

5.1

2020 令和2年
酒田市広報 No.349

私の街 さかた

KOHO
SAKATA

春色の 散歩道

Contents - もくじ -

- | | | | |
|---|---|----|------------------------|
| 2 | 特集 コロナに負けるな!! 私たちに今できること | 11 | 情報ボックス/さかた情報ひろば |
| 6 | ズームアップ酒田 | 16 | 各種相談/休日診療所 |
| 8 | 市政ピックアップ | 17 | ボイス オブ アランマーレ |
| | 新型コロナウイルス感染症に感染した被用者などに傷病手当金が支給されます/本市に移住定住する方へ住宅支援を行っています/酒田駅前公共施設の新たな名称とロゴデザインの決定 | 18 | すくすく子育て講座/酒田の旬 |
| | | 19 | 月間#酒田みつけ大賞/ジオパークリレーコラム |

私たちに今できること

コロナに
負けるな!!

市民の皆さま・市内で働く皆さまへ

お 願 い

新型コロナウイルス感染が世界規模で拡大しています。我が国でも、4月7日、7都府県に発出された緊急事態宣言が本県を含めた全国に拡大され、また、県内の感染者数も4月24日現在、66人に達しており、このまま増加すると、山形県内でも医療崩壊が起きかねません。まさに、国難というべき状況です。

ここで、大型連休を迎えるにあたり、私たちから皆さまにお願いがあります。

県外で暮らすご親族が帰省を目の前に控え、久しぶりの再会を心待ちにしているご家庭も多いのではないのでしょうか。しかし、今回のウイルスは感染しても自覚症状が表れないことが多々あります。健康で若い世代が自身の感染に気付かず、周りに感染を広げてしまうケースが多数報告されています。これまで県内で発生した事案にも、首都圏や仙台市から地元へ帰省した方が家族や友人に感染を広げ、さらにそれぞれの職場にまで拡大したケースが多く見られます。

どうか皆さま、こうした状況をご勘案のうえ、連休中の県外からの帰省を見合わせることに、ご家族の皆さまと話し合ってください。

このようなお願いは大変心苦しいことですが、これは大切な方の命を守る行動です。そして、私たちはこの事態を一日も早く終息させ、苦境にある事業者の方々などを支援するためにも疲弊した経済の立て直しに取りかからなければなりません。何卒、ご理解をお願いします。

あわせて、生活するうえで必要なものを除き不要不急の外出はできる限り控えてください。時節柄ご自愛のほどお祈りいたします。

令和2年5月

山形県知事 吉村 美栄子
酒田市長 丸山 至



2
布を四つ折りにします。
(プリーツを入れる場合は
三つ折りで幅を出す。)

1
一辺50㎝前後の布とゴムひもを30㎝に
切ったものを2本準備する。
(ゴムひもがない場合は、ストッキングを
1㎝くらいで輪切りにして代用できます。)

レッツ
トライ
Let's try!!
布マスクの
作り方



飲食店等応援補助金のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、首都圏などで緊急事態宣言が発令されました。山形県においても感染者の増加に伴って不要不急の外出の自粛が求められており、市内でも宿泊業、飲食店などを中心に大きな影響を受けています。本市では、市内でがんばる事業者の皆さんを支援するために、新型コロナウイルス感染症に伴う経済対策を決定しました。ぜひ利用してください。☎市商工港湾課企業立地・産業振興係 ☎26-5361（5月2日～6日は下記相談窓口へ）

●宿泊業、飲食店、タクシー・運転代行業者への支援

対象業種	交付金額	上限額
旅館・ホテル (下宿、保養所などは除く)	令和2年3月分の 上下水道料金相当額 ◎10,000円に満たない 場合は10,000円を交付	500,000円
飲食店 ◎対象に関して詳しくは 問い合わせください。		200,000円
タクシー・ 運転代行業	登録1台につき 10,000円	なし

対象

令和2年4月1日以前に開業し、申請日時点で市内で営業している事業者で市税の滞納がなく、上記対象業種に該当するもの

申し込み

4月27日(月)～7月31日(金)(必着)に、申請書に必要事項を記載し〒998-8540(住所不要)酒田市役所商工港湾課へ郵送

- ◆申請書は市ホームページからダウンロードできるほか、同係に電話で申し込みは、指定の住所に郵送します。
- ◆1事業者につき2店舗以上の場合の交付金額は合算します。ただし上限額は1事業者当たりの上限額となります。

●出前・持ち帰り販売を行う飲食事業者への支援

新型コロナウイルス感染症の予防に有効とされる「3密」の防止のため、出前や持ち帰り販売に取り組む事業者が増えています。市ではその取り組みを支援します。

対象業種	交付金額
飲食業 (持ち帰り・配達飲食サービス業)	1事業者につき30,000円

対象

令和2年4月1日以前に開業し、申請日時点で市内で営業している事業者で市税の滞納がなく、上記対象業種に該当するもの

申し込み

4月27日(月)～7月31日(金)(必着)に、申請書に必要事項を記載し〒998-8540(住所不要)酒田市役所商工港湾課へ郵送

- ◆1事業者につき2店舗以上の場合も1事業者の額とします。
※対象に関して詳しくは問い合わせください。
- ◆申請書は市ホームページからダウンロードできるほか、同係に電話で申し込みは、指定の住所に郵送します。

●新型コロナウイルス関連の連休中の電話相談窓口

内容	電話番号	期間	時間
新型コロナウイルス感染症に伴う経済対策に関すること(国、県、市独自の経済対策含む)	22-5191	5月2日(土)～6日(水)	午前9時～午後5時
生活支援に関すること	22-5192		
上記以外のこと	22-5193		

5



完成です。プリーツを入れて作ると、フィット感が上がります。

4



布を三つ折りにし、片方の端をもう片方の折り目の中に差し込む。

3



ゴムひもの両端をしばって輪を作り、布が3等分になる位置までゴムひもを通す。

プリーツありの場合

運動を紹介してくれる
中町にぎわい健康プラザ
インストラクター



NPO法人元気王国
齋藤さん、奥山さん

コロナに負けるな!! / 家庭でできる かんたん方 運動

岡市介護保険課予防支援係
☎26-5755

新型コロナウイルス感染症が流行している状況の中、感染予防のため外出の機会が減り「生活不活発」による筋力の低下など健康への影響が心配されます。
高齢になるにつれて、筋力や心身の機能が低下していく状態を「フレイル（虚弱）」といいます。筋肉を1週間使わないと、発揮さ

れる力が約10%低下し、失われた力を取り戻すには3倍の時間がかかってしまいます。
フレイルの進行を予防するためには「運動」と「食生活」が重要になります。自宅で運動をして筋肉を維持し、健康な状態でこの状況を乗り切りましょう。

【運動全体のポイント】
・呼吸は止めずに行いましょう
・無理のない範囲で行いましょう
・ゆっくりと動かすとより効果的です
・慣れてきたら回数を増やしてみてください
・それぞれ10回×2セット（10回行ったら休憩して、もう10回）

つま先あげ

すねの筋肉に効きます！



上げたつま先は
ゆっくりおろす。
(2秒かけて上げて
2秒かけておろす)

背筋を伸ばして、
背中中は背もたれに
つかないようにする。

膝の曲げ伸ばし

太ももの筋肉に効きます！



つま先は垂直に上げる。
無理のない範囲で足を上げる。

背筋を伸ばして、
背中中は背もたれに
つかないようにする。

足の引きつけ運動

股関節を曲げる
筋肉に効きます！



膝を引きつけるときに
背中が丸まらないように
気を付ける。

背筋を伸ばして、背中中は
背もたれにつかないようにし、
片足をまっすぐ伸ばす。



運動DVDを無料配布します。詳しくは市介護保険課へ問い合わせてください。

つま先立ち

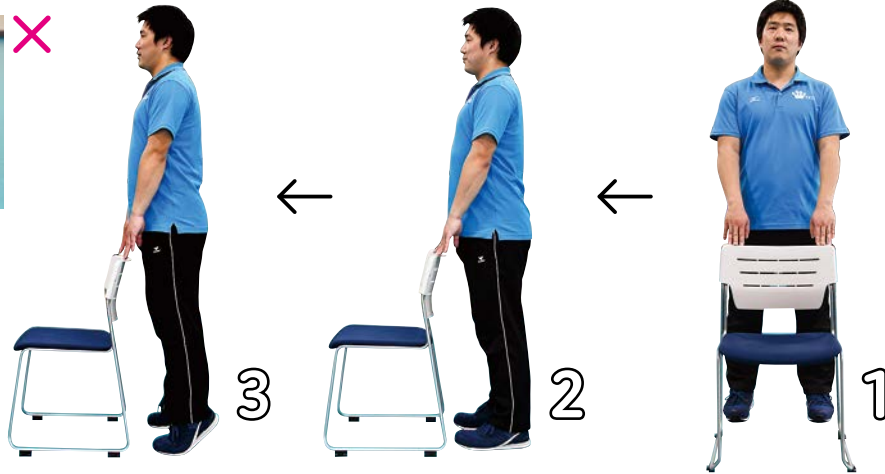
ふくらはぎの筋肉に効きます!



かかとを上げるとき内股にならないように注意する



かかとはまっすぐ上げ、ゆっくりおろす。(2秒かけて上げて、2秒かけておろす)



足は腰幅に広げ、背筋を伸ばす。

椅子やテーブル、壁などにつかまって行う。

片足立ち

お尻の筋肉に効き、バランスもよくなります!

左右2セットずつ、自分のできる範囲でキープしましょう(目標1分)。安定したもの(椅子やテーブル、壁など)につかまって行います。



【悪い例】背中が丸まり、姿勢が悪い



背筋を伸ばし、目線を前に向ける。

膝はなるべく高く上げる。自分のできる範囲で少しずつキープする時間をのばしていく。

筋肉の維持も食事が大切

バランスのとれた食事を

しっかりと食事でも栄養を取らないと、筋肉から衰えていきます。食が細くなると、筋肉や骨のもととなるたんぱく質や動くためのエネルギーが不足しがちになります。こんな時こそ、バランスよく、3食きちんと食べましょう。

栄養をしっかりとるためのポイント

● 主食と主菜をしっかり取る

主食になるごはん、麺、パン類はエネルギー源に、主菜の肉、魚、大豆食品、卵などはたんぱく源になります。主食と主菜をしっかり取ることが、筋肉維持に効果的です。

● 「二汁三菜」でよい栄養バランスを

主食・主菜・副菜2品に汁物をプラスした「一汁三菜」メニューにすると、自然に栄養バランスのよい食事がとれます。できれば1日2食は「二汁三菜」になるように工夫しましょう。

一汁三菜



3/26

本市の教育振興のために

林建設工業(株)より、現図書館と駅前新公共施設の発展と教育振興に寄与する主旨で、絵本用大型キャラクターカート、図書配送用車両、児童図書の寄附があり、



目録贈呈式が行われました。寄附は同社の創業100周年事業の一環で、寄贈品は、中央図書館などで活用されます。

3/28

初の北庄内地域通訳案内士が誕生

北庄内地域通訳案内士の合格認定証交付式が市役所で行われました。同案内士は本市など北庄内地域に訪れる外国人観光客に、有償で英語の通訳案内を行えるもので、今回14人に合格認定証が交付されました。



4/2

地域おこし協力隊着任

新たな地域おこし協力隊として内藤小容子さんが着任しました。内藤さんは神奈川県藤沢市出身。今後は主に平田地域の東陽地区で、自然や地域に根づいた文化を生かし、地域活性化活動に取り組みます。



4/6

パートナーシップ協定による取り組みがスタート

無印良品を展開する(株)良品計画と本市とのパートナーシップ協定に基づき、今後両者による各種の取り組みを進めるにあたって、同社プロジェクト担当者の松本菜乃花



さんが八幡地域に着任しました。社員の移住は、同社が昨年本市で実施した社員研修での提案の一つが実現したものです。

4/7

日和山公園のさらなる賑わいのために

日和山公園で(株)伊藤園による桜の寄贈と植樹式が行われました。47都道府県の桜の名所に植樹する取り組みで、山形県では日和山公園が選ばれました。



4/15

感染拡大防止のため

(株)メカニックと(株)庄内エコポリスより、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、本市に不織布マスクの寄贈がありました。寄贈されたマスクは市内の妊婦の方に配布されます。





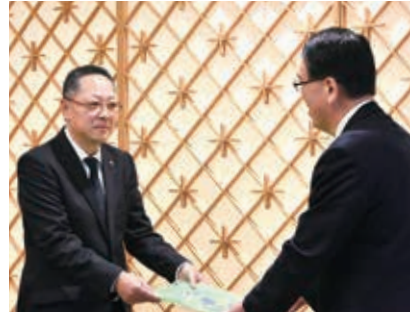
2/22 すごいぞ! 酒田の子どもたち

白崎資金スポーツ優秀選手表彰式が公益ホールで行われました。県内外の大会で優秀な成績を収めた89人の選手にメダルが授与されました。



3/13 子どもたちの安全を祈って

酒田ライオンズクラブより本市にランドセルカバー700枚が寄贈されました。寄贈されたランドセルカバーは市内の小学校と特別支援学校に今春入学する児童に配布されます。



3/1 新たなまちづくりの活動拠点に

防災や福祉などの地域活動の拠点施設として、亀ヶ崎コミュニティ防災センターが完成し竣工式が行われました。コミュニティコーナーや講座室、研修室、調理室、防災資機材庫が備えられています。また亀ヶ崎記念会館との併設施設となっています。



3/24 日向地区の活動が受賞

総務省が主催する、全国各地のふるさとをより良くしようと頑張る団体、個人を表彰する「ふるさとづくり大賞」で、日向コミュニティ振興会が総務大臣表彰を受けました。今年度は全国で22団体、5人が受賞し、山形県内の受賞は日向コミュニティ振興会のみです。



3/3 住みたい田舎全国1位

宝島社「田舎暮らしの本」2月号の「住みたい田舎ベストランキング」で、本市が「シニア世代が住みたい田舎」部門全国1位、総合部門全国4位（東北エリア1位）に輝き、編集長の柳氏より賞状と楯が授与されました。



3/26 工事の安全を願い

大字上割地内の新消防本部・本署庁舎建設予定地で安全祈願祭が執り行われました。丸山市長など関係者が鍬入れなどを行い、一連の工事の安全を祈願しました。



新型コロナウイルス感染症に感染した被用者などに傷病手当金が支給されます

■市国保年金課国保係
☎26-5727

対象／次の条件を全て満たす方

- ・国民健康保険加入者で、給与の支払いを受けている方
- ・新型コロナウイルス感染症に感染した方または発熱などの症状があり感染の疑いがある方で、勤務することができず給与などの全部または一部の支払いを受けられなかった方

支給額／直近の継続した3か月間の給与収入合計÷その間の就労日数×3分の2×支給対象日数

※支給対象日数／勤務できなくなった日から起算して3日を経過した日から勤務できなかった期間のうち就労を予定していた日

適用期間／令和2年1月1日～9月30日の間で療養のため勤務できない期間（ただし入院が継続する場合は最長1年6か月まで）

申し込み／傷病手当金支給申請書を市役所1階国保年金課もしくは各総合支所地域振興課へ（できるだけ郵送で申請してください）

◆申請書類は市ホームページからダウンロードするか、同課に問い合わせてください。

本市に移住定住する方へ住宅支援を行っています

■市地域共生課移住相談総合窓口
☎26-5768

対象／これから本市に移住する予定で過去3年間、本市に居住していない方（他に要件あり）

対象経費／①4月1日以降に契約して購入する空き家、中古住宅の購入費 ②①と合わせて行う改修・片付けなどの費用 ③空き家を借りて住む際の改修・片付けなどの費用

補助内容／費用の①10分の1で上限25万円 ②10分の1で上限20万円 ③2分の1で上限25万円

- ◆それぞれ条件により加算あり。
- ◆申し込み／同課へ（先着順。申請額が予算額に達した時点で終了）
- ◆改修などは原則市内業者による施工で事前着工不可。
- ◆詳しい要件などは市ホームページを参照するか、同課窓口にご設置しているチラシなどを確認してください。



酒田駅前公共施設の新たな名称とロゴデザインなどが決定しました

■市立図書館ミライニ開設準備室
☎21-8351

酒田駅前公共施設の名称とロゴデザインは、東北芸術工科大学デザイン工学部グラフィックデザイン学科の学生プロジェクトの協力により制作しました。

ロゴデザイン

「本」「船」「芽吹き」「鳥」「灯台」の5つのモチーフを一体化させたデザインです。

「賑わいと交流」という施設理念と共に、対話をしながら学び、未来で活躍する人を育て、灯台のように市民の導きになる施設であること、そうした願いとイメージを形にしたものです。

◆公共施設内に予定していたブック&カフェは、ホテルのレストランで担うこととし、設置を見送ることになりました。

◆ミライニの一部を含む駅前再開発複合施設棟（A棟）は、11月3日（火）オープン予定です。



新たな名称は「ミライニ」

これまで「(仮称)酒田市コミユニケーションポート」としていた名称は、新たに「酒田駅前交流拠点施設ミライニ」という名称になります。「未来に」向かう「未来に」はばたく、目線を上にして前に進むような前向きなイメージで、酒田から「未来に」向かって発信していくといった、未来への期待が込められています。



▲ロゴデザインを発表する東北芸術工科大学の皆さん

本紙に掲載されている内容は、4月24日現在の情報です。
新型コロナウイルス感染症の影響で、催しの延期・中止など情報が
変更になる場合があります。各問い合わせ先へ確認してください。

**支えあう住みよい社会地
域から 5月12日は民生委
員児童委員の日です**

☎ 26-5731
閩市福祉課地域福祉係

● 民生委員・児童委員とは

厚生労働大臣から委嘱され、常に住民の立場に立って、安心で暮らしやすい地域社会をつくるために活動しています。

● どんな人が選ばれているの？

地域の実情をよく知り、福祉活動やボランティア活動などに理解と熱意がある住民の方が選ばれています。

● どんな活動をしているの？

- 高齢者の安否確認
- 子育て支援活動
- 経済的な困窮など生活上の心配ごとに対する相談
- 福祉やさまざまなサービスの紹介
- 地域の福祉に関する調査
- 住民の方の相談への対応
- 地域のボランティア活動への参加

● 相談したいときは？

お住まいの地区担当の民生委員・児童委員へ気軽に相談してください。民生委員・児童委員には、守秘義務があり、相談した方の秘密は守られます。

**旅館ホテルなどの宿泊施設
には自動火災報知設備の設
置が義務付けられています**

☎ 61-7113
閩酒田地区広域行政組合消防本部 予防課予防指導係

平成27年4月に自動火災報知設備の設置基準が改正され、現在延べ面積300平方メートル未満の宿泊施設にも自動火災報知設備の設置が義務付けられています。

平成22年に酒田地区広域行政組合消防本部では、管内の小規模な宿泊施設に連動型の住宅用火災警報器を配布し、設置した宿泊施設には自動火災報知設備の設置義務を特例で10年間猶予していましたが、令和3年3月31日で特例の期限が切れます。これによりすべての宿泊施設に自動火災報知設備（面積によっては特定小規模施設用自動火災報知設備も設置可能）の設置が必要となります。

旅館・ホテルなどの宿泊施設を所有している方は未設置の場合は設置するようお願いいたします。

※特定小規模施設用自動火災報知設備／300平方メートル未満の宿泊施設やカラオケボックスなどに設置できる自動火災報知設備。受信機の設置を要しないものや、無線式とすることが可能。

**行政情報を
活用してください**

☎ 26-5706
閩市長公室広報広聴係

本市では行政情報を本紙、ホームページ以外でもお知らせしています。

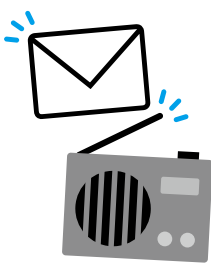
● FMラジオ放送による提供

放送局／酒田エフエム放送（ハーバラジオ 76・1メガヘルツ）▼番組名／インフォメーションさかた
▼時間／月曜～金曜日の午前8時～8時5分（午後0時20分～再放送）、毎週金曜日午後5時45分～5時50分

◆ 災害時、酒田エフエム放送で市内の状況などを放送します。

● ふるさとメールの発信

電子メールで本市の情報を配信しています。報道機関と提携し、登録者に無料で季節の話題やイベント情報などを提供しています。
配信日／毎週金曜日 ▼費用／無料
▼登録方法／市ホームページのサイト内検索機能で「ふるさとだよ」と検索してください。



災害廃棄物の処理に関する測定結果について

閩市環境衛生課管理係 ☎31-0933

市では、平成24年12月28日をもって災害廃棄物の受け入れを終了しましたが、酒田地区広域行政組合最終処分場（埋立地）および周辺地域における放射線量などの測定を継続し、安全性を確認しています。測定結果は下表の通りです。この結果は、市ホームページでも公表しています。

1. 最終処分場における測定結果

(1) 地下水、放流水の放射性物質濃度 単位:ベクレル/リットル

月日	試料名	セシウム134	セシウム137	合計	基準値*1
4/9	地下水 上流	不検出	不検出	不検出	(セシウム134濃度÷60) +(セシウム137濃度÷90) ≤ 1
	地下水 下流	不検出	不検出	不検出	
	放流水	不検出	不検出	不検出	

(2) 空間放射線量率

単位:マイクロシーベルト/時間

測定地点(高さ1m)	3/23	3/30	4/6	4/13	基準値*1
敷地境界(4地点)	0.03 ~0.04	0.03 ~0.04	0.03 ~0.04	0.03 ~0.04	0.19以下
バックグラウンド*2	0.04	0.04	0.04	0.04	

2. 最終処分場周辺地域における測定結果

空間放射線量率 単位:マイクロシーベルト/時間

測定地点(高さ1m)	4/3	4/16	基準値*1
大平公会堂	0.04	0.04	0.19以下

*1 基準値/「災害廃棄物等の山形県内への受け入れに関する基本的な考え方」に示されている値
*2 バックグラウンド/自然放射線量を示し、敷地内で災害廃棄物の影響を受けない十分に離れた地点

市営住宅・公共賃貸住宅入居者募集

〇市建築課公営住宅係 ☎2615747

対象／本市在住か本市に勤務先があり、市税などの滞納がなく、現在同居または同居しようとする親族がいて、収入月額が公営住宅法の基準（一般世帯15万8千円以下、高齢者、障がい者、中学校卒業前の子どもがいる世帯など25万9千円以下）に適合する方
入居日／6月19日(金)

家賃／収入による
敷金／家賃3か月分

申し込み／5月7日(木)～13日(水)に抽選申込書を市役所5階関係または各総合支所建設産業課へ

◆抽選申込書は窓口で記入し、その場で提出することができます。

◆契約時には連帯保証人（市内在住）2人が必要です。

●市営住宅

住宅名	所在地	戸数	家賃(月額)
松境北第二アパート	北千日町	1	24,300円～
松境北第二アパート※1		1	24,300円～
松境住宅※1		2	25,600円～
新橋二丁目第二アパート	新橋二丁目	1	7,300円～
新橋五丁目住宅(単身用)※2	新橋五丁目	1	9,300円～
第五川南アパート	若宮町一丁目	1	14,500円～
光ヶ丘第二・第三アパート	光ヶ丘二丁目	2	11,500円～
富士見町第二アパート	富士見町一丁目	1	11,500円～
港南第一・第三アパート	入船町	2	14,500円～
大町第一・第三・第七アパート	東大町三丁目	5	16,000円～
大町第六アパート※1		1	16,200円～
旭新町第三アパート	旭新町	1	18,900円～
旭新町第五アパート※1		1	20,800円～
小泉団地	小泉字道南	1	13,000円～
仁助新田団地	北俣字仁助新田	1	23,900円～

※1 65歳以上の高齢者、要介護認定者、障がい者(身体障害者手帳1・2級、精神障害者保健福祉手帳1級、療育手帳Aを所持の方)がいる世帯(単身不可)

※2 60歳以上の方または身体障害者手帳1～4級所持の方など

●公共賃貸住宅

住宅名	所在地	戸数	家賃(月額)
八森団地	市条字上川原	1	49,300円～
平田アイホーム	飛鳥字契約場	1	36,400円～

◆収入月額が158,000円以上259,000円以下の方を対象にしたファミリー向けの住宅です。

本市広報に皆さんの「声」をお寄せください

〇市長公室広報広聴係 ☎2615706

市広報「読者の声」のコーナーで、市民・読者の皆さんから寄せられた「声」を紹介しています。本紙の感想、酒田への思い、身近な出来事、取り上げてほしい話題、紹介してほしい人などを、200字～300字程度でお寄せください。掲載された方には、本市公認マスコットキャラクター「もしえのん」「あののん」のステッカー（非売品）をプレゼントします。

投稿方法／〒998-1854 0
(住所不要) 酒田市市長公室広報
広聴係へ ☎2613688
✉koho@city.sakatag.jp

◆文面またはタイトルに「読者の声宛て」と明記してください。
◆「ペンネーム」を記載してください（掲載時に使用します）。
◆スペースの都合で掲載できない場合があります。



市民の皆さん

酒田市発行の印刷物が

スマホ パソコン で読めます!

観光パンフ

広報紙

ハザードマップ

eBOOKSのホームページはこちらから

公式キャラクター 山さん

山形県内の印刷物を集めた電子書籍ポータルサイト **YAMAGATA eBOOKS**

ヤマガタイブックス

●お問い合わせ／市長公室広報広聴係 ☎26-5706

本紙に掲載されている内容は、4月24日現在の情報です。
新型コロナウイルス感染症の影響で、催しの延期・中止など情報が
変更になる場合があります。各問い合わせ先へ確認してください。

お知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大 防止に努めましょう

●市内事業主の皆さんへ

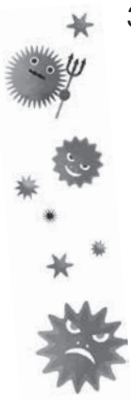
山形県内の新型コロナウイルス感染症は、主に県外からもたらされ、県内の職場や家庭において拡大してきました。市内事業主の皆さんは、引き続き職場における感染拡大を防止してください。

●市民の皆さんへ

家族に感染が疑われる場合には、家庭内で次のことに注意しましょう。

- 部屋を分けましょう
- 感染者の看護はできるだけ限られた方で行いましょう
- マスクをつけましょう
- こまめに手を洗いましょう
- 換気をしましょう
- 手で触れる共有部分を消毒しましょう
- 汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう
- ごみは密閉して捨てましょう

3 閏市健康課健康係 ☎24-573



児童扶養手当のお知らせ

5月は児童扶養手当の支給月です。5月8日(金)に該当する方の口座に振り込みます。

閏市子育て支援課家庭支援係 ☎26-5734

特別障害者手当・障害児福祉 手当のお知らせ

5月は特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当(経過措置)の支給月です。5月8日(金)に該当する方の口座に手当を振り込みます。

閏市福祉課障がい福祉係 ☎26-5733

令和2年度出前講座について

出前講座は例年5月1日号広報で講座メニュー一覧をお知らせしていましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、現在講座の受け付けを見合わせています。受け付けを再開する際には市広報などでお知らせします。

閏市長公室広報広聴係 ☎26-5706

有毒植物による食中毒を 防ぎましょう

県内では毎年、有毒植物を山菜

などと間違えた食中毒が起こっています。山菜を採取するときは次のことに注意しましょう。

- 知らないものや少しでも自信のない山菜は採取しない
 - 部分的な特徴だけでなくその植物全体の特徴を確認する
 - 食用の山菜と有毒植物は入りまじって生えていることがあるので、一つ一つ慎重に採取する
 - 安易に人にあげない
 - 調理前にも知らない植物や不安を感じる植物が混じっていないか確認する
 - 山野草を食べてしびれ、むかつき、吐き気などの中毒症状が起きた場合は、残品を持って早急に医療機関を受診する
- 閏市健康課健康係 ☎24-5733

初夏にかけてつつが虫病に 注意しましょう

つつが虫病はツツガムシ(ダニの一種)の幼虫に刺されて、高熱や発疹などの症状が現れる病気です。田畑や山林などに立ち入るときは、次のことに注意しましょう。

- 長袖、長ズボン、長靴、手袋などを着用し、素肌をできるだけ露出しない
- 草むらに直接座らない
- ダニ忌避剤、防虫剤などを衣服に散布する
- 帰宅したら早めに風呂に入り、衣服の洗濯を行う

う・刺されると5日から14日後に発熱、頭痛、全身のだるさ、関節痛、ほぼ全身にわたる発疹が現れるので、早急に医療機関を受診しツツガムシが生息しているような場所に行ったことを医師に伝える

閏市健康課健康係 ☎24-5733

クマの出没にご注意ください

- クマに遭遇しないために
- 必ず2人以上で入山し、鈴やラジオなどの音を出しながら行動する
- クマが活発に活動する早朝や夕方の薄暗い時間帯の入山を避ける
- 大きく新しいふんや足跡を見つけたら、近くにクマがいる可能性が高いので、静かに立ち去る

●クマと遭遇してしまったら

- 遠くで目撃した場合は、落ち着いて静かにその場から立ち去る
- 近くで遭遇した場合は、クマは逃げるものを追いかける習性があるので、クマから目を離さず、背を向けずゆっくりと後退する

◆クマを目撃した場合は、市環境衛生課や各総合支所地域振興課、または警察署へ連絡してください。

閏市環境衛生課環境保全係 ☎31-0933

グリーン・ツーリズムを
体験してみませんか

酒田市グリーン・ツーリズム推進協議会では、農業体験などを通して自然とふれあえるさまざまな体験メニューを用意しています。メニューに参加して体験シールを集めると、指定の農産物直売所で利用できる「お買い物物券（1千円）のプレゼントに応募できます。詳しくは同協議会ホームページまたはガイドマップを参照してください。

◆ガイドマップは市役所2階農政課、各総合支所、市内産直施設などにあります。

☎ 同協議会事務局（市農政課内）
26-5792

2020年工業統計調査にご協力を

総務省・経済産業省では、製造業を営む事業所を対象に6月1日現在で工業統計調査を実施します。5月中旬から調査員が伺いますので、調査へのご協力をお願いします。

☎ 市情報企画課統計係 26-5705

新型コロナウイルス感染拡大
防止によるイベントの中止

新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止、延期となったイベントは次のとおりです。今後の予定は決まり次第市広報などでお知らせします。

イベント名	予定日	状況	問い合わせ
有森博ピアノリサイタル	5月10日(日)	中止	有森博ピアノリサイタル実行委員会 関矢 ☎24-8558
ばしふいっくびいなす寄港	5月22日(金)	中止	市商工港湾課港湾振興室 ☎26-5758
飛鳥クリーンアップ作戦	5月30日(土)	延期 (検討中)	同実行委員会事務局 ☎26-2381
空さ家等無料相談会	6月6日(土)	中止	市まちづくり推進課地域づくり係 ☎26-5725

5月20日・21日のごみ収集

5月20日・21日の家庭ごみの収集は早朝に行います（八幡・松山・平田地域および旧公民館地区を除く）。午前6時30分までにごみステーションへ出してください。

☎ 市環境衛生課管理係 31-0933

しゃんしゃん元気づくり事業
申請受け付けの延長

受付期間／5月22日(金)まで
☎ 市介護保険課予防支援係 26-5755

受水槽の立入調査を行います


期間／6月1日(月)～8月上旬▼対象／受水槽の有効容量が10立方m以下の小規模貯水槽水道◆該当施設には事前に電話連絡して、訪問日時を決定します。

☎ 21-1811
☎ 2

募集

手話奉仕員ステップアップ講座
参加者募集

日時／6月5日～11月6日の金曜日午後7時～9時（全20回）▼場



マチを好きになるアプリ


マチイロ

酒田市広報を手軽に見られる
スマートフォン向けの
アプリケーションです。

- 役立つ行政情報を見逃さない!
- 自分に合わせた情報が届く!
- 他の自治体の広報紙も読める!

他にも便利な機能がたくさん! まずは右のQRコードからご確認ください!

※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。
※広告が表示されますが、酒田市とは何ら関係ありません。
※こちらのQRコードからご確認ください。



●お問い合わせ／市長公室広報広聴係 ☎26-5706

本紙に掲載されている内容は、4月24日現在の情報です。
新型コロナウイルス感染症の影響で、催しの延期・中止など情報が
変更になる場合があります。各問い合わせ先へ確認してください。

日時／5月24日(日)午前10時～11時
30分▼場所／交流ひろば▼対象／
20歳～65歳で配偶者がいる方▼定
員／先着10人▼内容／結婚サポ
ーターの活動内容と登録について▼
費用／無料▼申し込み／5月7日

**結婚サポーター説明会
参加者募集**

日時／6月2日(火)午後7時～9時、
3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20人▼持
ち物／筆記用具、内ズック▼費用
／520円▼申し込み／講習会開
催日の前日まで電話で平田総合支
所地域振興課健康福祉係へ ☎5
213911

**ひらたタウンセンター
筋力トレーニング器具利用
講習会参加者募集**

☒ volunteer@sakata-shakyoor.jp
43-8165
所／交流ひろば▼対象／令和元年
度までに手話奉仕員養成講座を修
了した方、または同等の手話能力
のある方▼定員／先着20人▼費用
／500円(資料代)▼申し込み
／5月29日(金)までの平日午前8時
30分～午後5時15分に酒田市ボラ
ンティア・公益活動センターへ ☎

土門拳記念館

◆大川周明資料展「9月25日(金)ま
で」

光丘文庫

中町庁舎5階
☎2210551
土曜・日曜日、祝日休館

◆庄内松山地図探訪ちずたん
◆最上川I「6月14日(日)まで」

松山文化伝承館

☎6212632
月曜日(祝日の場合は翌
日)休館

酒田市美術館

☎3110095
4月からは無休

◆かっこいい酒田の女たち「6月
15日(月)まで」

酒田国立資料館

☎2416544
会期中無休

◆掲載した施設について、5月10
日(日)までは新型コロナウイルス感
染症拡大防止のため休館となりま
す。

展示

◆詳しくは、市ホームページを参
照してください。

(木)～21日(木)に市結婚サポーター
センターへ ☎2615670
☒ kekron-sc@city.sakata.lg.jp
◆同センターからのメールを受信
できるように設定してください。

本問美術館

☎2414311

◆日本の仏像
◆日本の美
◆ごもたち「5月31日(日)まで」
◆展示期間変更予定あり。詳しく
はホームページを参照してくださ
い。

本問家旧本邸

☎2213562

◆端午の節句と刀装具「5月12日
(火)～6月初旬まで」

美術展会場

☎2414311

◆国指定名勝庭園「鶴舞園」と本
問美術館名品選「5月26日(火)まで」
◆茶の湯の美 唐物・高麗物・和
物の名品「5月29日(金)～7月7日
(火)」

清遠閣会場

☎2414311

◆漆工芸展「6月3日(水)まで」

ひらたタウンセンター

☎5213911

◆佐藤晋水彩画展「5月31日(日)ま
で」

酒田夢の倶楽部「華の館」

☎2211223

◆藍染め・布花「癒しの色々」展
「5月11日(月)～6月8日(月)」
◆常設「栄華を誇った本問家の「亀
笠鉦」、人形作家 大滝博子の世界
「おしん」人形ギャラリー(入場無
料)」

**舞娘茶屋相馬樓
竹久夢二美術館**

☎2112310
水曜日休館

◆「常設」竹久夢二美術館、新田嘉一
コレクション、現代雛

山王くらぶ

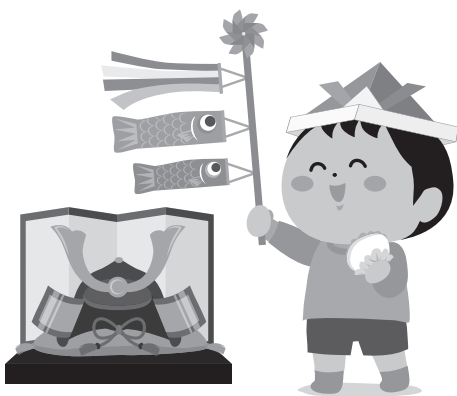
☎220146

◆第15回湊町酒田の傘福「11月12
日(木)まで」
◆「常設」人形作家 辻村寿三郎作「さ
かたの雛あそび」「舞妓」

**あいおい
工藤美術館**

☎0901284608
46
金曜～日曜日、祝日開館

◆「庄内の秀れた美術工芸展」
◆「常設」庄内の民芸品
◆来館の際は事前に問い合わせを
してください。



相談

無料法律相談

日時／5月26日(火)午後5時～8時
 ▼場所／交流ひろば▼対象／本市、三川町、庄内町、遊佐町在住か、本市に勤務先にある方▼定員／先着6人▼内容／法律に関する相談(本人のことに限る。申込時に相談の概要と住所、氏名をお知らせください。秘密は厳守します)▼相談員／渡辺倫子弁護士▼申し込み／5月8日(金)午前8時30分～電話で市まちづくり推進課市民相談室へ ☎26-5726

やさしい心の窓を開く相談会
不登校保護者会

日時／5月28日(木)午後6時30分～8時30分▼場所／浜田学区コミセン▼対象／不登校・不登校傾向の小中学生の保護者、家族▼内容／参加者全員での話し合い(匿名で実施)または個別相談(先着5人)▼相談員／臨床心理士 荒木園子氏、スクールカウンセラー、相談専門員、家庭訪問相談員、スクールソーシャルワーカー、教育委員会指導主事▼申し込み／在籍する学校または市学校教育課指導係へ ☎26-5775

◆参加者のプライバシーに配慮します。

◆個別相談は教育相談室(月曜日～土曜日) ☎24-3650で対応しています。

みんなの健康相談

「眠れない」「気分がふさぐ」など精神的な不安の相談ができます。日時／5月25日(月)午後1時30分～3時▼場所／市民健康センター▼対象／本市在住で、精神科や心療内科など専門医の治療を受けていない方▼定員／2人▼内容／個別相談▼相談員／精神科医師▼費用／無料▼申し込み／5月21日(木)まで市健康課健康係へ ☎24-5733

DV相談^{プラス}を開始します

新型コロナウイルスの感染拡大に起因して、生活不安やストレスから、DVなどの増加・深刻化が懸念されています。内閣府では相談体制を強化するため「DV相談+」を開始しました。
 内容／①電話相談 ☎0120-279-889(24時間対応) ②SNS相談、メール相談／SNS相談は正午から午後10時まで、メール相談は24時間受付 ③外国人相談者向け相談／英語、中国語、韓

国語、タガログ語、ポルトガル語、スペイン語、タイ語、ベトナム語(予定) ④WEB面談／相談状況に応じて対応
 ◆②～④はホームページ(<https://soudanplus.jp>)を参照してください。

16 関市子育て支援課家庭支援係 ☎26-5734、市男女共同参画推進センターウイズ ☎26-56

眠れない…は心のSOS

—一人で悩まず相談を—

こころの相談窓口

市健康課 ☎24-5733
 八幡総合支所地域振興課 ☎64-3113
 松山総合支所地域振興課 ☎62-2611
 平田総合支所地域振興課 ☎52-3911
 庄内総合支庁地域保健福祉課 ☎0235-66-4931
 ◆平日の午前8時30分～午後5時15分

虐待かもと思ったら…
すぐにお電話をください

児童相談所や市相談窓口では、出産・子育てに関する相談をなんでも受け付けています。気になることはぜひご連絡ください。

市相談窓口 ☎26-5734
 児童相談所 ☎189 いちはやく
 電話番号 全国共通ダイヤル

◆連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。
 ◆全国共通ダイヤルはお住まいの地域の児童相談所につながります。

さかた情報ひろば
—国・県市民などからのお知らせ—
河川愛護モニター募集

対象／最上川河川公園または松山河川公園付近に住んで、河川に関心のある方▼定員／各公園1人▼内容／最上川に関する情報報告(7月から1年間)▼報酬／月額4千500円程度▼申し込み／5月15日(金)までに町内会などの地域活動への参加状況などを記載した履歴書を〒998-0011 酒田市上安町1-2-1 国土交通省酒田河川国道事務所河川管理課へ郵送
 問 事務所 ☎27-3497

子育ての悩み・不安に関する
電話・メール相談のお知らせ

日時／5月29日(金)午後1時～5時
 ▼対象／どなたでも▼費用／無料▼申し込み／電話相談は事前申し込みにより時間設定あり SR会、中里 ☎080-1816-359
 ◆メール相談は随時受付します。
 ☐zapl113@beige.plala.or.jp



本紙に掲載されている内容は、4月24日現在の情報です。
新型コロナウイルス感染症の影響で、催しの延期・中止など情報が
変更になる場合があります。各問い合わせ先へ確認してください。

国税の納付について

●振替納税を利用している方へ

口座からの振替日は、申告所得
税は5月15日(金)、個人事業者の消
費税は5月19日(火)です。

●新型コロナウイルス感染症の影
響により納付が困難な方へ

国税を納付することが困難な場
合は、税務署に申請することによ
り、猶予制度を適用できる場合が
ありますので、相談してください。
●酒田税務署管理運営・徴収部門
☎331450(代表)

自動車税種別割の納期限は 6月1日(月)です

金融機関、郵便局、各総合支庁
税務担当課、コンビニエンススト
アのほか、インターネットを利用
してクレジットカードでも納める
ことができます。忘れずに期限ま
で納めましょう。
●庄内総合支庁税務課 ☎023
516612116

甲種・乙種(全類)・丙種 危険物取扱者試験

●試験
日時／7月4日(土)午前中▼場所／
ホテルリッチ&ガーデン酒田▼受

付期間／【電子申請】 5月15日(金)

～25日(月)【書面申請】 5月18日(月)

～28日(木)

◆試験案内、願書は消防本部、各
消防署にあります。

◆試験準備講習会は5月に予定し
ていましたが、新型コロナウイルス
感染拡大防止のため中止します。
●酒田地区広域行政組合消防本
部予防課 ☎617114

無料法律相談

日時／5月16日(土)午前10時～午後
3時▼場所／ひらたタウンセンタ
1▼相談員／東海林正樹弁護士▼
申し込み／東海林法律事務所 ☎
4316590

庄内の店舗を「先払い」で応援 するウェブサービス「もっけ玉」

新型コロナウイルス感染症拡大
防止による外出自粛の影響で打撃
を受けている庄内の店舗を応援す
るため、庄内のお店を「先払い」
で応援するウェブサービス「もっ
け玉」がスタートしました。お店
の電子チケットを購入し、お気に
入りのお店を応援しませんか。ま
た、現在無料で掲載店舗を募集
中です。WEBサイト／nokkedama
.com(「もっけ玉」で検索)
●(株)チェンジ・ザ・ワールド ☎0

5037171
0672

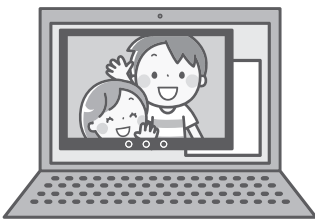
市ホームページに広告を 掲載しませんか

本市では市ホームページのトッ
プページに掲載するバナー広告を
募集しています。

バナーの規格／「サイズ」横18
0ピクセル×縦60ピクセル「形
式」GIFまたはJPEG形式▼
掲載期間／1か月単位▼掲載料／
1枠につき月額1万円(広告掲載
前の一括納付)▼申し込み／申込
書に掲載希望バナー広告のデザイ
ンを添付して市長公室広報広聴係
へ▼受付期間／随時

◆バナーの画像は各自作成して
ください(完全データ入稿)。
◆自治体のサイトであるため、掲
載できない場合があります。
詳しくは問い合わせ
てください。

●市長公室
広報広聴係
☎26157
06



New Books Introduction

新刊紹介

切る枝・残す枝がわかる! 庭木の剪定 基礎の基礎からよくわかる

宮内 泰之/監修 ナツメ社 一般図書



コツをつかめば、剪定
は難しくない! 樹木の基
礎知識、目的に応じた剪
定の種類から、樹種別の
剪定時期や方法を、具
体的に分かりやすく解説。
色分けしたイラストで、
いつどの枝を剪定すれば
いいかわかる。

ドーナツの歩道橋

升井 純子/著 ポプラ社



家族のこと、好き?それ
ともきらい?思いは毎日く
るくる変わる。好きときら
いは、とっても近いところ
にあるんだね。新しい学
校と友だち、介護が必要
な家族のこと。高校1年
生の麦菜の心ゆるる毎日
をみずみずしく描く。

バレエのおけいこ

石津ちひろ/文 庄野ナホコ/絵 ブロンズ新社 児童絵本



黒猫のミイさんは、まいちや
んと一緒にバレエのお稽古
へ。しかし、いくら練習して
もビルエットがうまくまわれ
ません。ある夜、お月さまに
「じょうずにまわれますよう
に」と手紙を書くと、ぬいぐる
みのクマが動き出して…。

© TRC

5月の各種相談 ひとりで悩まずにご相談ください。

項目	日時	場所／問い合わせ
市民生活相談	月～金曜日／ 8:30～17:15 (12:00～13:00を除く)	市役所2階、市民相談室 ☎26-5760
消費生活相談	月～金曜日／ 8:30～17:15	市役所2階、市消費生活センター ☎26-5761(消費生活) ☎26-6266(多重債務)
山形財務事務所 借金返済に関する 相談窓口	月～金曜日／ 8:30～17:15 (祝日、年末年始除く)	山形市緑町2-15-3、山形財務事務所1階理財課[相談専用電話] ☎023-641-5201
山形いのちの電話	年中無休／ 13:00～22:00	(社福)山形いのちの電話 ☎023-645-4343
人権相談 (電話のみ)	月～金曜日／ 8:30～17:15	山形地方法務局酒田支局 ☎25-2221
女性のための相談	月～金曜日／ 9:00～16:00	交流ひろば1階 市男女共同参画 推進センター ウィズ☎26-5616
年金受給相談	月曜日／8:30～19:00 火～金曜日／8:30～17:15 (年末年始除く)	街角の年金相談センター酒田 ☎22-4554 電話での相談は鶴岡年金事務所 ☎0235-23-5040
交通事故相談	月～金曜日／ 9:00～16:00	山形県交通事故相談所庄内支所 (庄内総合支庁内) 電話相談可。無料弁護士相談もあります。 ☎0235-66-5452
教育相談	月～金曜日／9:30～18:00 土曜日／9:30～12:30	総合文化センター2階、教育相談室 ☎0120-783-042 ✉soudan@sakata.ed.jp(予約受付のみ)
青少年相談	月～金曜日／ 9:30～16:30	総合文化センター1階、市青少年 指導センター ☎24-2901
生活困窮者 自立支援相談	月～金曜日／ 8:30～17:15 (祝日、年末年始除く)	生活自立支援センターさかた (地域福祉センター内) ☎25-0350 ☎24-6299 ✉jiritsu@sakata-shakyo.or.jp

◆祝日の相談は事前に問い合わせてください。

項目	日時	場所／問い合わせ
若者の就職・転職・ 仕事の悩み相談	月～土曜日／ 10:00～18:00	山形県若者就職支援センター・ 庄内地域若者サポートステーション (中町庁舎2階) ☎0120-219-766
内職の相談	月～金曜日／ 9:00～16:00	市役所6階、市商工港湾課 ☎26-5757
労働相談 (社会保険労務士駐在日)	原則金曜日／ 13:00～16:30	庄内総合支庁産業経済企画課 ☎0235-66-5491
精神保健福祉相談	21日(木)／14:30～16:30 (18日(月)まで要予約) ◆次回6月1日(月)。 (28日(木)まで要予約)	酒田農業技術普及課 (若浜コミセン東隣) ☎庄内保健所 ☎0235-66-4931
女性の健康相談	月～金曜日／ 8:30～17:15	庄内保健所 子ども家庭支援課相談室 (庄内総合支庁1階) ☎庄内保健所 ☎0235-66-5653
ひきこもり相談	26日(火)／ 13:30～15:30(要予約)	庄内保健所 地域保健福祉課相談室 (庄内総合支庁1階) ☎庄内保健所 ☎0235-66-4931
結婚に関する相談	月～金曜日／ 9:00～16:00	交流ひろば1階 市結婚サポートセンター ☎26-5670
外国出身者のための 相談	月～金曜日／ 9:00～16:00 (外国語の相談は要予約)	交流ひろば2階 市国際交流サロン ☎26-5615



酒田市休日診療所 5月の診療日

**5月の診療日は、3日(祝)、4日(祝)、5日(祝)、6日(休)、10日(日)、17日(日)、
24日(日)、31日(日)です。**

※急病や軽いけがのときにおいでください。

※新型コロナウイルスの感染が疑われる方は、医療機関を直接受診せず、新型コロナウイルス受診相談センター
☎0120-88-0006(県内共通電話番号)へ相談してください。

※保険証を忘れずにお持ちください。 ※会社や学校に提出する診断書の発行は行っていません。

※交通事故、労務災害については診療できません。

診療受付時間／午前8時30分～11時30分、
午後1時～4時30分

場所／市民健康センター別館(船場町二丁目1-31)

電話／21-5225(受付時間中のみ)

平日の問い合わせ／市健康課健康係 ☎24-5733

ゴールデンウィーク中は、5月3日(祝)から6日(休)まで診療します。血圧を下げる薬など慢性疾患に係る定期内服薬は常備していないため、あらかじめ連休前にかかりつけ医を受診し、薬を切らさないようにしてください。

緊急事態宣言を受けて、5月の大型連休中の休日歯科診療は開設しません。



アランマーレ、
元気にやっています!

先の見えない状況の中、スタートした新シーズン。
今回は、森寿実子主将(#11)、宮本菜月副主将(#16)に、
現在のチームの状況について聞きました。

— 選手の皆さんは元気ですか？
宮本／はい。いつもと変わらずみんな元気です！

— 主にどのような練習を？
森／毎年この時期は、トレーニングを中心とした練習を行っています。キツイメニューに「ぐわあ〜」というよくわからない叫び声が聞こえてきます(笑)

— 宮本選手は今シーズン副主将に就任しました。意気込みを
宮本／まだまだ未熟者ですが「善くて強いチーム」という理想の実現と、昇格という目標に向け、チーム一丸となって前進します



【左】宮本菜月副主将(#16) 【右】森寿実子主将(#11)

— 森選手は主将として5年目。シーズンを見据えてひとことお願いします
森／「善くて強いチーム」としてのアランマーレに、より一層磨きをかけ、応援してくれる皆さんに感動を、子どもたちに夢を与えられるようにがんばります

— 市民・ファンの皆さんにメッセージをお願いします
宮本／試合会場での声援はもちろん、SNSでの応援や街

中で掛けてもらう励ましの言葉もすべて、私たちの力になります。今シーズンもアランマーレらしいバレーボールを披露できるようチーム全員でがんばります！

森／「アランマーレって酒田のチームだよね」と言われることが増えました。酒田のチームとして知ってもらえていることに感謝しています。酒田を元気にできるよう、精いっぱいがんばります！



選手一同／大変な状況ですが、皆さんに会えるその日まで…

番外編
I chat with
Aranmare!

酒田っ子 すくすく子育て講座

第113回

不安をやわらげる

東北公益文科大学
名誉教授

國眼 眞理子

人はごく幼い頃から周りの人の表情に敏感です。生後3か月ごろから大人の女性の表情に、さらに6か月ごろになるとよく知っている人の表情に反応して、笑みには笑みを返すようになります。相手の表情に合わせた応答ができるようになるわけです。

かつて入園間もないママちゃんが「うちに帰る」と先生を困らせたことがあります。園での生活に慣れなせいかと思っていたら、実はつわりで体調が思わしくないママが心配で帰りたいかっただけなのです。ママちゃんは何だかわからないけれど、ママの表情から不安を感じ取り、それに応じた反応をしたのですね。

昨今、全国的に新型コロナウイルス感染症が流行しています。感染や亡くなる方のニュースに触れたり、不安そうな大人の様子を見たりして「この病気になると死

んじやうの？」と訴える子がいます。不安を感じて、これまで以上に甘えたり、イライラしたりすることがあるかもしれません。いっぴくなく落ち着きのない行動を示すこともあるでしょう。

大人は不安やストレスを回避したり和らげたりできます。しかし幼い子は自分の力でそれらを取り除くことは困難です。おまけに身近な人の不安は、子どもにじかに伝わり、その影響を受けやすくなります。

ただでさえ春は入園入学や進級に伴い、新しい環境に出会う時期です。「だめよ」「できないと困るよ」と不安を引き起こす言葉よりも「こうしてみようか」「一緒にみているよ」といった言葉かけや、ときに甘えを認めハグしたりして安心を補給してください。健康やかな成長に、安心は欠かせません。

区市子育て支援課(こども支援係) ☎26-5735

vol. 73

旬 さかたの 旬

旬の食材を使った料理を
酒田市食生活改善推進員がご紹介

孟宗のメンマ

春の味覚を代表する食材の1つ「孟宗筍」。やわらかくて風味も豊かです。孟宗筍は、孟宗汁として祭りなどに欠かせない郷土料理ですが、今回は「孟宗のメンマ」を紹介します。

水煮の孟宗筍でも
作るができます。



材料 (4人分)

- 孟宗筍(下処理したもの) 400g
- ごま油 大さじ2
- 鶏ガラスープの素 大さじ1
- 水 200ml
- 酒 大さじ1
- 砂糖 大さじ1
- しょうゆ 大さじ1
- ラー油 小さじ1
- 糸唐辛子(飾り用) .. 適量

作り方

- ① 孟宗筍は穂先と根元に半分に切り、穂先は1.5センチ幅のくし切りに、根元は1センチ幅の輪切りにしてから薄切りにする。軽く流水で洗う。
- ② 鍋にごま油を入れ、1を入れて軽く炒める。
- ③ Aの調味料を入れて中火で加熱する。水気がなくなってきたらラー油を加えてさっと炒め、火からおろす。
- ④ 器に盛り付けて糸唐辛子をのせて完成。



月間#酒田みつけ大賞 発表!📷

酒田の風景や食べ物などの魅力的な写真を、皆さんがInstagramに投稿する際につけることをお願いしてきたハッシュタグ「#酒田みつけ」。4月15日時点で1万件以上の投稿が集まっています。その中から毎月魅力的な投稿を1つ選び「月間 #酒田みつけ大賞」として市公式アカウントや市ホームページで紹介しています。今回は1月から3月の大賞作品を紹介します。

1月の大賞 @oga_tvさん



酒田共同火力発電所を含めた風景をカッコよく切り取った1枚

2月の大賞 @shun.r854さん



酒田の港から望む月山。写真ならではの迫力ある1枚

3月の大賞 @gacktomo0713さん



シメトリな構図が素敵な1枚
2回目の受賞おめでとうございます!

応募方法

スマートフォンなどでInstagramのアプリをダウンロードし、#酒田みつけをつけて、酒田の風景や食べ物などの魅力的な写真を投稿してください。大賞受賞者には市公式Instagramアカウントからメッセージを送ります。月間酒田みつけ大賞を受賞された方には、受賞回数に応じてランクと副賞を差し上げています。みなさんの素敵な写真お待ちしております!

Instagram酒田市公式アカウントはこちら

アカウント名

酒田市 (sakata_city_official)



酒田市長公室広報広聴係 ☎26-5706

この春、鳥海山・飛島ジオパークに誕生した新しいキャラクターを紹介いたします。森山大地くんは、探検大好きな小学5年生。森の生きものや岩石に詳しく、地球の不思議に興味がある元気いっぱい少年です。海川流水ちゃん、海や湧水など水のサイト（場所）が大好きな小学5年生。趣味はシューケリングで、お菓子やおいしいものが大好き。鳥海山の溶岩から生まれた妖精がグリリン、鳥海山の湧き水から生まれた妖精がブルルンです。グリリンとブルルンは鳥海山・飛島ジオパークの見どころをガイドしたり、大地くん、流水ちゃんと一緒にいろんな場所を探検したりします。

最後はジオタロー先生。ジオタロー先生は有名な火山学者で、地



ジオパーク キャラクター誕生!



鳥海山・飛島
ジオパーク推進協議会
主任研究員
岸本 誠司氏



▲循環バス



▲キャライラスト
手前右から時計回り
ブルルン、グリリン、
流水ちゃん、ジオタロー先生、
大地くん

球のことなら何でもおまかせ。ソー
スやマヨネーズなどを使ったおいし
い火山実験が得意です。地球の不
思議について、おいしく楽しく解説
してくれます。

新しいジオパークキャラクターは
パンフレットや看板、循環バスな
ど、さまざまなおところに登場し
ます。新しいジオパークキャラク
ターと一緒に、鳥海山・飛島ジ
オパークの不思議を楽しんでくだ
さい。さあ、地球と遊ぼう!

酒田市交流観光課観光戦略係 ☎26-5759

健やかさかたヘルスケア推進事業(旧さかた健康チャレンジ)

参加者募集!

さかた歩得ポイントで

楽しく♪

歩いて♪

お得に♪

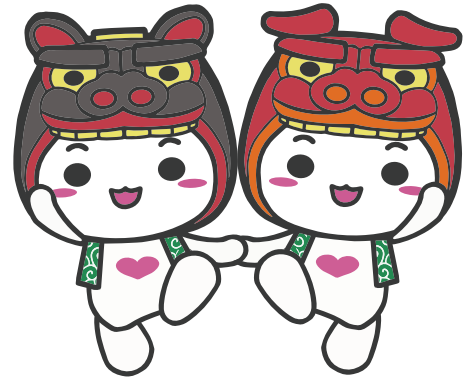
健康増進しよう!

1日8,000歩は、生活習慣病などの病気のリスクを下げるといわれているのよ。

さかた歩得ポイントってなに?

1日の標準歩数や目標歩数などを達成するとポイントが貯まります。貯まったポイントは商品券などの景品と交換できます。

参加方法/健やかさかたヘルスケア推進事業への参加登録が必要です。市健康課で申し込みができますので、詳しくは問い合わせください。旧さかた健康チャレンジに参加している方は自動的に参加となります。ポイント獲得期間/6月1日(月)~令和3年1月10日(日)



健やかさかたヘルスケア推進事業とは

タニタの活動量計を使って自分の活動量を見える化し、楽しく健康づくりができるプログラムです。

対象/本市に居住または勤務先がある18歳以上の方
定員/残り110人(4月30日現在)
費用/1,800円(6,000円相当のタニタ活動量計を差し上げます)
申し込み/市健康課成人保健係へ電話予約 ☎24-5733
◆活動量計の受け渡しなどがあるため、市健康課への来庁が必要です。



☎市健康課成人保健係 ☎24-5733

「おさんぽでおおきなトナゲを
みつけたよ」



松陵保育園 とがし はるとくん

ちびっこ
ギャラリー

No.175

- 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 酒田市観音寺字寺ノ下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

交通事故防止の



いつもどこかに反射材! 夜光反射材はあなたの命の
お守りです。