

広報

やまなし

11
2007

vol.33

初めての体験です！

10月4日、東京都江東区立深川小学校の5、6年生114人が、リンゴの除袋体験のため山梨市を訪れました。

チェック!

①まずは、自分の一日分の適量を調べましょう!

下の表で確認して、右下の表に書き込もう。



さあ、やってみましょう。

性別	年齢	エネルギー (kcal)	単位: つ (SV)				
			主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
男性	6~9才 70才以上	1800 ±200	4~5	5~6	3~4	2	2
	10~11才	2200 ±200	5~7	5~6	3~5	2	2
	12~17才 18~69才	基本形 2600 ±200	7~8	6~7	4~6	2~3	2~3
女性	6~9才 70才以上						
	10~17才						
	18~69才						

※活動量の見方

「低い」:1日中座っていることがほとんど。
「ふつう」:座り仕事を中心だが、歩行・軽いスポーツなどを5時間程度は行なう。
さらに強い運動や労働を行なっている人は、適宜調整が必要です。

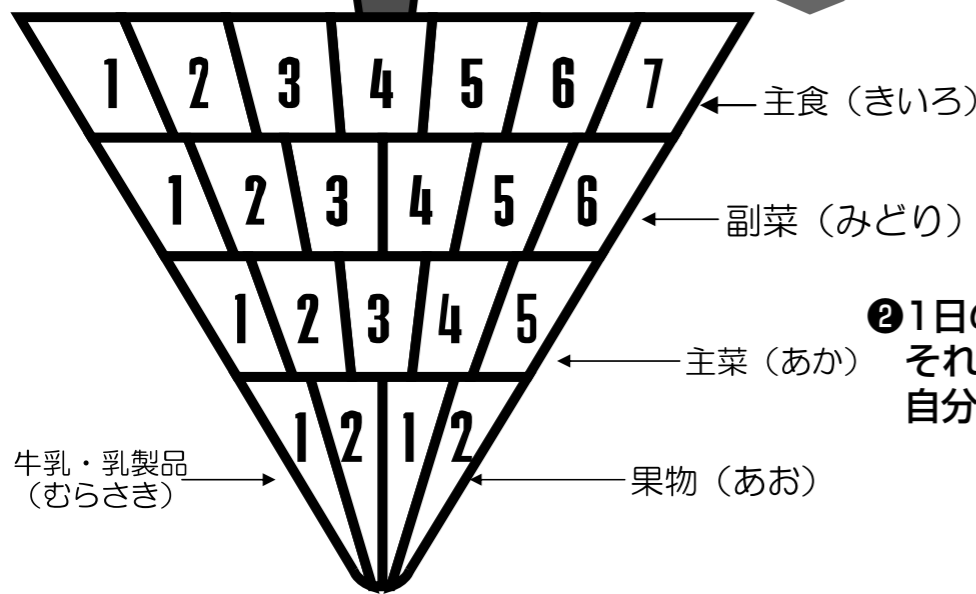
◆学校給食を含めた子ども向け摂取目安について

成長期に特に必要なカルシウムを十分にとるためにも、牛乳・乳製品の適量は少し幅を持たせて1日2~3つ(SV)、「基本形」よりもエネルギー量が多い場合では、4つ(SV)程度までを目安にするのが適当です。

これが1日の適量

エネルギー	kcal
主食	つ (SV)
副菜	つ (SV)
主菜	つ (SV)
牛乳・乳製品	つ (SV)
果物	つ (SV)

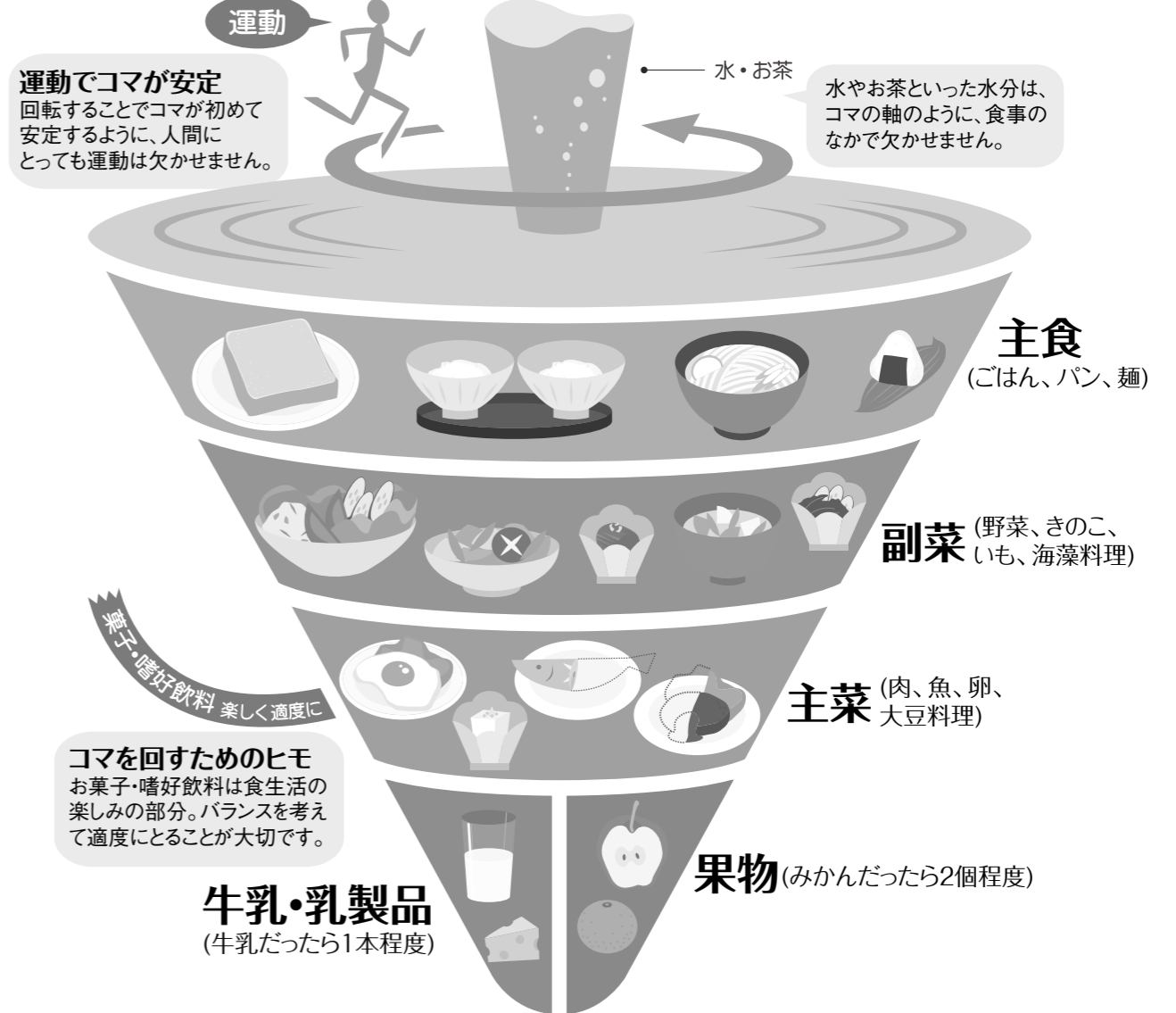
【コマの例(基本形)】



②1日の適量がわかったら、それをもとに自分のコマを作ります。

「こんなの面倒くさくてイヤ!」というアナタには
次のページでもっと簡単にできる方法も……!?

※SVとはサービング(食事の提供量)の略



～たのしいおいしい 和みのまち山梨市～
食事バランスガイド
知ってみんなでおいしい食事

「食欲の秋」といわれるように、秋はあれもこれも、いろんなもののおいしく感じられる季節です。でもちょっと待って! 「おいしい、おいしい」と調子に乗って食べ過ぎて、気がついたらなんだかお腹周りがぼっこりなんてことになっては大変。
健康な体は正しい食生活から。「食事バランスガイド」は、食事を主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物という5つのグループに分けて、1日どのようなバランスをとって食べたらよいかを示したものです。
毎日の食事を「楽しく、おいしく、健康的にとりましよう」と、厚生労働省と農林水産省が共同で作ったこの食事バランスガイドは、食事の目安がひと目でわかるように作られています。
このガイドでは、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5つのグループの組み合わせで食事がバランスよくとれるよう、それぞれの適量をコマのイラストでわかりやすく示しています。
コマを上手に操らないと、傾きすぎて倒れたり止まったりすることも……。食べ過ぎたら次の食事で控えるなど、コマが倒れないように上手にバランスをとることが大切。
では、さっそく1日に必要なエネルギーと食事の量、食べた食事を書き出して、自分の食事のバランスがとれているか、チェックしてみましょう。

～たのしいおいしい 和みのまち山梨市～ 食事バランスガイド 知ってみんなでおいしい食事 やまなし食育シンポジウム 2007

日時 11月23日(祝)
午後2時～4時30分(受付:1時30分～)
会場 夢わーく山梨(勤労福祉センター)
基調講演 「ためしてガッテン流！
おいしくたのしい健康づくり」
講師 北折 一さん
(NHK テレビ科学・環境番組部
NHK テレビ「ためしてガッテン」
専任ディレクター)
シンポジウム
～たのしい おいしい 和みのまち



山梨市～「食事バランスガイド知ってみんなでおいしい食事」
座長 山梨学院短期大学教授 田草川憲男
シンポジスト 山梨市食生活改善推進員会長 駒井 節子
山梨公民館主事 中村 真之
山梨市長 中村 照人
小学校栄養士代表 笠井恵美子 (敬称略)
主催 山梨市・山梨市食育推進会議・食育シンポジウム協議会
共催 食を考える国民会議
定員 150人
参加方法 11月16日(金)までに保健センターへ電話で申し込んでください。

【申込・問い合わせ】
保健課保健指導担当(保健センター内) ☎②1111 (内線414～416)

講師紹介 北折 一 (きたおり・はじめ)
昭和39年2月生まれ、愛知県出身。名古屋大学文学部卒。NHK入局後、生活情報番組のディレクターとして「にっぽん列島ただいま6時」「おはようジャーナル」を担当。平成7年「ためしてガッテン」立ち上げに参加。以来、一貫してガッテンの制作を続け、現在に至る。「健康情報の読み解き方・伝え方」「生活習慣病予防のダイエット」など、一般市民や栄養士・保健師向けの講演も行なう。得意技はダイエット。当日は、自らの体を実験台にして編み出した「メタボ脱出法」を完全公開。

何ごとともバランスが大切です！

1日に必要な食事は、キロカロリー(Kcal)で表されます。
たとえばごはん茶碗一杯は220キロカロリーに値しますが、100キロカロリー消費するには、
★体重65キログラムの男性
自転車をこく………23分
急ぎ足で歩く………19分
★体重55キログラムの女性
自転車をこく………30分
急ぎ足で歩く………25分
の運動量が必要です。
食べ過ぎた分は、運動してカロリーを消費すればいいというのはいくらも簡単な考えですが、たかが100キロカロリーでも消費するにはこれだけの時間がかかります。
食事の摂取量と運動の消費量を考えながら、バランスのよい食事と適度な運動を心がけましょう。(保健課保健師)



私たちが歩いています。

市では、ぬくもりのある健康なまちづくりの実現を目指し、推進していくため「山梨市健康増進計画」を策定します。
計画の策定にあたっては、市民のみなさんのご意見を取り入れることが必要です。
このため、市では、「健康を語る会」を市内3か所で、次の日程で実施します。

【内容】
・メタボリック予防体操の指導
・アンケート結果などによる山梨市の状況について
・健康づくり施策の説明
・健康づくり施策に対する意見聴取
【時間・会場】
全会場とも午後7時から8時30分までのおおむね1時間30分

を予定しています(説明1時間、意見聴取30分)。会場は下の表のとおり。
※ご自分の地区の開催日に都合が悪い場合は、他の地区の開催日にご参加ください。
【問い合わせ】
保健課保健企画担当
☎②1111
(内線412、413)

健康を語る会(中学校単位で開催)日程表

日時	会場	対象地区
11月28日(水)	加納岩公民館	南中ブロック
11月30日(金)	日下部公民館	北中ブロック
12月4日(火)	牧丘町保健センター	笛川中ブロック

チェック! ③料理例を見ながら、1日に食べた食事の量を各料理区分ごとに「つ」に換算してみましょう。

単位: つ (SV)

料理例

主食
1つ分 = ごはん小盛り1杯 = おにぎり1個 = 食パン1枚 = ロールパン 2個
1.5つ分 = ごはん中盛り1杯
2つ分 = うどん1杯 = もりそば1杯 = スpaghetti

副菜
1つ分 = 野菜サラダ = きゅうりとわかめの酢の物 = 具たくさん味噌汁 = ほうれん草のお浸し = ひじきの煮物 = 煮豆 = きのことんてー
2つ分 = 野菜の煮物 = 野菜炒め = 芋の煮ころがし

主菜
1つ分 = 冷奴 = 納豆 = 目玉焼き一皿 = 焼き魚 = 魚の天ぷら = まぐろとイカの刺身
3つ分 = ハンバーグステーキ = 豚肉のしょうが焼き = 鶏肉のから揚げ

牛乳・乳製品
1つ分 = 牛乳コップ半分 = チーズ1かけ = スライスチーズ1枚 = ヨーグルト1パック
2つ分 = 牛乳瓶1本分

果物
1つ分 = みかん1個 = りんご半分 = かき1個 = 梨半分 = ぶどう半房 = 桃1個

1日の食事量を合わせて「つ」で書き込みます。

1日に食べた食事の量

主食	つ (SV)
副菜	つ (SV)
主菜	つ (SV)
牛乳・乳製品	つ (SV)
果物	つ (SV)

パソコンや携帯電話の機能を使うとこんなにカンタン!

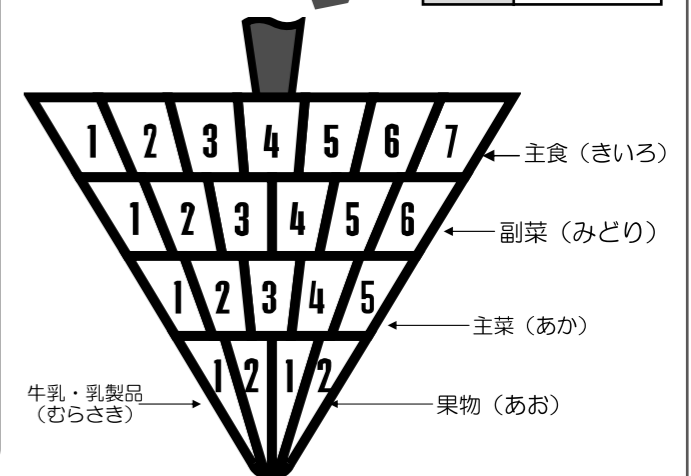
①パソコンのインターネットで
農林水産省のホームページ「食事バランスガイドチェック!」なら、質問に答えるだけでチェックすることができます。

http://www3.govonline.go.jp/gov/tsushin_flash/200509/f_food_guide_s.swf
と入力するか、検索機能で「食事バランスガイド」と入力。
※だれもが気軽に食事バランスガイドを使った食事のチェックができるように、市役所市民ホールに専用のパソコンを用意しています。

②携帯電話を持っている人は、右のQRコードを読み取って登録し、質問に答えていけば、チェックできます。



②で作ったコマの升目を「つ」の数の分だけ塗りつぶします。



171億2,418万7千円 歳入

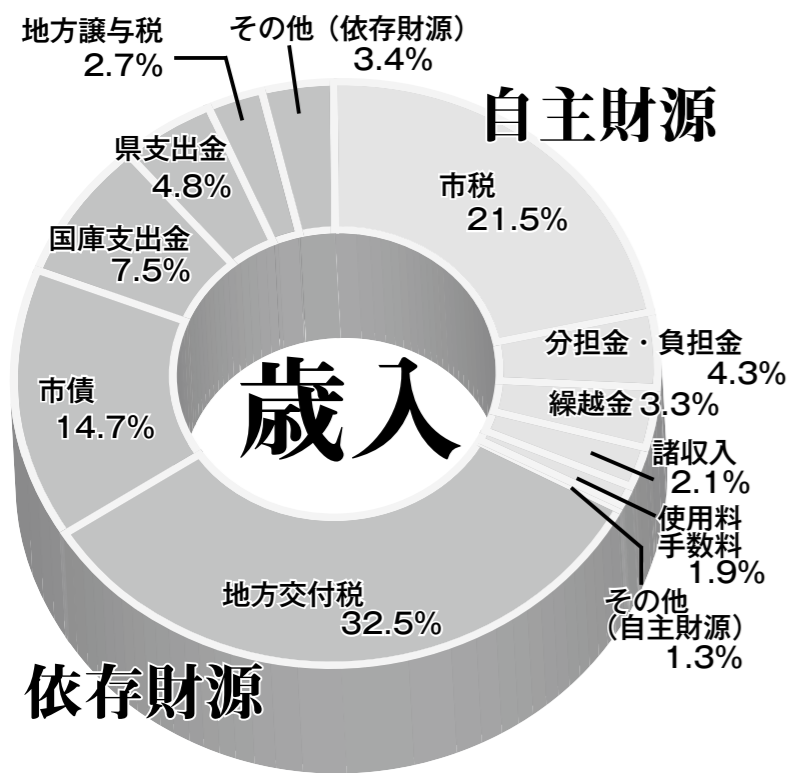
一般会計歳入額は前年度より12億2,693万6,022円減（△6.7%）の171億2,418万7,461円となりました。

合併初年度の平成17年度が旧市町村の予算を基に編成されたことを考えると、平成18年度の予算は新山梨市として実態に合った予算といえます。

地方分権に伴う三位一体の改革により、地方交付税は減収となっています。このような厳しい財政状況の中、多くの要望に応えるため、地域の活性化を図り自主財源の確保に努めるとともに、さらなる行政改革が必要です。

平成18年度歳入内訳

財源別	項目	金額	
自主財源 34.4%	市税	36億8,925万5千円	
	分担金および負担金	7億2,961万円	
	繰越金	5億6,854万円	
	諸収入	3億5,030万2千円	
	使用料および手数料	3億2,469万2千円	
	繰入金	2億157万6千円	
	財産収入	1,740万2千円	
	寄付金	597万5千円	
	依存財源 65.6%	地方交付税	55億6,567万6千円
		市債	25億2,326万9千円
国庫支出金		12億9,014万円	
県支出金		8億2,067万5千円	
地方譲与税		4億5,897万3千円	
地方消費税交付金		3億4,001万2千円	
自動車取得税交付金		9,962万4千円	
地方特例交付金		9,262万円	
利子割交付金		1,571万7千円	
配当割交付金		1,260万1千円	
株式等譲渡所得割交付金	1,147万円		
交通安全対策特別交付金	605万8千円		
歳入合計	171億2,418万7千円		



市民一人あたりの市税負担額 (単位: 円)

市民税……………35,941円
 固定資産税…44,653円
 その他……………13,630円
合計 94,224円

人口 39,154人
 (平成19年3月31日現在)

平成18年度 決算

平成18年度の決算が9月議会で認定されました。昨年度までは12月議会で認定されていましたが、次年度の当初予算にこの決算審査で出された意見などを反映させ、より実効性の高い予算編成ができるよう本年度から早めることになりました。

平成17年3月22日の合併により「新山梨市」が発足し、2年が経過しました。

過去2年と比較すると行財政の効率化、各種事務事業の見直しなどにより一定の歳出圧縮が図られています。

しかし、歳入においては、自主財源の減少や、国庫補助負担金が一般財源化されたことによる特定財源の減少など、厳しい状況が続いています。



山梨市の財政状況

●財政力指数……0.444

地方公共団体の財政に力があるかどうかを表す指標。財政力指数が高いほど、自主財源の割合が高く、財政力が高いことを示す。指数が1を越えると、普通交付税が受けられなくなる。山梨市は、財源の半分以上を交付金などで賄っている。

山梨市の財政状況はどうでしょうか。財政の現状を表す指数や比率で、確認してみましょう。

●実質公債費比率……16.5

一般会計の公債費と、水道事業会計など公営企業会計の公債費に充てるための繰出金などの合計額が、歳出総額に占める割合を表した数値。この数値が18%を超えると起債の協議性への移行などが制限されるため、数値を抑制する必要がある。

●経常収支比率……87.6

財政の弾力性（ゆとり）を見るための指標。人件費など毎年必ず必要とする経費を、地方税や地方交付税などの比較的安定した収入で割った指数。比率が低いほど、財政構造にゆとりがあることを示している。

特別会計決算

特別会計は、保険料や使用料などで賄う特別な業務で、一般会計と分けて経理することによって、収支をわかりやすくさせた会計です。

特別会計区分	歳入	歳出	差引
国民健康保険	42億5,140万4千円	40億5,268万7千円	1億9,871万7千円
老人保健	43億4,991万8千円	43億4,991万7千円	千円
交通火災災害共済事業	1,483万5千円	1,034万8千円	448万7千円
下水道事業	16億3,830万2千円	16億3,508万4千円	321万8千円
浄化槽事業	6,683万1千円	6,041万9千円	641万2千円
特定環境下水道事業	1,114万2千円	1,114万2千円	0
介護保険	22億2,288万5千円	21億5,826万円	6,462万5千円
居宅介護支援	1,585万3千円	1,585万3千円	0
居宅介護予防支援事業	1,062万4千円	1,062万4千円	0
牧丘簡易水道	2億4,003万2千円	2億3,965万7千円	37万5千円
三富簡易水道	5,077万8千円	5,077万8千円	0
活性化事業	9,363万5千円	9,363万5千円	0
合計	129億6,623万9千円	126億8,840万5千円	2億7,783万5千円

公営企業会計決算

■水道事業会計

水道事業会計 損益計算書	営業収益	4億6,817万円	営業費用	4億837万3千円
	営業外収益	416万1千円	営業外費用	4,916万3千円
	仮受消費税額	△2,027万4千円	仮払消費税額	△685万3千円
			特別損失	54万2千円
			経常収益	137万4千円
			当年度純収益	83万2千円

※仮受消費税額：水道料金の中に含まれている消費税額
 ※仮払消費税額：経費として支払った消費税額

公債費の状況

■山梨市の借金残高 367億7,645万2千円

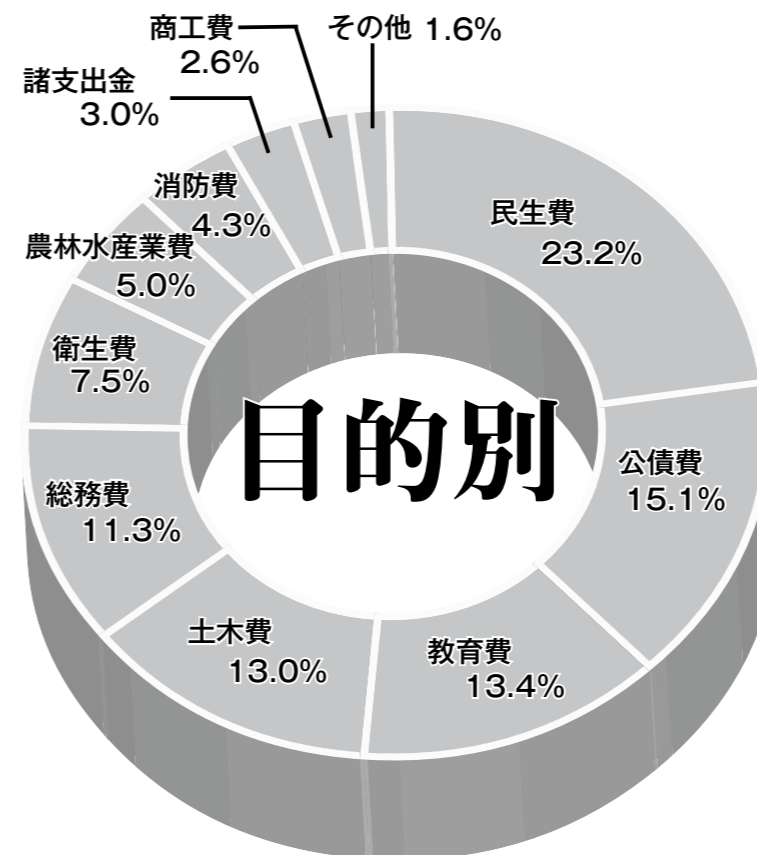
会計名	平成17年度末 未償還額	平成18年度償還額		平成18年度 借入額	平成18年度 未償還額
		元金	利子		
一般会計	221億167万6千円	20億7,504万8千円	4億2,543万円	25億2,326万9千円	225億4,989万7千円
下水道事業特別会計	104億1,255万7千円	5億9,869万5千円	3億240万8千円	4億8,990万円	103億376万2千円
浄化槽事業特別会計	3億7,261万7千円	705万5千円	642万7千円	490万円	3億7,046万2千円
牧丘簡易水道特別会計	16億943万3千円	4,836万5千円	4,078万1千円	4,860万円	16億966万8千円
三富簡易水道特別会計	1億8,492万5千円	464万4千円	341万9千円	0	1億8,028万1千円
水道事業会計	14億1,983万8千円	5,745万6千円	4,916万3千円	4億円	17億6,238万2千円
				合計額	367億7,645万2千円

【問い合わせ】総合政策課 財政担当 ☎1111 (内線238)

165億1,223万8千円 歳出

平成18年度の歳出総額は165億1,223万8,071円で、前年度の歳出総額177億8,258万3,242円と比べると12億7,034万5,171円(△7.1%)の減となりました。

全体の歳出額が減少する中、福祉に関する費用(性質別内訳の扶助費)は前年度より増額となっています。

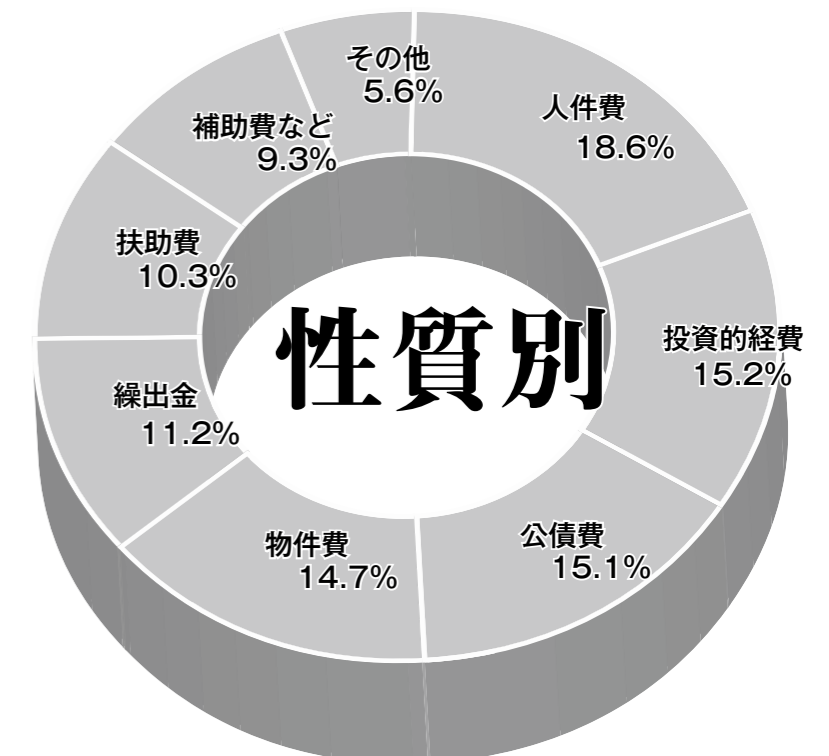


平成18年度目的別歳出内訳

項目	金額	市民一人あたり
民生費	38億3,708万8千円	98,000円
公債費	25億47万8千円	63,863円
教育費	22億867万2千円	56,410円
土木費	21億4,563万6千円	54,800円
総務費	18億7,355万6千円	47,851円
衛生費	12億3,366万5千円	31,508円
農林水産業費	8億3,115万4千円	21,228円
消防費	7億1,410万6千円	18,238円
諸支出金	5億59万2千円	12,785円
商工費	4億3,300万8千円	11,059円
議会費	1億6,391万6千円	4,186円
労働費	6,330万9千円	1,617円
災害復旧費	705万8千円	180円
歳出合計	165億1,223万8千円	421,725円

平成18年度性質別歳出内訳

項目	金額
人件費	30億8,081万7千円
投資的経費	25億580万1千円
公債費	25億47万8千円
物件費	24億2,992万5千円
繰出金	18億4,363万9千円
扶助費	16億9,465万7千円
補助費など	15億3,259万2千円
積立金	5億264万円
投資および出資金	2億3,175万9千円
貸付金	1億1,905万2千円
維持補修費	7,087万8千円
歳出合計	165億1,223万8千円



保険料などの詳細は、
決まり次第広報などでお知らせしていきます。

【後期高齢者医療制度に関する問い合わせ】

山梨県後期高齢者医療広域連合（山梨県自治会館内） ☎ 055(236)5671

市民課国民健康保険担当 ☎ 1111(内線 146、148)

～ホームページを開設しました～

「後期高齢者医療制度」を県民の皆さんに知っていただくために、
「山梨県後期高齢者医療広域連合」のホームページを開設しました。

ホームページではこの制度を詳しく紹介するとともに、制度に関し
てのお知らせなどをいち早く掲載していきます。ぜひご覧ください。

URL : <http://www.yamanashi-iryokouiki.jp/>

平成 20 年 4 月から 後期高齢者医療制度が 始まります。

～老人保健制度から後期高齢者医療制度へ～

従来の医療保険制度から独立した「後期高齢者医療制度」が
来年 4 月から始まります。この制度は、75 歳以上の高齢者を
対象に、その心身の特性や生活実態などを踏まえてつくられました。

医療費が増大していくなか、現役世代と高齢者世代の負担を
明確化し、公平でわかりやすく、全ての国民が安心して
医療保険を利用できるためのものです。

後期高齢者医療制度でこう変わります

	老人保健制度（現在）	後期高齢者医療制度（平成 20. 4 から）
制度の仕組み	国民健康保険や会社の医療保険などに加入しながら「老人保健制度」で医療を受けます。	75 歳以上のすべての人を対象とした後期高齢者のための独立した制度です。この制度に加入するときは、それまで加入していた医療保険を脱退することになります。
運 営	国民健康保険では市町村、その他健保組合などは加入している医療保険ごとに異なります。	都道府県ごとに設置された後期高齢者医療広域連合が運営主体になります。申請手続きなどの窓口は、今までどおり市役所の市民課窓口で行なうことになります。
被保険者	○ 75 歳以上の人 ○ 65 歳以上で一定の障害のある人	○ 75 歳以上の人 ○ 65 歳以上で一定の障害のある人 ※移行にあたっての手続きはありません。
対象になるとき	75 歳の誕生日のある月の翌月 (1 日の人はその月から)	○ 老人保健制度の対象者は平成 20 年 4 月 1 日から ○ 平成 20 年 4 月以降に 75 歳になる人は、誕生日当日から
医療費の負担割合	○ 一般の人は 1 割 ○ 現役並み所得の人は 3 割	○ 一般の人は 1 割 ○ 現役並み所得の人は 3 割 (※……左のページ説明があります)
保 険 証	保険証 (国民健康保険・他の健康保険など) 医療受給者証	後期高齢者医療被保険者証が 1 人に 1 枚交付されます。 来年 3 月頃の発送予定です。 ※医療受給者証は発行しません。
保 険 料 (税)	保険料は世帯ごとに決まり、加入する国民健康保険や他の健康保険などに納めます。	各都道府県の広域連合ごとに決められた保険料を、加入者全員が納めます。
保険給付	療養の給付や入院時の食事代、高額医療費など	受けられる給付は老人保健制度と変わりません。

■今後、国からの詳細な制度説明により変更になることがあります。

※ 現役並み所得とは（現時点での予定）

同一世帯に住民税の課税所得が 145 万円以上の後期高齢者医療の被保険者がいる人。

ただし、次に該当する人については、申請し認定を受けると、1 割負担になります。

◇同一世帯に被保険者が 1 人のみの場合、被保険者本人の収入の額が 383 万円未満の人

◇同一世帯に被保険者が 2 人以上いる場合、被保険者の収入の合計が 520 万円未満の人

※所得について詳しく知りたい人は、市役所市民課へお問い合わせください。

♥♥♥善意をありがとう♥♥♥

▼社会福祉資金として

- 矢崎 政一様 (下石森) 100,000 円
- 武藤 等様 (西) 100,000 円

読

子ども読書活動推進
計画策定委員会を開催

市は、9月21日、市民会館において「第一回山梨市子ども読書活動推進計画策定委員会」を開催しました。

この委員会は、「子ども読書活動の推進に関する法律」の規定により、子どもの読書活動推進計画を策定するために設置されたものです。

委員会は、市民、学識経験者、学校教育関係者、行政関係者で構成されており、この日はまず市長から14人の委員に委嘱状が手渡されました。



市長から委嘱を受け取る推進委員会委員。

国では平成14年に「子どもの読書活動の推進に関する基本的な計画」が策定され、県では平成17年に「山梨子ども読書活動推進計画」が策定されています。

バ

市営バスの車両が
新しくなりました

平成7年10月から運行してきた牧丘町内循環線のバス車両が、10月1日から新しくなりました。車両の老朽化と運行の委託形態の変更に伴い、バス2台を入れ替えました。

●生涯学習課生涯学習担当
(市民会館内) ☎29611

また、山梨循環線のバス車両も11月1日から新しくなります。運行事業は、引き続き市民観光株式会社が行ないます。



10月1日から新しい車両で運行しています(牧丘地区循環バス)。

遺

縄文時代の
敷石住居跡を確認

牧丘町室伏(乙ヶ妻)の水道配水池築造工事予定地で、縄文時代後期(約四千年前)の集落跡が確認されました。

●生涯学習課文化財担当
(市民会館内) ☎29611



発見された縄文時代の敷石住居。

区

19年度第2回
区長会総会を開催

市は、10月9日、夢わーく山梨において平成19年度第2回区長会総会を開催しました。

この日は、まず市長が9月6日の台風の警戒に対するお礼を述べ、続いて、道の駅への指定管理者制度導入、根津記念館の工事進捗状況、水道料金の改定などについて説明しました。

●総務課行政防災担当
☎1111 (内線227)



夢わーく山梨で開かれた区長会総会の様子。

みんなで語る、まちづくり。

タウンミーティング【まちづくり懇話会】2007

市では、合併後の新しいまちを皆さんとともに作っていくため、今年も市内11か所において、「タウンミーティング」まちづくり懇話会を開催します。

この懇話会は、新「山梨市」が生じた平成17年度から始めたもので、今年で3回目となります。

市では、過去2回で皆さんから寄せられた声をもとに、今年は開催方法を少し変え、各地区が抱える課題やまちづくりについて、あらかじめテーマを決めて話をしていきます。

市民のみなさんと行政が互いに情報や考え、思いを共有しなければ、協働のまちづくりは実現できません。

互いの思いを共有し、その対話の中から、先人から受け継いだこのまちを守り、育て、次の世代へと引き継いでいくために、「わたしたちが今すべきことは何か」をみんなで考えていきたいと思います。

【まちづくり懇話会開催日程】

三富地域

開催日	地区	会場
10月29日(月)	三富	基幹集落センター

牧丘地域

開催日	地区	会場
11月5日(月)	西保	西保公民館
11月12日(月)	中牧	中牧公民館
11月26日(月)	諏訪	牧丘支所2階会議室

山梨地域

開催日	地区	会場
11月2日(金)	日下部	日下部公民館
11月7日(水)	八幡	八幡公民館
11月14日(水)	岩手	岩手公民館
11月15日(木)	日川	日川公民館
11月19日(月)	後屋敷	後屋敷公民館
11月30日(金)	山梨	山梨公民館
12月5日(水)	加納岩	加納岩公民館

「まちづくり懇話会」は、各地区とも午後7時30分～

【問い合わせ】 総務課広聴広報担当 ☎1111 (内線225、226)

第23回巨峰の丘マラソン大会



みんな一斉にスタート。行ってきま〜す！

恒例の「巨峰の丘マラソン大会」も23回目を迎え、今年も盛大に開催されました。県内はもとより、北は北海道、南は長崎県から約2,200人が参加しました。

天候にも恵まれ、巨峰の甘い香りが漂うブドウ畑の中を5km、10km、20kmのそれぞれのコースをランナーが駆け抜け、90歳という最年長ランナーはの守屋さんも、元気に5kmのコースを完走しました。

レース後、ランナーたちは完走証を手の特産の巨峰をおいしそうに味わい、また参加賞の巨峰を大事そうに持ち帰りました。

各コース、部門別6位までの選手には、賞状と記念品が贈られました。



最高齢の守屋重太郎さんゴールまであと少し！



今年も仮装ランナーが登場しました



ゴールの瞬間、多くの観客が拍手



巨峰をもらって大喜び！

まちのわだい 2007. 9 ~ 10

第3回山梨市フットサル大会



コート内では、子どもたちが懸命にボールを追いかけて白熱した戦いが繰り広げられていました。

熱戦の結果、PCミラン（山梨スポーツ少年団選抜）が優勝しました。

10月8日、市民総合体育館にて「第3回山梨市フットサル大会」が開催されました。

市内小学校4～6年生からなる14チームが出場。コート内では、子どもたちが懸命にボールを追いかけて白熱した戦いが繰り広げられていました。

秋の夜空の天体観測

10月7日、フルーツ公園、フルーツセンター前にて、甲府市で開催している「ライトダウンバレー甲府」に合わせて、秋の星座の天体観測会が行なわれました。

会場には、多くの親子連れや観光客が集まり、星座の説明を聞いたり、望遠鏡で木星を観察したりしました。

星空とともに、フルーツ公園からの夜景も一緒に堪能できたようでした。



秩父多摩甲斐国立公園

笛吹川源流まつり

9/29

笛吹川源流まつりの前日の催しとして「じょいそーらん山梨県大会」が行なわれました。

県内外から8チームが参加し、日頃の練習の成果を存分に発揮、どのチームも力のこもった演舞を披露し、会場からは歓声と拍手が送られていました。

第1回目の優勝は、八王子市の「華いちもんめ」チームでした。賞状のほか記念の盾、ぶどう、ワインなどが贈られました。

夕方からは、山梨市在住オカリナ奏者、大沢聡さんと山梨市出身のピアノ奏者、小林真人さんによるユニット「breath」のコンサートが開かれました。自然に囲まれた会場を、オカリナとピアノの音色が包み込むと、観客はみなうっとり。暖かい雰囲気の中、曲にあわせ手拍子をするなど、楽しいひとときを過ごしました。



じょいそーらんの迫力ある演舞



breathのコンサートのようす

9/30

今年で2回目となる「笛吹川源流まつり」。当日はあいにくの雨模様となりましたが、市民吹奏楽団による演奏や、チェーンソーによる丸太彫刻、秩父瑞穂太鼓が会場を盛り上げてくれました。

また、各地のそば打ちによる源流そば処は今年も大賑わい。作りたてのそばをおいしそうに食べているお客さんの顔が、とても印象的でした。



秩父瑞穂太鼓のようす



これが ⇒ こうなりました



源流そば処でおいしいそばを堪能



市民吹奏楽団の演奏

ご長寿バンザイ！ 2007



敬老の日、平成 19 年度中に 100 歳を迎えるみなさんのお宅を慶祝訪問しました。市内で本年度中に 100 歳となる人は、11 人。明治 41 年 4 月から 42 年 3 月までの生まれです。

あたたかい家族に囲まれ、にぎやかに 100 歳をお祝いしました。



廣瀬操子さん（替地）



窪田美さ子さん（中村）



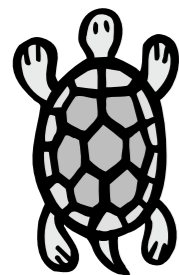
左から 野澤種子さん
石井みのるさん
坂本けさ子さん
（桃源荘）



並木せいさん（西）



深沢美代治さん（小田屋）



手塚まさのさん（笛吹荘）



土屋まさ子さん（西保中）



おめでとうございます。

小学校運動会



市内各小学校において秋の大運動会が行なわれました。子どもたちは、この日のために一所懸命練習した成果を元気いっぱい披露しました。



牧丘第三小学校



牧丘第二小学校



牧丘第一小学校



八幡小学校



加納岩小学校



後屋敷小学校



岩手小学校



日川小学校



三富小学校



来年はぼくたちも運動会に出るよ！

来年度入学
児童宝ひろい



山梨小学校



日下部小学校



■小説



夜叉桜

あさの あつこ・著

江戸で起こった連続女郎殺人。同心・信次郎の調べが進むにつれ、市井の人々が隠し抱えていた過去が徐々に明らかにされていく。生き抜く哀しさを、人は軟弱に変えることができるのか？

■児童書



たのしいこびと村

エーリッヒ・ハイネマン／文 フリッツ・バウムガルテン／絵 石川素子／訳
貧しいねずみの親子ブツとピープスは、困ったときに助けてくれる「こびとの村」を探しに旅に出ることに。ようやくたどりついた村で、こびとたちに親切にもらった2匹は、実りのお祭りに加わり……？
美しいカラー挿絵入りのあたたかたで楽しい話。

【注日本紹介】

日本や西洋の建築の歴史、環境との関係、構造や材料、計画とデザインなどを専門的な領域にまで掘り下げ、建築のしくみをほとんどすべて網羅。写真やイラストを用いて、歴史に残る名建築物の数々を紹介する。



Information ~おはなし会~

- ◆乳幼児向き チェリー 日時：11月13日(火) 午前10時30分～11時
- ◆幼児・低学年向き くれよん 日時：11月24日(土) 午前10時30分～11時
- ★会場はいずれも市立図書館。詳細は、お問い合わせください。

【市立図書館ホームページ】 <http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp/library/index.html>

【開館時間】 午前9時～午後5時 (金・土は午後6時まで) ★休館日は、折り込みのカレンダーで確認してください★

■主な新着図書

日本の小説	
夕映え	宇江佐真理
スワンソング	大崎 善生
ブラックペアン	海堂 尊
第四の闇	香納 諒一
月明かり	北原亜以子
警官の血①②	佐々木 譲
女衞の供養	澤田ふじ子
追伸	真保 裕一
約束の地で	馳 星周
つくもがみ貸します	畠中 恵
名残り火	藤原 伊織
文学・エッセイ・手記・外国の小説など	
ラストメッセージ	高木 敏子
求めない	加島 祥造
アイロンと朝の詩人	堀江 敏幸
フェイスフル・スパイ アレックス・ベレンスン	
秘められた貌	ロバート・B. パーカー
その他・一般	
富士山が世界遺産になる日	小田 全宏
左手の証明	小澤 実
子どもの栄養と食育がわかる事典	足立 己幸・監修
わが家で育てる果樹&ベリー-100	船越 亮二・監修
登山入門	野村 仁

山梨北中学校吹奏楽部 12年連続西関東大会出場！



山梨北中学校吹奏楽部(部員数:43人、顧問:網野勝朗教諭、副顧問:小林直子教諭)が、今年も山梨県代表として、埼玉県所沢市で開催された西関東吹奏楽コンクールに出場しました。

大会に出場したのは、2・3年生を中心とした35人。所沢市民文化センターの2,000席を超えるホールが超満員となった中、「緊張したけど気持ちよく演奏ができました」と指揮者の網野先生、「いい演奏ができて、いつもと違った手ごたえを感じられ、これはイケると思った」と生徒たちが確信したとおり、結果は見事金賞。

東日本学校吹奏楽大会への出場枠である上位4校入りは、惜しくも1点差で涙をのむ結果となりましたが、部長の金子蒼さんは「練習では苦労も多かったが、それを乗り越えたからこそ一番良い演奏ができた。みんながんばったなあと思う」と大会を振り返りました。

山梨北中学校は、山梨県の代表として西関東吹奏楽コンクールへ12年も連続して出場している県内でも有数の吹奏楽活動が盛んな学校。

来る10月28日には、生徒たちの自主運営による「盲導犬育成ボランティアコンサート」を午後1時30分から笛吹川フルーツ公園「くだもの広場」で開催するそうです。

子どもたちのすばらしい演奏を、身近で聞くことができるまたとない機会です。ぜひお出かけください。

テレビを消したあとの

静けさが運んでくるもの

「家読」のすすめ

「家読」とは「家庭での読書」の略で、本を読むという習慣を家族全員で持つ、という試みです。親子で同じ本を読むというだけではなく、家族それぞれが本を読むという共通体験をおとして家庭内のコミュニケーションを図ることができ、家族の絆がよりいっそう深まることを願って提唱されているものです。

一日中外で忙しく働いているおとなたちが、家に帰って読書をするとはなかなか容易なことではないと思います。

しかし、心身ともに健全な子どもが発達を考えたとき、幼いころからの「本を読む」という習慣がいかに大切であるかをいま一度振り返り、まずは家庭で親が本に親しむ姿を見せることが大切ではないかと考えます。「読書」といっても気軽に読めそうな簡単な本から手にとってみたらいかがでしょうか。

最近「絵本」が大人に見直されています。「絵本」は、子どもでも読める簡単な本ですが、時には人生さえも変え得るほどの大きな力があると言われます。そんな絵本を一冊紹介します。



つきのよるに
いもとようこ・作/絵

※学校図書館支援センターが
お薦めする一冊

カモシカの赤ちゃんである『ぼく』は生まれてもすぐには歩けない。たおれて、たおれて、ふんばってやっと32回目に立ち上がることができた。おかあさんからいっばいおっぱいをもらい、抱きしめてもらい、いろいろなことを教わった。

『ぼく』がいろいろなことができるようになったとき、おかあさんは月を見上げて言った。『よくお聞き、お前が一人で生きていくようになったら、つらいことがたくさんあるだろう。そんなときは思い出すんだよ、生まれた日のことを。ころんでもころんでもお前は一人で立ち上がった。ころぶたびに強くなつていくなんだよ』と。

ある日、『ぼく』が遊びまわって帰ると、それまで見たこともない怖い顔をしたおかあさんが角で突き返した。『どうしてなの？』と聞いても知らん顔で背を向けて行ってしまった。泣きつかれて声も出なくなったとき、お月さまが出てきてお母さんの声が聞こえた。『さあ、立ち上がるのよ！』『ぼく』はそのことを理解して、一人で生きていく自信を持った。

母親の愛に十分包まれて育ったから、たくましく巣立っていった『ぼく』。ファンタジックなやさしい絵とともに、一人で立ち上がる『ぼく』がいとおしく、思わず涙が出してしまう絵本です。

「自立」「向けた子育てのヒント」にならう一冊です。

※この本の閲覧・貸出しは、市立図書館で行なっています。

行政サービスと NPO 法人の役割イメージ例

現在の社会構造の中で、NPO 法人は非営利活動の事業を展開するとき、行政と連携（協働）していく機会が多くなります。地域の多様なニーズに対して、行政のサービスでは行き届かない部分をピンポイントで補いながら、法人の目的にあった事業展開をしていかななくてはなりません。

〈イメージ図〉



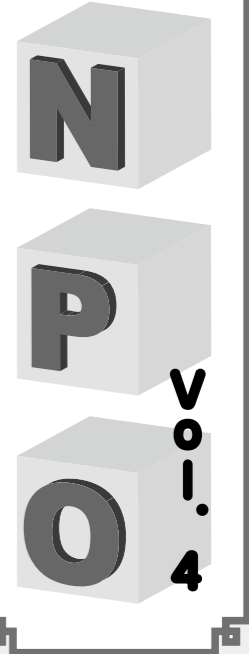
山梨市では「やまなしし出前講座」において、NPO 法人設立や「協働」について考える講座を設定しています。ぜひ、ご利用ください。

行政と NPO との協働事業例 (パートナーシップの形態)

- ◎委託・指定
行政にない専門的な部分や先駆性に期待し事業を委託・指定して実施する。
(指定管理者など)
- ◎補助・助成
資金助成、物品・場所の支援、人的支援などを行なう。
- ◎後援・共催
NPO 法人に公的信用の付与や行政主催の事業などに NPO 法人からの後援を受ける。NPO 法人と行政がともに主体となって1つの事業を行なう。
- ◎事業協力
行政が一定期間または継続的に NPO 法人の事業に協力、逆に NPO 法人が行政に協力する。
- ◎仲介・調整
NPO 法人に対して企業・行政・市民などとの関係を橋渡しする。
※行政サイド以外では、中間支援組織
(例：山梨県ボランティア協会) もある。
- ◎政策提言など
独自の企画、協働事業の提案、アドバイスなどを行ったり受けたりする。



シリーズ



NPO 法人 エルドラード

【活動の目的】

幼児から高齢者に対して、健康、スポーツに関する事業を行ない、より豊かな地域社会の実現に寄与することを目的としています。

【主な活動の内容】

- サッカー教室の事業実施
- 山梨スプリングサッカーフェスティバルへの運営協力
- クラブ誌の発行
- 幼児スポーツ教室への指導スタッフ派遣
- 地域サッカースクール運営協力
- 教育委員会などの主催による事業への参加協力など

【問い合わせ】

〒405-0016 山梨市北 2066
☎ 5901

表選手を誕生させたいとの熱い思いで、平成18年6月にエルドラードを設立しました。

運営の中心である青少年サッカークラブチームの活動は、若手選手の育成に力を入れ、コンスタントに山梨県選抜選手を輩出し、関東・全国レベルの選手育成にもつながっています。中には、全国的にサッカーの強豪校として有名な高校に進学して活躍する選手や、プロでの活躍が期待される選手も育っています。

現在は、峡東地域を中心とした小学生から中学生までの子どもたちが集まり、練習に励んでいます。特に中学生は週4回の練習と、休日には試合といったハードスケジュールをこなしています。

近年、子どもたちの体力低下が見られ

る中、瞬間的な力の出し方やボディバランスの習得につなげるため、ウエイトトレーニング専門のトレーナーが指導を行ない、科学的なトレーニング方法を取り入れるなど、個々の選手能力をより発揮できるよう練習を工夫しています。

また、まちづくりの推進と地域の活性化を図るために、地域住民交流スポーツイベントに参加、協力するなど、市民の自発的な活動のきっかけ作りや、行政や企業との協力体制の整備にも努めています。

ここ山梨市から、世界で活躍するサッカー選手が誕生するのも、そう遠い話ではないかもしれません。これからも地域のスポーツ振興と豊かな地域社会の実現に向け、積極的な活動が期待されます。

エルドラードは、青少年サッカークラブの運営を中心に、地域のスポーツ振興を主な目的として活動している NPO 法人です。県内には、このような青少年サッカー関係の NPO 法人が4法人ありますが、峡東地域にあるのはエルドラードだけです。

理事長の古屋和也さんは笛吹市一宮町の出身で、小学生からサッカーを始め、中学3年生で関東代表・シユニアユース候補、日川高校時代には関東高校選抜・ユース候補になるなど選手として活躍しました。高校卒業後にはJ1柏レイソル(当時は(株)日立製作所)に入団。入団1年目から主軸選手として活躍し、日本代表メンバーとして2度召集されましたが、24歳の時に試合中の接触プレーで右足を骨折し、2年間プレーができないう状態となり、代表入りを逃してしまいました。退団後は、ふるさとに戻って、現在のJ1ヴァンフォーレ甲府のコーチを5年間務め、指導者としての道を歩んでいます。

ヴァンフォーレ甲府時代、青少年サッカー教室で指導をしていた時の経験と知識を生かし、スポーツを通して健全な青少年の育成と、山梨からサッカー日本代

NPO 法人の活動を通して、子どもたちに「夢」をもってもらいたいと思います。

また、今年の3月には、「第1回スプリングサッカーフェスティバル」が市内で開催されました。私たちは実行委員会の一員としてイベントの運営に参加しましたが、今後はNPO が主体となって、数多くのスポーツイベントを企画し開催していこうと思っています。

こうした事業が、行政・企業・NPO を連携させるきっかけとなり、「協働」の事業として定着し、地域の活性化につながればと思います。



理事長 古屋和也さん

山梨市内で活動する NPO 法人を紹介します

毎日5分で筋力アップ

●常に「使う」ことが老化を防ぐ

風邪でしばらく寝込んだだけで、歩くのがつらくなった経験がありませんか。頭も体も、使わなければ衰えていきがちです。年をとると足腰の機能は自然と衰えますが、それに加え、運動をしないと筋力はどんどん低下し、日常生活にも支障が出てきます。

特に外を歩く機会が減る冬の寒い時期は、こたつに入ったまま一冬越すと、春には足が弱ってしまい、回復が大変!なんてことも……。

●痛みの悪循環

「足腰が痛いから」と外出や運動を控えていると、さまざまな機能が低下し障害を抱えることにもなりかねません。ひどい痛みや炎症があるときは安静が必要ですが、それを過ぎたら医師に相談し、無理のない範囲で体を動かすことで、痛みを和らげることもできます。

●転倒しないよう、下半身の筋力を高めましょう

日常生活の基本的な活動には、下半身の筋力が特に大切です。下半身の筋力がなくなると転倒しやすくなります。高齢期でも鍛えれば筋力は向上しますので、運動を続ければ効果が、転倒予防・体力の向上が

見込めます。

下半身の筋力を意識的に鍛える体操や運動を、毎日の習慣にしましょう。

●チェックリストであなたの運動機能をチェック!

あなたの運動機能をチェック!

■チェックリスト
次の質問に「はい」「いいえ」で答えてみましょう。

質問	はい	いいえ
階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか		☆
椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか		☆
15分くらい続けて歩いていますか		☆
この1年間に転んだことはありますか	☆	
転倒に対する不安は大きいですか	☆	

☆の数が多い人、あなたは特に運動器の機能向上が必要です。意識して「筋力アップ体操」を毎日の生活に上手に取り入れましょう。山梨市では、1時間半程度の簡単なストレッチ体操や運動を行なう「元氣あつぷ教室」を、市内11会場で開催しています。運動習慣を身に

ごみの野焼きは禁止されています!

屋外でのごみ焼却(野焼き)に関する苦情が、市に多く寄せられています。

原則として、屋外でのごみの焼却は法律で禁止されています。絶対に行なわないようにしてください。

■例外として、焼却が認められている場合

- 農林業者が行なう稲わらや伐採した枝などの焼却
- 「どんど焼き」など風俗習慣上または宗教上の行事を行なうための焼却
- 廃棄物処理基準に適合した焼却炉での焼却
- キャンプファイヤーなどでの薪の焼却



例外に該当する場合であっても、生活環境上支障を与え、苦情などのある場合は、改善命令や各種の行政指導の対象となります。周囲に迷惑をかけたり危険を及ぼしたりしないよう、風向きや時間帯、燃やす量などに十分気をつけるとともに、火が完全に消えるまでその場を離れないようにしてください。

また、消防署への連絡も事前に行なう必要があります。

認められた品目以外のごみ(家庭から出る一般ごみなど)と一緒に燃やすことはできません。家庭ごみの処分について、リサイクルできるものはリサイクルステーションに、それ以外のごみは必ずルールを守って排出してください。

法律に違反して野焼きを行なった場合は、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金となります。

【問い合わせ】

環境課生活環境担当
☎1111 (内線 252, 253)

付けて、みんなで楽しく運動をしましょう。日程や会場など詳細については、お問い合わせください。

自宅で簡単介護予防運動 毎日5分間程度の運動を続けて、筋肉をつけましょう。(呼吸は止めないように!!)

■片足上げ、ひざ伸ばし(左右)

①片足を上げ、足首を手前に曲げ、かかとを押し出すようにひざをゆっくり伸ばす。

②そのままつま先を向こう側へ倒すように足首を伸ばす。再び手前に曲げ、また伸ばした後、足を床に下ろす。(左右繰り返す)

■かかとの上げ下げ

①椅子の背に軽く手を付き、両足をそろえて立つ。

②つま先を軸にして、かかとの上げ下げをゆっくり静かに繰り返す。

■足指じゃんけん

手と同じように、足の指でじゃんけんをしてみる。

※椅子は安定したものを使ってください。

毎月第1日曜は、家族や仲間と和やかに食卓を囲む日!

【今月のお勧め献立】おろしレンコンの揚げ団子

△作り方▽

- 1、レンコンは粗めにおろし、「コボウ」は斜めにせん切りに、サヤエンドウは筋をとり、レモンはくし型に切っておく。
- 2、レンコン、コボウと鶏ひき肉、(A)の材料、コマを加えて混ぜ合わせる。
- 3、低温の油にサヤエンドウを入れて素揚げし、塩少々をふっておく。
- 4、2をスプーンで形にとり、油に静かに入れて表面が固まったら返しながら色づくまで揚げる。
- 5、器に盛り、サヤエンドウとレモンを添えてできあがり。

体によくない物質を排出する働きが……

レンコンは、ビタミンCが豊富です。食物繊維も多く含まれており、血圧を正常に保ったり便通をよくし、体によくない物質を排出する働きがあります。

選び方のポイントは表面につやがあり、ふっくらと膨らんでいて太いもの。切られて売っているものは切り口が新しく肉厚のもので、穴が小さく内側が白いものが多いです。

旬の時期に、レンコン料理にチャレンジしてみましょう。



材料と調味料

エネルギー 359kcal (1人分)

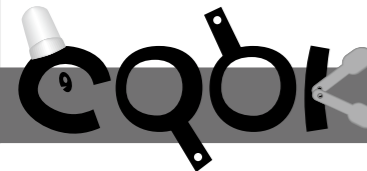
材料 (4人分)

- レンコン…………… 200 g
- ゴボウ…………… 1/4 本
- 鶏ひき肉…………… 300 g
- いりゴマ…………… 大さじ3
- サヤエンドウ…………… 40 枚
- レモン…………… 適宜
- 揚げ油…………… 適量
- 塩…………… 少々

(A)

- マヨネーズ…………… 大さじ2
- 卵…………… 大さじ2
- 酒…………… 大さじ1
- 小麦粉…………… 大さじ2
- しょうゆ…………… 小さじ2
- 塩…………… 少々

■山梨市食育推進計画
☎ http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp/citizen/plan/shokuiku_plan.pdf



保健課保健指導担当 ☎1111 (内線 414, 415)

税金 Q & A

Q 昨年8月に会社を退職し、国民健康保険に加入しましたが、その後、会社に就職し、給料から社会保険料を引かれています。しかし、今年7月に国民健康保険の納税通知書が届きました。二重に支払うことになってしまいますが……。

A 皆さんがいつ就職して社会保険に加入したが、いつ退職したかという情報を、市では得ることができません。

したがって、社会保険に加入した場合は、国民健康保険を抜ける手続きが必要になります。社会保険の保険証がきたら14日以内に市役所市民課国民健康保険(支所は住民生活担当)窓口へ届け出てください。この手続きをしないと、引き続き納税通知書や督促状が送られることとなります。

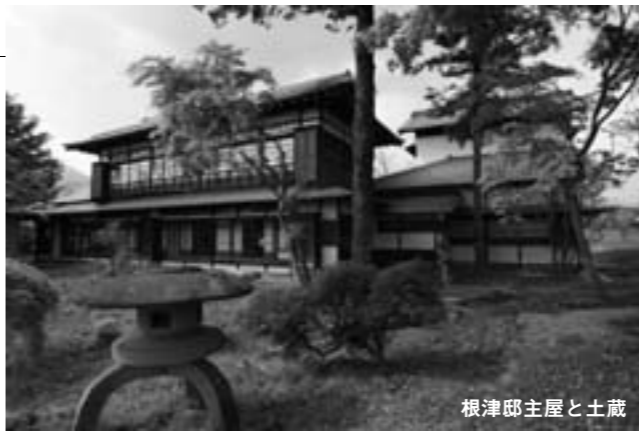
また、日本では国民皆保険制度といって、何らかの医療保険に加入しなければなりません。社会保険をやめたときは、市民課国民健康保険の窓口で加入する手続きをしてください。この手続きが遅れた場合でも、社会保険をやめたときにさかのぼり、国民健康保険料が課税されます。

なお、このように国民健康保険への加入・脱退があった場合には、税額は月割で計算されますので、他の健康保険と課税する月が重複することはありません。

人口減少社会は現実なものであり、人口増を図る施策はもちろんですが、人口減少、少子高齢化を克服し、活力ある地域形成には何が必要でしょうか？

下にあげたのはイメージですが、構想を研究中です。

市民の皆さんからもご提言をお願いします。



根津邸主屋と土蔵

人口減少社会の中で地域活性化の新しい仕組みは？

↓「ふるさと市民」「ファンクラブ市民」

(仮想市民)の創設

★新市民Ⅱ現市民十新規定住者十

(登録ふるさと市民十登録ファンクラブ市民

十観光・ビジネスマンⅡ仮想市民)

★ふるさと市民、ファンクラブなどによる

人口倍増と地産地消の拡大

★情報ネットワークを活用したまちの産業活性化

★ふるさとコミュニティの活性化、

協働による地域振興



飯山市職員が山梨市を訪れました(10月12日)。

い」との申し出をいただき、山梨市ではこれを歓迎し、現在協定締結へ向けて協議をしております。安全・安心、相互扶助は大切なことです。

また、飯山市からは、山梨市議会、空き家バンクの取り組みなどを視察いただき、山梨市では、区長会が飯山市への視察を決定するなど、交流が急速に進んでいます。

旧根津家住宅・国の登録有形文化財に！

9月21日、主屋・土蔵・長屋門の3件が、国の登録有形文化財として文部科学大臣に答申されました。

今回は全国で166件。旧根津家住宅は、文化庁が主な事例として発表した6件のうち、第一番目の事例として紹介されました。

高い付加価値をいただき、今後、東武鉄道株(株)東武百貨店、根津美術館、武蔵大学などと連

携すべく努力していきます。

東武グループは100社に及び、総売上は9,213億円、従業員数は約21,000人となっています(広報6月号にて紹介)。地域振興に最大限活用していきたいと思っています。

長野・飯山市と災害援助協定締結へ！

7月11日に森林セラピーの取り組み状況の視察に長野県・飯山市を訪問し、丁寧に説明、ご案内をいただきました。

その後、16日には新潟・長野で震度6の地震(新潟県中越沖地震)が発生。柏崎市をはじめ各地に大きな被害をもたらした。飯山市も負傷者・家屋の倒壊・水道の断水などの被害を受けました。

17日朝、さっそく関係課で会議を開き、観光、総務、建設、水道各課で災害派遣団を編成し、飯山市の災害対策本部を見舞いました。

これがご縁で9月21日、飯山市から「違う断層地域である山梨市と災害援助協定を締結した

チャレンジ！山梨市

山梨市長 中村照人

大会2日目、山梨勢のトップをきって出場した武井君は「自らを緊張させて臨んだんですが、思いが強すぎて力んでしまって……。続けて2本失敗したときは、気絶しそうでした」と大会を振り返る。これを落とせば失格となる3本目を何とか成功し、念願の1位を獲得することができた。

大会3日目に出場した深沢くんは、「インターハイから国体までの間に、ライバルの記録が伸びていてびっくり。でも、試合当日はバーベルが軽く感じられ、『大丈夫、勝てる!』と自分に言い聞かせた」と精神的な強さを見せ、クリーン&ジャークでは自己ベストを上回る156キログラムに挑戦。会場内の全ての視線が降り注がれる中、プラットフォームの上で高々とバーベルを持ち上げた。

「選手としても人間としても強くなることができた。仲間やライバル、先生や先輩、みんながいるということが一番の支えになった」と高校生活3年を振り返り語る二人。

これからは「大学受験に向けて学業に専念する」という武井君。「高校を卒業するまでに高校記録を塗り替えた」と語る深沢君。

少しの間目標は異なるが、その先には世界ジュニア、そしてオリンピック出場という夢が二人を待っている。

彰台に上っている二人。今年夏のインターハイでは、それぞれの階級で深沢君がトータルで1位、武井くんがトータルで2位と優秀な成績を残した。

しかし、二人の成績には微妙な差が出てきていた。「同じ表彰台といっても深沢君は真ん中の一番高いところ。ぼくの立つ位置は、それより10センチ下の場所。同じようにやってきたつもりだったのに、突き放された感じがした。このままでは一生追いつけないと思った。父のおかげでどこに行っても有名な選手から声をかけてもらえる。それは嬉しいことだったが、プレッシャーを感じていたのも事実。だからこそ、高校生活最後の試合は何か表彰台の一番上を狙いたかった」と国体に向けての気持ちを話してくれた武井君。

少年競技では、全国選抜、インターハイと華々しい成績を飾っていても、国体で崩れる選手が比較的多いこの競技。それは、個人競技といえども仲間みんなまで出場できる2つの大会に比べ、国体の場合は少年の出場枠が3人しかないからである。「仲間『気合入れて行くぞー!』というのとは違う。自ら気持ちを高めていかなければならないということがすごく難しかった。個人競技の怖さ、難しさを改めて感じた」と語る深沢くん。



秋田わか杉国体 ウエイトリフティング競技 少年の部で優勝した

武井誠一郎君 (左 69kg級・日川高3年)

深沢健志郎君 (右 105kg級・日川高3年)

アテネオリンピック代表の今村俊雄選手をはじめとして、ウエイトリフティング競技において数々の有名選手を輩出している県立日川高校。

今年の秋田わか杉国体に出場し、少年の部69kg級スナッチ競技で優勝した武井誠一郎君と同105kg級でスナッチ、クリーン&ジャーク、トータルの3部門で優勝した深沢健志郎君もこの学校の生徒である。

この二人、同級生というだけでなく、ともに父親が教師(武井君の父親は同部顧問の武井多加志さん、深沢君の父親は体育教師の深沢桂一郎さん)であり、この競技を始めたのもともに中学1年生からと似通っている。

同競技のオリンピック最終選考まで残った父を持つ武井くんは「水泳、クラシックバレエ、バスケット、ハンドボール、ラグビーといろんなスポーツを経験したけどみんな中途半端で。何か飛び抜けたと思ったときに浮かんだのが小さい頃から見慣れているこの競技だった」。柔道、ラグビーの選手として、またウエイトリフティングの指導者でもある父を持つ深沢くんは「父から『お前にはウエイトリフティングが向いている』と言われたのがきっかけ」と、ともに父親の影響が大きい。

ともに2年からインターハイに出場し、2年の終わりには全国選抜で表

気になる





安全・安心のまちづくり

———こんにちは、日下部署です。【日下部警察署 ☎② 0110】

1 被害者支援活動に関する広報月間の実施

県警察などでは、各種相談窓口を設置し、県民からの相談に応じています。特に、不幸にして犯罪被害に遭われた人、その家族（遺族を含む。）からの相談窓口や、被害者支援活動の内容および被害者の経済的負担を軽減する犯罪被害給付制度について広く県民の皆さんに知っていただくために、11月を「被害者支援活動などに関する広報月間」と定め、各種広報活動に積極的に取り組んでいます。

* 県警察における犯罪被害者のための相談窓口 *

警察総合相談室 ☎ 055 (233) 9110 または # 9110
性暴力110番 ☎ 055 (224) 5110 (FAX 兼用)
ヤングテレホン【甲府】☎ 055(235)4444(FAX 兼用)

【富士吉田】☎ 0555 ② 4444 (FAX 兼用)

警察安全相談所 ☎② 0110 【日下部警察署内】

被害者支援センター ☎ 055 (228) 8622

■電話受付時間 平日午前8時～午後5時

【被害者支援センターのみ】

平日午前10時～午後4時

【iモード専用URL】 <http://www.pref.yamanashi.jp/police/i/soudan.html>

【被害者支援センターURL】

<http://www6.ocn.ne.jp/~shienyam/>

2 犯罪被害者のための臨床心理士、弁護士による無料相談室の開設

開設日時 11月24日(火)

午後1時から4時までの間

開設場所 (社)被害者支援センターやまなし内相談室
(県医師会館3階)

対象 犯罪被害者(家族・遺族を含む)のうち、
心理または法律相談希望者

対応者 臨床心理士、弁護士各1人
(相談者1人につき30分間)

【予約申込・問い合わせ】

日下部警察署警務課または警察本部犯罪被害者対策室
☎② 0110 または ☎ 055 (235) 2121 (代表)

(社)被害者支援センターやまなし

☎ 055 (228) 8639

日下部警察署管内交通事故発生状況(9月末日現在)		
	件数(人数)	前年比
人身交通事故	261件	-31
死者	2人	-3
負傷者	342人	-33
物損交通事故	735件	-34

※日下部警察署管内……山梨市内および甲州市内

専門交通指導員の

ワンポイント・アドバイス

総務課行政防災防犯担当
☎② 1111(内線 229)



SAFETY

★夕暮れ時、早めのライト点灯を!

夕暮れ時の事故防止のため日没30分前
に早めのライト点灯をしましょう。

夕暮れ時は、物が見えにくくなったり、
注意力が低下しがちです。

自分からも相手からも良く見えるよう
に、早めにライトを点灯しましょう。

交通事故を防止するため、自分の車の存

在を他車や歩行者などに知らせましょう。
また、自転車の無灯火は非常に危険です。
暗くなり始めたら早めにライトを点灯しま
しょう。歩行者は、反射材の活用や明るい
色の服装で車の運転者に気づいてもらう工
夫をしましょう。

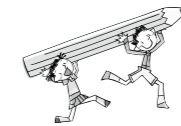


交通安全スローガン
「運転は人に社会に
思いやり」

☆ライト点灯の目安

10月 ⇒ 午後4時30分	11月 ⇒ 午後4時
12月 ⇒ 午後4時	1月 ⇒ 午後4時30分
2月 ⇒ 午後5時	3月 ⇒ 午後5時30分

みんなの掲示板



「みんなの掲示板」は、主に市民のみなさんが主催する催し物やグループ活動を紹介するコーナーです。1月号(12月21日発行)掲載分の締め切りは、11月26日(月)です。

【申込・問い合わせ】総務課「広報やまなし」担当 ☎② 1111(内線 225) FAX② 2800

Eメール info@city.yamanashi.lg.jp

■山梨日川会 主催



日本銀行甲府支店 支店長

金田一弘雄氏が熱く語る!! 「山梨県経済活性化への道筋」

日時 11月20日(火) 午後6時30分～

会場 山梨市民会館 ホール 入場無料

【問い合わせ】山梨日川会事務局 ☎② 6666

世帯と人口 (2007.10.1 現在)

人口	39,096人(+6)	世帯数	14,278世帯(+1)
男	18,802人(+8)	女	20,294人(-2)

「広報やまなし」12月号は **11月21日(水)** 発行予定です。

いつでもどこでも気軽に情報を!
山梨市ホームページモバイル版QRコードはこちら→



広報やまなし 2007.11月号

2007(平成19)年10月19日発行

☎ 0553 ② 1111 FAX 0553 ③ 2800

URL <http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp> Eメール info@city.yamanashi.lg.jp

モバイル版 <http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp/i/index.htm>

100%再生紙・植物性大豆インキを使用しています。

編集後記

※テレビのクイズ番組がおもしろく、見ながら一緒に考えています。雑学的なものが多いのですが、小学校時代に習ったであろう算数の問題などが不意に出されると「あれっ」と思うときがあります。

テレビを見ているだけでも勉強になるのですが、最近ではゲームや本、新聞の片隅にも雑学や英語、漢字、算数などを取り扱ったものが多く見かけます。

私たちのまわりは知識の宝庫。だれでも楽しく気軽に「雑学王」になれそうです。ここで雑学をひとつ。人の表情は左が表情が豊かだそうです。写真は左から撮ってもらうとよいかも? ■

※秋といえば、「スポーツの」「食欲の」「読書の」「芸術の」など、四季の中で最もさまざまな言葉が頭につく季節です。

「スポーツの秋」という言葉のとおり、この季節は気候がよく過ごしやすいため、「体育の日」前後に運動会や体育祭が多く開かれます。市内でも、各地で運動会や体育祭が開かれました。

私もわが子の運動会があり、親子競技・保護者競技などに出場しましたが、普段運動していないせいか、身体が思うように動きませんでした。

これを機会に少しは、運動しようかと考えさせられました。■

まちのわだい

+1 Plus



荒木由美子さんが講演

10月5日、甲府信用金庫信友会主催の文化講演会が市民会館で開催されました。

今年のご主人の湯原昌幸氏とともに県観光大使を務めるタレント荒木由美子さんが「覚悟の介護」と題した体験談を講演されました。



小学生らが稲刈りに挑戦

10月6日、水口元気な邑づくり協議会が主催する稲刈り体験が市内水口地区で行なわれました。

この日は、県外からの参加者と地元山梨小、牧丘第一小の子どもたち約80人が、地元農家の指導を受けながら、稲を刈り取りました。

※彼らがプロデビューした1994年は、私が広報という仕事にめぐり合った思い出深い年。奥山裕樹くんのお父さんから声をかけていただき、初めて彼らに会ったのがまるで昨日のこのように思い出されます。あれから13年、互いに歳はとりましたが(笑)、あの頃と変わらず、今も音楽を通して熱いメッセージを届けてくれる彼らが、私は大好きです。

来年1月12日、彼らは13年の思いを胸に、ふるさと牧丘の地でステージに立ちます(39p参照)。皆さん、今からスケジュール調整をして、当日は会場に足を運んでくださいね。■

「全国物価統計調査」にご協力を！

商工労政課

今年 11 月に「平成 19 年全国物価統計調査」が、全国一斉に実施されます。

この調査は、全国から選ばれた約 13 万の小売店舗と約 4 万の飲食店・サービス事業所などを対象として行なうもので、5年に一度実施される物価に関する大規模な調査です。

11 月上旬から下旬にかけて、統計調査員が小売店舗を訪問して調査票の配布と回収を行ないます。

また、飲食店やサービス店は市で、電話での調査を行ないます。

調査された事項は、統計調査を作るためだけに用いられ、その他の目的に使われることはありませんので、調査へのご協力をお願いします。

【問い合わせ】
商工労政課統計資料担当 ☎② 3111

年末調整等説明会開催のお知らせ

山梨税務署・山梨市

給与の支払者を対象に、平成 19 年分年末調整のしかたと法定調書・給与支払報告書の作成についての説明会を開催します。

日 時 11 月 20 日(火)午後 1 時～4 時
会 場 山梨市民会館 4 階大会議室
※事前の申込は不要。直接会場へお越しください。

【問い合わせ】
●年末調整のしかた・源泉所得税について

山梨税務署法人課税第 1 部門 源泉所得税担当 ☎② 2940

●法定調書の作成と提出について
山梨税務署個人課税第 1 部門 資料情報担当 ☎② 1415

●給与支払報告書の作成と提出・住民税について／税源移譲に伴う個人住民税からの住宅借入金等特別税額控

除制度について

市税務課市民税担当 ☎② 1111
(内線 122、123)

◎税務署からのお知らせ「e-Tax」
源泉所得税の納付は「e-Tax」の利用が便利です。「e-Tax」はインターネットを利用した国税電子申告・納税システム。

詳しくは、「e-Tax」ホームページ
<http://www.e-tax.nta.go.jp> をご覧ください。

戦没者の遺族に対する 第 8 回特別弔慰金請求受付中！

～請求期限が迫っています
(平成 20 年 3 月末日まで)～
※詳細はお問い合わせください。

【問い合わせ】
福祉事務所社会・長寿福祉担当
☎② 1111 (内線 164、165)
または牧丘(☎③ 3111)・三富支所(☎④ 2121) 住民生活担当

「県民の日」に市営施設を無料開放します！

市では、「県民の日」の記念行事として、次の市営 7 施設を無料開放します。施設により開放日が異なりますのでご注意ください。市外および県の施設については、県のホームページで確認するか、各施設へ直接お問い合わせください。なお、無料開放は山梨県民に限りますので、ご利用の際、本人確認のできる運転免許証や保険証などをお持ちください。

【温泉施設】				
施設名称	実施日	営業時間	問い合わせ	注意事項
老人健康福祉センター「山梨ちどり温泉」	11 月 18 日(日)	午前 9 時～午後 8 時	☎② 9616	※入浴時間は、閉館の 15 分前までです。 ※「ちどり温泉」の入館受付は、終了時間の 1 時間前までです。
「花かげの湯」	11 月 20 日(火)	午前 10 時～午後 8 時 30 分	☎③ 4126	
「鼓川温泉」	11 月 20 日(火)	午前 10 時～午後 8 時 30 分	☎③ 4611	
「みとみ笛吹の湯」	11 月 21 日(水)	午前 10 時～午後 8 時	☎③ 2610	
【体育施設】				
施設名称	実施日	営業時間	問い合わせ	注意事項
市民総合体育館(トレーニングルーム)	11 月 20 日(火)	午前 9 時～午後 10 時	☎② 5600	※正午～午後 1 時の間は(海洋センターについては、午後 5 時～6 時も)利用できません。 ※利用時間は終了 10 分前までです。
屋内温水プール	11 月 20 日(火)	午前 9 時～午後 9 時	☎③ 5211	
牧丘 B & G 海洋センター(トレーニングルーム・プール・体育館)	11 月 20 日(火)	プール 午前 9 時～午後 9 時 その他の施設 午前 9 時～午後 10 時	☎③ 4411	

【問い合わせ】 総合政策課政策推進担当 ☎② 1111 (内線 234) または各施設へ

成人式を迎えるみなさんへ 山梨市成人式開催のお知らせ

生涯学習課

市では、平成 20 年山梨市成人式を次の日程で開催します。

日 時 平成 20 年 1 月 13 日(日)
受 付 午後 0:30～0:50
式 典 午後 1:00～2:00
会 場 山梨市民会館ホール
該当者 昭和 62 年 4 月 2 日から

63 年 4 月 1 日までの出生者
※「進学・就職の関係で市内に住所がないが、山梨市の成人式に出席したい」という人は、11 月 18 日(日)までに生涯学習課へ申し込んでください。

【問い合わせ】
生涯学習課生涯学習担当(市民会館内)
☎② 9611 (月曜、祝日の翌日休館)

山梨県最低賃金は、 1 時間 665 円

山梨県最低賃金が、平成 19 年 10 月 28 日から引き上げられます(1 時間 655 円が、665 円になります)。

【問い合わせ】 山梨労働局賃金室
☎ 055(225)2854

相 談

勤労感謝の日全国一斉相談会 「賃金未払い・サービス残業 110 番」 県司法書士会総合相談センター・県青年司法書士会協議会

労働者の権利を管理・迅速に保護するため、労働トラブルに関する相談会を開催します。

当日は、面談も行ないますので、気軽にお越しください。

日 時 11 月 18 日(日)
午前 10 時～午後 4 時
会 場 山梨県司法書士会
(甲府市北口 1-6-7)
110 番電話番号 ☎ 055(253)6900

定例相談

●行政相談
【相談内容】 国・県・市・公団などの仕事についての苦情や要望などの相談
【日時】11 月 16 日(金)午後 1 時 30 分～4 時
【会場】 牧丘支所 【問】 総務課行政防災防犯担当 ☎② 1111(内線 227)

●社会保険相談
【日時】11 月 15 日(木)午前 9 時 30 分～正午、午後 1 時～4 時
【会場】 夢わーく山梨 【問】 甲府社会保険事務所 ☎ 055(252)1431(代)

●税理士による無料税務相談
【日時】11 月 8 日(木)午後 1 時～4 時
【会場】 市役所 2 階第 1 会議室
【問】 東京地方税理士会甲府支部事務局 ☎ 055(233)1318

●教育相談
子どものしつけ、親子関係、学力、進路、発達障害、不登校、いじめなどの教育相談。面談希望は、事前連絡を。
【日時】 毎週木曜日・午前 10 時～午後 4 時
【会場・問い合わせ】 ◆生涯学習課(市民会館内) ☎② 9611 ◆牧丘支所教育担当 ☎③ 3111 ◆つつし幼稚園(幼児教育相談) ☎② 0244 ※電話相談も可

●結婚相談
【日時】11 月 17 日(土) 午後 2 時～6 時
【会場】 市民会館 3 階控え室
【問】 生涯学習課生涯学習担当(市民会館内) ☎② 9611

●家庭児童相談
育児、しつけ、虐待、保健、障害、非行など児童の養育に関する家庭問題
【日時・会場】 月・水・金曜日(山梨市役所) / 火・水・木曜日(牧丘支所) ※いずれも午前 9 時～午後 5 時
【問】 福祉事務所児童福祉担当 ☎② 1111(内線 162)

●パソコン困りごと相談室
【日時】11 月 10・17・24 日(土)
【受付】 午後 1 時～3 時
【会場】 市民会館 4 階 C 会議室
【問】 生涯学習課生涯学習担当(市民会館内) ☎② 9611
※講師の都合でお休みすることがあります。事前にご確認ください。

●中・高齢者職業相談
【日時】 月～金曜日(祝日除く) 午前 8 時 30 分～午後 5 時
【会場】 夢わーく山梨 3 階 高齢者職業相談室
【問】 夢わーく山梨 ☎② 3111

●若年者の「仕事」に関する相談
職業の選択・適性、キャリアアップ、職場の悩みなどの相談
【対象】 35 歳くらいまでの人
【日時】 11 月 13 日(火)・27 日(火) いずれも午後 6 時～9 時
【会場】 夢わーく山梨 2 階相談室
【問】 商工労政課商工労政担当 ☎② 3111(予約受付)

●不動産無料相談(不動産関係全般)
【日時】 11 月 20 日(火) 【受付時間】 午前 10 時～午後 3 時(正午～午後 1 時は休み)
【会場】 (社)山梨県宅建物取引業協会 峡東支部事務所(市民体育館東側山梨法人会館内) 【問】 同協会峡東支部 ☎③ 1481



平成 19 年度第 2 回粗大ごみ収集のお知らせ

環境課

収集対象 家庭用電化製品・自転車・スチール製家具・歩行型農機具などの金属製粗大ごみ

有料となるもの 家電リサイクル 4 品目
(エアコン・テレビ・冷蔵庫および冷凍庫・洗濯機)
バイク、タイヤ、バッテリー、消火器、ガスボンベ

収集しないもの (持ち込まないでください)

可燃粗大ごみ (布団・家具・衣類・木製品・プラスチック製品)・ガラス類・陶磁器類・施設園芸用資材 (金網・パイプ・加温器など)・パソコン

※各地域の収集日程および時間は右のページをご覧ください。

収集時間を守り、各自収集場所での積み込みにご協力ください。

※パソコンについて

粗大ごみ収集では、パーソナルコンピュータ (以下パソコン) は回収できません。

パソコンの処分については、各製造メーカーのサポートセンターか、パソコン 3 R 推進センターにお問い合わせください。

有限責任中間法人パソコン 3 R 推進センター ☎ 03(5282)7685
URL <http://www.pc3r.jp/>

※不燃粗大ごみの排出品目について

一部については、有料での回収となります。表に載っていないものおよび有料品目それぞれの料金については、お問い合わせください。

有料・無料の別	種類	品目	料金
無料で回収するもの	金属製粗大ごみ	ストーブ・自転車・スチール家具・ヒーターなど	無 料
有料で回収するもの		バイク	規格などにより異なりますので、お問い合わせください
		タイヤ	
		消火器	
		ガスボンベ	
		バッテリー	
	家電リサイクル品※	冷蔵庫・冷凍庫	4,830 円～ 5,869 円
テレビ	2,835 円～ 3,795 円		
エアコン	3,150 円～ 4,189 円		
洗濯機	2,520 円～ 3,444 円		

※家電リサイクル品

リサイクル料金は、メーカーにより異なります。リサイクル料金とは別に、収集運搬料金がかかります。テレビはブラウン管式のみが対象です。

※可燃粗大ごみについて

粗大ごみ収集では、可燃粗大ごみは取り扱いませんので、持ち込まないでください。可燃粗大ごみについては、次の方法で排出をお願いします。

大分類	小分類	品目	排出方法
可燃粗大ごみ	大型	布団・家具など	山梨地域 ▶ 環境センター (☎② 1555、 持込時間 月～金：午前 9 時～午後 4 時、土：午後 1 時～ 4 時) 牧丘・三富地域 ▶ 東山梨環境衛生センター (☎③ 4014、 持込時間 月～金：午前 9 時～正午、午後 1 時～ 4 時) へ、 直接持ち込んでください
	小型	衣類・ぬいぐるみなど	各地域の指定ごみ袋に入れて、燃えるごみの日に出してください

■山梨地域粗大ごみ収集日程表

収集時間：午前 7 時 30 分～ 10 時

実施日	地区名	収集場所
11 月 5 日 (月)	加納岩	加納岩公民館東側駐車場 (ダイヤモンド裏)
11 月 6 日 (火)	加納岩	J A フルーツ山梨 加納岩支所共選所裏庭 (第二共選所)
11 月 7 日 (水)	加納岩	J A フルーツ山梨 かのいわ統一共選所前庭 (大野)
11 月 8 日 (木)	下井尻	※火の見やぐら脇広場 (下井尻公民館東側)
11 月 9 日 (金)	後屋敷	J A フルーツ山梨 後屋敷共選所前庭
11 月 11 日 (日)	市内全域	市役所東側駐車場
11 月 12 日 (月)	日下部	老人健康福祉センター前駐車場
11 月 13 日 (火)	日川	J A フルーツ山梨 日川支所前駐車場 (南側)
11 月 14 日 (水)	八幡	石原なち子体育館前庭
11 月 15 日 (木)	山梨	J A フルーツ山梨 山梨支所マンモス共選所前庭
11 月 16 日 (金)	八幡	南自治公民館駐車場
11 月 19 日 (月)	山梨	万力 2 区公民館広場
11 月 20 日 (火)	岩手	J A フルーツ山梨 岩手共選所前庭

※日下部地区の七日市場区と下井尻区の粗大ごみ収集場所は、七日市場共選所前庭から火の見やぐら脇 (下井尻公民館東側) 広場に変更になりました。

※昨年まで加納岩地区の収集場所になっていた駅前市有地 (中村邸跡地) は、収集場所になっていません。

■三富地域粗大ごみ収集日程表

収集時間：午前 7 時～ 10 時

実施日	地区名	収集場所
11 月 21 日 (水)	川浦	川浦スポーツ広場
11 月 22 日 (木)	徳和	徳和スポーツ広場
11 月 25 日 (日)	市内全域	三富市民スポーツ広場

■牧丘地域粗大ごみ収集日程表

収集時間：午前 7 時～ 10 時

実施日	地区名	収集場所
11 月 26 日 (月)	諏訪	牧丘町総合会館裏側 (川沿い) 駐車場
11 月 27 日 (火)	中牧	中牧公民館 (多目的集会施設) 駐車場
11 月 29 日 (木)	西保	鼓川温泉駐車場
12 月 2 日 (日)	市内全域	牧丘第二小学校校庭

【粗大ごみ収集に関する問い合わせ】

山梨市環境センター ☎② 1555 牧丘支所住民生活担当 ☎③ 3111 三富支所住民生活担当 ☎④ 2121

講座

再就職 まずは一歩を踏み出しましょうか Re・Be ワークセミナー

（助）21世紀職業財団山梨事務所

日 時 11月6日(水)～7日(木)
午後1時～4時
会 場 夢わーく山梨(働く婦人の家)
内 容 6日 講義「再就職のための面接 第一印象で選ばれる自己アピールと模擬面接」講師 キャリアコンサルタント・産業カウンセラー 羽村郁子さん 7日 講義「再就職のための総合的効果的な自己アピール」講師 コミュニケーション・アーツ 上野恵子さん
【申込・問い合わせ】
（助）21世紀職業財団山梨事務所

☎055(236)5271 FAX055(236)5431
Eメール fvbn8180@nifty.com

★再チャレンジサポートプログラムに参加してみませんか★

専門のコンサルタントが個人個人に面接で再就職プログラムのお手伝いをします(無料)。詳しくは、(助)21世紀職業財団山梨事務所(上記問い合わせ)まで。

山梨市商工会主催 ITセミナー
山梨市商工会

①経営に生かす「デジカメ活用術」
目を引くポップやオリジナルの販促ツール作成など、デジタルカメラで撮影した画像の活用方法を学びませんか。
日 時 11月15日(木)午後2時～5時
会 場 山梨市民会館4階C会議室
講 師 スカイフィールド代表 天竺裕さん(インターネットプロフェッショナルアドバイザー)

シヨナルアドバイザー)
参加費 商工会員 1,000円
一般 5,000円(テキスト代ほか)
定 員 15人
(定員になり次第受付を終了します)

②新しい受注が増えるホームページ作成講座
ホームページの有効な活用方法やブログなど、インターネットの効果的な利用方法を紹介します。

日 時 11月15日(木)
午後6時～8時30分
会 場 山梨市民会館4階C会議室
講 師 スカイフィールド代表 天竺裕さん(インターネットプロフェッショナルアドバイザー)
参加費 商工会員 1,000円
一般 5,000円(テキスト代ほか)
定 員 15人
(定員になり次第受付終了)
【申込・問い合わせ】
山梨市商工会 担当:平山
☎②0806、FAX③1529

炭焼き師養成講座
峡東地区特用林産協会・甲斐の国大和自然学校

環境にやさしい生活が求められ、炭への関心が高まっています。昔ながらの方法で良質の炭を焼き続けている現役の炭焼き師から、本格的な炭焼き理論を学び、その技術を習得しませんか。

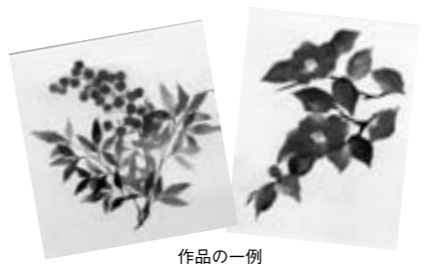
日 時 11月16日(金)～18日(日)
午前9時～午後5時(1日または2日間だけの参加も可能です)
会 場 甲斐の国大和自然学校・甲州市大和町内の炭焼き釜(甲州市大和町田野116 ☎④2779)
内 容 本格炭窯体験、炭焼き理論座学講座、炭俵作りなど
講 師 現役炭焼き師 平山金吾さん 元県木炭審査員 岡部和臣さん ほか
定 員 20人
申込締切 11月12日(月)
(定員になり次第受付終了)
【申込・問い合わせ】
甲斐の国大和自然学校 市川
☎④2779 FAX④2861
峡東林務環境事務所 森づくり推進課 林業自然保護担当 本多
☎②2721 FAX②2728

海外の文化を学ぶ 「韓国料理を作っちゃおう！」
山梨市国際交流促進委員会

プロの料理人キムさんを講師に招き、韓国料理の作り方を学びます。寒さを忘れるほど温まる韓国料理は、これからの季節に打ってつけ。あなたもこの講座に参加して、本場の韓国料理をマスターしちゃいましょう。
日 時 11月17日(日)
午前9時～午後1時
会 場 夢わーく山梨(働く婦人の家) 料理実習室

講 師 金 玉順さん(市内在住、在日韓国人)
メニュー カルピクッパ(辛い韓国風雑炊)、サンチュの韓国風サラダなど
参加費 1,500円(当日お持ちください)
持ち物 エプロン、三角巾
定 員 30人(定員をオーバーした場合は抽選とします)
申込方法 電話または直接市総合政策課内国際交流促進委員会事務局に申し込んでください。
申込締切 11月8日(木)
【申込・問い合わせ】
国際交流促進委員会(総合政策課内)
☎②1111(内線234)

ちぎり絵による年賀状作り
夢わーく山梨



日本古来の伝統を持つ和紙ちぎり絵は、だれにでも楽しめるやさしい手芸です。独特の優しい色彩や柔らかさ、素朴な温かさを持つ染色和紙の特徴を生かして、道具は一切使わず、指先だけを使い、大切なあの人に、心に残る年賀状を送ってみませんか……。

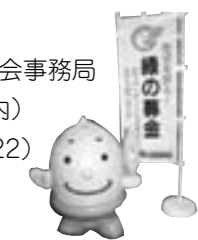
日 時 11月24日(日)
午後1時30分～4時
会 場 夢わーく山梨(働く婦人の家)
内 容 和紙ちぎり絵で作る年賀状
講 師 小川幸子さん
参加費 1,000円(材料代)
定 員 20人
申込受付 11月5日(月)受付開始
(定員になり次第受付終了)
【申込・問い合わせ】
夢わーく山梨 ☎②3111

犬のしつけ方教室
峡東保健福祉事務所

公認訓練士による実践を見ながら、犬の本能や習性、正しいしつけ方の知識と技術を学びます。
日 時 11月28日(水) 午後2時～(受付:1時30分～)
会 場 笛吹市御坂体育館(笛吹市御坂町尾山5)
参加費 無料
※事前申し込みが必要です。犬の同伴はできません。
【申込・問い合わせ】
峡東保健福祉事務所(峡東保健所) 衛生課 ☎②2751

お知らせ
「緑の募金」にご協力ありがとうございました
山梨市緑化推進委員会

今年度、各地区から「緑の募金」に寄せられた募金の合計金額は、157万691円になりました。皆様のご協力に感謝申し上げます。寄せられた募金は、将来にわたり恵まれた生活が維持できるよう、森林の整備、林業の体験、身近な環境の緑化などへの取り組みに活用します。今後とも、「緑の募金」事業に暖かいご支援とご協力をお願い申し上げます。
【問い合わせ】
山梨市緑化推進委員会事務局(牧丘庁舎・農林課内)
☎③3111(内線122)



11月のIT講習会 【会場】山梨市情報通信センター (山梨市役所庁舎となり)

山梨市情報通信センターでは、各種IT講習会を開催しています。パソコンにチャレンジしてみたい!もっと使いこなしてみたい!という皆さん、ぜひご活用ください。

講座名	対象者	日程	募集締切
シニア向けWORD & EXCEL 入門講座	パソコンの基本操作がわかるシニア世代(おおむね50歳以上)の人	11月13日(火)～16日(金) 午前9時30分～11時30分	11月2日(金)
>>>同じ世代の仲間で、WORD(ワード)とEXCEL(エクセル)を楽しく学ぶ入門講座です。			
デジタルカメラ入門講座	デジタルカメラを持っていて、パソコンの基本操作がわかる人	11月13日(火)～16日(金) 午後7時～9時	11月2日(金)
>>>デジタルカメラで撮影した写真をパソコンと連携して活用するための講座です。			

申込方法 ハガキまたは電子メールにて「①受講希望講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥職業 ⑦電話番号 ⑧パソコン所有の有無 ⑨操作歴 ⑩デジタルカメラ入門講座希望者は、お持ちのカメラのメーカーおよび機種名」を記入のうえ、市役所総合政策課電算システム担当まで申し込んでください。
参加者負担金 3,000円(講習会受講代として、初回講習時に集金します)
※各講座とも10人程度募集します(応募者多数の場合は抽選)。
【申込・問い合わせ】 〒405-8501(住所不要) 山梨市役所総合政策課 電算システム担当
☎②1111(内線236) Eメールアドレス itkosyu@city.yamanashi.lg.jp

スポーツ

第20回 東山梨地区駅伝競走大会

東山梨地区駅伝競走大会実行委員会



日時 11月18日(日)
開会式 午前8時45分

コース 山梨市民総合体育館前「重川サイクリングロード周回コース」

小学校・中学校・一般の部に分かれて、山梨・甲州両市から多くのチームが参加します。皆さんの応援をお願いします。

※周辺道路が混雑する恐れがあります。ご理解ご協力をお願いします。

【問い合わせ】

社会体育課（市民総合体育館内）
☎② 5600（月曜・祝日の翌日休館）

第44回 山梨県一周駅伝競走大会

山梨県



日時 12月1日(土)～2日(日)
午前8時山梨県庁スタート

コース

1日目 山梨県庁～富士吉田市役所

2日目 同市役所～山梨YBS本社
県内各地区代表の選手が、2日間、計172.2キロの道のりを、ゴール目指して1本のたすきをつなぎます。市内も駅伝コースになっており、大会1日目の第3区と第4区のランナー（万力大橋西詰が中継所）が走ります。山梨市チームと市内を走るランナーに声援を送りましょう。

【問い合わせ】

社会体育課（市民総合体育館内）
☎② 5600（月曜・祝日の翌日休館）

募集

第8回 「乙女高原の草原を守る！」

乙女高原ファンクラブ・山梨県・山梨市



乙女高原（牧丘町北原）の草原を次の世代に譲り渡すための草刈り作業を今年も行ないます。

ボランティアで草刈りやごみ拾いをしてくださるみなさんを募集します。子どもができる作業もあります。親子での参加、大歓迎です。

日時 11月23日(祝)

午前9時30分～（少雨決行）

集合場所 乙女高原グリーンロッジ

持ち物 弁当、飲み物、軍手、雨具、おわん、はし（豚汁用）、草刈り用具（カ

マ、ナタ、刈り払い機 など）

参加費 無料

【申込・問い合わせ】

観光課（三富庁舎内）「乙女高原の草刈りイベント」係

☎③ 2121（内線 319）

※事前の準備があるため、できるだけ11月20日(火)までにお申し込みください。

平成19年度「B&G 体験クルーズ」参加者募集

牧丘B&G海洋センター

「体験クルーズ」は、小笠原までを客船「ふじ丸」に乗船（往復）し、全国各地から集まった500人の参加者と、友情を深めながら「海や船」に関する学習や「海洋環境」などの洋上研修・寄航地活動を行なうものです。

世界遺産登録を目指す寄港地・小笠原では、ホエールウォッチングやカヌー・シュノーケリングなどのマリンスポーツ体験、自然体験活動などを行ないます。

期間 平成20年3月26日(水)～3月31日(月)

行き先 小笠原諸島 父島

対象 小学校4年生～中学校3年生までの男女

募集人数 1人

集合・解散場所 東京晴海埠頭

参加費 80,000円

（市から40,000円の補助金が出ます）
※通常は、180,000円かかりますが、競艇公営資金による日本財団およびB&G財団の助成により、参加者の負担金を半額以下にしています。

申込期間

11月13日(火)～12月13日(木)

※応募者多数の場合は、抽選。

【問い合わせ】

山梨市牧丘B&G海洋センター

☎③ 4411 FAX③ 4412

保険・健康

「糖尿病予防キャンペーン」市民公開講座

山梨大学医学部

糖尿病、メタボリック症候群などにご興味がある人、患者・家族、一般を対象にしたセミナーです。

実例をあげて、その対策と治療法について御紹介します。

日時 12月2日(日) 午後1時～

会場 山梨県立文化ホール

参加費 無料（一般）

※事前申込の必要はありません。

【問い合わせ】

山梨大学医学部 第三内科事務 保坂 かつり ☎ 055(273)9602（直通）

FAX 055(273)9685

老人健康教室および 老人医療費受給者証交付

市民課

日時 11月26日(月)
午前9時30分～11時

対象者

- ①昭和14年12月1日～31日
 - ②昭和12年11月2日～12月1日
 - ③昭和7年11月2日～12月1日
- 以上の日に生まれた人

会場 山梨市保健センター

※該当者には、交付日の約1週間前に通知します。

【問い合わせ】

市民課国民健康保険担当

☎② 1111（内線 146、148）

牧丘支所住民生活担当 ☎③ 3111

三富支所住民生活担当 ☎④ 2121

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書が送付されました

市民課

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市町村民税等の社会保険料控除の対象となります。

国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合は、今年1年間に納付した国民年金保険料を証明する書類の添付が必要です。

このため、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（ハガキ）が社会保険庁から毎年11月初旬に送付されています。

年末調整や確定申告の手続きの際には、必ずこの証明書または納付したときの領収書が必要となりますので、大切に保管してください。

【問い合わせ】

市民課国民年金担当

☎② 1111（内線 144、145）

11月の学級・講習会

問保健センター ☎② 1111（内線 414～416）

★母子健康手帳は必ずお持ちください。

★今月の該当以外のお子さんでもまだ受講が済んでいない場合は、出席してください。

項目	実施日	受付時間	場所	該当者
母子健康手帳の交付・妊婦健康相談	11月8日(木)	午前9:00～11:30	山梨市保健センター	妊娠届を済ませていない妊婦
	11月22日(木)			
	12月13日(木)			
後期離乳食教室	11月12日(月)	午後1:00～1:30	牧丘町保健センター	19年3・4月生まれの子の保護者
	*定員20人です。事前申し込みが必要ですので、ご注意ください。			
育児学級	11月20日(火)	午前9:30～10:00	山梨市保健センター	19年8月生まれの子と保護者
両親学級③	11月8日(木)	午後1:00～1:30	牧丘町保健センター	20年1・2月出産予定者
両親学級④	11月15日(木)	午後1:00～1:30	牧丘町保健センター	20年1・2月出産予定者
両親学級①	11月22日(木)	午後1:00～1:30	牧丘町保健センター	20年3・4月出産予定者
両親学級②	11月27日(火)	午後1:00～1:30	牧丘町保健センター	20年3・4月出産予定者
*両親学級は全ての回において事前申し込みが必要です。ご注意ください。				
前期離乳食教室	12月10日(月)	午後1:00～1:30	牧丘町保健センター	19年7・8月生まれの子の保護者
	*定員20人です。事前申し込みが必要ですので、ご注意ください。			

～健診の日程は、年間予定表をご覧ください～

文化祭 2007

- ◆**山梨地区**◆
郷土研究部・徒歩による「歴史探訪と自然観察の会」
日時 11月18日(日)午前9時30分～午後3時(少雨決行)
午前9時15分 日下部公民館集合
※軽装で。昼食、飲物、雨具などをお持ちください。
参加方法 11月10日(出)までに電話で申し込んでください。
【申込・問い合わせ】
生涯学習課生涯学習担当(市民会館内) ☎② 9611
- ◆**牧丘地区**◆
テーマ「みんなで創ろう・郷土の文化」11月23日(祝)～25日(日)

■展示・発表		
部 門	開催日・時間	会場
文化の集い(詩吟・大正琴・コーラス・朗読・太鼓)	24日(土) 正午～	花かげホール
お茶会	24日(土) 正午～午後3時	
舞踊部発表	25日(日) 午後0時30分～	
華道展	23日(祝)～25日(日) 午前9時～午後5時	牧丘町総合会館 (諏訪公民館)
書道部	23日(祝)～25日(日) 午前9時～午後4時	
俳句部		
短歌部		
絵画部		
短歌批評会	25日(日) 午後1時30分～	花かげホール
牧丘地区茶道部(お茶会)	24日(土) 正午～午後3時	
■見学会・大会		
部 門	開催日時・会場など	
郷土研究部 「武田氏崇拝の窪八幡神社」	11月10日(出) 午前9時30分 窪八幡神社集合(～正午・小雨決行)	
囲碁大会 (申込☎③ 2396 和田部長) 参加費1,000円(昼食代含む)	11月28日(水) 受付9:00 対局: 午前9時30分～午後5時 牧丘町総合会館 2階談話室	
【問い合わせ】 文化協会牧丘支部(牧丘支所・牧丘教育事務所内) ☎③ 3111 (内線152)		

第七回 **いい駅前** 同時開催 **朝の市**
どっと混むまつり
11月11日(日)
午前9時30分～午後3時 駅前郵便局北隣特設会場(中村邸跡地)
【問い合わせ】『いい駅前どっと混むまつり』実行委員会
事務局(おくやま) ☎②0512

下水道環境フォーラム 2007

日本下水道協会山梨県支部

良好な水環境や環境保全に向け、「富士山と水」をテーマにフォーラムを開催します。
日時 11月14日(水) 午後0時30分～4時
会場 ハイランドリゾートホテル&スパ(富士吉田市新西原5-6-1)
内容
第1部 基調講演 アグネス・チャン(歌手・教育学博士)
「水の感星に生まれて」
第2部 パネルディスカッション
「富士山と水～守ろう富士の恵み～」
募集人数 300人
(応募者多数の場合は抽選)
申込方法 次の事項を記入してファクス・Eメール・往復はがきのいずれかで ①郵便番号②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥ファクス番号⑦希望人数(同伴者がいる場合は、その氏名)
申込先 〒400-8535 甲府市北口2-6-10 アドブレン社企画事業局内「下水道環境フォーラム2007」参加申込事務局 FAX 055(254)8000 Eメール gesui@sannichi-ybs.co.jp
【問い合わせ】
日本下水道協会山梨県支部事務局 富士吉田市役所上下水道部下水道課 ☎ 0555 ② 1111



山梨市青少年健全育成推進大会

山梨市青少年総合対策本部・青少年育成山梨市民会議

家庭・学校・地域住民・関係機関などが一体となり、青少年健全育成運動を展開していくことを目的とし、大会を開催します。
日時 11月10日(出)午後1時30分
会場 山梨市花かげホール
内容 「少年の主張」山梨県大会入賞者の表彰・発表、大会宣言の朗読と採択
記念講演「家庭、学校、地域の果たすべき役割」
講師 栗田真司さん(山梨大学教育人間科学部准教授)
※入場無料(どなたでも参加できます)
【問い合わせ】
生涯学習課 ☎② 9611 (月曜・祝日の翌日休館)

第12回失語症者のつどい「声出せ! 元気出せ! 笑顔出せ!」

失語症者のつどい実行委員会

日時 11月11日(日)午後1時～
会場 山梨市民会館大集会室
参加費 300円(飲み物付き)
内容 林家かんぺい氏による落語、ミニコンサート、友の会による出し物
【申込・問い合わせ】
失語症者のつどい実行委員会事務局 石和共立病院リハビリテーション室 言語聴覚士 住江亜希香 ☎ 055(263)3131 FAX 055(263)3136

催し

百花繚乱やまなしまちづくりセミナー

山梨県市町村課

地域の活性化やまちづくり活動に関心のある人などを対象に、地域の課題を自ら発見し、解決の参考となるセミナーを開催します。
日時 11月2日(金) 午後1時30分～4時
会場 山梨県自治会館(甲府市蓬沢1-15-35)

基調講演
講師 藻谷浩介さん(日本政策投資銀行地域振興部参事役)
※日本全国を巡り、延べ2,000回以上の講演会で、マーケティング、統計などをわかりやすく用い、産業振興・観光振興・地域再生などについてユニークな分析と提言をしている。

シンポジウム
パネリスト 田中裕さん(四菱まちづくり総合研究室代表)・中村文明さん(多摩川源流研究所長)・山本育夫さん(NPO法人つなぐ代表)・都留市政策形成課(「教育首都つる」構想推進)
コーディネーター 藻谷浩介さん
【問い合わせ】
山梨県市町村課 ☎ 055(223)1423 FAX 055(223)1428

～子どもたちからすべてのひとたちに贈る、心からのメッセージコンサート～
受けとってほしい、受けとめてほしい 強い愛情で……
いじめ・虐待・戦争をテーマに「小林清美オリジナル曲」での
メッセージ「遠くても泣かない、ぼくは強く生きたい……」
11月11日(日) 午後1時30分開場 2時開演 山梨市民会館 入場無料
【問い合わせ】K&M ミュージック代表 小林 ☎③ 0743

花かげホール Presents



風来坊としてのデビューアルバム
「要注意人物」(1994)



HUMANS時代のアルバム
「ピバ★ハレンチメイツ」(2001)

1994年 メンバー全員が牧丘町出身の同級生ロックバンド「風来坊」ファンハウス・トラストからプロデビュー
 1996年 さらに音楽性の飛躍を目指し バンド名を「HUMANS」と改名
 2001年 元日 21世紀初のライブをふるさと牧丘で開催
 2003年 目指す音楽の方向が変わってきたことにより、同級生グループによる音楽活動を停止 ポーカル・樋口政也は「桜子ヨメ吉」という芸名でハッスルサラリーマンバンド「びゅーちふるず」を結成
 ギター・奥山裕樹は「のんのん」とニックネームを変え「チープスリル」に参加 双子のリズム隊 ドラムス・林久悦とベース・林由恭は元「Do As Infinity」の大渡亮氏と「ミサイルイノベーション」を結成
 それぞれが新しい仲間と目指す音楽の確立に向け 新たな一歩を踏み出す

そして
 2008年 彼らは大好きなふるさとに 再び集結する
 新しい仲間を連れ 愛する音楽で夢と希望を
 ふるさとに住むみんなに届けるために……!

Rock Festival 2008 in Yamanashi



林 由恭



のんのん



桜子ヨメ吉



林 久悦



ミサイルイノベーション



びゅーちふるず



チープスリル

2008.1.12(土)
 花かげホールにおいて
 3つのバンドによる合同ライブ開催決定!
 詳細は、次号にて!!

第5回 田舎まつり

11月3日(土)
 午前10時~

道の駅「花かげの郷 まきおか」

抽選会
 山のきのこ汁・屋台・試飲・
 農産物直売・有機野菜直売

主催 山梨市、田舎まつり実行委員会
 協賛 高野会、ハッピーカンパニー、ヤマフジ、保証会、農産物、さくら工房、藤二誠、ヤクルト、乙女の郷、甲州屋、国産サービス、向山商店、野原の堂大月、麻屋、京香堂、モンテ酒造、山梨市ワイン振興会、ききょうや、農産物直売センター、地域開発振興

問い合わせ 道の駅 花かげの郷 まきおか
 山梨県山梨市牧丘町東伏 2120 ☎0553-4780

秩父市・山梨市・川上村
 源流地域から初めての発信!
 甲武信源流サミット
ECOフェスタ
 in 秩父ミューズパーク

環境講演会「田舎暮らしー源流文化のすばらしさ」午後3時~
 あき竹城さんの講演と座談会を予定しています
 環境シンポジウム コーディネーター・森下正氏(明治大学教授) パネラー・栗原稔秩父市長、中村照人山梨市長、藤原忠彦川上村長(環境音楽会、森のコテージ体験工房なども開催)

11/18(日)
 10:00 ~ 16:30

【問い合わせ】甲武信源流サミット実行委員会
 (秩父市役所市長室ふるさと創造課 ☎0494-22823)
 または山梨市役所総合政策課☎1111(内線233)

花かげホール Presents

橋本京子ピアノリサイタル

12月27日(水) 開演：午後7時
開場：6時30分

入場料 大人：1,500円 高校生以下：500円 (全席自由)

11月1日(木)花かげホール・市民会館・牧丘・三富各支所にて販売開始

【問い合わせ】 山梨市花かげホール ☎⑤ 4888 (月曜・祝日の翌日休館)



情報やまなし

2007. 11

こちらからお読みください