター相談室)
20日	土	花の城下町「まつやま」探訪

## ＜保健師の窓＞

～あなたの心は元気ですか～

3月は少しずつ気候も良くなり、活動的になって、環境の変化が起こる季節。そんな時期は、心も体も元気に乗り切りたいものです。

体と同様、人間は心も不調になることがあります。疲労や気のせいなどと軽く片付けてしまいがちですが、実は心が病気になっていることがあり、注意が必要です。

最近話題になる「うつ病」。誰にでも罹りうる、代表的な心の病気です。人の心は、毎日晴れたり曇ったりして生活していますが、ずっと曇ったままで晴れない状態、それがうつ病と考えてください。「気分がふさぐ」「やる気が出ない」「食欲がない」など多様な症状がありますが、「不眠」もあげられます。

「眠れない」も心のSOSなのです。みなさんは最近きちんと眠れていますか？

私達は誰でも何らかのストレスを抱えて生活しています。周りの人に話を聞いてもらう、好きな音楽を聴くなど、自分なりにストレスとうまく付き合い過ぎていると思います。そのストレスをうまく発散できず、ストレスが大きくなると、心と体のバランスが崩れてしまいます。

心の不調に自分が気づき、対応することも大切。それとともに、心の不調を抱える人や悩んでいる人に、家族、友人、地域の人が、気づき、話を聞き、見守ることも大切になります。個人の問題と捉えず、家庭や地域、職場等の環境を整えることで、心の不調の原因となるストレスを改善していくこともできると思います。

3月は『自殺対策強化月間』。「自分の体調はどうですか？」「周りの人で悩んでそうな方はいませんか？」「心の健康を知ってみる」など『みんなでの健康を考える』きっかけになればと思います。

### 松山地区の世帯数・人口

平成31年2月28日現在

世帯数：1,586世帯（前月比 +1）

人口：4,163人（前月比 ±0）

男性1,975人・女性2,188人