とざわ 広報

Public Relations of TOZAWA

No.618 2023年（令和5年）5月号

巻頭記事

仲間と育む健康の未来

未来の元気は今つくる。

「戸沢保育園入園式」

仲間と育む健康の未来

未来の元気は今つくる。

平均寿命よりも健康寿命の延伸を目指して、いつまでも若々しく過ごしたいと、誰もが思っているのではないでしょうか？
今回は戸沢村で行われている、運動教室をご紹介します。

【 ノルディックウォーキング 】

場　　所：村内・村外
開催日時：4月 ～ 11月 頃、計7回
参 加 費：一般の方 ⇒1回200円
とざわスポーツクラブ会員の方は1回100円
＊ポールレンタル料別途 100円
指 導 者：NPO法人　とざわスポーツクラブ
持 ち 物：帽子、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物、雨具、手袋
＊動きやすい服装、歩行しやすい靴でご参加ください。
＊ポールを持つため、両手がふさがらないリュックなどをお持ちください。
【参加者のお声】「ポールを持つと、膝に負担をかけないで歩くことができる♪」
「いろいろなコースがあって、みんなと楽しく歩ける♪」
「村内の中でも行ったことのない地区も歩くので楽しい♪」

ノルディックウォーキングとは・・・

季節を問わず簡単に始められ、5分～ 10分歩くことでエクササイズ効果を実感できます。
効果的な“有酸素運動”として、上半身･下半身の筋肉などの全身を使うエクササイズです。

＊体重が気になる方・効率のよい運動効果をもとめる方に通常のウォーキングよりも30～40%も高いカロリー燃焼率です。メタボ予防にも最適！
＊90%の筋肉を使う全身運動、腰痛防止にも効果を発揮
身体全体の90%の筋肉を動かし、1時間あたり約400kcal（通常のウォーキング/280kcal）を燃焼する全身運動です。
＊膝の関節、脊髄への負担を軽減、正しい歩行姿勢にポールを持って歩くことにより、膝の関節・脊髄への負担を軽減、正しい歩行姿勢に。

問い合わせ先：
NPO法人　とざわスポーツクラブ
☎0233-29-7475

【 ウェルボ ～生活習慣病予防のための運動教室～ 】

場　　所：生涯学習センター（旧神田小学校）
開催日時：毎週　火曜日　午後７時 ～ ８時30分　（１時間30分）
参 加 費：一般の方 ⇒１回300円
　　とざわスポーツクラブ会員の方 ⇒１回100円
指 導 者：NPO法人とざわスポーツクラブ
＊タオル、上履き、水分補給用の飲み物をご持参のうえ、動きやすい服装でご参加ください♪

【参加者のお声】「指導者がいるので安心して運動ができる♪」
「どこの筋肉を使って運動しているかがわかる！」
「一人ではなかなか運動できないけど、運動教室なら楽しく運動できる♪」
「運動だけでなく、色々な講話が聞けて勉強になる！」

血液検査の様子

ゆったりエクササイズ！

薬や健康の講話

＊血液検査では、コレステロール・糖の値を測定します。
＊薬剤師による薬の飲み合わせのお話、栄養士による栄養講話も行います♪

「健康を維持するために、運動は継続することが重要です」

ウェルボでは特別な道具を使わず『**やり方を覚えれば自宅でも出来るエクササイズ**』の指導も行っています！
また、その日のプログラム内容のほかに、参加者の体調に合わせた内容で運動の指導もできるため、**運動が久しぶりの方でも安心してご参加いただけます♪**

まずは**週１回１時間30分**、みんなで楽しく運動をすることから始めませんか？

皆さんのご参加をお待ちしています!!

問い合わせ先：
戸沢村健康福祉課 健康推進係
☎0233-72-2364 または
NPO法人 とざわスポーツクラブ
☎0233-29-7475 まで

今月の一枚

ユメリオンがやってきた！

３月23日（木）、戸沢保育園に「未来創造戦士ユメリオン」がやってきました。ユメリオンは、最上地域の魅力を発信するご当地ヒーローで、ゆめりあを運営する、ゆめりあ未来創造共同企業体の企画により誕生しました。

迫力満点のステージショーに大興奮の子ども達は、ユメリオンが悪役と戦いピンチになると、大声援を送りました。その後行われた握手会・撮影会の際には、緊張しながらも一人ひとりユメリオンと触れ合い、大喜びの様子でした。

情報公開・個人情報保護審査委員

４月３日（月）、戸沢村役場にて、戸沢村情報公開・個人情報保護審査委員の辞令交付式が行われ、齋藤光矢さん（本郷）、門脇忠夫さん（上台）、佐藤真吾さん（神田）の３名が委員に任命されました。

委員の方には、情報公開や個人情報保護の調査審議を行っていただきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

「わが村を災害から守る！」　戸沢村消防団　辞令交付式

春の火災予防運動期間に先立ち、４月９日（日）に、役場正面玄関で消防団員、最上消防本部西支署ほか30人が参加し、合同防火キャラバン出発式が行われました。木村団長は「火災がないようにしっかり防火の啓発を行いたい」と決意を述べました。その後、団員らは各班の車両に乗り込み、各地区で火の用心を呼び掛けました。

また同日、令和５年度戸沢村消防団辞令交付式が行われ、新入団員３人と階級変更４人が辞令を受けました。

今年度辞令を交付されたのは次の皆さんです。（敬称略）

新入団員	第２分団第２部第２班	岡田	琉音
	第１分団第１部第２班	安食	浩樹
	第３分団第１部第３班	菊地	正範
階級変更	本　　部	分団長	伊藤　悟
	第１分団	分団長	山﨑　智広
	第１分団	副分団長	矢口　圭介
	第１分団	班　長	堀米　恭生

なお、機能別消防団員については９人が入団しています。

地域おこし協力隊　活動報告

地域おこし協力隊とは、人口の減少や高齢化により人材不足が叫ばれている過疎地域等へ、都市地域から移り住み、地域の活性化のために活動する、そんな人たちのことを指します。戸沢村にも、３人の地域おこし協力隊が村おこしのために日々活動しています。広報とざわでは、３名の活動の様子を紹介します。

地域おこし協力隊日月抄　第二十五話

3月20日、角川鮭人口ふ化組合（代表齋藤茂陽さん）では、中沢地区にある孵化場で昨年の秋に孵化し、体長約６㎝に育った稚魚、約13万尾を、河川工事の皆さんからの協力を得て、角川に放流しました。

長年、この放流事業を続けてきたことで、遡上してくる鮭の数は、年々増加傾向にあるようです。今後の課題は、採捕した鮭の活用だとおっしゃっていました。私も引き続き、一緒にその課題に取り組んでいこうと考えています。　國峯充浩

☆地域の活動紹介：なにしったのや☆
～中沢地区の孵化場のしごと～

- 日にち　令和5年5月18日（木）
- 時　間　午前9時30分～11時30分
- 場　所　戸沢村役場　1階ロビー
- 内　容　サクラマスの水中映像
　ハト麦加工品の試飲・試食
　（数量限定）

長沼　栞隊員

戸沢村の地域おこし協力隊に就任して、早くも2年目に突入いたしました！

昨年度は、活動を通して沢山の方々に支えられ、とても濃い1年を過ごさせていただきました

新年度ということで、今年度私が行っていく予定の活動についていくつか紹介していこうと思います

1、6次産業化として
↓新商品の開発やお土産品の開発を行う
↓豚まん教室の開催(冬季限定)

2、藍染めについて
↓藍染めイベントを継続しながら、アイを栽培し、生葉染めと乾燥葉染めを全て村内で行えるようにしていく

3、協力隊同士の活動
↓戸沢村の粘土土を使用した陶器作り
↓互いのイベントに参加し魅力を発信

4、綺麗な村づくり
↓環境問題について考え、ワークショップ等を行う
↓路肩、川沿いのゴミ拾い

引き続き、戸沢村の魅力発信をメインテーマに活動を行いながら、村民の方が情報を入手しやすく、自慢したくなる事を提供できるよう頑張っていきますので、今年度もよろしくお願いします

勝川　清史隊員

1. 空き家バンクの推進（4月10日現在）

	トータル件数（前月比）
空き家バンク相談数	18件（+2件）
空き家バンク登録数	5件（+0件）
空き家利用相談件数	20件（+2件）
空き家バンク物件見学数	10件（+2件）

2. 移住促進新聞４号発行

- 企業５社・イベント2件
　移住体験プログラム
　等の紹介記事を掲載
- 山形県移住相談窓口を
　中心に村内外の施設
　約50か所に配布

3. 移住サイト「とざわ暮らし」閲覧状況　（圧倒的に空き家記事に人気が集中している）

どの地域から見に来るか？　前月比				移住サイト「とざわ暮らし」閲覧状況　＜令和５年３月＞　前月比			
順位	月間合計	1439	↗	順位	閲覧記事　月間合計（トップ画面などは除く）	2608	↗
1	東京都	398	↗	1	空き家バンク No.5（古口地区）賃貸可物件	154	↘
2	山形県	138	↘	2	空き家バンク No.3（畑ケ地区）古民家	153	↗
3	北海道	103	↗	3	空き家バンク No.1（向名高地区）	112	↗
4	大阪府	100	↘	4	空き家バンク No.4（古口地区）	78	↗
5	千葉県	60	↗	5	空き家バンク No.2（真柄地区）	58	↗

戸沢村中央公民館図書室

本のススメ

vol. 122

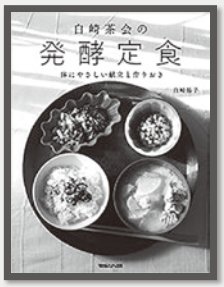
読書の村 とざわ

人間／又吉　直樹

僕達は人間をやるのが下手だ。
38歳の誕生日に届いた、ある騒動の報せ。何者かになろうと足掻いた季節の果てで、かつての若者達を待ち受けていたものとは…？

白崎茶会の発酵定食／白崎　裕子

◎漬けるだけ＆混ぜるだけ
◎保存がきく！
◎腸からすっきり、免疫アップ
◎砂糖を使わない
身近な発酵食品をかしこく組み合わせながら、かんたんに作れるように考えた体想いの一冊です！



もふもふ動物／今泉　忠明

毛がフワフワしていて、思わずなでたくなるような人気動物が大集合！
アザラシの赤ちゃん、ジャイアントパンダ、ペンギン、イヌ、ネコなど、野生動物からペットまで、約150種のかわいい動物たちが登場する図鑑です。

えほんの森

～わくわくのおはなしかい～

日時：令和５年５月１３日（土）　朝１０時～
場所：戸沢村中央公民館図書室
対象：０歳５か月～５歳までの子とその家族

申込不要です。
気軽にご参加ください！
読み聞かせや手遊びで
楽しい時間を過ごしましょう！
（中止の際は前日までにSNS
でおしらせいたします。）

☆第7回☆

読んでみて！ わたしの推し本！

今月は、戸沢村教育委員会職員Ａさんの推し本をご紹介。
中央公民館図書室の蔵書にもある図書です！（抜けている巻数は随時追加中です）

タイトル：あきない世傳
　　金と銀（全13巻）
作 者 名：高田　郁
コメント：学者の娘「幸（さち）」が大阪の呉服屋「五鈴屋」に奉公へ出され、五鈴屋の旨とする「買うての幸い、売っての幸せ」を胸に、その努力と発想力で五鈴屋も自らも成長していく物語です。頑張る女の子が好きな方はぜひ読んでみてください。

図書室カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	5/1	2	3 休館	4 休館	5 休館	6 午前
7 休館	8	9	10	11 夜間	12 夜間	13 午前
14 休館	15	16	17	18 夜間	19 夜間	20 午前
21 休館	22	23	24	25 夜間	26 夜間	27 午前
28 休館	29	30	31			

開館時間：月・火・水　9：00～17：00
木・金　9：00～19：00
土　9：00～12：00

5/12（金）は、イベント準備のためテーブル等の使用ができません

TOZAWA.LIBRARY

令和５年度 戸沢村新規採用職員紹介

中鉢（ちゅうばち） 宏基（ひろき）

◇住民税務課
◇古口
◇必要な法規を積極的に自ら研鑽し、村民の皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願い致します。

矢口（やぐち） 輝（ひかる）

◇戸沢保育園
◇津谷
◇子どもたちと共に成長していきたいと思います。よろしくお願いします。

◇所　　属
◇出　　身
◇意気込み

生活上の心配ごと、困りごとをご相談ください
民生委員・児童委員、主任児童委員

厚生労働大臣から委嘱された特別職非常勤の地方公務員です

民生委員・児童委員は、担当地区において高齢者や障がいのある方の安否確認や見守り、子ども達への声かけなどを行っています。医療や介護の悩み、妊娠や子育ての不安、失業や経済的困窮による生活上の心配事など様々な相談に応じます。主任児童委員は担当地区を持たず、民生委員・児童委員と連携しながら子育ての支援や児童健全育成活動などに取り組んでいます。

相談内容に応じて必要な支援が受けられるよう、役場や地域の専門機関とつなぎ役になります。また、民生委員法に基づく守秘義務があり、相談内容の秘密は守られますので困ったときはご相談ください。

戸沢村では24名の民生委員・児童委員と２名の主任児童委員が活動しています。どうぞ、よろしくお願いいたします。

戸沢村民生委員・児童委員名簿

至　令和７年１１月３０日
自　令和４年１２月　１日

No	氏　名	担当地区	No	氏　名	担当地区
1	早坂 みね子	片倉・平根・与吾屋敷	14	大友　良夫	岩花・出舟
2	早坂　誠也	元屋敷・綱取	15	青柳　由子	岩清水
3	早坂 富美恵	上野・勝地・沢内	16	横田　英雄	津谷下・金打坊
4	齋藤　静枝	畑ヶ・上本郷	17	髙橋　茂	津谷上
5	田中 クニ子	上本郷・下本郷	18	荒川　利弘	向名高
6	八鍬　晃	十二沢・滝ノ下	19	荒川　由美	名高
7	秋葉　静雄	中沢・三ツ沢	20	田中　儀一	上松坂・下松坂・向松坂
8	井上　正	高屋・土湯・草薙・柏沢	21	田中 こずえ	野口
9	佐藤　幸一	猪ノ鼻・上台	22	早坂　たつ	神田西・杉沢
10	大友 由里子	古口下	23	髙橋　清	神田東
11	富樫　理恵	古口上	24	鈴木　京子	向名高・濁沢
12	矢作　宏	真柄・皿嶋	25	加藤　久和	（主任児童委員）
13	山崎　昇	蔵岡・堀田沢	26	瀧田　一成	（主任児童委員）

令和5年度月別納税表

月	税目	期別	納期
5月	軽自動車税 固定資産税	全期 第1期	5月16日 ～ 5月31日
6月	村・県民税 固定資産税	第1期 第2期	6月16日 ～ 6月30日
7月	村・県民税 国民健康保険料	第2期 第1期	7月16日 ～ 7月31日
8月	国民健康保険料	第2期	8月16日 ～ 8月31日
9月	固定資産税 国民健康保険料	第3期 第3期	9月16日 ～ 10月 2日
10月	村・県民税 国民健康保険料	第3期 第4期	10月16日 ～ 10月31日
11月	固定資産税 国民健康保険料	第4期 第5期	11月16日 ～ 11月30日
12月	村・県民税 国民健康保険料	第4期 第6期	12月10日 ～ 12月25日 12月16日 ～ 12月26日
1月	国民健康保険料	第7期	1月16日 ～ 1月31日
2月	国民健康保険料	第8期	2月16日 ～ 2月29日

※口座振替は毎月25日です。（土日祭日の場合は、翌日の振替となります）
水道料金下水道使用料の再振替は行いません。

身体等に障がいのある方の軽自動車税の減免について

身体等に障がいのある方が所有する軽自動車等で、一定の要件に当てはまるものは、申請により本税の減免を受けることが出来ます。

減免の申請については、所定の減免申請書に関係資料を添付して、住民税務課税務係まで提出してください。

なお、県税の自動車税と重複での免除は受けられませんので、軽自動車のほかに乗用車をお持ちの方は、県税の自動車税の減免を申請してください。

減免申請に必要な書類
軽自動車税減免申請書
軽自動車税納税通知書
身体障害者手帳等の写
自動車運転免許証の写

口座振替が便利です

税金や各使用料の納付は口座振替が便利です。

口座振替を利用することで、金融機関へ出かける手間や納め忘れをなくすことができます。

各金融機関に口座振替依頼書を備えておりますので、通帳・印鑑・税額通知書等を持参し手続きをお願いします。

口座振替は、手続きの翌月から開始されます。申込み月が納期限の税金・使用料は納付書で納めてください。

納付可能な金融機関							
もがみ中央農協	山形銀行	荘内銀行	きらやか銀行	新庄信用金庫	東北労働金庫	北郡信用組合	ゆうちょ銀行

口座振替可能な税金・使用料					
村税（村県民税・固定資産税・軽自動車税）	介護保険料	後期高齢者医療保険料	保育料	水道料金下水道使用料	村営住宅使用料

問い合わせ先　住民税務課税務係　☎72-2326

戸沢村中央診療所からお知らせ

令和５年４月から県立新庄病院派遣医師として、火曜日が**堅田李花**医師の診療日となっています。木曜日は戸沢村中央診療所渡邊孝弘医師の診療日となります。

問合せ先　戸沢村中央診療所　☎0233-72-3363

健康福祉課からのお知らせ

児童手当・児童扶養手当・特別児童扶養手当について

①児童手当　家庭等における生活の安定と、次代の社会を担う児童の健全な育成のために支給される手当です。

- 対象者　０歳から中学校卒業までの児童を養育している方
- 支給額（月額）

児童の年齢	３歳未満	３歳以上（小学校終了前）	中学生	特別給付
児童手当の額	一律 15,000 円	10,000 円（第３子以降は 15,000 円）	一律 10,000 円	一律 5,000 円

- 支給時期　６月、10月、２月にそれぞれ前月分までの手当を支給します。

※現況届について

6月以降の児童手当を受けるには現況届の提出が必要でしたが、令和4年現況届から受給者の現況を公簿などで確認することで、現況届の提出が不要となりました。

ただし、支給要件児童の戸籍がない方、児童対象児童と別居している方、その他役場から提出の案内があった方は、引き続き現況届の提出が必要です。

②児童扶養手当　ひとり親家庭の生活の安定と自立の促進のために支給される手当です。

- 対象者　ひとり親家庭の父母または養育者
- 支給額（月額）令和５年４月～

	児童１人目	児童２人目	児童３人目以降
全部支給	44,140 円	10,420 円	6,250 円
一部支給	44,130 円～ 10,410 円	10,410 円～ 5,210 円	6,240 円～ 3,130 円

※所得に応じ支給され、児童2人目以降は加算されます。

- 支給時期　１月、３月、５月、７月、９月、11月に支給されます。

③特別児童扶養手当　精神又は身体に障害を有する児童に対して、福祉の増進を図るために支給される手当です。

- 対象者　20歳未満で精神又は身体に障害を有する児童を家庭で養育している方
- 支給額（月額）令和５年４月～

級	１級	２級
支給額	53,700 円	35,760 円

※受給資格者もしくは扶養義務者の前年の所得が一定の額以上のときは支給されません。

- 支給時期　４月、８月、11月に支給されます。

問合せ先　健康福祉課　福祉係　☎0233-72-2364

住民税務課からのお知らせ

「困ったら　一人で悩まず　行政相談」総務省の行政相談委員に荒川喜一さん

この度、令和５年４月１日付で総務大臣から荒川喜一さん（岩清水）が戸沢村担当の行政相談委員に委嘱されました。

行政相談委員は、地域住民の相談相手として、行政サービスに関する苦情・意見要望、行政の仕組みや手続きに関する問い合わせなどの相談を受け付け、相談者と関係行政機関等との間に立って、苦情等の解決が図られるよう働きかける活動をしています。

今年度の行政困りごと相談所は、奇数月の第３木曜日に役場１階住民相談室で開設しますので、お気軽にご相談ください。

問合せ先　住民税務課　住民生活係　☎0233-72-2326

まちづくり課からのお知らせ

プレミアム付き商品券の販売

戸沢村内における消費拡大と購買促進、村内商工業の活性化を図るため、プレミアム付き商品券を販売します。

※**事前に申込が必要です。**　各世帯に郵送されるチラシをご覧ください。

発売日　６月11日（日）

○**金　　額**　一冊10,000円（１枚1,000円の商品券12枚綴　割増率20%）一世帯５冊まで

○**販売場所**　９：00 ～ 15：00　もがみ北部商工会戸沢事務所

９：00 ～ 12：00　戸沢村中央公民館・戸沢村農村環境改善センター

問合せ先　もがみ北部商工会戸沢事務所　☎0233-72-2665

共育課からのお知らせ

戸沢村生涯学習センターのご利用について

令和５年４月より、戸沢村生涯学習センターの利用方法が変わります。

17時以降の利用は、**完全予約制**となります。

17時以降に施設利用を希望される方は、下記のとおり生涯学習センターまで、ご連絡（ご予約）をお願いします。

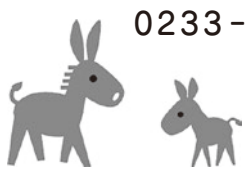
地域包括支援センターからのお知らせ

～認知症かな？と思ったら…相談窓口のご案内～

《戸沢村認知症初期集中支援チーム》

認知症の不安がある方やご家族に早期に関わり、医療や福祉につなぐ支援を集中的に行います。包括支援センターの保健師と主任介護支援専門員がご自宅に訪問し、支援を行います。認知症初期集中支援チームにお気軽にご相談ください。

【連絡先】
戸沢村地域包括支援センター
0233－32－0661



お知らせ版
～各種イベントや募集案内～

農業経営実践講座生の募集

●**募集講座**　トマト栽培講座、促成山菜栽培講座、啓翁桜栽培講座、シャインマスカット栽培講座、畜産講座、農産加工講座、水稲栽培技術基礎講座、パソコン簿記講座の８講座を開設します。

●**対 象 者**　新規就農して間もない方、また、農業技術を習得し、農業経営を改善する意欲の高い販売農家

●**募集期間**　５月22日（月）までお申込みください。
（６月以降講座を開始しますが、以降の申込みも随時受付します。）

●**申込み・お問合せ**
最上総合支庁農業技術普及課（藤島）☎0233-29-1331

山形県立農林大学校「トラクター運転技術研修」

●**内　　容**　トラクター運転技能の向上を図り、大型特殊（農耕用）及びけん引（農耕用）の運転免許取得を支援する研修

●**開催期間**　令和５年６月５日（月）～ 14日（水）

●**受講対象**　県内在住の農業従事者、新規就農予定者

●**受講要件**　70歳未満で普通自動車免許所持者
※けん引希望者は大型特殊（農耕限定含む）免許所持者

●**経　　費**　５，６００円（受講料、受験料、免許交付手数料）

●**募集人数**　大型特殊（農耕用）14名、けん引（農耕用）14名　計28名

●**申込方法**　専用の受講申込み書に必要事項を明記し、お申込みください。

●**申込締切**　令和５年５月15日（月）※申込み多数の場合は抽選等により受講者を決定します。

●**申込み・問合せ先**
山形県立農林大学校研修部【緑風館】 新庄市大字角沢１３６６　☎0233-22-8794

みんなですっぺ！健康づくり 令和5年5月戸沢村保健センター予定表

午前（8：30から12：00）午後（13：30から17：00）

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前	○	○	休館日	休館日	休館日
午後	○	○			
	8	9	10	11	12
午前	○	○	休館日	○	○
午後	○	○		○	○
	15	16	17	18	19
午前	○	○	休館日	○	○
午後	○	○		○	○
	22	23	24	25	26
午前	○	○	休館日	○	休館日
午後	○	○		○	
	29	30	31		
午前	○	○	休館日		
午後	○	○			

2023年度　国家公務員「税務職員採用試験」

国の財政を支える税務職員に、あなたもチャレンジしてみませんか？

●**受験資格**　1. 令和５年４月１日において高校卒業後３年を経過していない者及び令和６年３月までに高校を卒業する見込みの者
2. 人事院が１に掲げるものに準ずると認める者

●**申込期間**　令和５年６月19日（月）～
令和５年６月28日（水）

●**申込方法**　受験申込みはインターネット申込み
「国家公務員試験採用情報ＮＡＶＩ」

●**第１次試験日**　令和５年９月３日（日）

●**問合せ先**　仙台国税局人事第二課試験研修係
☎022-263-1111
人事院東北局
☎022-221-2022

入園・入学　おめでとうございます

村の人口と世帯（3月末現在）　4,042人（−19人）〈男1,932人（−10人）、女2,110人（−9人）〉1,549世帯（+5世帯）※（ ）内の数値は、2月末現在との比較

編集・発行　広報とざわNO.618　発行日　令和５年５月１日　編集・発行　戸沢村総務課
山形県最上郡戸沢村大字古口270　TEL 0233-72-2111　FAX 0233-72-2116
URL http://www.vill.tozawa.yamagata.jp/（パソコン及び携帯共通）　E-mail：tozawa@vill.tozawa.yamagata.jp

URL　メルアド