

山形県広報誌県民のあゆみ令和2年7月号テキスト
データ読み上げ用として加工しています。

<表紙>

山形県広報誌／県民のあゆみ 令和2年7月号 第616号

県民のあゆみ 7月号

「新・生活様式」を定着させましょう！

県民の皆さまへ（2ページ） 新型コロナウイルス感染症 関連情報
特集（4ページ） 若者の県内定着・回帰、首都圏等からの移住を増やすために
奏であう人（8ページ） 自宅で気軽に健康づくりと暮らしカアップ
やまがた伝説（16ページ） 冷やしラーメン

表紙写真キャプション

教育現場でも「新しい生活様式」での学びが始まっています。

（撮影協力：上山市立西郷第一小学校の3・4年生の皆さん）

<2から3ページ>

タイトル 県民のみなさまへ

世界中で今でも新型コロナの感染が確認されており、その終息までには長い道のりになることが予想されます。県民の皆さまには、今後も、密集・密接・密閉の「3つの密」を避けていただき、人との距離の確保やこまめな手洗い、マスクの着用など「新しい生活様式」に、お一人おひとり取り組んでくださるようお願いいたします。そのことが今後の感染を予防する上で最も有効な手だてになると考えております。

また、県では、4段階の注意・警戒レベルを設定しました。外出自粛や営業自粛等のご協力をお願いする場合の判断基準となりますので、ご理解くださるようお願いいたします。

県民の皆さま、心を一つに、希望を持ってコロナの波を乗り越っていきましょう。

山形県知事 吉村美栄子

感染予防のために新しい生活様式を定着させましょう。

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

□人との間隔は、できるだけ2メートル（最低1メートル）空ける

□遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ

□会話をする際は、可能な限り真正面を避ける

□外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用

- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）
- 注釈 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える
- 帰省や旅行は控えめに。出張はやむを得ない場合に
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする
- 地域の感染状況に注意する

(2) 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- こまめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝、体温測定・健康チェック。発熱または風邪の症状がある場合はムリせず仕事や学校を休んで療養

(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいている時間に
- 電子決済の利用
- 計画を立てて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいている時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも活用

- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座る
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱または風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せ時は換気とマスク着用

事業者の皆さまは、関係団体が策定した業種ごとの「感染拡大予防ガイドライン」に基づく感染防止対策の徹底をお願いします。

山形県における新型コロナウイルス感染症注意・警戒レベル

レベル1【注意】

目安となる指標／なし

状態／県内では確認されていないが、国内で感染者が確認されている状態

対応策／

- ・「新しい生活様式」の実践
- ・業種ごとの感染拡大予防ガイドラインの徹底
- ・感染が確認されている地域への移動は慎重に

レベル2【警戒】

目安となる指標／【新規感染者数】1人（直近7日間）

状態／県内で感染者が確認されている状態（感染が始まっている状態）

対応策／レベル1対応策に加え、県民の慎重な行動を依頼

レベル3【特別警戒】

目安となる指標／【新規感染者数】5人以上（直近7日間）【感染経路不明者数】1人以上（直近7日間）

状態／感染拡大のリスクが高まっている状態

対応策／レベル2対応策に加え、不要不急の外出自粛、イベント開催の自粛を協力依頼

レベル4【非常事態】

目安となる指標／【新規感染者数】10人以上（直近7日間）【感染経路不明者数】2人以上（直近7日間）

【入院患者数】【病床稼働率】【重症患者数】

状態／感染が拡大している状態

対応策／レベル3 対応策に加え、県の非常事態宣言の発出、営業の自粛（休業）を協力依頼

注釈1 レベルごとの「目安となる指標」は感染が拡大している場合の目安です。

注釈2 各レベルの適用にあたっては、上記内容に加え、県内における感染の具体的状況（地域分布、クラスター発生状況等）や、首都圏、近隣県の感染状況なども踏まえて、総合的に判断します。

コロナ関連商法や詐欺にご注意を！

新型コロナウイルス感染症に便乗した悪質商法や詐欺と疑われる様々な相談が各地の消費生活センターに寄せられています。

- マスク等の送り付け商法やインターネット通販関連
- 各種給付金や助成金に関連した詐欺
- コロナに効く!といった根拠のない効能をうたった商品 など

怪しいと感じたり、困った時は一人で悩まず、消費者ホットライン 188（いやや）にご相談ください。

問い合わせ 消費生活・地域安全課 電話番号 023-630-3239

熱中症にもご用心！

「新しい生活様式」では、マスクの着用が求められていますが、夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。マスク着用時は、負荷のかかる作業や運動は避け、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給を心掛けるようにしましょう。今年は、例年以上に「熱中症予防」に取り組んでください。

「新しい生活様式」における熱中症予防のポイント

- ①暑さを避ける
- ②屋外で十分な距離を確保できる場合には、マスクを外す
- ③こまめな水分補給
- ④日頃からの健康管理
- ⑤暑さに備えた体作り

注釈 高齢者、子供、障がい者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意してください。

詳細情報へのアクセスはこちらから URL は

<https://www.pref.yamagata.jp/ou/kenkofukushi/090015/sonota/nettyuusyou27-1.html>

問い合わせ 健康づくり推進課 電話番号 023-630-2313

「山形県新型コロナ対策応援金」の募集について

最前線で活躍している県内の医療従事者や、日々の生活に大きな影響を受けている方々などを支援するため、県では「山形県新型コロナ対策応援金」を募集しています。県民の皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。

寄附の手続き（下記指定口座のいずれかにお振込みください。）

金融機関／山形銀行 県庁支店
口座番号／（普）3121925
口座名義／山形県新型コロナウイルス対策応援金（ヤマガタケンシカクコロナタイサクオウエンキン）

金融機関／荘内銀行 県庁前支店
口座番号／（普）1036406
口座名義／山形県新型コロナウイルス対策応援金（ヤマガタケンシカクコロナタイサクオウエンキン）

金融機関／きらやか銀行 本店営業部
口座番号／（普）2033500
口座名義／山形県新型コロナウイルス対策応援金（ヤマガタケンシカクコロナタイサクオウエンキン）

注釈1 振込手数料については、ご負担くださいますようお願いいたします。

注釈2 上記以外の金融機関からも、上記3行の口座にお振込みいただけます。（ゆうちょ銀行からのお振込みの場合は、ゆうちょ口座からのみの取扱いとなります。）

注釈3 領収証書や税控除が必要な方は、「寄附申込書」を問い合わせ先へ提出してください。

寄附申込書の様式へのアクセスはこちらから URL は

https://www.pref.yamagata.jp/ou/bosai/020070/korona_kifu.html

問い合わせ 県民活動・防災ボランティア支援室 電話番号 023-630-3238

<4 から 5 ページ>

タイトル

特集 若者の県内定着・回帰、首都圏等からの移住を増やすために

オール山形で移住・定住を推進

第4次山形県総合発展計画政策の柱①『次代を担い地域を支える人材の育成・確保』

県が新たに策定した第4次山形県総合発展計画。県民のあゆみでは今月号から、この計画の実現に向けて取り組む5つの政策の柱について、それぞれの主要な取組みを紹介していきます。

写真キャプション 山形で「自分らしい暮らし」をスタートさせた移住者の皆さん

本県の人口動態の状況と課題

本県の人口は、平成9年に出生数が死亡数を下回る自然減少期を迎えました。直近の平成30年には8千人を超える自然減少となり、その減少幅は年々拡大しています。それに加えて、転出者数が転入者数を上回る社会減少も、近年は年間3から4千人台と高位で推移しており、県内の人口減少は加速している状況です。特に社会減少については、若年層（15から24歳）の県外転出超過が全体の7から8割を占めています。

将来に向けて、県内各地域や産業の活力を維持・向上していくためには、その担い手として活躍する若者の存在

が不可欠です。若者を、いかに県内に呼び込み、定住・定着してもらうかが大きな課題となっています。

山形の持続的な発展に向け

県では、これからの山形を背負って立つ若者の県内定着・回帰に向けて様々な取組みを進めています。首都圏など県外に住む若者をターゲットとして、山形の暮らしやすさや魅力を伝え、県内への移住・定住を促すための取組みをご紹介します。

【オール山形で移住・定住をサポート】

①東北初！官民挙げて移住を促進！

この4月、県・市町村に加え、商工業・農業・福祉・教育関係など55団体が参加し、移住促進を目的とした東北初の法人組織「ふるさと山形移住・定住推進センター」を設立しました。

山形市内の法人本部では、移住コーディネーター3名が、移住希望者一人ひとりの関心やニーズに応じた移住・就業の相談や、SNSを活用した情報発信などに取り組んでいます。5月からは、オンラインでの相談も受け付けています。

フェイスブック「やまがた暮らし情報館」へのアクセスはこちらから URL は
<https://www.facebook.com/yamagata.iju/>

インスタグラム「やまがた暮らし」へのアクセスはこちらから URL は
<https://www.instagram.com/yamagatapeoples/?hl=ja>

問い合わせ ふるさと山形移住・定住推進センター

住所 山形市鉄砲町2-19-68 村山総合支庁3階 電話番号 023-687-0777

②東京都内でも相談に応じています

首都圏の方が気軽に相談できるように都内にも相談拠点を開設しています。専任の移住コンシェルジュが対応し、県内市町村の移住窓口などにつないで、移住をサポートします。

問い合わせ やまがたハッピーライフ情報センター

住所 東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階 ふるさと回帰支援センター内

電話番号 03-6269-9533 定休日 月曜、祝日

住・食・職の支援を一体的に進める山形らしい移住促進策

移住世帯に対して、住まいの支援に加え、県産米等を提供する「食（食べる）」の支援、就業・就農や新規創業等の「職（仕事）」に関する支援を組み合わせ、山形らしい移住促進策を進めています。

①移住世帯向け住宅の整備への支援

人口減少が著しい地域への若者の定着・回帰のため、市町村が取り組む移住世帯向け賃貸住宅の建設や、空き家の改修に対して、財政面での支援を行っています。

写真キャプション 若者向け定住促進住宅（鮭川村）

②移住世帯への家賃補助

県内へ移住した世帯が民間の住宅を借りた場合に、月額1万円を最大2年間支援（注釈）します。

③移住世帯への「食」の支援

山形の魅力と言えば「食」。県では、県外から県内へ移住した世帯に対し、市町村、JA 全農山形、県醤油味噌工業協同組合と連携して、県産米・みそ・しょうゆ1年分を提供（注釈）しています。（一部未実施の市町あり）
注釈 ひとり親家庭の移住世帯には、さらに上乘せ支援があります。

④就業と新生活のスタートを応援

国の制度を活用して、東京圏から県内の中小企業等に就業し、本県に移住したU・Iターン者に対して、移住支援金を支給します。引越し等で何かと物入りの新生活を経済面でも後押ししています。

移住支援金の概要

- ◆対象 直近10年のうち通算5年以上東京23区に住んでいた方、または東京圏から同区域に通勤していた方（ただし、直近1年以上は東京23区に居住または通勤していること）
- ◆要件 山形県移住支援金対象求人サイト掲載の中小企業等に就業すること、または起業支援金の交付決定を受けること。
- ◆支援額 最大100万円

県移住支援金対象求人サイトへのアクセスはこちらから URL は <https://job.yamagata-iju.jp/>

県では、このほかにも県内での創業や就農への支援を通し、若者の県内定着・回帰、県外からの移住促進に向けて、オール山形で支援していきます。皆さん、県外にお住まいのご家族・知人の方々へ、県の取組みをぜひご紹介ください。

Voice!先輩移住者の声

ヨガインストラクター 草替実優（くさかえ みゆう）さん（上山市）

私は4年前に移住フェアで声をかけてもらい、東京から上山市に移住しました。地域おこし協力隊として過ごした職場や、この土地での人々との出会い、日々変化する美しい山々、心地よい自然の音を身近に過ごす豊かな日常。様々な出会いに支えられ、迎えた5年目のかみのやま暮らし。そんなご縁を与えてもらったことをとてもうれしく感じています。

さまざまな形で移住情報を発信中!

「移住総合支援ガイドブック」総合支庁・市町村で配布中

「山形県移住交流ポータルサイトやまがた暮らし情報館」へのアクセスはこちらから URL は <https://yamagata-iju.jp/>

問い合わせ 移住・定住推進課 電話番号 023-630-2680

<6から7ページ>

タイトル

おらほの子供、おらほの学校、おらほの街の未来のために

みんなでつくる地域学校協働活動

少子高齢化やグローバル化の進展などの社会情勢の変化は、これからの教育や地域の在り方にも大きな影響を与えています。

こんな子供を育てます

- ・自分の住む地域の良さを知り、誇りに思う子供
- ・周りの人と協力しながら、自分の住む地域や社会を良くしようとする子供

こんな学校を目指します

- ・子供たち一人ひとりのニーズに応え、新しい時代に生きる力を育む学校
- ・地域の大人にとっても、集い、つながる「場」となる学校

こんな地域を目指します

- ・子供との関わりを通して、人と人がつながり、活力があふれる地域
- ・地域の大人に支えられた子供や若者が新たな担い手として活躍する地域

そんな未来の実現に向けた取組みが“地域学校協働活動”です！

Q 地域学校協働活動とは…

A 地域住民と学校が、パートナーとして子供たちの学びや成長を支えながら、地域のつながりを深め、地域の活性化を目指す活動です。例えば…

生き物引越し大作戦（鮭川村）

- ・学校と多くの地域団体が話し合い、活動することで地域に一体感が生まれています。
- ・個々の家庭では実施が難しい自然体験を通し、子供たちは地域の良さを感じています。

土曜学習への支援（小国町）

- ・地元企業の協力によるプログラミング学習が、とても好評です。
- ・子供たちにとっては身近にある会社が何をやっているのかを知る機会となっています。

授業のサポート（高島町）

- ・家庭科の授業の中で地域のおばあちゃんが実技指導をしています。
- ・個別にサポートを受けることで、子供たちは確実に技能を身につけています。

町の産業まつりへの出展（朝日町）

- ・中学生が住民、企業、町職員とともに、町の活性化に取り組んでいます。
- ・様々な大人とともに商品開発やPRに取り組むことで、中学生の郷土愛が育っています。

子供、学校、地域からの声

子供からは…

- ・新しくできることが増えてうれしいです。

・企画を認めてもらえたことが自信になりました。今後も自分にできることを考えたいです。

学校からは…

- ・地域の方の協力で授業が充実しました。
- ・地域との信頼関係が深まり、教育活動を豊かにするアイデアや情報を得られています。

地域からは…

- ・子供たちの役に立てることがうれしいし、保護者や先生と交流すると新たな発見があります。
- ・町の活性化という難しい課題に、仲間と取り組む中学生の姿を頼もしく感じました。

他にもこんな活動が県内各地で行われています！

- ・登下校の見守り
- ・学校の環境整備
- ・部活動のサポート
- ・伝統芸能の継承 など

県では様々な取組みにより地域学校協働活動を応援しています！

- 地域の先生やサポーターなどのボランティア向け研修会
- 学校と地域のつなぎ役となるコーディネーター向け研修会
- 体制充実のための市町村への財政的な支援
- ボランティアとなる人材の発掘

県民の皆さん、ご自分の得意なことを、ぜひ地域や子供たちのために生かしてみませんか。
ご興味を持たれた方は、お住まいの市町村教育委員会社会教育・生涯学習の担当課へ

問い合わせ 生涯教育・学習振興課 電話番号 023-630-3344

タイトル 山形が誇る山岳資源を活用して地域を活性化！

本県は、気軽にトレッキングが楽しめる山から登山者を魅了する本格的な山まで、自然を満喫できる山岳資源に恵まれています。この魅力的な山岳資源を県内外の皆さんに再認識していただき、愛着を深めてもらおうと、8月11日が「山の日」として祝日に制定された平成28年度に「やまがた百名山」を選定しました。県では、それぞれの地域の誇りである「やまがた百名山」の安全な登山環境の整備や情報発信などを通し、県民の皆さんが地元愛をより一層深めるとともに、来山者の増加による交流拡大を進めることで、地域の活性化につなげています。

写真キャプション 令和元年度やまがた百名山 Instagram フォトコンテスト応募作品より
山形神室岳より雁戸山、蔵王熊野岳を望む

地元の山を愛する皆さんの活動をバックアップ！

やまがた百名山環境保全活動支援事業費補助金により、地域団体が主体となった「やまがた百名山」に関する環境保全や利用促進にかかる活動を支援しています。

写真キャプション 案内看板の設置（富神山）（とがみやま）

写真キャプション 登山道の下刈り（一念峰）（いちねんぼう）

環境保全活動を行ってみて

やまがた百名山「頭殿山（とうどのさん）」への朝日町側からの登山道は、何年もの間、下刈りや倒木の処理が行われておらず、やぶをかき分けて進まなければいけませんでした。この補助金を活用したことで、安全で快適に登れるようになりました。今後はこの山の魅力を積極的に発信し、多くの方に楽しんでいただきたいと思います。

写真キャプション 森林体験木のぼりクラブ 代表 西澤 新地（にしざわ しんじ）さん

企業寄附金を活用して安全な登山環境を整備

アウトドア用品メーカー株式会社モンベル様からの寄附金を活用し、老朽化して危険な状態にあった蔵王のいろは沼周辺の木歩道の再整備を行いました。

年間を通じて多くの登山客・観光客が訪れる「やまがた百名山・蔵王」。コツ、コツ、コツ……。ぜひ、蔵王いろは沼で優しい「木の音」を聞いてください。

やまがた百名山の魅力をきめ細かく発信中！

○ 山岳情報ポータルサイト「やまがた山」では、「やまがた百名山」全座の詳細や季節ごとに見られる山野草、県内の山小屋情報のほか、登山に関する最新的话题をタイムリーに発信しています。

山岳情報ポータルサイト「やまがた山」へのアクセスはこちらから URL は

<http://yamagatayama.com/>

○ 四季を通じた「やまがた百名山」の魅力を広く募集し、応募作品をリアルタイムに見ることができる写真コンテストをインスタグラムで開催しています。各賞は閲覧者の「いいね！」の数で決定します。皆さんの参加をお待ちしています。

インスタグラム「やまがた百名山」へのアクセスはこちらから URL は

<https://www.instagram.com/yamagatayama/?hl=ja>

皆さん、この夏は地元の「やまがた百名山」の魅力を見つめ直してみましよう！

問い合わせ みどり自然課 電話番号 023-630-2396

詳しくは検索窓に「やまがた山」と入れてクリック。

注釈 新型コロナウイルス感染症予防のため、今号の対談はテレビ会議の形式で行いました。

キーワード 自宅で気軽に健康づくりと暮らしカアップ

オリジナルの音楽を生かした介護予防の体操を提唱する馬場田さん、整理収納の講座を通して前向きな暮らし方をアドバイスする朝倉さんに、家庭内で実践できる健康で快適・安全に過ごす方法をお聞きしました。

馬場田 晃一（ばばた こういち）さん（新庄市）

昭和 56 年生まれ、新庄市出身・在住。

株式会社カナン代表。仙台市・福岡市の専門学校で福祉を学び、福岡市内での現場経験を経て 2011 年に帰郷。有料老人ホーム・ケアホームカナン施設長を務める。DJ の経験を生かし、「次世代型介護予防体操」を発案。音健アワード（一般社団法人日本音楽健康協会主催）で 2018・19 年 2 年連続優秀賞受賞。社会福祉士、精神保健福祉士、ケアマネジャー、音楽健康指導士（日本音楽健康協会）

写真キャプション 馬場田さん自作の「次世代型介護予防体操」と、大手通信カラオケ会社が開発した音楽を生かした介護予防・健康増進コンテンツを並行して活用するカナンでは、地域のイベントにも積極的に参加。音楽健康セッションなどを開催している。

朝倉 由子（あさくら ゆうこ）さん（上山市）

昭和 44 年生まれ、酒田市出身、上山市在住。

山形インテリアコーディネータークラブ会長。山形県初のインテリアコーディネーター兼整理収納アドバイザーとして、1995 年より 1,500 棟を超える建物に携わり、住宅、店舗、リフォームなどのコーディネートや暮らし方の提案を行う。インテリアコーディネーター、ハウスキューピング協会認定講師として整理収納アドバイザー 2 級認定講座や、ビジネスアシストバージョン認定講座を開催している。

写真キャプション インテリアコーディネーターの仕事は、建物そのものの内装のカラーリングから、家具や什器類のアドバイスまで暮らし全体におよぶ。写真はカーテンの打ち合わせ中の 1 コマ。施主とショップに出向く、買い物同行サービスも開始した。

新しい介護予防や快適な暮らしへの取組み

馬場田さんは、老人ホームの施設長とケアマネジャーを兼務し、「介護をもっと楽しいへ」をコンセプトに、音楽レクリエーションの活用に取り組んでおり、自ら音楽体操の創作も行っています。

「団塊の世代の方はビートルズやグループサウンズに熱狂していた人も多いはずですが、ところが、高齢者施設では童謡や演歌しか流れていないことに疑問が湧き、昔ながらの民謡と最近の音楽を融合させた『次世代型介護予防体操』を考えました」。

一方の朝倉さんは、ハウスメーカー勤務時代、住宅展示場での接客業務や設計部でのインテリアコーディネート業務を通して、人と接することの楽しさと、人生で最も高い買い物である住宅に関わるやりがい目覚めたといいます。

「現在はフリーランスで、ハウスメーカーや工務店さんなどから内装・設備全般の業務委託を受けています。これと並行して、企業や自治体等が主催するイベント等で整理収納セミナーの講師を務めています」。

整理収納の三つのメリット 上手に始める方法

整理収納を行うメリットは、大きく分けて三つあると話す朝倉さん。

「一つは時間とお金です。探し物に費やす時間や、同じ物を買う、賞味期限に気付かないといった無駄を省きます。次に心です。家の中がすっきりしていると前向きになれる、片付けを注意し合うような家族間のトラブルも減ります。三つ目は自宅内での事故防止。物につまずいて転倒してのケガが、寝たきりの引き金になるケースが意外と多いのです」。

整理収納のコツは、引き出し一つでも良いので、中身を一度全部出すことだそうです。

「日常使っている物だけを選び分けて戻せば、半分以上は不用品が出てきます。納戸や部屋全体の片付けにいきなり取り組まず、小さいところから始めましょう」。

「その方の状況にもよりますが、片付け作業は、介護予防やリハビリとしても有効な場合がありますね」と馬場田さんも賛同します。

自宅で介護予防 家族と音楽体操を

健康で安心安全な暮らしに役立つという点で、馬場田さんも、最上川舟唄や花笠音頭をヒップホップやダンスミュージックにアレンジし、誰もが自宅で利用できる自作の音楽体操を動画サイトで配信しています。

「デイサービスなどに通えない期間があると、足腰が弱るなど身体機能が低下し、認知症を引き起こす原因につながります。音楽と歌の力は不思議です。例えば足踏み 100 回を一人で無音で行うのは辛いですが、音楽があれば苦になりません。家族みんなでの健康作りや、介護予防に興味を持つきっかけになればと思っています」。

朝倉さんが言葉をつなぎます。

「外出できない時でも、自宅は自分が元気になる場所、一番のパワースポットだと考えています。快適で心地よい環境をぜひ心がけてほしいですね」。

<10 から 11 ページ>

タイトル **県議会だより** 第 79 号

写真キャプション 令和 2 年度広報・広聴委員会の委員

4 月臨時会の概要

国の緊急経済対策等を受け、新型コロナウイルス感染症に対応するため、令和 2 年 4 月臨時会を 4 月 30 日に開催しました。

臨時会では、令和 2 年度一般会計補正予算や病院事業会計補正予算など知事提出の 6 議案を可決・承認しました。また、「台湾の世界保健機関（WHO）への加盟を求める意見書」を可決し、国に提出することとしたほか、「緊急事態宣言下において県民の生命と健康を守る医療従事者等に対し敬意と感謝の意を表する決議」を可決しました。

写真キャプション 本会議であいさつする金澤議長

緊急事態宣言下において県民の生命と健康を守る医療従事者等に対し敬意と感謝の意を表する決

議

4月30日、新型コロナウイルス感染症から県民の生命と健康を守るため、昼夜を問わず、それぞれの使命を懸命に果たされている医療従事者等の献身的な努力に対し、次のとおり決議しました。

決議（全文）

新型コロナウイルス感染症が世界中で猛威をふるう中、我が国では4月7日に改正新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく初の緊急事態宣言が発令され、人々の生活や経済活動は大きく制約を受けている。

本県においても、3月31日に初の感染が確認されて以来、県内各地で感染が報告され、県民生活はもとより、特に検査・医療現場において、これまで経験したことのない危機に直面している。

全国的には、医療従事者が、いわれなき偏見や差別を受けているとの不本意な報道がある中、本県において爆発的な感染拡大に至っていないのは、感染リスクにさらされながら緊張が続く現場での医療従事者の方々の献身的な努力によるものである。

よって、本県議会は、医療従事者をはじめ新型コロナウイルス対策に携わっている全ての人々に対し、最大限の敬意と感謝の意を表するとともに、その活動を全面的に力強く支える議会活動を展開していく。

写真キャプション 決議案を説明する加賀議会運営委員長

新型コロナウイルス感染症から県民の生命と暮らしを守るための緊急提言

4月24日、県議会として初めて緊急提言をまとめ、知事に提言しました。

提言1 新型コロナウイルス感染対策は、強い決意の下、県民や県内各界の協力を得て全県挙げて取り組んでいくこと。

提言2 感染を拡大させないよう万全の対策を講ずること。

提言3 医療崩壊を招かないような適切な医療提供体制を堅持するとともに、新型コロナウイルス感染症から、現場の医療従事者等の安全と健康を守るため十分な対策を講ずること。

提言4 今般の新型コロナウイルス感染による経済活動の停滞により収入が減少する事業者・労働者・農林水産漁業者に対して充実した支援策を講ずること。また、現下の状況を踏まえ、企業活動に対する規制等も必要に応じて柔軟に対応すべきであること。

提言5 学校の休校措置等に伴う教育活動の停滞に対して適切な措置を講ずること。

提言6 外出自粛の動きに乗じた新たな形態の犯罪を徹底的に抑止していくこと。

提言7 感染者やその家族、医療従事者等が不当な差別や偏見を受けることがないように対策を講ずること。

写真キャプション 提言書手交の様子

緊急提言の内容については、県議会のホームページからご覧いただけます。

県議会のホームページへのアクセスはこちらから URL は

<https://www.pref.yamagata.jp/ou/gikai/600006/gikaitopix/topixdata/R02photo/200424recommendation.pdf>

常任委員会の役割

常任委員会は、議案や請願についてそれぞれの専門ごとに詳しく審査する委員会です。委員会では、現場での状況を把握することを目的に、所管事項について実際に現地を訪問し、見聞きして調査を深く行う現地調査等の活動を行っています。各委員会の所管事項は次のとおりです。

総務常任委員会

行財政の運営、総合的な企画調整、地域振興、国際交流、防災及び県民生活の安全 など

文教公安常任委員会

学校教育、社会教育の振興及び警察行政 など

厚生環境常任委員会

環境保全、エネルギー政策、子育て支援、青少年対策及び男女共同参画、保健、医療及び福祉対策、病院事業の推進 など

農林水産常任委員会

農業、林業、水産業の振興 など

商工労働観光常任委員会

商工業の振興及び労働対策、観光、文化の振興及びスポーツによる地域活性化 など

建設常任委員会

県土の整備及び公営企業の推進 など

写真キャプション 総務常任委員会の審査の様子

特別委員会の役割

特別委員会は、特定の議案の審査や事件の調査のために設置される臨時の委員会です。

新型コロナウイルス感染症対策特別委員会を設置しました。

新型コロナウイルス感染症によって、県民の暮らしが大きく制約され、経済活動においても甚大な影響が生じている未曾有の事態に対応するため、4月臨時会において、新型コロナウイルス感染症対策特別委員会を設置しました。

本委員会は、新型コロナウイルスの影響と対策を調査し、広く県民の声を踏まえた国への意見書や提言等を取りまとめるなど、現在の状況を一刻も早く打破するために必要な活動を行ってまいります。

写真キャプション 議事を進行する森田委員長

写真キャプション 新型コロナウイルス感染症対策特別委員会の様子

予算特別委員会

予算や議案を本会議で審査した後、さらに審査の徹底を期すために総合審査を行う委員会

決算特別委員会

前年度の決算を審査するための委員会

この他、県政課題に対応するテーマについて、調査審議を行うため、次の3つの特別委員会を設置しています。今年度より、政策提言型の質疑が交わされるよう、委員間討議を中心とした委員会運営となっています。

地球温暖化防止・異常気象対策特別委員会

健康医療・子育て支援対策特別委員会

産業競争力強化・担い手確保対策特別委員会

県議会の情報は、山形県議会ホームページに満載です。ぜひご覧ください！！

①定例会の概要や議会の日程

②議会の生中継やこれまでの質疑の模様

- ③可決した意見書・決議の内容
- ④各常任委員会・特別委員会での質疑内容
- ⑤会派ごとの議案等に対する賛否状況 など

アクセスはこちらから URL は <https://www.pref.yamagata.jp/assembly/>

問い合わせ 編集発行 山形県議会事務局議事調査課 電話番号 023-630-2845

詳しくは検索窓に「山形県議会」と入れてクリック。

<12 ページ>

タイトル **地域の旬だより** 各地からの情報をお届けします。

最上エリア この春完成！最上小国川流水型ダム

毎年多くの釣り客で賑わう清流最上小国川。しかし、過去に幾度も洪水による被害が発生し、特に上流に位置する最上町赤倉地区では、そのたびに浸水被害に見舞われました。そのため、地元では昭和 62 年から治水ダムの建設が要望されてきました。これを受けて県では、平成 3 年度から予備調査を行い、治水専用の流水型ダムの建設と河道改修を決定。流水型ダムは平成 24 年度から工事に着手し、昨年 12 月からの試験湛水を経て、今年 3 月にダム堤体工事が完成、4 月 24 日から運用を開始しました。

流水型ダムは川底と同じ高さに穴があり、通常時は水を貯めず、ダムの無い河川と同様に水が流れ水質が維持されるため、環境に与える影響を抑えることができます。県では、今後も住民の皆さんの安全・安心の実現のため、治水対策に取り組んでいきます。

最上小国川流水型ダム（諸元）

- 型式：重力式コンクリートダム
- 堤高：41.0メートル 堤頂長：143.0メートル
- 集水面積：37.4 キロ平方メートル
- 総貯水容量：230 万立方メートル
- 有効貯水容量：210 万立方メートル

問い合わせ 最上総合支庁河川砂防課 電話番号 0233-29-1413

詳しくは検索窓に「最上小国川流水型ダム」と入れてクリック。

庄内エリア 庄内浜のお魚で食卓に彩りを！

庄内浜で水揚げされる海産物は 130 種類以上あります。ブランド魚である庄内おぼこサワラ、天然トラフグ、庄内北前ガニは秋から冬にかけて、この時期であればスルメイカ、イワガキ、ノドグロと人気魚種が目白押し、まさに今が旬です。また、魚のうまみを一層引き出す一夜干しや、健康面で注目されている海藻のギバサなどは手軽に食べられるように加工され、さまざまな形で販売されています。これらは、庄内のお店はもちろん、内陸でも県漁業協同組合の直営店「庄内海丸」（注釈）でお求めいただけます。さらに、このたび「食の都庄内」ホームページに「地元漁師が作る 100 パーセント庄内浜産の魚を使った加工品」など、庄内の海の幸のおいしい情報が詰まったページができました。

ぜひ、ご覧のうえ、庄内浜の海産物をお取り寄せいただき、ご家庭や、大切な方へのお中元などにご活用くださ

い。

注釈 コープしろにし（山形市）内

問い合わせ 庄内総合支庁地域産業経済課 電話番号 0235-66-4723

詳しくは検索窓に「食の都庄内」と入れてクリック。

県内おススメ文化・スポーツ情報

やまぎん県民ホールオープニング事業

グランドオペラ共同制作「トゥーランドット」

数あるオペラのなかでも屈指の人気を誇る「トゥーランドット」。プッチーニの遺作でもあるこの作品を、イタリアオペラの名匠・アルベルト・ヴェロネージの指揮、ダンス界の鬼才・大島早紀子の演出・振付で上演します。

開演日時 10月31日（土曜日）午後2時

出演 岡田昌子、福井敬、砂川涼子、山形交響楽団 ほか

会場 やまぎん県民ホール（山形市）

問い合わせ やまぎん県民ホールチケットデスク

電話番号 023-664-2204（受付時間：水曜日から月曜日、午前10時から午後5時）

詳しくは検索窓に「やまぎん県民ホール」と入れてクリック。

山形交響楽団定期演奏会情報

山響×仙台フィル合同演奏会

開演日時 7月12日（日曜日）午後3時

出演・演目 指揮：飯森 範親

ブルックナー 交響曲第8番 ハ短調 WAB 108

会場 やまぎん県民ホール（山形市）

前売券 A席 4,000円 ほか

ユアタウンコンサート（新庄公演）

開演日時 7月26日（日曜日）午後2時

出演・演目 指揮：阪 哲朗

ニコライ：歌劇「ウィンザーの陽気な女房たち」序曲 ほか

会場 新庄市民文化会館（新庄市）

前売券 一般 4,000円 ほか

問い合わせ 文化振興・文化財課 電話番号 023（630）3342

詳しくは検索窓に「山形交響楽団」と入れてクリック。

注釈 「トゥーランドット」以外の前売券は、コンビニエンスストアなどでお買い求めになれますが、店舗により取り扱っていない場合もあります。

モンテディオ山形コロナに負けずに情報配信中！

新型コロナウイルス感染症の影響で公式戦が中断したJ2（じえいっ）リーグ。モンテディオ山形では、選手たちが、様々なチャレンジやお題にトライする番組「モンテだよ！全員集合」をYouTubeで公開中です。県民の皆さんと一緒に、おうち時間を面白く、楽しめる番組を目指しています。応援よろしくお願ひします。

「モンテだよ！全員集合」へのアクセスはこちらから URL は <https://www.youtube.com/user/montediochannel>

問い合わせ スポーツ振興・地域活性化推進課 電話番号 023（630）2284

注釈 6月1日時点の情報です。新型コロナウイルス感染症の影響で変更となる場合がありますので、事前にご確認ください。

旬のやまがた美食レシピ

初夏の風物詩、豊富な「ヌル」が魅力 じゅんさい

じゅんさいはスイレン科の水生多年草です。ハスの仲間で、水中の泥の中にある根茎から長い茎を伸ばし、水面に葉を浮かべます。食用となるのは透明な「ヌル」といわれる寒天質に覆われた若芽の部分です。

県内では、村山市の大谷地沼（通称：じゅんさい沼）で、6月中旬から7月下旬までの間、箱舟を操る昔ながらのじゅんさい採りの風景が見られます。昭和40年代に絶滅の危機に陥りましたが、地域の人々が村山市西部の「葉山」から水路を整備したところ再び増え始め、現在までその風景が引き継がれています。大谷地沼のじゅんさいの特長はその豊富な「ヌル」と柔らかさ。今回はつるりとした食感を楽しむレシピを紹介します。

夏野菜とじゅんさいの冷やしわん

材料（2人分）

じゅんさい2分の1カップ、オクラ2本、わかめ少々、ミニトマト1個、きゅうり1本、卵1個、砂糖少々、塩少々、片くり粉少々、カニのむき身2分の1缶、しょうが1かけ、だし汁（水60ミリリットル、薄口しょう油大さじ2、みりん40ミリリットル、塩少々）

作り方

- ① じゅんさいは熱湯に入れ、緑色になったら氷水にとる。
- ② オクラはさっとゆで、輪切りに、わかめとミニトマトは食べやすい大きさに切る。きゅうりは薄切りにする。
- ③ 卵を溶き、砂糖、塩、片くり粉を入れたお湯の中に流し入れ、卵が浮いてきたらざるに上げる。
- ④ ざるに上げた卵の上にじゅんさい、オクラ、わかめ、ミニトマト、きゅうり、カニをのせ、だし汁をかけ、最後にすりおろしたしょうがを添える。

問い合わせ 村山総合支庁地域産業経済課 電話番号 023-621-8447

詳しくは検索窓に「村山旬の市」と入れてクリック。

<14から15ページ>

タイトル おいしい山形インフォメーション

山形県の人口と世帯数 令和2年5月1日現在

人口総数 1,068,522人（前月比マイナス341人）

世帯数 401,468（前月比プラス 1,707 世帯）

注釈 6月1日時点の情報です。新型コロナウイルス感染症の影響で変更となる場合がありますので、事前にご確認ください。

【お知らせ】

職場のお悩みありませんか？労働悩みごと相談会を開催します

労使間のトラブルでお悩みの方は、「山形県労働委員会」までご相談ください。労働問題に詳しい労働委員会委員による相談会を開催します。（相談無料・秘密厳守）

◆日時

7月16日（木曜日）午後1時から午後2時

8月24日（月曜日）午後1時から午後2時30分

9月17日（木曜日）午後0時30分から午後1時30分

◆会場 県庁14階

職員による電話・来庁相談も随時受け付けています。

申し込み問い合わせ 労働委員会事務局 電話番号 023（630）2793

自動車税（種別割）の口座振替について

自動車税（種別割）の納付忘れはありませんか。納付忘れを防ぐためにも口座振替が便利です。

自動車税（種別割）の納付を口座振替に変更すると、毎年、納期限の日に指定の預金口座から自動的に引き落としされます。そのため、納付のために外出する必要がないうえ、納付し忘れもありません。

令和3年度分から口座振替を利用するためには、令和3年2月28日まで、口座振替のお手続きをする必要があります。

口座振替のお手続きは、銀行・郵便局など、お近くの金融機関の窓口で行うことができます。

注釈 自動車税は自動車税（種別割）に名称が変更になりました。

問い合わせ 税政課 電話番号 023（630）3347

高齢者講習の予約はお早めに！

70歳以上の高齢運転者は、前もって自動車教習所で高齢者講習を受講しないと、運転免許証の更新ができません。対象となる方には有効期限の6か月前に案内のハガキをお送りします。

運転免許証の更新をお考えの方は、案内のハガキが届いたら、すぐに自動車教習所へ予約をお願いします。

予約が遅れると、高齢者講習を受講できずに、運転免許証の有効期限が切れるおそれがあります。

もしも、運転に不安を感じたらまずは相談 電話番号 #8080

問い合わせ 県総合交通安全センター 電話番号 023（655）2150（内線253）

旧優生保護法による優生手術などを受けた方に対して一時金を支給します

◆対象 以下の①または②に該当する方で、現在、生存されている方

①昭和23年9月11日から平成8年9月25日までの間に、旧優生保護法に基づき優生手術を受けた方

②①のほか、同じ期間に生殖を不能にする手術または放射線の照射を受けた方

◆一時金の金額 320万円（一律）

◆請求が必要です。

詳しくは、お問い合わせ先までお電話ください。

問い合わせ 健康福祉企画課 専用ダイヤル電話番号 023 (630) 2459

詳しくは検索窓に「旧優生保護法」と入れてクリック。

食中毒予防には「清潔」「迅速・冷却」「加熱」が大切です

気温も湿度も高くなる時期です。食品を取り扱う際は、こまめに手を洗い、まな板や包丁などの器具はしっかり洗浄・消毒しましょう。また、食品は冷蔵庫で保管し、調理後はなるべく早く食べることを心掛け、加熱できるものは中心部までしっかり加熱して、食中毒を予防しましょう。

問い合わせ 食品安全衛生課 電話番号 023 (630) 2677

農家の皆様へ「収入保険」のご案内

「収入保険」は、全ての農産物を対象に、自然災害や市場価格の低下、病気・怪我、新型コロナウイルスの影響など、経営努力では避けられない「収入減を補償する」新しい農業保険です。

山形県農業共済組合では、令和3年産の補償に向けた加入申請を随時受け付けています。

◆対象 青色申告を行っている農業者

◆期限 継続加入者は11月末まで 新規加入者は12月末まで

◆照会・申請先 山形県農業共済組合本所収入保険推進課 電話番号 023 (665) 4700

問い合わせ 農政企画課 電話番号 023 (630) 2384

救急電話相談をご利用ください

夜間の急病の際に、電話で看護師や医師から、医療機関への受診や家庭での対処方法のアドバイスを受けられる「救急電話相談」を実施しています。

◆相談日時 毎日午後7時から翌朝午前8時

◆小児救急相談電話（15歳未満の方対象）

プッシュ回線・携帯電話から掛ける方 電話番号 #8000

ダイヤル回線・IP電話・PHSから掛ける方 電話番号 023 (633) 0299

◆大人の救急相談電話（15歳以上の方対象）

プッシュ回線・携帯電話から掛ける方 電話番号 #8500

ダイヤル回線・IP電話・PHSから掛ける方 電話番号 023 (633) 0799

問い合わせ 医療政策課 電話番号 023 (630) 3366

山形県精神科救急電話相談

県精神科救急情報センターでは「精神科救急電話相談」を実施しています。

精神的な症状の急激な悪化など急を要する相談について、専門のスタッフが相談内容に応じて受診の必要性の判断や医療機関の紹介などを行います。

◆専用ダイヤル 電話番号 0570-022-553

◆受付時間

平日 午後5時30分から午後10時

土日祝日 午前9時から午後10時

かかりつけの医療機関がある場合は、まず、そちらにご相談ください。

また、緊急でない一般的な相談は、最寄りの保健所や心の健康相談ダイヤル(023-631-7060)にご相談ください。

問い合わせ 障がい福祉課 電話番号 023 (630) 2240

「新型コロナウイルス」相談・受診・検査の流れ

不安に思う場合 症状の有無にかかわらず電話相談

新型コロナ相談窓口 月曜日から金曜日（祝日除く）午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分

担当 山形県健康福祉企画課薬務・感染症対策室

電話 (023) 630-2315

居住地 村山地域（山形市除く）

担当 村山総合支庁・保健所

電話 (023) 627-1100

居住地 山形市

担当 山形市保健所

電話 (023) 616-7274

居住地 最上地域

担当 最上総合支庁・保健所

電話 (0233) 29-1268

居住地 置賜地域

担当 置賜総合支庁・保健所

電話 (0238) 22-3002

居住地 庄内地域

担当 庄内総合支庁・保健所

電話 (0235) 66-4920

感染が疑われる場合

■風邪症状・発熱が続いている ■強いだるさ、息苦しさ ■発症者と濃厚接触 ■海外から帰国直後 など

1 電話相談

新型コロナ受診相談センター 県内統一番号（コールセンター対応）【毎日 24 時間対応・土日祝含む】

フリーダイヤル 0120-88-0006

2 必要な場合は受診案内

新型コロナ感染症外来

3 検体を採取し検査へ

県衛生研究所 検査の実施

聴覚や言語機能に障がいがある方については、以下の方法により受付をしております。

ファクシミリ 023-625-4294（月曜日から金曜日（祝日除く）午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分）

プレゼントクイズ

ヒント4から5ページ 特集1

山形県では、この4月、東北初となる移住促進を目的とした法人組織「〇〇〇〇山形移住・定住推進センター」を設立しました。〇〇〇〇には何が入るでしょう。

1等 第5回 やまがた土産菓子コンテスト優良賞受賞 お米のぼうむ庄内産完熟メロン【5名様】カムコミュニケーションズ株式会社（酒田市）

2等 第5回 やまがた土産菓子コンテスト優良賞受賞 山形産ミックスゼリー【10名様】株式会社蔵王ファクトリー（山形市）

正解者の中から抽選で賞品（指定はできません）をプレゼント！

はがきに①クイズの答え②「県民のあゆみ」への感想など③郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入してお送りください。Eメールでの応募の場合は、本文に①から③をご記入のうえ、タイトル「プレゼントクイズ」で、y-ayumi@pref.yamagata.jp に送信してください。

あて先

郵便番号 990-8570（住所は不要です）山形県広報広聴推進課「県民のあゆみ」7月号プレゼントクイズ係
締め切り 7月31日（金曜日）（当日消印有効）

注釈 応募いただいた個人情報は、賞品発送と「県民のあゆみ」の記事作成にのみ使用し、それ以外の目的には使用いたしません。なお、当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

<16 ページ>

タイトル やまがた伝説

ラーメン好きな県民性と日本屈指の夏の暑さが、「冷やしラーメン」を生んだ！？

山形市はラーメン消費量日本一って知ってた？

世帯当たりの中華そば（外食）の年間支出金額で、山形市は15,687円と全国1位（注釈）となっています。その昔、山形では地域により、訪問客に手打ちした蕎麦をふるまう習慣があり、これがラーメンを出前してもてなす風習に変わり、たくさん食べられるようになったと言われています。

また、山形名物「冷やしラーメン」の存在も、暑い夏でもラーメンの消費が衰えない理由と考えられています。

注釈 総務省 家計調査（二人以上の世帯）品目別都道府県庁所在市および政令指定都市ランキング（平成29年から令和元年平均）

最高気温記録を持つ猛暑が生み出した「冷やし」文化！

県都・山形市は、昭和8年以来74年もの間、40.8度の日本最高気温記録を保持していました。この夏の暑さのなか、「蕎麦のように、夏はラーメンも冷たくして食べたい」というお客さんの一言がきっかけとなり、昭和27年に「冷やしラーメン」が誕生しました。それ以前にも、中華麺に冷たいそばつゆをかけた「冷やがけ」を出す店もあり、蕎麦屋でもラーメンを提供する山形だからこそ生まれた食文化といえます。

スープが冷たくてもおいしい秘密は！？

温かいラーメンは冷やすと、スープに含まれる動物性の脂が固まってしまいます。

そこで、冷やしラーメンのスープは、牛肉を醤油で煮て、一晩冷まして固まった脂を取り除き、植物性の油を足してコクを出しているそうです。また、中華麺も茹で時間を長くし、冷水にさらしても硬くならない工夫を凝らしています。

スープに氷を浮かべた涼し気な様子は、県外のお客さんにも人気で、今では山形県を代表する夏の県民食になっています。

冷やしラーメンについてお話をお聞きした

矢萩 長兵衛（やはぎ ちょうべえ）さん

山形県麺類飲食生活衛生同業組合 理事長

阿部 徹（あべ とおる）さん

山形麺類食堂協同組合 監事

市販の冷やしラーメンに一工夫加えて自宅でもおいしく楽しんで

麺とスープなどがセットの商品も豊富です。家庭でおいしく作る秘訣は、茹でた後に流水で麺のぬめりをしっかり取り、氷水などでキンキンに冷やすことです。夏野菜をたっぷりと盛り付けて、暑い夏を乗り切ってください。

奥付

山形県広報誌 県民のあゆみ 令和2年7月号 616号

奇数月1日発行 編集発行 山形県広報広聴推進課

郵便番号 990-8570 山形市松波二丁目8番1号 電話番号 023-630-2534

表紙題字 山形県知事 吉村美栄子

県ホームページアドレス <https://www.pref.yamagata.jp/>