

# 市報 さがえ

2020  
8.5  
No.1752

目次	
特集/食中毒にご注意を……	2
さがえコラム……	5
生涯学習のまど……	6
お知らせ……	8

## ゆるキャラグランプリ 2020

### THE FINAL

# チエリン 参戦!!



ゆるキャラグランプリ  
2020  
THE FINAL  
エントリー中☆  
**1日1票**  
投票おねがいします☆

投票期間  
7月1日  
9月25日

お問合せ: (一社) 寒河江市観光物産協会 TEL 0237-86-8866



◀投票をお願いします



### 手洗いは2度洗いが効果的！

- 1 流水で手を洗う
- 2 洗剤を手に取る
- 3 手のひら、指の腹面を洗う
- 4 手の甲、指の背を洗う
- 5 指の間(側面)、股(付け根)を洗う
- 6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う
- 7 指先を洗う
- 8 手首を洗う(内側・側面・外側)
- 9 洗剤を十分な流水でよく洗い流す
- 10 手をふき乾燥させる
- 11 アルコールによる消毒

2度洗いが効果的です！  
2～9までの手順を繰り返して2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

※アルコールは、ノロウイルスの不活化にはあまり効果が無いといわれています。  
(出典：公益社団法人日本食品衛生協会)

を洗いましょう。手洗いは、2度洗いが効果的です。両手を洗うのに十分なせっけんや洗剤を使い、食中毒の原因菌を食べ物に付けないようにしましょう。

原因菌は、調理器具から付く場合もあります。生の肉や魚を切ったまな板や包丁は、使用の都度きれいに洗い、できれば殺菌しましょう。焼肉などの場合は、生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸を別の物にするなど、器具を使い分けましょう。

食品を保管する際は、他の食品等から菌が付かないよう、ラップを掛けたり密閉容器に入れたりする

るようにはしましょう。

②増やさない(低温で保存)  
細菌の多くは高温多湿な環境で活発に増殖しますが、10度以下では増殖がゆっくりになり、マイナス15度以下では増殖が停止します。食べ物に付いた菌を増やさないためには、菌が少ないうちに低温で保存することが重要。肉や魚などの生鮮食品や野菜などは、低温になるよう工夫して持ち運び、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。冷蔵庫に入れた場合でも、細菌はゆっくりと増殖します。冷蔵庫を過信せず、早めに調理し、食べる

③やっつける(加熱処理、殺菌)  
ほとんどの細菌は加熱によって死滅します。肉や魚はもろろん、野菜なども加熱して食べれば、より安全です。特に肉料理は中心部を75度以上で1分以上加熱することを目安にしましょう。

肉や魚、卵を扱った後は、布巾やまな板、包丁などの調理器具を洗剤でよく洗い、熱湯殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。

④ウイルスの場合は4原則  
ウイルスは食べ物の中で増殖しないため、食品に付かないようにすることが大切です。細菌の場合の「付けない」「やっつける」の他にウイルスを「持ち込まない」「広げない」ことが大切です。

◇持ち込まない(健康管理)  
調理をする人におう吐や下痢などの症状がある場合は、調理場に立ち入らないようにしましょう。

◇広げない(手洗い、消毒)  
調理器具などを介して他の人や場所にウイルスが広がらないよう、手洗いや器具の熱湯消毒を小まめに行いましょう。



# 食中毒にご注意を

## 8月は食品衛生強化月間

高温多湿となる夏は、食中毒が多く発生する時期です。食中毒は飲食店での食事が原因と思われるがちですが、家庭でも発生しています。日頃から食材の保存の仕方や調理の準備に気を付け、食中毒を防ぎましょう。

### 食中毒の原因

食中毒を引き起こす主な原因は、細菌とウイルスです。細菌は条件がそろった場合に食べ物の中で増殖し、ウイルスはウイルスの付いた食べ物を食べることで人の体の中で増殖して、それぞれ食中毒を引き起こします。

このほか、毒キノコやスイセン、トリカブト、フグなどに含まれる自然毒や、生鮮魚介類に寄生するアニサキスなどの寄生虫も食中毒の原因になります。

### 夏場は細菌による食中毒が多発

食中毒の原因となる細菌の多くは、気温が約20度になるころから活発に増殖し始め、35度〜40度で増殖のスピードが最も速くなります。また湿度を好むため、6月〜8月には、細菌が原因の食中毒が多く発生しています。

11月〜3月にはウイルスを原因とする食中毒が増えます。

### 食中毒予防の原則



食中毒の原因となる細菌やウイルスは目に見えませんが、私たちの身の回りの至る所に存在している可能性があります。食中毒予防のため、気温が高い季節は細菌による食中毒予防の3原則を意識しましょう。

①付けない(手洗い、使い分け)  
手にはさまざまな雑菌が付いています。調理を始める前や生肉・生魚を取り扱う前後、トイレに行った後、おむつを交換したり動物に触れたりした後は、必ず手

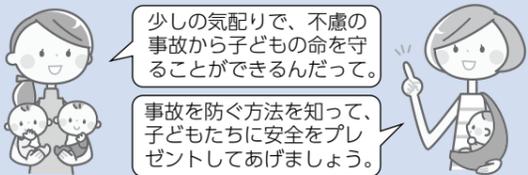


# さがえコラム

SAGAE COLUMN

## 子育て知っ得情報

### その3 子どもの事故防止方法



少しの気配りで、不慮の事故から子どもの命を守ることができるんだって。

事故を防ぐ方法を知って、子どもたちに安全をプレゼントしてあげましょう。

厚生労働省公表の「平成30年人口動態統計」では、不慮の事故による死亡が0歳と10～14歳で3位、1～4歳と5～9歳で2位と、病気を含ま全死因の中で上位となっています。不慮の事故とは、交通事故、窒息、誤嚥（ごえん）、溺水、転倒・転落、やけどなどです。特に夏には、水遊びの機会が増えます。乳幼児は、5センチメートルほどの深さの水でも溺れます。目を離すことなく必ず付き添いましょう。

子どもの事故は発達と密接な関連があるため、子どもの発達を理解し、その時期に多い事故と今後の発達に伴って増加する事故について知り、事故防止対策をとることで、大部分は予防可能です。子どもの成長段階に応じた事故防止のための「安全チェックリスト」「事故防止のポイント」のリーフレットがハートフルセンターにありますのでご利用ください。

●問合せ／市子育て推進課すくすく健康係 ☎85-0916へ。

## 歯っ!とする歯のおはなし<sup>③9</sup>

### =新型コロナウイルスとお口の関係=

新型コロナウイルスは唾液中にも存在し、採取しての陽性検査も行われています。このウイルスの増殖には、口の中の環境が関係していますので、歯磨きの重要性を改めて説明します。



新型コロナウイルスを含む「ウイルス」は、単体では増殖できないといわれており、何らかの細菌や細胞と結合して増殖します。口の中に虫歯菌や歯周病菌がたくさんいれば、増殖を手助けするものがたくさんいるということです。必要な処置をせず、患者さん自身の判断で治療を中断すると、かえって口の中の細菌が繁殖し、ウイルスに感染しやすくなったり、誤嚥（ごえん）性肺炎の原因になったりします。腫れや痛みを放置すると全身への影響もあります。コロナ禍で生活環境が激変し、食生活や歯磨きの習慣にも変化があるのではないのでしょうか？ ストレスの増加などでも口の中の環境が変化し、虫歯ができやすい条件が増加します。

歯科医院では感染予防策を徹底し、患者さんの健康を守るため努力しています。自身の判断で治療を中断する前に、かかりつけ歯科医にご相談ください。 ●問合せ／市歯科医師会事務局 ☎86-0080へ。

## 消費期限と賞味期限

購入した食品の袋や容器には消費期限か賞味期限のどちらかが表示されています。消費期限は「安全に食べられる期間」、賞味期限は「品質が変わらずにおいしく食べられる期間」です。

いずれも袋や容器を開けない状態で、適切な保存方法を守って保存した場合の期限なので、一度開けてしまった食品は、期限に関係なく早めに食べ切るようにしましょう。

## 食中毒予防の実践ポイント

食品を購入してから調理し、食べて後始末をするまでに、何に注意しながら予防の原則を実践したらよいか、場面ごとに具体的な方法を紹介します。

### ① 買い物

食品を選ぶ際に、消費期限を確認しましょう。肉や魚などの生鮮食品や冷凍食品は、持ち歩く時間を短くするために最後に買うようにし、汁が出るものは他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れましょう。買い物が終わったらすぐに帰るようにしましょう。

### ② 保存

購入した物は、持ち帰ったらずぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。肉や魚、卵などを扱う前後には手を洗い、汁が出る物はビニール袋に入れましょう。

冷蔵庫は10度以下、冷凍庫はマイナス15度以下を保つようにし、冷気の循環を妨げないように、物を詰め過ぎないようにしましょう。

### ③ 調理の下準備

準備を始める前や生肉、魚、卵などを扱う前後はせっけんを手を洗いましょう。野菜などの食材は流水できれいに洗いましょう。

包丁やまな板は、肉、魚、野菜でそれぞれ使い分けると安全です。肉や魚の汁が、生で食べる物や調理済みの物に付かないように注意しましょう。冷凍食品は使う分だけ、冷蔵庫や電子レンジを使って解凍しましょう。室温での自然解凍や、冷凍と解凍を繰り返すことは避けましょう。

### ④ 調理

調理に取り掛かる前にせっけんを手を洗いましょう。肉や魚は十分に加熱しましょう。中心部を、細菌は75度以上、ウイルスは85度以上の温度で、1分以上加熱することがそれぞれ死滅させるための目安になっています。

### ⑤ 食事

食べる前にせっけんを手を洗いましょう。箸や食べ物を盛り付ける食器などは清潔な物を使い、作った料理は、長時間、室温に放置しないようにしましょう。

### ⑥ 残った食品

残った食品を扱う前にも手を洗うようにし、食品は清潔な容器に保存するようにしましょう。温め直すときも十分に加熱し、見た目や臭いなど、少しでも怪しいと思ったら食べずに捨てましょう。作ってから時間がたち過ぎた物は、見た目などで安易に判断せず、思い切って捨てるようにしましょう。

## 食中毒かなと思ったら

家庭における食中毒は、症状が軽かったり、家族のうち何人かにしか症状が出なかったりする場合があるため、気付かないうちに重症化する場合があります。

おう吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようとする体の防御反応ですので、むやみに市販の下痢止めなどを服用せず、早めに医師の診断を受けましょう。

●問合せ／市健康福祉課市民健康係 ☎(05)0617へ。

## 乳幼児の食中毒予防

乳幼児は細菌やウイルスへの抵抗力が弱いいため、食中毒になりやすく、重症化しやすい傾向があります。予防の原則を踏まえ、より注意して食中毒を防ぎましょう。

### ミルク・離乳食の作り置きはやめましょう

ミルクや離乳食は栄養が豊富で水分が多いため、細菌が繁殖しやすい環境です。その都度作るようにして、作り置きしたり長時間放置したりするのはやめましょう。

### 蜂蜜は1歳未満には食べさせない

1歳未満の赤ちゃんは腸が未発達のため、蜂蜜や蜂蜜入りの食品を食べることによって、乳児ボツリヌス症にかかることがあります。その原因となるボツリヌス菌は、通常の加熱調理では死滅しません。蜂蜜を食べさせるのは1歳を過ぎてからにしましょう。

### 哺乳瓶、よだれ掛けやおもちゃなどを清潔に

哺乳瓶など調乳器具は洗浄し、煮沸などで殺菌をして、乾燥したらふた付きの清潔な保管箱に保管しましょう。おしゃぶりやよだれ掛け、口などを拭くタオル、おもちゃなどから菌が付くこともあるので、身の回りの物も清潔にするようにしましょう。

# Hi! ALT(外国語指導助手)通信

寒河江で活躍するALTを紹介

こんにちは！ハイワード・タリク・マイルズ・ベイリーです。4つも名前がありますが、本当ですよ。タリクと呼んでください。出身はアメリカのオレゴン州です。趣味を聞かれれば、私は「そうですね。私も私の趣味がなんだかよくわかりません」と答えます。でも、やったことのない面白そうなことに挑戦してみるのが好きです。特に作ることに興味があります。木工、金工、編み物など、いろいろな材料を使って手で作る工芸によく夢中になります。最近チャレンジしているのは折り紙です。作ることだけでなく、ハイキングやサイクリングも好きです。毎日学校まで自転車でいきます。陵西学区のALTだから幸々小にも自転車に乗って行きます。

ハイワード・タリク・マイルズ・ベイリー  
(陵西学区で英語指導、アメリカ合衆国オレゴン州出身・25歳)  
目標は、自転車で市内の道路を全部通ること。ぜひ声をかけてください。

Hello



## Sagae Library さがえライブラリー

### 今月の1冊

#### Rainbow にじ

まど・みちお・詩  
美智子・選・訳  
安野光雅・絵  
文藝春秋・発行



まど・みちおさんの詩を、皇后美智子さま（当時）が選ばれ英訳された、大人と子どものためのすてきな詩集です。

この世にある最も小さなものたちや、そこにあるものを見つける詩人たちの深いまなざしを感じてください。

まど・みちおさんの詩のこぼれやリズムを、日本語と英語そして絵でお楽しみください。

### 図書館へ行こう！

#### おはなし室

ムーミンママクラブ 8/23(日)午前11時～11時40分

#### 展示ホール

研精会書道展 8/23(日)まで  
田代文日本画展 8/25(火)から

#### ブックテーマコーナー

夏の読書おすすめ本 8/23(日)まで  
ペットと暮らし 8/25(火)から

8月の休館日 11日(火)・24日(月)

## 寒河江市美術館

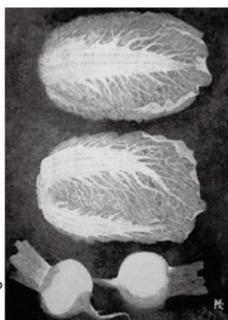
### アートに\*ふれよう

#### 郷土の風景を愛した日本画家

日本画家・佐藤茂氏をご紹介します。

大正14（1925）年、本市南町に生まれ、渡辺観鳳画伯や遠藤桑珠画伯に師事し、日本画を日々研究していました。「春光会」「日展」「山形県美展」など数々の公募展に入選。寒河江美術研究会代表として尽力されました。

とにかく絵が好きで、山へ毎週のように登って写生し、また郷土の自然風景や野菜に親しみと愛着を感じ、それらが画題になることが多かったようです。



## 各地区公民館に フリーWi-Fi設置

施設を利用する方の利便性向上を図るために、文化センター、南部・西部地区公民館、柴橋地区コミュニティセンターにフリーWi-Fiを設置しました。接続方法など、詳細は市ホームページをご覧ください。

施設内でも接続できない場所があります。  
●問合せ／市生涯学習課文化センター事業管理係  
☎86-5111へ。



## 埋蔵文化財フェア「慈恩寺上の寺」 慈恩寺の古代・中世が見える遺跡

江戸時代始めまで薬師寺や間持院があったと伝わる慈恩寺の上の寺遺跡。発掘調査による出土品を一堂に展示し、古代・中世の慈恩寺をのぞき見ます。実際の資料により遺跡を学んでみませんか。ぜひご覧ください。



上の寺遺跡大型掘立柱跡

■日時／9月3日(木)～16日(水)の午前10時～午後7時  
■会場／市美術館  
■主な展示／上の寺遺跡発掘調査出土資料、慈恩寺間持院関係資料、慈恩寺薬師十二神将関係資料  
■日時／9月5日(土)午後1時30分～2時30分  
■講演  
■会場／文化センター  
■演題／上の寺遺跡から慈恩寺の古代・中世を探る  
■講師／県埋蔵文化財センター専門調査研究員・高桑登氏  
●申込／市生涯学習課歴史文化係 ☎(86)8231へ。

## 第52回寒河江市総合文化祭自由作品展 あなたの作品をお待ちしています！

今年も10月27日(火)～11月3日(火)に市総合文化祭展示部門が文化センター、市美術館を会場に開催されます。その中で、一般の方が自由に作品を展示できる自由作品展が文化センターで開かれますので、この機会にご自身の手で作られた作品を展示してみませんか。作品の種類は何でも結構です。ただし、会場の関係で展示できない場合もありますのでご了承ください。



●申込／9月18日(金)まで市文化センター ☎(86)5111へ。

## 西村山地域史研究会市民講座 「山形の歴史を学ぶ」受講者募集

8月23日(日)  
●内容／①「水駒駒込橋跡発掘調査 阿部明彦氏」、②「谷地城発掘調査 天本昌希氏」  
8月29日(土)  
●内容／①「山形と和算」脇克志氏、②「地域の中の真宗教団」大喜直彦氏  
9月6日(日)  
●内容／①「最上家親の寒河江領治政」大宮富善氏、②「中山町重文旧柏倉家住宅の保存と活用」永井康雄氏

新型コロナウイルスの影響により、掲載の催しなどが中止・変更になる場合があります。

●時間／午後1時～3時30分  
●会場／文化センター  
●定員／40人  
●受講料／千円（3回分）  
●申込／西村山地域史研究会事務局（文化センター内） ☎(86)8231へ。

## 寒河江と大江氏① 市庁舎に刻まれた家紋

黒川紀章が設計した市役所庁舎。皆さんも一度は入ったことがあるでしょう。2階に入ると、岡本太郎のオブジェ「生誕」が目を引きまします。その先に、ある家紋が目に入ります。これは、大江氏の「文字三ツ星」紋です。

大江氏は鎌倉～戦国時代に、現在の寒河江市や西村山郡を治めた一族でした。

最初に治めた大江広元は、鎌倉幕府を開いた源頼朝に仕え、幕府の基礎を固めた人物としても知られます。また、四男季光の子孫に毛利元就がいます。そのため、毛利家の家紋としてこの紋を見たことがある方もいるでしょう。

今後、皆さんに寒河江の礎を築いた大江氏の事績などについて紹介していきます。



## 市史編さん だより

## 柴橋地区から移った寺院

千軒の町として知られていた。浄土真宗以速寺も、ここから寒河江丑町に移った。古くからの檀家は、向長崎（皿沼の近く）に移り、さらにここから中山町下川に移った家もあった。

曹洞宗巨海院も虚空蔵堂を残して、左沢に移った。同じく真言宗円福寺も開基の檀家と新開の地・金谷に移った。無量坊（今は廃寺）は、寒河江山岸に移った。

柴橋と金谷集落の間、もとの柴橋小学校があった字高松の地に、大江家十四代大江宗廣公夫人が開基した曹洞宗高松寺があった。この寺は葛沢に移る。

陵南中学校の西、寺山にあった曹洞宗常林寺は、大江家最後の城主大江高基公夫人琴姫の開基という。慶長年間に寒河江六供町に移る。落衣の東方にあった長善坊（西長氏）は、文政年間に六供町に移る。落衣に残ったのは、最上三十三観音第十五番札所の別当、曹洞宗観音寺だけであった。



蓮明寺のホスタサガエ原種

この寺は大江高基公の娘達姫を開基としている。

柴橋地区に残ったのは、松川の光徳寺、柴橋弥三郎が開いたとされる柴橋寺、中郷の洞光寺、金谷の円福寺。いずれも大江氏の祈願寺であった内楯の惣持寺の配下であったもう一カ寺、山形宝幢寺末で伊達家ゆかりの宥実が中興した平塩寺がある。今日では、柴橋地区には真言宗五カ寺・曹洞宗一カ寺が残る形態となった。

# お知らせ

新型コロナウイルスの影響により、掲載の催しなどが中止・変更になる場合があります。

## 8月の行事予定

5(水)	みなみ保育所園庭開放日/レディース検診/3歳児健診/フローラ・SAGAE 休館日
6(木)	にしね保育所園庭開放日/ふるさと交流スペース/健康相談
7(金)	結核検診
8(土)	ゆめはーと寒河江「小学生の日」
9(日)	休日当番医 (あきば医院)/証明書交付窓口開庁 (午前)
10(月)	休日当番医 (あびこ耳鼻咽喉科クリニック)
11(火)	こころの健康相談/市立図書館、南部・柴橋・西部地区公民館休館日
12(水)	行政相談
13(木)	ふるさと交流スペース/健康相談/市民浴場休場日
14(金)	
15(土)	
16(日)	休日当番医 (大原医院)/証明書交付窓口開庁 (午前)/ハートフルセンター休館日
17(月)	
18(火)	法律相談
19(水)	ゆめはーと寒河江「お誕生日おめでとうの日」/レディース検診/1歳6カ月児健診
20(木)	ゆめはーと寒河江「わらべうたであそぼう」/ふるさと交流スペース/市長相談/健康相談
21(金)	2歳児ピカピカ歯科検診
22(土)	市ドック
23(日)	休日当番医 (すまいるレディースクリニック)/証明書交付窓口開庁 (午前)
24(月)	市立図書館、市民体育館、チェリーナさがえ休館日/水道料金・下水道浄化槽使用料 (6月・7月分) 口座振替日
25(火)	しばはし保育所園庭開放日/市ドック/中央公民館休館日
26(水)	しらいわ保育所園庭開放日/3~4カ月児健診/フローラ・SAGAE 休館日
27(木)	寒河江第二幼稚園園庭開放日/ふるさと交流スペース/健康相談/9~10カ月児健診
28(金)	子育てサロン・エンジェル「しゃぼん玉あそび」/市ドック/レディース検診
29(土)	市ドック
30(日)	休日当番医 (国井医院)/証明書交付窓口開庁 (午前)
31(月)	市県民税 (2期)、国民健康保険税 (2期)、介護保険料 (2期)、後期高齢者医療保険料 (2期) 納期限/水道料金・下水道浄化槽使用料 (6月・7月分) 納期限/公共下水道事業受益者負担金・分担金 (1期) 納期限
9/1(火)	
2(水)	3歳児健診
3(木)	ふるさと交流スペース/健康相談/ヘルスマイト養成講座/こころの健康教室
4(金)	

■次号の市報8月20日号は、8月20日(休)に発行します。

### ご寄附をいただきました

アイジー工業株式会社 (若尾直代表取締役社長)様から、金1千万円をいただきました。  
市では、教育などにより地域産業の未来を応援するための基金を設立するほか、小・中学校に電子黒板を整備するなど活用していきます。

### オレンジカフェえがお

●日時/8月11日(火)午後1時30分~3時30分  
●会場/フローラ・SAGAE 4階  
●問合せ/デイサービスあなたとえがお ☎84-0201へ。

### オレンジカフェとこしえ島

●日時/8月21日(金)午後1時30分~3時30分  
●会場/ケアセンターとこしえ島  
●問合せ/ケアセンターとこしえ島 ☎84-7190へ。

### マザーズおしごと相談会in寒河江

●日時/8月31日(月)午前10時30分~午後3時  
●会場/ハローワーク寒河江  
●内容/セミナー「思いが届くコミュニケーション」(定員・3人、要申込)、個別相談会  
●対象/就職をお考えの子育て中の女性  
●問合せ/マザーズジョブサポート山形 ☎023-665-5915へ。

### キルトフリーYAMAGATA パッチワークキルト展

●日時/8月26日(水)~9月3日(木)の午前10時~午後5時  
●会場/さくらんぼ会館  
●ワークショップ/8月29日(土)・30日(日)の①午前10時30分~午後0時30分、②午後2時~4時、定員・各5人、要材料費  
●問合せ/さくらんぼ会館 ☎86-1818へ。

### ふれあいゆずりあいコーナー (7月27日現在)

問い合わせいただいた方に各提供者等の連絡先をお伝えしますので、直接交渉してください。

■あげます/デジタルコードレス電話機、エレキトーン、スキー用具  
■譲ります (有償)/ブラインド、オイルヒーター、電気ストーブ、50ccバイク  
■譲って/ミシン、タオル、介護用おむつ・パンツ・紙パット、猫飼養用品

### =子育てゆずりあいコーナー=

■あげます/おひなさま用じゅうたん、靴  
■譲ります (有償)/チャイルドシート  
●問合せ/市市民生活課環境保全推進室 ☎85-1914へ。

### モンテディオ山形 寒河江市応援デー!

モンテディオ山形対V・ファアレン長崎戦を、寒河江市応援デーとして開催します。  
●日時/8月16日(日)午後6時試合開始  
●会場/NDソフトスタジアム山形  
●チケット販売/インターネットサイト「モンテディオチケット」で販売。  
本市在住・在勤の方は、バックスタ

### 史跡慈恩寺旧境内総合交流施設 愛称を募集

慈恩寺の歴史や文化財等を分かりやすく伝え、地区内外の方々の交流を推進する史跡慈恩寺旧境内総合交流施設の愛称を募集します。詳細は市ホームページ、または市役所、文化センター、ハートフルセンター、各地区公民館に設置の募集要項をご覧ください。  
●申込/9月30日(水)まで市慈恩寺振興課慈恩寺振興係 ☎(85)1487へ。

### ゆめはーと寒河江 イベント情報

わらべうたであそぼう  
●日時/8月20日(木)午前10時30分~11時

### いつまでも元気に 高齢期の健康づくり教室

膝・腰らくらく教室  
●日時/8月18日(火)午前10時~11時30分  
介護予防フラ教室  
●日時/9月1日(火)午前10時~11時30分  
●会場/ハートフルセンター  
●定員/要介護認定を受けていない65歳以上の方、各15人  
●持ち物/飲み物、タオル、マスク  
●申込/市高齢者支援課地域包括支援係 ☎(85)0875へ。

### ミニ手話教室

●日時/9月3日~11月19日の毎週木曜日、全12回、午後7時~8時30分  
●会場/ハートフルセンター  
●定員/10人  
●受講料/2千円(テキスト代込み)  
●申込/8月24日(月)まで市健康福祉課生活福祉係 ☎(85)0496へ。

### アスポートさがえ主催

ゴルフ教室(後期)  
●日時/8月29日~10月31日の毎週土曜日、全10回、①午後4時30分~6時、②午後6時~7時30分  
●会場/サガエゴルフクラブ  
●定員/高校生以上の市民20人  
●参加費/1万6500円、アスポートさがえ会員1万4500円。コースに出る場合は、別途料金が必要です。  
●持ち物/ゴルフシューズ(運動靴も可)、ゴルフ用手袋  
●申込期限/8月22日(土)  
いきいき健康教室(第2クール)

### 市体育協会、アスポートさがえ スポーツ教室

【市体育協会主催】  
少年少女ソフトテニス教室  
●日時/8月22日~10月24日の毎週土曜日、全10回、午後5時~7時  
●会場/市民テニスコート  
●定員/小学3~6年生20人  
●参加費/2800円  
●持ち物/ラケット  
●申込期限/8月19日(水)  
【アスポートさがえ主催】

●会場/ハートフルセンター  
子育てサロン・エンジェル「しゃぼん玉あそび」  
●日時/8月28日(金)午前10時15分~正午  
●会場/西部地区公民館  
●対象/就学前のお子さんと保護者  
●問合せ/ゆめはーと寒河江 ☎(83)3225へ。

### 令和2年度消防設備士講習

●期日/「警報設備」10月6日(火)、「消火設備」10月7日(水)、「避難設備・消火器」10月8日(木)  
●会場/山形ビッグウイング  
●対象/消防設備士免状交付日以降最初の4月1日から2年以内の方。前回講習の受講日以降最初の4月1日から5年以内の方。  
●申込/8月17日(月)~28日(金)に県消防設備協会 ☎023(629)8477へ。

### 寒河江川土地改良区 令和3年度採用職員募集

詳細についてはお問い合わせください。  
●募集区分/正規職員・若千名  
●受験資格/高等学校卒業以上25歳以下の方  
●第1次試験日/10月4日(日)  
●会場/県土地改良会館  
●申込/8月17日(月)~9月18日(金)に寒河江川土地改良区 ☎(86)5112へ。

市が委託する介護予防運動教室です。  
●日時/9月17日~11月5日の毎週木曜日、全8回、午前10時~正午  
●会場/市民体育館ほか  
●定員/要介護認定を受けていない65歳以上の市民30人  
●参加費/4千円  
●申込期限/9月10日(木)  
●申込/市民体育館 ☎(86)5113へ。

市民レポーターさくらんぼ特派員が「これはイイ」と感じた市内の観光やグルメ、日常の風景などを自ら取材し、地元の魅力をどんどん紹介していくコーナーです。皆さんの所へ取材に伺った際は、ぜひご協力をお願いします。



市民レポーターさくらんぼ特派員

# すぽつとチャンネル



慈恩寺ハス池を散策していると、自生しているセリにキアゲハチョウの幼虫を見つけました。サンショウやかんきつ系の木にいるナミアゲハの幼虫の羽化を見守ったことはありますが、セリにもいることに驚き。キアゲハの舞が今から楽しみです。(北條幸子)



上神社と呼ばれている金谷稻荷神社は、主要地方道天童寒河江線のすぐそば。鳥居や鐘楼がたたずむ味のある風情です。ここには市指定文化財の京山筆南総里見八犬伝絵馬があり、隣には児童遊園も。歴史的静寂を享受する地域の安らぎの場ですね。(佐藤真由美)



約400年も前から地域で守られてきた「谷沢梅」。少し小ぶりですが肉厚で種離れが良いそうです。昔から食べられている梅干しは、健康効果がとても高いです！塩分を気にされる方もいるかもしれませんが、適量の摂取は血圧を下げる効果もあります。(中島弘人)



最上川ふるさと総合公園ラベンダー園で行われた「摘み取り体験や花かご作り」。ラベンダーは鮮やかな紫色と心地よい香りが魅力のハーブです。参加者は「良い香りで久しぶりに癒やされ楽しかった～」と喜び、優雅なひとときを過ごしていました。(酒井由美子)

Twitterでも特派員が情報配信中 [https://twitter.com/sagae\\_tokuhain](https://twitter.com/sagae_tokuhain)

## 今月の表紙

インターネット投票で「ゆるキャラ®」の日本一を決める「ゆるキャラ®グランプリ2020 THE FINAL」に、市イメージキャラクター「チエリン」がエントリーしました。今年で最後の開催となる本大会には、全国から977キャラクターが参戦。4年ぶりにエントリーしたチエリンは、投票受け付けが始まった7月1日に市役所やハートフルセンターなどを訪れ、市民に自身への投票を呼び掛けました。

投票期間は9月25日(金)まで、パソコンやスマートフォンから1日1回投票することが可能です。皆さんの力で上位入賞できるように、毎日1回の投票をお願いします。



さがえの旬な情報、ご覧ください！

寒河江市役所

検索



寒河江市ホームページ