

まつやま

2020.3.16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

◆ 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18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 要事前申込み)

定員 ①～③：定員なし ④：先着15人

費用 ①～③：無料 ④：500円

申込 ①～③：申込不要

④：4月17日(金)まで下記問い合わせ先へ

【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。

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



◆ 松山まつり武者行列「体験武者」募集

総勢約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(金)

午前10時30分～午後4時頃

場所 松山体育館集合

定員 先着15人程度

申込 4月27日(月)まで下記問い合わせ先へ

【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

◆ 令和2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3,300円を持参のうえ、はがきに記載されている会場で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。

月日	時間	会場
4月9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
	10:50～11:05	内郷コミュニティセンター
4月11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

◆ 松嶺コミセン臨時休館のお知らせ

日時 4月2日(木) 午前9時～午後5時

電気工事による停電に伴い、松嶺コミュニティセンターおよび図書館が臨時休館となります。

地域の皆様にはご迷惑をおかけ致しますが、ご了承ください。

【問】松嶺コミュニティ振興会 TEL 61-4365

<まつやま元気ニュース>

まつやまくまくん教室 かるたとり

2月15日～16日、松山城址館で「まつやまくまくん教室」が開催されました。参加者の皆さんは絵本作家・つちだよしはる先生と一緒にオリジナルのかるたをつくり、歴史公園でかるたとりを楽しみました。



4月 松山地域カレンダー

1日(水)	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区)7:30～
6日(月)	松山保育園入園式
7日(火)	東部中学校入学式
8日(水)	松山小学校入学式
9日(木)	狂犬病予防注射(各コミセン)
10日(金)	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区)7:30～
11日(土)	狂犬病予防注射(松嶺コミセン)
15日(水)	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区)7:30～ あんしん相談(健康福祉センター相談室)13:30～
18日(土)	花の城下町「まつやま」探訪(松山歴史公園)10:00～

松山地区の世帯数・人口

令和元年2月29日現在

世帯数：1,584世帯 (前月比 -8)

人口：4,061人 (前月比 -11)

男性 1,921人・女性 2,140人

<健康・福祉の窓>



現在日本人の約25%が花粉症だといわれています。花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻水・鼻づまりだけでなく、目のかゆみ・涙・充血、そのほかにも皮膚のかゆみ・熱っぽい感じ・下痢などといったアレルギー症状を起こす病気です。

花粉症対策

～症状軽減のポイント～

睡眠を十分に取らしましょう！

睡眠が足りていないと免疫やホルモンのバランスが崩れやすくなります。

アルコールは適度に！

アルコールは血管を拡張させてしまい、鼻づまりや目の充血などの症状を起こりやすくしてしまいます。

タバコに注意！

タバコの煙は、鼻の粘膜を直接刺激し、鼻づまりを悪化させる原因になります。喫煙者はもちろん、周りのタバコを吸わない人も刺激をうけてしまうので気を付けましょう。

帰宅したら手洗いうがい着替え！

外出から戻ったら服に付いた花粉を落としてから室内に入るようにしましょう。すべての花粉は落としきれないので、室内に入ったら着替えるようにしましょう。

室内に侵入した花粉はこまめに掃除を行うようにしましょう。

このように、気づかないうちに花粉症を悪化させてしまう習慣が身についているかもしれません。生活習慣を改善して、つらいシーズンを乗り切りましょう。



<松山診療所 休診のお知らせ>

3月16日(月) 午前休

3月30日(月) 1日休診

※4月の休診予定は未定です