松山総合支所広報紙

まつやま

2020. 9. 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
℡ 0234-62-2611

◆ 松山文化伝承館 展示･イベントのご案内

特別展示 「佐藤公紀 生誕１００年展
–美人画家のあゆみ–」

期間 ９月１８日（金）～１１月１５日（日）

内容 酒田市松山出身の美人画家 佐藤公紀氏の生誕１００年を記念し、館蔵品、個人所有の美人画、生前の写真、原画やデッサンを展示します。

同時開催 真下記念室「旅した折の日本の風景展」

開館時間 午前９時～午後４時３０分

休館日 毎週月曜日（祝日の場合は翌日）

入館料 一般３７０円 高校・大学生２６０円
小中学生１１０円
※土日は小中学生無料

■秋の館内イベント

日時 ９月２６日（土）、２７日（日）
午前１０時～午後２時

内容 似顔絵（５００円）、彫金体験（９００円）

料金 体験料と入館料

【問】 松山文化伝承館 ℡６２－２６３２

◆ 河川測量のお知らせ

国土交通省酒田河川国道事務所では、河川形状の変化を確認するため、「酒田市遊摺部地内～庄内町清川地内」において、最上川定期横断測量を実施します。調査員は、国土交通省が発行する身分証明書を携帯します。

作業期間 令和３年２月１９日（金）まで

作業箇所 酒田市遊摺部地内～庄内町清川地内
（最上川左右岸）

調査員 株式会社 双葉建設コンサルタント
連絡先 ℡ ０２３３－２２－０８９１

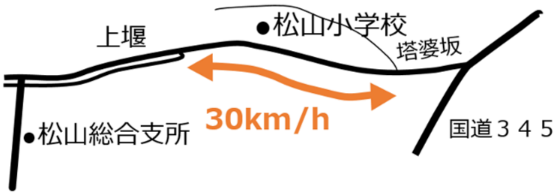
【問】 国土交通省
東北地方整備局酒田河川国道事務所
調査第一課 ℡２７－２４７１

◆ 最高速度が引き下げになります

酒田警察署からのお知らせです。

住民及び児童の安全確保のため、県道海ケ沢松山線の山寺地内（下荒町から川先）の最高速度が４０km/h から３０km/h に引き下げになります。

実施日については道路標識の付け替え作業終了後からとなります。



◆ 松山診療所 診療体制の変更について

１０月から松山診療所の診療体制が変更になりますので、お知らせいたします。

（火曜日と木曜日の診療体制が変わります。）

	医師	受付時間	診療時間
月	岩本 尚太朗 先生	8:30～11:30 14:30～16:00	9:00～12:00 15:00～16:30
		地見興屋診療所 訪問診療(在宅)	13:30～14:30
火	小林 卓矢 先生	8:30～11:30 14:30～16:00	9:00～12:00 15:00～16:30
水	髙橋 裕也 先生	8:30～11:30 13:00～16:00	9:00～12:00 13:30～16:30
		毎月第3水曜日 訪問診療(和光園)	13:30～14:30
木	佐藤 暸 先生	8:30～11:30 13:00～16:00	9:00～12:00 13:30～16:30
金	沼沢 卓真 先生	8:30～11:30 13:00～16:00	9:00～12:00 13:30～16:30

※木曜日は休診日でしたが、診療日に変更となります。

【問】 松山診療所 ℡６２－２０３２

＜まつやま元気ニュース＞

眺海の森 夕日ウォーキング

９月５日（土）、眺海の森 夕日ウォーキングが行われました。天候にも恵まれ、参加者は外山の頂上から夕日に照らされる庄内平野の景色を楽しみました。

10月松山地域カレンダー

9/26	まつやま大手門くらふとフェア　1日目 10:00～
9/27	(松山歴史公園)　2日目　9:30～
1（木）	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区)7:30～
15（木）	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区)7:30～
21（水）	いきいきくらぶ(農村環境改善センター)10:00～ 満福市(農村環境改善センター)11:00～ あんしん相談(健康福祉センター相談室)13:30～
24（土）	松山健康福祉フェア (農村環境改善センター)10:00～

松山地区の世帯数・人口
令和２年８月３１日現在
世帯数：　1,587 世帯　（前月比　-4　）
人　口：　4,001 人　（前月比　-11　）
男性　1,889 人・女性　2,112 人

[redacted]

＜健康・福祉の窓＞

野菜、食べていますか？

野菜は、からだの健康を保つために必要な食べ物です。皆さんは、毎日野菜を食べていますか？

野菜には、ビタミンやミネラル、そして食物繊維など、大切な栄養素が含まれています。生活習慣病の予防にも役立ちます。

だいたい１日に必要な野菜の量は、３５０ｇといわれています。生野菜だと両手いっぱい分、加熱したものだと片手に乗る量が１２０ｇになるので､1食で１２０ｇ摂取することを目標にしましょう。

【野菜を上手に食べる工夫】
〇生野菜と加熱した野菜を組み合わせる
→加熱すると、野菜のかさが減るので、量を摂りやすくなります
〇外食やコンビニでも、あと１品野菜を取り入れる
〇色の濃い野菜（緑黄色野菜）と、色の薄い野菜（淡色野菜）の両方をとる
→緑黄色野菜は、色の濃い野菜で、トマトやピーマン、ホウレンソウ、ニンジンなど。淡色野菜は、キャベツやきゅうり、ナス、玉ねぎなど。
→それぞれに含まれる栄養素が異なるので、ぜひいろいろな種類の野菜を摂るようにしましょう。

※『いきいきくらぶ』が始まります！

新型コロナウイルス感染症の影響で延期をしておりましたが、９月から始まる予定です。今年度は松山農村環境改善センターに会場を移して行います。詳しくは、８月に全戸配布したチラシをご覧ください。

申し込みがまだの方は、随時受付をしておりますので、ぜひ下記連絡先までご連絡ください。お待ちしています。

【問】松山総合支所地域振興課 健康福祉係
℡６２－２６１１　FAX６２－２６１８