さくらんぼと歴史が育む　スマイルシティ　寒河江

市報さがえ

2019
6.20
No.1727

目次

市の財政状況……2
市立病院新改革プラン……4
お知らせ……6

さがえの旬な情報、ご覧ください！

姉妹都市締結45周年を記念し訪韓

姉妹都市締結45周年を記念して韓国・安東市を市国際交流協会役員が５月29日～６月２日の日程で訪問しました。訪問団は安東市長を表敬訪問し、今後の交流促進やお互いの友好協力などについて意見を交換。また、ホストタウン登録を行った韓国ローラースポーツ連盟（ソウル市）を表敬訪問し、スケートボード大会などを視察しながら、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会出場に向けた取り組みについて懇談しました。

ゆめはーと寒河江だより

祖父母の日「おじいちゃん・おばあちゃん ほっとひと息つきませんか」

●**日時**／７月２日㈫午前10時～11時
●**会場**／ハートフルセンター
●**定員**／おじいちゃん・おばあちゃんとお孫さん、10組
●**内容**／リフレッシュ体操と交流会
●**申込**／ゆめはーと寒河江☎83-3225へ。

平成30年度 市の財政状況

平成31年3月末現在

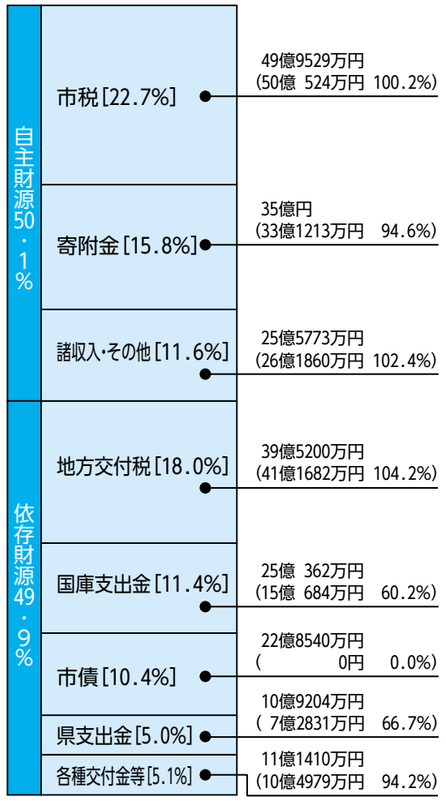
市では市民の皆さんから納めていただいた税金や国からの地方交付税などを主な財源として、さまざまな事業を展開しています。今号では、3月31日までの予算執行状況をお知らせします。ここで公表する数値は、出納整理期間（※）の収入支出は含まれていません。それらを含めた平成30年度の決算については、今後の市報で公表します。

●問合せ／市財政課財政調整係☎（86）2111内線437へ。

一般会計

歳入

220億 18万円
（183億3773万円 83.4%）

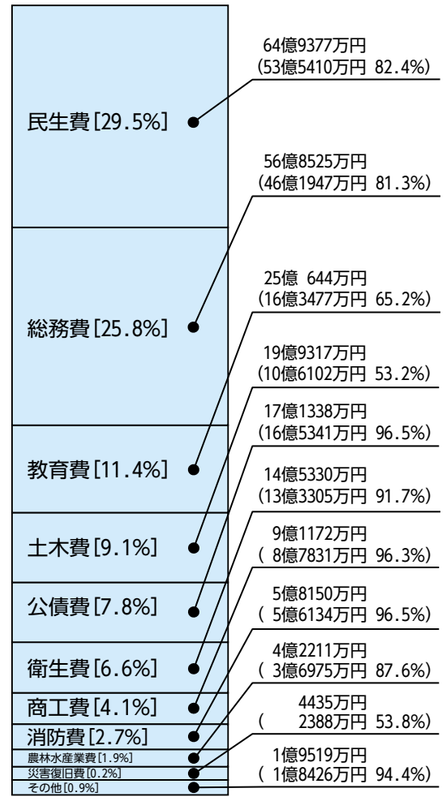


[ ] 内は構成比、上段は予算現額、下段（ ）内は、収入済額と予算現額に対する収入済額の割合です。

諸収入・その他	繰越金、分担金、使用料等
地方交付税	地方公共団体の財源を保障するため国税の中から交付されたお金
国庫支出金	市の事業に対して国から交付されたお金
市債	国や金融機関等から借り入れたお金
県支出金	市の事業に対して県から交付されたお金
各種交付金等	消費税を財源とした交付金や自動車重量税を財源とした地方譲与税等

歳出

220億 18万円
（176億7336万円 80.3%）



[ ] 内は構成比、上段は予算現額、下段（ ）内は、支出済額と予算現額に対する支出済額の割合です。

民生費	高齢者や障がい者、児童等の福祉費用
総務費	徴税や選挙、事務管理等の費用
教育費	小中学校や社会教育等の費用
土木費	道路や河川、公園等の費用
公債費	国や金融機関等からの借入金の返済費用
衛生費	保健衛生やごみ処理等の費用
商工費	商工業や観光振興等の費用
消防費	消防や救急活動等の費用
農林水産業費	農業振興等の費用
その他	議会等の費用

※出納整理期間…当該年度の３月末までに確定した債権債務について、現金の未収未払いの整理を行うために設けられた期間で、会計年度終了後の翌年度４月１日から５月31日までの２カ月間のことをいいます。

特別会計

区分	予算現額	収入済額	収入済率	支出済額	支出済率
公共下水道事業	16億 813万円	7億6387万円	47.5%	12億8918万円	80.2%
浄化槽整備事業	2億4686万円	1232万円	5.0%	1億4022万円	56.8%
国民健康保険	44億9550万円	41億 754万円	91.4%	42億1660万円	93.8%
後期高齢者医療	4億9810万円	4億9046万円	98.5%	4億8518万円	97.4%
介護保険	45億9879万円	42億6636万円	92.8%	39億7508万円	86.4%
介護認定審査会共同設置	2278万円	2465万円	108.2%	1961万円	86.1%
財産区（高松、醍醐、三泉、幸生）	224万円	300万円	133.9%	171万円	76.3%
合計	114億7240万円	96億6820万円	84.3%	101億2758万円	88.3%

企業会計

区分		収入予算現額	収入済額	収入済率	支出予算現額	支出済額	支出済率
水道事業	収益的	10億7922万円	11億 940万円	102.8%	10億3720万円	9億8704万円	95.2%
	資本的	1億5500万円	1億5509万円	100.1%	7億7988万円	7億6731万円	98.4%
	特例的	1万円	0円	0.0%	40万円	30万円	75.0%
病院事業	収益的	19億3776万円	17億5219万円	90.4%	19億3776万円	16億7702万円	86.5%
	資本的	3億7875万円	3億2621万円	86.1%	4億2466万円	4億2119万円	99.2%
合計		35億5074万円	33億4289万円	94.1%	41億7990万円	38億5286万円	92.2%

※水道事業・特例的：平成30年度より簡易水道事業が上水道事業に統合されたことによる旧簡易水道事業分です。

市税の収入状況

区分		予算現額	収入済額	収入済率
普通税	市民税	20億4146万円	20億 399万円	98.2%
	固定資産税	22億1431万円	22億6787万円	102.4%
	たばこ税	2億6053万円	2億4086万円	92.5%
	軽自動車税	1億3006万円	1億3259万円	101.9%
目的税	都市計画税	3億4010万円	3億5137万円	103.3%
	入湯税	883万円	856万円	96.9%
合計		49億9529万円	50億 524万円	100.2%

主な事業の執行状況

区分	事業名	事業費	支出済額	支出済率
土木	市道新設・改良	4億1983万円	1億9195万円	45.7%
	側溝・舗装整備	9790万円	7153万円	73.1%
生活	公共下水道・浄化槽整備	5億4545万円	3億1883万円	58.5%
農林	農業振興	1億 654万円	8745万円	82.1%
都市計画	街路整備	2億 249万円	2億 245万円	100.0%
教育	学校給食事業	2億9982万円	2億7760万円	92.6%
福祉	児童福祉	37億1092万円	29億6390万円	79.9%
	老人福祉	13億7380万円	12億2062万円	88.8%
医療・介護	国民健康保険給付費	27億8199万円	25億3009万円	90.9%
	介護保険給付費	41億9680万円	37億 213万円	88.2%
	後期高齢者医療療養給付費負担金	4億 650万円	4億 650万円	100.0%

市の財産

区分	状況
土地	148万5454㎡
建物	16万3281㎡
自動車（リース車両、水道、病院を除く）	86台
有価証券等	5億9825万円
積立金	45億4538万円
温泉権（２カ所）	8000万円
重要備品	450個

市債等の現在高

区分	市債現在高	一時借入金
一般会計	145億 217万円	10億円
公共下水道	83億9904万円	3億円
浄化槽整備事業	8億1644万円	0円
水道事業	13億2546万円	0円
病院事業	5億 689万円	1億円
合計	255億5000万円	14億円

市立病院新改革プラン

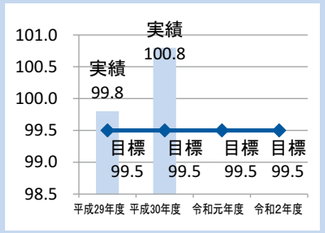
地域の皆さんに信頼され安全で安心な笑顔の病院

市立病院では、病院経営の健全化を図るため、平成29年度から令和2年度までの4年間を計画期間とする「市立病院新改革プラン」を策定しています。良質な医療を継続的に提供していくため、地域の医療機関との連携や機能分担など適切な医療提供の構想に合った当院の役割を発信し、基本理念や改革目標を具現化する取り組みを進めています。

計画策定から2年経過するに当たり、これまでの成果を検証するため、新改革プラン評価委員会を3月14日に開催しました。席上、さらなる健全化・目標の具現化に向けて協議され、計画期間の前半が経過したことから、今後2年間の目標数値を見直しました。

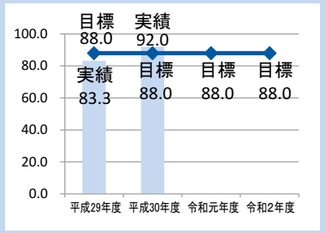
今回は、新改革プランの進捗状況として、平成29・30年度の実績数値と目標数値を公表します。

■経常収支比率(%)

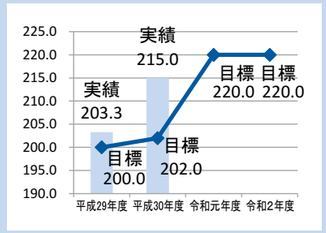


※医業費用、医業外費用に対する医業収益、医業外収益の割合を表し、通常の病院活動による収益状況を示す指標

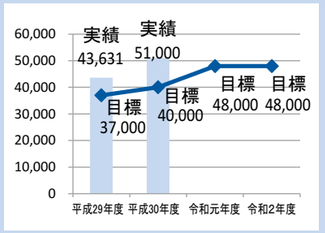
■1日当たり入院患者数(人)



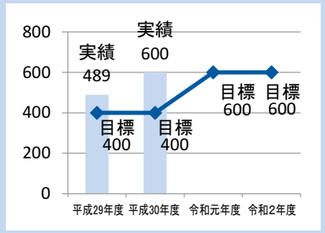
■1日当たり外来患者数(人)



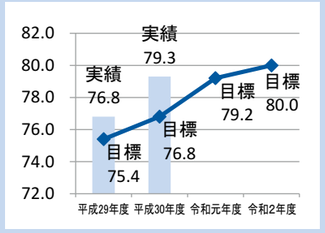
■リハビリ提供数(単位)



■救急車受け入れ数(件)

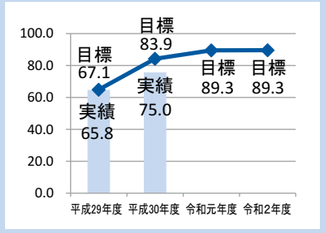


■医業収支比率(%)

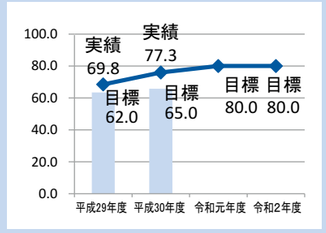


※病院の本業である医業活動から生じる医業費用に対する医業収益の割合を示す指標

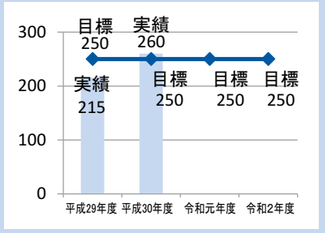
■一般病床利用率(%)



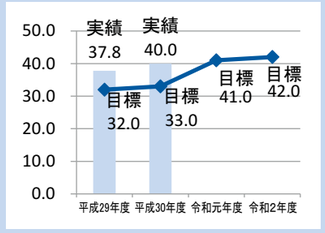
■後発薬品使用割合(%)



■手術件数(件)



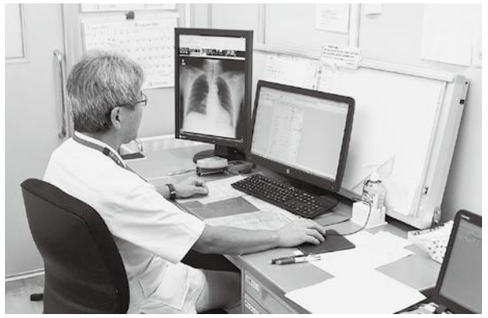
■紹介率(%)



快適な療養環境のための具体的な取り組みとして、昨年度、快適な療養環境を整備することで、来院される皆さんが利用しやすいよう入院病棟の大規模改修や外来棟の内装工事等を実施しました。

また、医療情報を集約して管理できる電子カルテシステムも昨年12月に導入し、円滑な受診と診療体制の整備を行っています。

さらに、今年4月からは、県の地域医療構想に基づき、老朽化が著しい旧館の第1病棟を新館の第2・3病棟に集約し、病床機能と病床数の適正化を実施しました。このため、病床コントロールを統括して行う部署を新設する組織の見直しを行ったところです。入退院の管理および病棟間における患者の移動を円滑に実施するとともに、地域の医療機関の連携強化と、きめ細かな医療相談業務の充実を図りながら、地域の皆さんが安心して医療を受けられるよう今後とも努めてまいります。


紙カルテに替わる電子カルテシステムの導入

車椅子対応のトイレ【入院病棟】

床の張り替え・誘導表示【外来棟】

●**問合せ**／市立病院経営企画室
☎(86)2101へ。

お知らせ

㊨医療証、㊦医療証 6月24日㈪から更新手続き開始

有効期限が令和元年（平成31年）6月30日の医療証をお持ちの方には、更新手続きの案内を送付しますので、期間内に手続きをしてください。案内が届かなくとも該当すると思われる方は、申請をしてください（随時受付）。

㊨重度心身障害（児）者医療証

■**対象**／①～⑤（①身体障害者手帳1・2級、②療育手帳A、③精神障害者保健福祉手帳1級、④障害年金証書1級、⑤特別児童扶養手当証書1級）のいずれかをお持ちの方で、本人の市民税所得割額が23万5千円未満の場合に該当します。

■**持ち物**／申請書、はんこ、保険証、該当する手帳等

㊦ひとり親家庭等医療証

■**対象**／配偶者のない方で18歳以下の児童を扶養している本人と児童、または、父母のいない18歳以下の児童が対象で、所得税が非課税の場合に該当します。

■**持ち物**／申請書、はんこ、保険証、国民健康保険加入者は就労証明書等

●**期間**／6月24日㈪～7月12日㈮（閉庁日を除く）の午前8時30分～午後5時

●**会場**／ハートフルセンター

●**その他**／郵送でも手続き可能です。申請書、保険証、手帳等のコピーを忘れずに同封の上、市子育て推進課（〒991-0021寒河江市中央2丁目2番1号）へ郵送してください。

●**問合せ**／市子育て推進課家庭支援係☎（86）2111内線619へ。

水道管の漏水調査を実施

漏水音確認のため宅地へ立ち入る場合がありますので、ご協力をお願いします。

●**期間**／12月20日㈮まで

●**区域**／市内全域

●**委託調査会社**／フジ地中情報株式会社

●**問合せ**／市上下水道課☎（86）8512へ。

プレミアム付き商品券取扱店を募集します

10月からの消費税引き上げに伴う家計への影響を緩和するため、市民税非課税者および特定の子育て世帯を対象にプレミアム付き商品券を秋に販売しますが、その商品券で買い物ができる取扱店を募集します。詳細については、市ホームページをご覧ください。

●**申込**／市商工推進課商工振興係☎（86）2111内線421へ。

いつまでも元気に 高齢期の健康づくり教室

いずれも、要介護認定を受けていない65歳以上の方が対象です。動きやすい服装でご参加ください。

認知症予防体操教室

■**日時**／7月3日・17日・24日・31日の各水曜日、午前10時15分～11時45分。7月12日～26日の毎週金曜日、午後1時30分～3時

■**定員**／各回6人

■**内容**／健康運動指導士による頭と体の体操、レクリエーション

■**持ち物**／内履き、飲み物、タオル

寒河江小唄体操教室

■**日時**／7月22日㈪午後1時30分～2時30分

■**定員**／30人程度

■**内容**／寒河江小唄に合わせた体操

■**持ち物**／飲み物、タオル

膝・腰らくらく体操教室

■**日時**／7月26日㈮午前10時～11時30分

■**定員**／30人程度

■**内容**／理学療法士による膝痛・腰痛予防のための講話と体操

■**持ち物**／飲み物、タオル

●**会場**／ハートフルセンター

●**申込**／市高齢者支援課地域包括支援係☎（86）2111内線630へ。

7月1日㈪から市役所市民生活課窓口に 受付番号発券機を導入します

市役所2階の市民生活課窓口では、窓口に来られた方のご用件に速やかに対応できるように、また、繁忙期の混雑緩和のために、7月1日㈪から受付番号発券機を導入します。

発券機はタッチパネル方式で、業務ごとに4つの表示がなされています。

①証明書発行　②届出受付
③保険証・年金手続き　④戸籍届出・その他ご相談

該当する①～④のいずれかの表示をタッチすると「番号カード」が発券されます。申請書に記入の上、番号をお呼びするまでカードをお持ちになってお待ちください。なお、使用方法等は市民生活課職員がサポートいたしますので、お気軽にお尋ねください。

●**問合せ**／市市民生活課市民係☎86-2111内線211へ。

今月の納税等

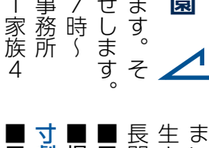
納期限は7月1日㈪

市県民税【普通徴収】（1期）

7月の相談日（法律相談・登記相談は要申込）

市長相談／25日㈭9:00～11:00、市市民生活課☎86-2111内線234
法律相談／16日㈫13:15～16:35、市市民生活課☎86-2111内線234
消費生活相談／平日9:00～16:00、市市民生活課☎86-2111内線234
教育相談ダイヤル／平日8:30～17:00、市学校教育課☎86-1700
人権相談／平日8:30～17:15、法務局寒河江支局☎86-3258

ふれあい相談所［ハートフルセンター2階社会福祉協議会☎86-7867］
一般相談／毎週水曜日13:00～16:00
法律相談／1日㈪13:30～16:30
登記相談／23日㈫13:00～16:00
行政相談／10日㈬13:00～16:00



西村山広域行政事務組合 職員採用試験

●**募集区分**／消防士7人程度

●**受験資格**／平成3年4月2日～平成14年4月1日生まれの方。他にも要件がありますので、詳細は問い合わせ先に確認してください。

●**採用試験**／「1次試験」 9月22日㈰午前10時～。教養試験（会場・フローラ・SAGAE5階）、身体および体力検査（会場・勤労青少年ホーム）。「2次試験」 1次試験合格者を対象に後日実施

●**受験申込**／受験申込書に記入の上、7月3日㈬～8月7日㈬に西村山広域行政事務組合事務局へ提出（土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分。郵送の場合は8月7日必着）。申込書は同事務組合事務局（フローラ・SAGAE5階）で交付します。

●**問合せ**／西村山広域行政事務組合事務局☎（86）7424へ。

令和元年度国民年金の免除・猶予申請

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合は、申請により保険料が免除になる「保険料免除制度」または猶予になる「納付猶予制度（50歳未満）」があります。免除等を受けずに、保険料の納め忘れ（未納）の状態で障害・死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合がありますので、ご注意ください。

●**免除等の期間**／7月～令和2年6月

●**申請**／7月1日㈪から市市民生活課市民係☎（86）2111内線215へ。

6月23日㈰～29日㈯は「男女共同参画週間」です

今年のキャッチフレーズは「男女共同参『学』」、「知る、学ぶ、考える、私の人生私がつくる」です。男性と女性が、職場・学校・地域・家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するために、私たちのまわりの男女のパートナーシップについて考えてみましょう。

●**問合せ**／市企画創成課政策調整係☎（86）2111内線416へ。

市老人福祉センター クラフトテープでものづくり

●**日時**／7月10日㈬午前9時45分～

●**会場**／市老人福祉センター

●**施設利用料**／半日150円、1日300円

●**材料費**／150円

●**その他**／マイクロバスでの送迎あり

●**申込**／市老人福祉センター☎（87）1328へ。

市いこいの森 谷沢梅もぎ取り無料入園

事前に入園整理券を配布します。その際、もぎ取り日時をお知らせします。

●**配布日時**／6月30日㈰午前7時～

●**配布場所**／いこいの森管理事務所

●**整理券配布数**／30家族分（1家族4キログラムまでもぎ取り可）

●**問合せ**／正午～午後1時に市いこいの森管理会☎（87）5151へ。

さんで～すて～じ・さがえインフローラ 第254～256回公演

渥美清主演「拝啓天皇陛下様」上映

昭和6年、岡山の歩兵連隊に入隊した山田正助は厳しいシゴキを受けるが、それでも「不況下でも3度の飯が食え、風呂にまで入れる軍隊はまるで天国だ」と漏らす。天覧の大演習。写真ですら天顔を拝したことのなかった実際の天皇陛下は優しい顔立ちで、感激してしまい親しみを抱くようになる。素朴に生きた男を描く、笑いと涙の人情喜劇。長門裕之、左幸子、藤山寛美共演。

■**日時**／6月23日㈰午後2時～4時

■**提供**／ボランティア赤帽志

寸劇と朗読劇、ギターのステージ

■**日時**／6月30日㈰午後2時～3時20分

■**出演**／芝居DEワッショイ、ギターアリオン

キッズダンス、歌謡のステージ

■**日時**／7月7日㈰午後2時～3時30分

■**出演**／キッズダンスサークルWISH、あやめ歌謡サークル

●**会場**／フローラ・SAGAE地下

●**問合せ**／実施フォーラム事務局長・五十嵐さん☎090（7068）3990へ。

5月末の市人口、5月届出の出生数

地区名	人　口	世帯数
寒河江	18,676	6,705
南　部	4,913	1,682
西　根	4,687	1,518
柴　橋	4,866	1,564
高　松	2,737	841
醍　醐	1,143	362
白　岩	2,614	948
三　泉	1,447	534
総　計	41,083	14,154
前月比	−24	+2
出生数	男：17人、女：11人	

最上川ふるさと総合公園イベント情報

ハンドメイド教室

■**日時**／7月4日・11日・18日、8月1日の各木曜日、全4回、午前9時30分～11時30分

■**参加費**／2400円（4回分）、別途材料費が必要です。

紙バンドクラフト教室

■**日時**／7月23日・30日、8月6日・20日の各火曜日、全4回、午前9時30分～正午

■**参加費**／2500円（4回分）、別途材料費が必要です。

ハーブとアロマの香り箱

■**日時**／8月7日、9月11日、10月9日、11月13日、12月11日の各水曜日、全5回、午後7時～9時

■**参加費**／5千円（5回分）

■**材料費**／毎回4千円

●**会場**／最上川ふるさと総合公園

●**申込**／最上川ふるさと総合公園☎（83）5195へ。

チェリーランド・さくらんぼ会館・臨川亭イベント情報

チェリーランド

■**ワークショップ「自分色のチェリンバッグを作ってみよう」**／7月20日㈯・21日㈰の午前10時～午後1時、チェリーランドさがえ1階、［トートバッグ］定員・各5人、参加費・1500円。［巾着］定員・各10人、参加費・500円。要申込

■**第4回チェリーランド親子サッカー教室**／7月21日㈰［幼児（年中～年長）の親子の部］午前9時15分～10時15分、［小学1年生～3年生の親子の部］午前10時45分～正午、チェリーランド河川敷公園、定員・40組、参加費・親子1組500円、申込期限・7月16日㈫

さくらんぼ会館

■**おおとり会「日本画展」**／7月5日㈮～14日㈰の午前9時～午後6時（最終日は午後4時）

臨川亭（受付・午前10時～午後3時）

■**立礼席呈茶**（方円流）／7月14日㈰

●**問合せ**／さくらんぼ会館☎（86）1818へ。

アスポートさがえ「第7回カローリング交流大会inさがえ」

申し込み方法等の詳細は、問い合わせ先に確認してください。

●**日時**／7月20日㈯午前9時30分～午後4時15分（受付・午前8時45分～）

●**会場**／市民体育館

●**参加資格**／県内在住で小学生以上の方（小学生は保護者同伴）

●**募集チーム数**／24チーム（1チーム3人～5人。選手登録は5人まで可能です）

●**参加費**／1チーム千円

●**申込期限**／7月15日㈪

●**問合せ**／市民体育館☎（86）5113へ。

市ナイターバレーボール大会参加チーム募集

●**期間**／8月22日～11月の毎週木曜日

●**会場**／市民体育館

●**参加資格**／市民または市内に勤務する方が主体となって構成するチーム

●**参加費**／5千円（7月4日㈭午後7時から文化センターで行う代表者会議に持参してください）

●**申込**／市バレーボール協会・菊地さん☎080（5574）7380へ。

オレンジカフェ（えがお）

認知症の方やご家族、認知症を一緒に考え支えたい方等が情報交換し合える交流の場です。

●**日時**／7月12日㈮午後1時30分～3時30分

●**会場**／フローラ・SAGAE4階

●**問合せ**／デイサービスあなたとえがお☎（84）0201へ。

チャレンジ就業体験！高校生インターンシップ事業

高校生の職業に関する知識と自覚の向上、企業が求める人材育成を図るため、市内の企業約50社による高校生インターンシップ（就業体験）を実施します。申込書は市商工会で配布します。

●**実施日**／7月26日㈮～8月25日㈰のうち3日間程度

●**対象**／寒河江西村山地区の高校に通学、または市内在住の高校2年生

●**申込**／6月28日㈮まで市商工会☎（86）1211へ。

令和元年度狩猟免許（初心者）講習会

●**日時**／8月11日㈰午前9時～午後4時30分

●**会場**／山形ビッグウイング

●**受講料**／5千円（テキスト代込み）

●**申込**／8月6日㈫まで県猟友会☎023（624）0382へ。

あすなろ（教員採用試験）学習会

●**日時**／6月25日㈫、7月1日㈪・9日㈫の午後6時～9時

●**会場**／市技術交流プラザ

●**内容**／一般・教職教養練習問題、集団討論練習

●**参加費**／各300円（資料代ほか）

●**申込**／教職員組合西北地区支部☎（86）6141へ。

借金返済に関する無料相談窓口

●**受付**／月～金曜日（祝日・年末年始を除く）の午前8時30分～午後4時30分

●**問合せ**／山形財務事務所☎023（641）5201へ。

問い合わせ・申し込み・相談は、左段は市子育て推進課☎86-2111内線627、右段は市健康福祉課同内線625へ。

保健だより

▸乳幼児健診

種　別	月　日	対　象
3～4カ月児健診	7／11㈭	平成31年3月生
9～10カ月児健診	7／24㈬	平成30年9月生
1歳6カ月児健診	7／17㈬	平成29年12月生
2歳児ピカピカ歯科検診（2歳児、2歳6カ月児）	7／26㈮	平成29年6月生 平成28年12月生
3歳児健診（3歳6カ月児）	7／3㈬	平成27年12月生

●**受付**／午後1時～1時30分
●**会場**／ハートフルセンター
●**持ち物**／健診票、母子健康手帳、バスタオル、2歳児ピカピカ歯科検診のみ歯ブラシとコップ
●**その他**／感染症の疑いがあったり体調が悪い場合は、電話連絡の上、翌月の健診日程をご利用ください。また、転入等でお済みでない方もお早めに受診してください。

▸プレママサロン（3日前まで要申込）

●**日時**／7月12日㈮午前10時～11時30分
●**会場**／ハートフルセンター
●**対象**／妊娠中の方
●**内容**／地域の対象者との交流会
●**持ち物**／母子健康手帳、筆記用具

▸離乳食前期教室（前日まで要申込、20組程度）

●**日時**／7月19日㈮午前9時30分～11時30分
●**会場**／ハートフルセンター
●**内容**／栄養士の話「離乳食の進め方」、離乳食実習・試食
●**持ち物**／母子健康手帳、筆記用具、エプロン、おんぶ用の帯等

▸助産師による母乳ミルク相談室

●**日時**／7月19日㈮午前10時～11時30分
●**会場**／ハートフルセンター
●**対象**／妊娠中または育児中の方
●**内容**／母乳ミルクに関する相談
●**持ち物**／母子健康手帳

▸保健師育児相談

●**日時**／7月19日㈮午前10時～11時30分
●**会場**／ハートフルセンター
●**内容**／育児・子どもの発達・ママの心身の疲れ等の相談
●**持ち物**／母子健康手帳

▸妊娠届け出・母子健康手帳交付（妊婦健康相談）

妊娠の届け出は母子保健法で定められており、届け出をされた際に母子健康手帳等を交付します。都合が付かない場合は、電話等で相談してください。

●**日時**／開庁日の午前9時～11時30分
●**会場**／ハートフルセンター
●**持ち物**／医療機関交付の妊娠届出書、個人番号（通知カード等）および本人確認（免許証等）ができるもの

▸女性のための健康の広場「健康体験会」（3日前まで要申込）

この機会にご自身の健康について考えてみませんか。

●**日時**／7月8日㈪午前10時～11時
●**会場**／ハートフルセンター
●**対象**／昭和30年4月1日～昭和35年3月31日生まれの女性の方
●**内容**／体組成・血管年齢測定、塩分味覚チェック、筋力アップ運動等

▸精神科医による、こころの健康相談（要申込）

眠れない、気分が憂鬱（ゆううつ）など不調を感じている方が増えています。こころに悩みを抱えている方、家族のことが心配な方を対象とした個別相談です。

●**日時**／7月9日㈫午後2時～4時（1人50分程度）
●**会場**／ハートフルセンター

▸寒河江市食生活改善推進協議会「郷土食伝承料理教室」（7月2日㈫まで要申込、30人）

●**日時**／7月9日㈫午前10時～午後1時
●**会場**／ハートフルセンター
●**内容**／郷土食（笹巻、なだ巻き、サラダ寒天、汁）
●**参加費**／300円（材料代）
●**持ち物**／エプロン

▸ヘルスメイト養成講座（7月5日㈮まで要申込、25人）

家族や地域の方々の健康を増進するために、健康づくりの3つの柱である「栄養（食生活）・運動（身体活動）・休養」を基本とした健康づくりや、適切な食生活の在り方、食育について学び、健康づくりのボランティアとなるヘルスメイトの養成講座を開催します。

●**日時**／7月23日㈫～令和2年2月、全6回、午前9時30分～午後3時30分（初回は午後1時15分～）
●**会場**／ハートフルセンター
●**内容**／栄養に関する学習と実習、健康づくりのための運動と講演
●**参加費**／1,200円（テキスト代等）

▸さがえ健康づくり教室（要申込）

食塩の取り過ぎは、自覚症状なく血管を老化させ、高血圧や脳卒中、心臓病などの生活習慣病の引き金となります。今回は牛乳を使った、おいしく減塩できる食事を紹介します。

●**日時**／7月30日㈫午後1時30分～3時
●**会場**／ハートフルセンター
●**内容**／乳和食の講話と試食
●**講師**／管理栄養士・成原千枝氏

不登校・ひきこもり個別無料相談会

臨床心理士等による相談で、家族による相談もできます。相談には事前申し込みが必要です。

●**日時**／7月23日㈫午前10時～正午
●**会場**／ハートフルセンター
●**申込**／認定NPO法人発達支援研究センター若者相談支援拠点☎023-623-6622へ。

■発行／寒河江市企画創成課さがえブランド戦略室
〒991-8601　寒河江市中央1丁目9番45号　☎(86)2111

■印刷／寒河江印刷株式会社
この広報誌は自然保護のため再生紙を利用しています

市ドック・レディース検診の問い合わせは、総合健診センター☎84-0851へ。
上記以外の問い合わせ・申し込み・相談は、市健康福祉課市民健康係☎86-2111内線625へ。

保健だより

▸市ドック（特定健診、がん・骨粗鬆症検診）　※新規申込可

月　日	対　象　地　区
7／9㈫	東内楯、中内楯、南内楯、新宿、桜小路
7／23㈫	丸内、矢の目、34、35、七日町、ほなみ
7／26㈮	長岡町、山岸南、山岸、石持、石持２
7／27㈯	幸町、十日市場、27、道場小路、南町
7／30㈫	横町、新町１、新町、20、21、西の町、駅前１・２、25の甲

●**受付**／午前７時～８時
●**会場**／総合健診センター
●**対象**／30歳以上の方
●**料金**／健診票送付時に料金表を同封

▸レディース検診（子宮頸がん・乳がん・骨粗鬆症検診）　※新規申込可

月　日	対　象　地　区
7／1㈪	北、石川、下河原上、下河原下、宝西、宝東
7／3㈬	高貝、城之内、高田、馬寄、田中、ひがし団地、米沢、高松
7／12㈮	醍醐地区
7／26㈮	鹿島、下八鍬、上八鍬、臥竜橋、下谷沢、中谷沢、上谷沢
7／29㈪	中新田、新田、陣ケ峯、新町１～３、中町、上町

●**受付**／午後１時～１時30分
●**会場**／総合健診センター
●**対象**／子宮頸がん…20歳以上、乳がん…30歳以上で前年度未受診者、骨粗鬆症…30歳～70歳で５歳刻み年齢の方
●**料金**／子宮頸がん1,800円、乳がん30歳～40歳代1,700円、乳がん50歳以上900円、骨粗鬆症1,200円

▸保健師・栄養士による、心や体の健康相談（全年齢対象）

●**ハートフルセンターへの来所相談**／毎週木曜日（閉庁日を除く）の午前９時～11時30分
●**電話相談**／開庁日の午前８時30分～午後５時

▸休日当番医（診療時間は午前９時～午後５時）

日曜日や祝日に病気・けがをしたときは、まずかかりつけのお医者さんへ連絡しましょう。休診や留守等でやむを得ないときのみ、休日当番医で受診してください。受診する際は、健康保険証を忘れずに持参してください。

月　日	医　療　機　関	電話番号
6／23㈰	陵南さとう整形外科	☎85-5511
6／30㈰	小関内科胃腸科医院	☎86-5550
7／7㈰	中正堂髙橋医院	☎87-1001
7／14㈰	寒河江武田内科往診クリニック	☎86-2641
7／15㈪	土田内科医院	☎86-8282
7／21㈰	田村内科・消化器科クリニック	☎85-8700
7／28㈰	豊岡整形外科	☎86-4331

▸結核検診（胸部レントゲン撮影）

感染症予防法により、昭和30年４月１日以前生まれの方が対象です。問診票が届いていない場合はご連絡ください。

日　時		会　場	対象地区
7／1㈪	13:30～13:50	谷沢地区農村活性化センター	中谷沢、上谷沢
	14:00～14:15	清助新田集落センター	下谷沢、中新田
	14:15～14:30		新田
	14:45～15:00	米沢公民館	米沢
7／2㈫	13:30～13:45	ＪＡさがえ西村山醍醐支所	鬼越、南坂、桜橋、田沢、橋本、下道
	13:45～14:00		新御堂、上宿、東上宿、中宿、下宿
	14:15～14:25	箕輪公民館	箕輪
	14:45～15:15	高田コミュニティセンター	越井坂３、新山、高田団地、さくら町、日の出町、みずき、高田新町
7／4㈭	13:30～13:55	日田公民館	高貝、城之内
	13:55～14:20		高田、馬寄、田中、ひがし団地
	14:40～15:00	宝集落センター	宝西、宝東
	15:15～15:45	石川会館	石川
7／26㈮	13:30～13:45	松川公民館	木の沢、松川東、松川西
	14:00～14:15	中郷第一町会コミュニティーセンター	中郷１・２
	14:30～14:50	中郷構造改善センター	中郷３～７
	15:05～15:30	柴橋地区公民館	金谷１～５、中郷８
7／31㈬	13:30～13:45	北部公民館	仲、北、下河原上、下河原下
	14:00～14:40	西根南部公民館	35、東町、君田町、住吉町、十二小路

市立病院糖尿病教室

今回のテーマは「お腹の脂肪、気になりませんか？～糖尿病との深い関係～」。
●**日時**／７月６日㈯午前９時～11時30分
●**会場**／ハートフルセンター
●**内容**／①糖尿病と肥満の関係（大沼副院長）、②みんなで運動してみよう（理学療法士）、③メタボ予防は食事から（管理栄養士）、④質問コーナー
●**問合せ**／市立病院☎86-2101へ。

■次号の市報７月５日号は、７月５日㈮に発行します。