

#### 2008.12



記念館主屋で結婚式(12/13) 「歴史ある建物で結婚式を!」と、記 念館で初の結婚式が行なわれました。

#### 2009.3



偉大な功績にただただ感動(3/17) 消防慰霊祭で来市した片山虎之助元総 務大臣が、記念館を訪れました。



#### 2009.6



さまざまな企画展を順次開催中 6月は、市所蔵のマリーローランサン のリトグラフなどを展示しました。

#### 2009.9



甲州商人と甲斐絹の歴史展 横浜開港 150 周年を記念して、パネ ル展を開催中(~10月4日)

#### 2008.11



展示棟「八蔵」が、平成20年度山梨 県建築文化奨励賞に選ばれました。

#### 2009.2



福は~うち!鬼は~そと! (2/1) 年男・年女の代表で、山梨市出身の作 詞家・覚和歌子さんが市長と一緒に!



根津記念館オープン(10/10)

多くの皆さんのご出席をいただき、

盛大に開館記念式典を挙行しました。

春・聲・響(1/1) 2009年の幕開けは、和太鼓とダイナ ミックな書のコラボレーション。

#### 2009.5



ゴロよく入館者5万人達成(5/5) 5月5日に5万人をめでたく突破。5 人家族で子どもは小**5**と5が5つ!

#### 2009.4

2009.1

2008.10



文化協会盆栽部春の山野草展 盆栽部の皆さんが丹念に育てた山野草 が記念館を彩りました。

#### 2009.8



夏休みを利用して親子体験学習 茶道体験や根津翁についての学習など 「夏休み子ども講座」は大盛況。

#### 2009.7



ドイツからのお客様(7/27) 日独スポーツ交流で来日したドイツの スポーツ少年団が来館しました。



#### 10月10日母午前9時30分開館 この日は、終日入館無料!

★秋の山野草展(市文化協会盆栽部)

10:00 ~ ★ 1 周年記念式典 ★根津ピアノ二重奏

初代嘉一郎が県内各小学校へ寄贈した根津ピアノと二代目嘉一 郎が知人のお祝いに贈ったピアノが、時を越えて、その音色を 現代に響かせます。

★ 1 周年記念茶会(市文化協会茶道部ほか、~ 16:00)

11:00 ~ ★邦楽演奏(市文化協会邦楽部・15:00 ~ と 2 回) ☆特別企画展 石山寺名宝「紫式部と源氏物語」

<展示期間>前期 10月10日●~11月8日

後期 11月10日❷~12月6日■

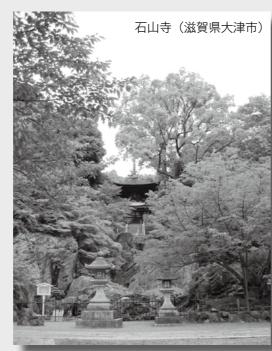
13:30 ~ 公特別講和「石山寺と紫式部」講師:鷲尾遍隆さん 瀬田の唐橋に風林火山の旗を立てて以来、交流を深めている滋 賀県大津市瀬田川流域観光協会のご協力により、石山寺からお 借りした名宝の特別展示、同寺座主鷲尾遍隆さんによる記念講 話を行ないます。



#### みんなで来てね、 1周年 記念イベント!

【問い合わせ】

根津記念館 ☎② 8250

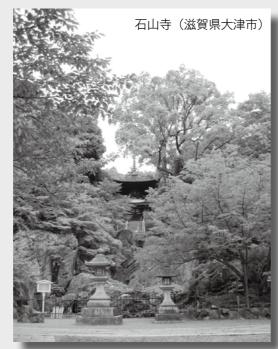




メリット (Awards Of Merit)」に選ばれた根津記念館の ライトアップをお楽しみください。

18:00 ~ ★ボランティアの皆さんによるハーブティーの呈茶

山梨市在住のオカリーナ奏者大沢聡さんによるコンサート。 夜の庭園で幻想的なひとときをお楽しみください。



#### <終日開催>

**☆**瀬田川流域観光協会物産販売

★文化協会華道部の皆さんによる生け花展示

く夜の部>

北米照明学会主催の国際照明デザイン賞「アワード オブ

19:00~ ペライトアップコンサート

出演:大沢聡(オカリーナ) 秋山玉美(ピアノ)

(雨天時は青山荘の中で開催します)

お客様の声

昨年10月の開館から、

琴の演奏をこの場所で聴くこ

されていると分かりやすいで さんの心に触れるたび

こで感じ取った気持ちを大切

沢聡さんの演奏を聴いてみた 方は、誰でも真似できるもの 根津さんの先見的なものの見 大好きなオカリーナ奏者の大 です。このすばらしい庭園で、

とのようで、涙が出てきそう 幼い頃に楽しく遊んで過ごし ではありませんね。 んぼしたことなど、 40年ぶりに訪れ 負けないぞ。 昨日のこ

一静かな中、久しぶりに心が落

がちになっている絆の大事さ 時代の流れを感じつつ、

ち着きました

尺八の音も聞

いい笑顔も自然と出て

とても心がなごみます

市内をまわるスタンプラリ を持ちたいなと思いました。 庭の草花 みたいなものがあったら楽し 見慣れないものも

かりました。飾らない復原は

遊んだ友と訪れたいと思いま

てもすばらしいと思います。

日の建物は、細部まで住む環 で考えていることがよく分

人変すばらしいことだと思い

あって楽しかったです。

のことを知ってもらいたい 写真撮影会などの催しが開け

遂げた先人たちの歩みを知る ぜひ根津さん

楽しいかも。 気分になりました ありましたが、先人の偉大さ ろで結婚式が挙げられたらな た施設だと先入観が

みやすい近代的な作りにび りがとうございます

考に、これからもより多くの皆 風鈴の音に癒されました。 記念館では、これらの声を

郷土を知る上で、

偉業を成し

日本が世界に誇れる平和で豊

市外からのお客さんを連れて 生で見ることができて

立ち寄ら

かったです。休日だけでも、

地元のお茶会の方

きました。抹茶の一服が欲し

▶来館者がいろんな感想を自由に綴っている意見帳。若い世代の 人たちの「こんな家に住みたい」「癒された」という意見が多 く、時代は移り変わっても、日本人の心が求めるものに変わり はないのだということを、感じさせられます。

# と合同で

多数の傷病者に対し、傷病の程度によって救命の順序を決めるための「トリアージ」を行な

て実感しま る対策などがとられていたという報道 の家庭で家具類の転倒・落下を防止す その理由のひとつに、 への意識の高さが挙げられます。 県と合同で大

規模な地震防災訓練を実施します。 この訓練は、「午前8時3分頃、 10月25日(1)、

では震度6弱を観測し、甚大な被害と 岡県駿河湾を震源とするマグニチュー なった。」ことを想定して行なう訓練 ド8・0の突発地震が発生し、 静

う医療関係者(市川三郷町で開催された昨年の大規模地震防災訓練から)

10月25日回午前8時30分 (終了予定:正午)

市役所駐車場および山梨市民 ・ツ広場

参加機関 外の防災関係機関約50団体 地区住民、市内および県内 を感じ、「もしや・ かったものの、市内でもかなりの揺れ た地震が発生しました。近々起こると いわれている東海・東南海地震ではな :」と思った人が

多かったのではないでしょうか。 特に揺れの大きかったのは静岡県で 日ごろの備えの大切さを改め 被害は少なかったそうです。 静岡県民の地震 多く

ヘリコプター ご理解ご協力をお

※駐車場が限られていますので、 るだけ自転車や徒歩でお越しくださ でき

携訓練 策・復旧訓練、消防団による一斉放水 練、応急危険度判定訓練、応急救護 自衛隊による救出・救助・ らの救出・救助訓練、消防本部・警察・ 練、初期消火訓練(消火器、 練、ボランティア ―)、自主防災組織によるガレキか ヘリコプターによる広域応援連 ジ)訓練、ライフライン応急対 (福祉救援)活動訓 バケツリ

# 見学、体験ができます

災資機材の展示・啓発、 起震車による震度体験 NTT災害伝言ダイヤル体験コー など レの展示、 地域貢献型自動販売機の ド災害伝言板サ

※当日は、 会場周辺の皆さんには大変ご迷惑を車両のサイレンなどが発生します。

避難所設置·運営訓練、 訓練内容

災害対策車両の展 -ビス体

#### 【防災訓練に関する問い合わせ】

総務課行政防災防犯担当(西館4階、内線2448) 県消防防災課防災対策担当 ☎ 055 (223) 1430 【火災警報器・要援護者名簿に関する問い合わせ】

総務課行政防災防犯担当(西館4階、内線2448)

# 防災訓練を実施 東海地震に備え (9月1 E

総合防災訓練を実施しました。 市は、「防災の日」である9月1日

設置支給を行ないます

市では、高齢者を住宅火災から守

年齢要件

平成21年4月1日現在で

75歳以上の高齢者のみの世帯

借家でないこと

を支給します

※設置義務に従い、既に設置済み

平成22年3月31日例

書を送付します。

該当世帯には後日支給決定通知

世帯および世帯全員が社会福祉施

入院している世帯は支給対象から

住宅用火災警報器(煙感知式)1台 るため、次の要件に該当する世帯に

設置箇所

寝室を基準

設置方法

消防団員・自主防災組織

平成16年5月の消防法改正によ

住宅用火災警報器の設置が義務

既存住宅は平成23年6月ま

高齢者住宅用火災警報器

急物資要請訓練などを実施しま 東海地震注意情報発令に伴う参集訓 市役所では、関係機関や市職員が 緊急自動車による災害情報収集 峡東地域県民センター への応

施設に地区住民や地元消防団員な 富徳和地区では、地域の多目的集会 今年度の訓練重点地区となった三 訓練に先立って、 約8人が集まりました。 山梨消防署牧丘

> と、地域のつながりの大切さを説き 助け合えるようにしてください。」 が一の災害時には、地域で協力して 日の訓練で学んだことをもとに、

分署の坂本係長が、 人たちによって救助されました。 災害救助者の5%は近隣に住む 「阪神大震災の 今

防団の指導のもと、

レーによる初期消化訓練、AED団の指導のもと、消火器やバケツ訓練が始まると、消防署や地元消

訓練が始まると、

作り方などの応急救護訓練、

を使っての心肺蘇生法や応急担架の



試食してみました。

特にAEDを用いた心肺蘇生法の

備蓄している非常食を実際に作り いについて学びました。また、 や発電機などの防災資機材の取り扱

市が

News&Information

は、

返信用封筒で申請書を返信

守るため、早めに住宅用火災警報器

家族やご自身の命を住宅火災から

してください。

内容を確認し、

を設置しましょう!

ますので、

要件に該当する世帯

世帯を訪問し、

設置

市から支給申請書を送り

での設置が義務化されて

(区長ほか区役員)・民生委員が

災害時要援護者名簿」

「災害時要援護者名簿」は、

しものとき、

あなたには助けてくれるだれかがいますか?

心肺蘇生法そしてAEDを使っての救護訓練。

自力での避難が難しい人の住所や身体状況をあらかじめ登録 非常時の安否確認を地域の役員にお願いするものです。 介護の必要な高齢者や障害者など、

災害時に一番頼りになるのは、同じ地域に住む人たちです。

広報やまなし 2009.10-7

参加者は、消防署の職員の指導を熱 形を使用した本格的な講習を実施

マッサージのコツなどについて質問

#### ♥♥♥善意をありがとう♥♥♥

【寄付一般】

▼社会福祉資金として

中嶋 光彦 様 (小原西) …… 30,000円



ションチー

よる「市女子職員観光プロモ

魅力的な観光環境を整え、

いただいた人・団体のみ、ご紹介しています。

※このコーナーでは、市にご寄付いただいた 皆さんの中から、広報誌への掲載をご承諾

関東運輸局と関東地方整備局 観光まちづくり重点 地域に選ばれました

が進めている「関東観光まちづ 山梨市

戦略的にマ 力し合い、市場に対して積極的 旅行業者などとが連携をとり協 光地づくり」を推進する地域と この事業は、 成21年度重点地域に、 りコンサルティング事業」の ケティング活動を 「競争力のある観

# 学ぶ交流事業検討 協議会を設置

討協議会」の第1回協議会を開催 において「山梨市学ぶ交流事業検 この事業は、国が地方再生戦略 8月21日、

の一つとして公募したものに、

市

減に関する学習の場を提供してい

幅広い年齢層に二酸化炭素削

子ども用の2種類の学習書を作成

化について学んでもらうととも

ゼル施設での廃食油の燃

市はこの事業を活用

うという取り組みの一つです。

からなる「関東観光ま

旅行業者などの

観光地の現状や旅行

しての推進体制を強化

続いて事務局職員が、事業の説

11 高级经高化表

設定や、森林セラピ-設の見学などを合わせたコースの ブの燃料となるペレットを作る施 /予定です。 また、西沢渓谷での森林セラ と間伐材からぺ レットス・

の取り組みを学んでもらう事業を を活用し、二酸化炭素排出削減へ か既存のバイオマス燃料製造設備

採択を受けて実施するも

成などに取り組みます。 成23年度からの本格実施を目指し 事業は、今年度中に試行し、

度が選定されていますが、

今年

関東運輸局管内で毎年2か所程 地域の流通促進を行ないます。 的提案」などをアド

イスし

増進」「旅行商品化に向けた具体 「観光人材の育成」「魅力の発掘 家が相談や指導を行ないながら 者の声、課題などをもとに専門

識経験者や市内の観光関係者ら20

会長に山梨大学の その後、役員選

環境課新エネルギー

内線2133)

この日は、まず、

中村市長が学

客誘致に向けた新たなプランづ を踏まえたうえで、 派遣されるアドバ 課題などの整理を進め、 市では、今後、 りを進めていきます。 ープを設置し、 7 本市における 更なる観光 キンググ 国から の意見

観光課観光企画担当

染前)に生い茂った草を、

草刈

(市民総合体育館から東京洗

また、午後は重川河川

内線21

48

作業終了後の現場は 機を使って刈り取り

●観光課観光企画担当

(西館1階、 内線21 8

私たちに任せて! 観光PRは

9月3日、女子職員に ム」を設置しました。 女性に

それぞれの気づいたことやアイデア を発表する職員。



側溝の泥上げや草刈り作業を 行なう市内業者の皆さん。

員に参加を呼び掛けたもので の視点も重要」と、市の女子職 客の増加につなげるには「女性

齢層も幅広く、 最中の女性まで、 人。独身女性から子育て真っ ム編成となりました。 ト提出によって選考された 観光振興に関する バランスのよい 所属部署や年

が次々と飛び出し、 ポットの課題など積極的な意見観光客の現状や市内の観光ス 同日開催した設立会議では、 トとなりました。 好調なス

ランドやPR方法を考えて はの視点で「健康」「美」「食」 的な活動をはじめ、女性ならで ムでは、 9月から本格

ビンなどのごみ拾いを行ないま

草刈りや側溝の泥上げ、

に分かれて、市内道路の路肩の

吉田市が選定されています)。

した(県内では、19年度に富士 度は山梨市のみの選定となりま

で道路清掃作業を実施 市内業者がボランティア

らおうと、 を請け負う業者が、市民の皆さ る道路清掃作業が行なわれま 造園協力会らボランティアによ んに道路を気持ちよく使っても 9月11日、市内の建設協力会 毎年この時期に声を 道路工事など 電設協力会、

ものです。 参加者212人に市職員95人が 者が9つの作業班を編成。 当日は、 300人を超える参加 市内54の企業からの

【時間】各地区とも午後7時から(終了予定:9時)

【問い合わせ】 総務課広聴広報担当(西館4階、内線2445、2446)

日

地区

加納岩

日下部

梨

会

加納岩公民館 日下部公民館

八幡公民館

山梨公民館

岩手公民館

日川公民館

後屋敷公民館

山梨地域

開催日

10月29日春

11月 4日🚱

11月 5日春

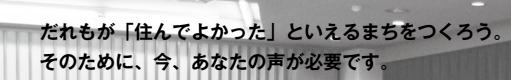
11月17日 🕸

11月18日

11月19日春

11月26日 後屋敷

# みんなで語る



タウンミーティン

#### 【開催日程】

開催日

10月 6日 🕸

三富基幹集落センタ

#### 牧丘地域

開催日	地区		会	場
10月16日	西(	呆	西保公民館	
10月19日	中均	枚	中牧公民館	
10月27日🛭	諏	方	牧丘支所2階会	議室

#### 中国障害者芸術団が来市! (8/18)

千手観音で有名な中国障害者芸術団が県民文化ホー ルでの公演の翌日山梨市を訪れました。一行は市役所 で市長と面会したあと、市内のぶどう園でブドウ狩り を楽しみました。



#### スポーツで親子のふれあいを! (8/22)

市民総合体育館で開かれた「第9回親子ふれあいバ レーボール教室 | には、家庭婦人チームやスポ少などか ら約300人が参加。親子や家族のふれあいを深めなが ら、技術向上のための基礎技術を学びました。



#### 地区対抗だからこそ、負けられません! (9/6)

市民の体育の祭典「第4回山梨市総合体育祭り」。 各会場で、白熱した戦いが繰り広げられました。日頃 の練習の成果を発揮する中、珍プレー・好プレーも見 られ、参加者は「スポーツの秋」を満喫していました。



#### テーマは「郷土愛」。(8/23)

(出日本青年会議所関東地区山梨ブロック協議会第38回会員大会 「やまなし大好き祭り」が花かげホールをメーン会場として開かれました。

大会のテーマ「郷土愛」にちなみ、アサヒビール㈱名誉顧問の中條高徳さ んが「この国を愛し、日本人として誇りを持って生きよう」と、俳優の菅原 文太さんが「地域の人々と力を合わせよう」と、それぞれの経験談などを交 えながら講演を行ないました。また、山梨市民吹奏楽団、オカリーナ奏者大 沢聡さん、紅富士太鼓、AriaAsia(笛吹市一宮町出身)など郷土の演奏家 による幅広いジャンルの演奏会、地域の皆さんが講師となっての職業体験、 各種屋台など、盛りだくさんの内容で多くの人が楽しい時間を過ごしました。

#### 市内3チームが県大会で活躍(8/15)

甲州市で「第38回山梨県子どもクラブ指導者連絡協議会親睦球技大会」 が開かれました。大会は、男子がソフトボール、女子がミニソフトバレーボー ルの競技に分かれ、山梨市からは男子が市内の大会で優勝した西保チーム、



▶男子も女子も元気はつらつ。小中学生が1つのチームで力を合わせてがんばりました。



走れ、未来の Jリーガー! (8/15, 16) 県内外から23チーム が参加し、真夏の太陽の 下、熱い戦いが繰り広げ られた市長旗争奪少年 サッカー大会。優勝は、 杉野百草サッカースクー ル(日野市)でした。



まちのわだい

#### 今年は長野県飯山市が源流まつりに初参加! (8/23)

8月23日、第4回笛吹川源流まつりが道の駅みとみ特設会場で開催され ました。

今年は市と災害協定を結んでいる長野県飯山市が初参加。名物の「富倉そ ば」の出店や観光PR、千曲源流太鼓などで祭りを盛り上げてくれました。 ステージでは、恒例となったじょいそーらんや郷土芸能、吹奏楽演奏、三 富保育園児による遊戯などが行なわれ、エネルギッシュな演奏や踊りに参加







文化を味わい、文化の向上を共に 山梨市文化協会活動紹介

27 洋楽部 28 コーラス部 29 絵画部



▲コーラスグループによる歌の披露。歌ばかりでなく揃いの 衣装もステキです(山梨地区文化祭洋楽部発表会から)。

洋楽部には、「八幡ママさんコ

ラス唱和会」「山梨市

のグ

問い合わせ】

巾民吹奏楽団 堀

**☎®**6549

コーラス **☎**265

問い合わせ】

沼田紗由美

**☎**戀♡♡®♡

は、ぜひ仲間に

プの活動に関心のある

皆で声を出して

文化祭で作品を発表

います。

40回目を迎えます。

るため

音楽会の歴史は古く

年に1回合同で活

プの計

/幡ママさんコーラス 金丸悦子 **☎** 4 2 1 9 日野原顕仁

前嶋宇夕子 **☎**352580

# (牧丘地区文化協会 「コーラス部」〉

山梨地区文化協会

「洋楽部」〉

される「花かげコーラス大会」。

祭などでの活動発表はもとより 生の指導を受けながら、 モニー」という2つのグル 模の大会へ参加するなど、 ル花かげ」と「グ それぞれ専門の先 ラス部には 市の文化 れる全国

う色が変わると、

た写生会。

油絵の魅力を感じ、

その色彩の変化 当然絵の仕上が 天候によって使

.ス解消にも効果大。何より 健康づ 歌うことは、 頑張って活動を続けて |継続は力なり」の言葉を胸に 人物・風景・

抽象画など好きな

スに向かって描

歌を歌っている人は、

【問い合わせ】

広報やまなし 2009.10-13

三富地区絵画部は、(故)日原 日原会長が平成17年に

# **〜三富地区文化協会**

「絵画部」〉

#### やっぱり、本が好き!

#### おすすめ新着図書



<sub>すみぞめ よろい</sub> 『**墨染の鎧』** 上下巻 火坂 雅志・著

戦国時代末期、禅僧にしてただ一人大名になった男・安国 寺恵瓊。織田信長や豊臣秀吉の行末を予言した男として知 られるが、その生涯は意外と知られていない。毛利家の外 交僧として活躍し、関ヶ原の戦いを演出した男の波乱の人 生を描いた長篇歴史小説。

■児童書



#### 『よかったなあ、かあちゃん』 西本鶏介・ぶん 伊藤秀男・え

いつもの公園にいた認知症のおばあさんは、ぼくたちを 亡くなった息子と間違えているようだった。お別れの日、 おばあさんの背中に「かあちゃん!」と叫んだ子どもた ちは、自分たちの力で、本当の「やさしさ」をみつけて いく。老人と子どもたちの交流を描いた感動作

#### 主な新着図書



#### 日本の小説 夢うつつ あさのあつこ 道誉と正成 安部龍太郎 静子の日常 井上 荒野 北門の狼 逢坂 逃亡者 折原 熱い風 小池真理子 はむ・はたる 西條 奈加 流星さがし 柴田よしき 引き出しの中のラブレター 新堂 冬樹 おれも武士 鳥羽 亮 水神 追守 帚木 蓬生

#### 図書館だより



#### 新着DVDの紹介

『おくりびと』『容疑者Xの献身』『ブタがいた教室』『ウォー リー』『間宮兄弟』『ザ・マジックアワー』『グーグーだって 猫である』『ハンサム・スーツ』『クライマーズ・ハイ』『ル パンの消息』『レモニー・スニケットの世にも不幸せな物語』 『三遊亭小遊三』『ミュージカル 李香蘭』『オペラ 魔笛』『キ ン肉マン』『ヤッターマン』『仮面ライダー電王&キバ』『げ んきげんきノンタン でかでかありがとう』『みんなだいす き!どうぶつのうた』『学校の怪談』

#### ●●● INFORMATION ●●●

#### 【10月のおはなし会】

●乳幼児向き(チェリー) 10月 6日火 時間は午前 10 時 30 分~ 11 時

・
幼児・低学年向き(くれよん) 10月24日(土) 時間は午前 10 時 30 分~ 11 時

#### 【市立図書館開館時間】

- ◆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。 10月から延長時間が6時までとなります。

文学・エッセイ・手記・外国	の小説	など
人間の運命	五木	寛之
へタな人生論より藤沢周平	野火	迅
遊びをせんとや生れけむ	久世	光彦
七十五度目の長崎行き	吉村	昭
ミスター・ピップ ロイド	・ジョー	 -ンズ
その他・一般		
僕は、字が読めない。	小菅	 宏
	小菅栗原	宏 毅
僕は、字が読めない。	栗原	
僕は、字が読めない。 よくわかる中性脂肪	栗原	毅

#### 山梨市立図書館

万力 1830 (市民会館内) ☎② 9600 (月曜休館)

など思いあたることがありません

体を動かすのがおっくうになった

外出が少なくなった 転びやすくなった 運動をしない生活が続いている

足腰が弱る

暮らしの中でこまめに体を動か

自分の体力にあった適度な運動

からない

自分ではどう運動していいかわ みんなと楽しく過ごしながら運

たっても、

しかし、

いざ運動をしようと思い

予防にもつながります

をすることを習慣にしましょう。

運動は脳にも刺激を与え、

認知症

## 地域元気あっぷ教室 10月

会 場	開催日	時間
加納岩公民館	13 日火)・27 日火)	10:00 ~ 11:30
老人健康福祉センター	7日(水)·21日(水)	13:30 ~ 15:00
後屋敷公民館	2日金・16日金	13:30 ~ 15:00
日川公民館	14 日(水) · 29 日(木)	13:30 ~ 15:00
山梨公民館	<b>★14</b> 日(水) · 28 日(水)	14:00 ~ 15:00
岩手公民館	2日金・16日金	13:30 ~ 15:00
牧丘町保健センター	14日(水)	13:30 ~ 15:00
乙ヶ妻公民館	*28 日(水)	13:30 ~ 15:00
西山公民館	2日(金)	13:30 ~ 15:00
小田野公民館	16 日金	13:30 ~ 15:00
西保多目的集会施設	8日(木)	13:15 ~ 14:30
三富基幹集落センター	6 日火·22 日休	10:30 ~ 11:30

★のついた日は、口腔ケア開催日です。

#### 【問い合わせ】

山梨市地域包括支援センター 保健課介護予防担当内 内線 1178) FAX23 0294

#### かかり 少しの段差につまずく」「庭や道路 必要な状態になることがあります。 廊下ですべって転ぶ」「布団にひっ ທ 昨年と比べて筋力が低下 年齢を重ねるにつれて、 つまで 転 倒 バランスを崩す」などの理由 骨折してしまい ŧ 11 ツラツ生活!! 「ほんの 取り 介護が 入れまし

毎日の生活に運動を

らない 地元で体操をしている場所を知一人では運動が続かない

うか? 楽しく運動して 象)」を定期的に開催して 地域元気あつぷ教室 運動指導員の指導のもと、 各地区の公民館などで いますので、 (65歳以上対 ぜひ参 仲良く

時間はこのペ

ジ左下の表をご覧ください 今月の開催場所、

#### 転倒予防のチェックポイント~屋内編~

などというようなことはないでし

転倒を防ぐためには、体づくりと同時に、普段の生活環境 を見直していくことが大切です。特に、屋内での転倒事故は 多くが早朝から午前中にかけて、また、夜間トイレへ行く時 間帯に発生しています。以下の項目を確認してみてください。

□家の中が散らかっている

□敷居などに1センチ以上の段差がある

□じゅうたんなどの敷物にたるみやめくれている部分がある

□コード類が床にむき出しになっている

□廊下や階段などに物が置いてある

□家の中に照明の暗い場所がある

□浴室・階段・トイレなどに手すりがない

□階段の傾斜がきつく、すべり止めがない

□浴室にすべり止めマットがない

□家の中でスリッパをよくはく

□ベッドが高く、柵や手すりがない

□玄関の段差(あがりがまち)が高い

★あてはまる部分がある場合は、もう一度点検し、早めに 改善しましょう。

#### りかまなくても飲み込むことができ ライス、スパゲティなどがあります。は、オムライス、ハンバーグ、カレー るものばかりです。 大人だけでなく、 性脂肪を多く含み、 子どもが喜ぶメニューですが、 子どもたちの大好きなメニューに これらは、簡単に作ることができ、 生活習慣病を招く原因になり 子どもたちの健康も脅かされ 共通していることは、 子どもの間にも広 カロリ も高い 動物 あま 脳を活性化して健康な生活を送りま 間も短くなっていますが、 ことにもつながります。 表情豊かな顔をつくるほか、 きを活性化します。 やあごの骨、顔の筋肉の発育を促し よくかむことを心がけま よくなります。 慌ただしい現代社会や食生活の変 よくかむことは、 かむことによって、 さらによくかめる土台をつくる 口腔内を清潔にする働きがあり

今回は、 山梨市健康増進計画 健 みんなで取り組もう 康 「健康づくり」 **Vol.14** くりを継続 生活習慣病予防編 ~栄養と食生活~ して

食の欧米化により、

生活習慣病が

●なぜ「かむ」ことが大切か?

かむという刺激が、

頭

唾液には、

消化を助

唾液の分泌が

栄養と食生活

のお話です!

締まった魚(あじの開き・

いわしの

ため

0

【問い合わせ】

保健課保健指導担当 (東館1階、内線1182~1184)

よくかんで食べられる! かむかむレシピ 根菜のカレーポトフ

あごの発達を促

脳の働

日頃から、

エネルギー 264kcal たんぱく質 5.3g 塩分 1.9g (一人分)

#### 材料4人分

かむ回数が減り、

食事時

心 ·

身

サツマイモ 200g タマネギ 1個 80g ゴボウ 100g ベーコン ニンジン 120g コンソメスープの素 1個 レンコン 100g カレー粉 大さじ 1/2 200g カブ 塩 小さじ1

#### 作り方

- ①野菜は皮をむき、大きめの乱切りにする。ベーコ ンは1cm 幅に切る。
- ②厚手の鍋に、サツマイモとカブ以外の野菜とべー コンを入れて表面を炒め、野菜が浸るくらいの水 を加えて煮る。
- ③20分ほど煮たらアクを取り、調味料を加えて、 さらにじっくり煮る。
- ④最後にサツマイモとカブを加えて、5分ほど煮た らできあがり。

の食事は、 800年前) れています。 数は6分の1 かんでいたという報告があり、 およそ1, 江戸時代 はおよそ4,000回、鎌倉時代 よくかむ目安は、 ,500回、戦前(約7年前) レンコン・ニンジン)、 (約400年前) 弥生時代と比べてかむ回 400回、 (約 1 食事には、 以下に減って 6 一口30回と言わ 根野菜 います。

およそ600回と言われてい はおよそ2,500回、 一回の食事で はおよそ 年前) 現代 は

●あなたは一回の食事で、 現代の一回の食事におけるかむ回 いかんでいますか? 何回ぐら

☆山梨市食育セミナー☆

10月24日出 午後1時30分~4時

夢わーく山梨 大集会室

演 「規則正しい生活と食事との関係」 ~元気のパワーは朝ごはんから~

**師** 山梨学院短期大学教授 藤井まさ子さん

対象者 市内在住者

【申込・問い合わせ】 保健課保健指導担当(東館1階、内線1182)

丸干)などの硬い食材を取り よくかんで食べましょう。 入れ



# 楽しし秋に Let's Go !

#### ★今年もやります!酒蔵マーケット

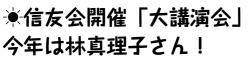
おいしいお酒をつくる酒蔵で春と秋、年に2回のフリーマーケット! 秋は「古着」をメインに、出店総数なんと! 60 店以上!食べ物屋台やお酒の試飲もあり。 ジャンべも鳴り響きます。どっしり見ごたえありの内容で、1日楽しめます。

10月11日(日) 午前10時~午後3時(雨天中止)

養老酒造・酒蔵櫂(北567)

※新型インフルエンザが流行した場合、開催を中止することがあります。 あらかじめご了承ください。

【問い合わせ】 酒蔵 櫂 ☎② 4047 E-mail info@sakagura-mk.com



10月23日金午後6時30分~

林真理子さん(山梨市出身・作家)

【問い合わせ】 甲府信用金庫加納岩支店 ☎四 2331

林真理子(はやし まりこ) 日本大学芸術学部文芸学科卒。コピーライターを経て、1982年、 エッセイ集『ルンルンを買っておうちに帰ろう』を出版。'84年、処女小説『星影のステラ』 が直木賞候補に。以後、執筆業に専念。'86 年『最終便に間に合えば』『京都まで』により第 94回直木賞を受賞。'95年『白蓮れんれん』により第8回柴田錬三郎賞、'98年には『みんな の秘密」により第32回吉川英治文学賞を受賞。直木賞ほか、数々の文学賞選考委員を務める。

#### ★第5回山梨市フットサル大会

11月3日(火・祝日) 午前8時~午後6時

会 場 市民総合体育館

対象・チーム編成 小学 4 年生~6 年生

(男女混合・学年混合 可) 1 チーム 5 ~ 10 人

参加料 1,000円(当日の昼食と保険料含む)

申込方法 各小学校にて配布する申込書に必要事項を記入 の上、ファクスで申し込んでください。

受付期間 9月28日(月)~10月9日(金)

【申込・問い合わせ】

山梨市フットサル大会実行委員会

たできた。 プ.黒 **☎** 090-8589-0572 FAX22 1484

※大会運営にご協力頂けるボランティアスタッフを募集し ています。気軽にご連絡ください。



#### \* LIVE UNDER THE SKY 2009

ジャズ、ロック、フォーク、歌謡曲、民族音楽…… 青空の下でいろんなジャンルの音楽をお楽しみください。

10月25日(1)午前11時~午後5時

笛吹川フルーツ公園 野外ステージ

HEAVENS DOOR /エレクトリック・バナナ・ クラブ/J-BOP/EAST AVENUE BAND 他 県内外より11グループ 出演予定

※入場無料※

【問い合わせ】



LIVE UNDER THE SKY2009 実行委員会事務局(金子)

#### ☀お誘いあってお出かけください。 いるとこ主催・こんぺいとう「人形劇」

障がいのある人たちが共に生活をしているグループホーム 「いるとこ」では、地域の皆さんが自由に気軽に立ち寄り、おしゃ べりしたり本を読んだり、ゆったりのんびりしていただける空 間づくりを目指しています。10月には、こんぺいとうの皆さ んによる楽しい人形劇を開催します。

10月31日出 午前10時30分~

会 場 グループホーム「いるとこ」(下神内川 192-3/JA 加納

【問い合わせ】長谷川すみ江 ☎ 080-5445-0683

みんなの掲示版



# Challenge

験してもらうための して拡大し、 「山梨市ジオ

3 6 0

ジオパークを目指す自治体

29日には、市のジオパ

6月5日

リズムやエコツ 知事は県秘書課に います。 -リズムと

いもので



10月4日、長崎県で開催され全国育樹祭で全国表彰されます 全国育樹祭において、 の優良都市と 県内では本市だ 山梨市の「ラ などの いの森

大弛小屋の前で県庁に電話をし、通話状態を確認する横内県知事。 知事が受話器を置くと、タイミング良く市役所から電話が……。

広報やまなし2009.10-16

広報やまなし 2009.10-17

る乙女鉱山と夢の庭園の現地視察

観光の関係者を含めた推進協議会 衛星携帯電話の試験通信を る」「よく聞こえるね」 夢の庭園では、知事に から電話

響、公共工事の削減など、「政権無料化による道路整備事業への影リン税の暫定税率廃止・高速道路

ます。

横内

山梨県知事と

夢の庭園を視察

山梨市長 中村照人



相談	内 容	日時・会場	申込・問い合わせ
家庭児童相談	育児、しつけ、虐待など児童の養育 に関する家庭問題	月曜~金曜(祝日は除く) 午前9時~午後5時 福祉事務所	福祉事務所児童福祉担当 (東館1階、内線1132)
教育相談	しつけ、親子関係、学力、進路、不 登校、いじめなど	毎週水曜(祝日は除く)午前 10 時~ 午後 4 時 生涯学習課 ※要予約	生涯学習課生涯学習担当 (西館3階、内線2327)
幼児教育相談	幼児教育全般	毎週水曜(祝日は除く)午前 10 時~ 午後4時 つつじ幼稚園 ※要予約	つつじ幼稚園☎② 0244 ※電話相談も可
子育で相談	子育で支援コーディネーターによる 子育で全般の悩み相談。まずは電話 で連絡を。	月曜~木曜(祝日は除く) 午前9時30分~午後4時 ※要予約 山梨地区地域子育て支援センター	山梨地区地域子育で支援 センター☎33 5661
年金相談	年金全般にかかる相談	10月8日(水午前9時30分~ 午後4時(正午~午後1時は休み) 甲州市役所	甲府社会保険事務所 ☎ 055 (252) 1431 代
病態栄養相談	医院などに通院中で合併症を有し、 栄養指導が必要な人	第2·4金曜午後1時~3時 峡東保健所(下井尻126-1)	峡東保健所健康支援課 ☎20 2753
	①身体障害相談 月曜から金曜(祝	卍日は除く) 午前9時~午後5時	
	②知的障害相談 每週火曜·木曜	会場、問い合わせは いずれも 老人健康福祉センター ☎23 2941	
障害相談	③精神障害相談 月曜から金曜(初		
	④障害児相談 10月14日 份午		
	⑤障害者就労相談 10月14日(水)・	28 日	
発達等母子保健 専門(遺伝) 相談	子どもの生まれつきの障害、発達面 や生活面での不安、自分や家族・結 婚相手やその家族が持つ遺伝すると 思われる病気に対する不安などに医 師や保健師が対応。医師は事前予約	月曜から金曜(祝日を除く)午前 8時30分~午後5時30分 峡東保健所健康支援課(下井尻 126-1) 医師との相談は中北保健 所(甲府市太田町9-1)	峡東保健所健康支援課 ☎② 2753
精神保健相談 老人精神保健 相談	こころの健康や精神保健福祉に関する悩み、老人の精神的な悩み。精神 科医師などによる情報提供や助言	予約により対応。 峡東保健所精神保健相談室 (下井尻 126-1・家庭訪問も可)	峡東保健所地域保健課 ☎20 2752
もの忘れ相談	認知症の早期発見・予防・正しい ケアを専門医などが助言	予約により対応。 市役所東館 1 階相談室	地域包括支援センター (東館1階) ☎3 0294
	認知症介護の専門スタッフによる認	グループホームめだかの学校(三ヶ	∽所)   ☎② 1131
認知症	知症相談。家族が認知症かなと思ったとき・認知症高齢者の介護で困っ	愛の家グループホーム山梨小原西	(小原西) ☎② 8220
よろず相談	たときなど。市内4か所の介護保険	山梨ケアセンターそよ風(上神内川	(i) <b>a</b> (2) 8071
	施設で対応。事前予約は電話で	笛吹荘(牧丘町室伏)	<b>☎</b> ⓑ 5522
認知症 出張巡回相談	精神科医師、精神保健福祉相談員、 保健師などによる出張巡回相談。寝 たきりなど、保健所の相談や医療機 関の診察を受けることができない人 を対象	予約により対応。相談者宅。	峡東保健所地域保健課 (下井尻 126-1) ☎20 2752

相談		日時・会場	申込・問い合わせ
<b>合同相談</b> ※ 10 月と2月は、合同相談を実施します。	国・県・市などの仕事についての苦情や要望、日頃困っていることの相談。行政相談委員、民生児童委員、 人権擁護委員、心配ごと相談員、消費生活相談員	10月16日途午前10時~午後4時牧丘支所	総務課行政防災防犯担当(西館4階、内線2447)
特設人権相談	家族関係、いじめ、ストーカー、セクハラ、騒音、悪臭、その他、人権に関すること全般。 人権擁護委員、法務局職員が対応	10月8日休午前10時~午後3時市民会館3階控室	福祉事務所社会·長寿 福祉担当 (東館1階、内線1135)
不動産相談	不動産関係全般	10月22日(水)午前10時~午後3時 (正午~午後1時は休み) 市役所西館2階201会議室	<ul><li>础県宅地建物取引業協会</li><li>☎ 055 (243) 4300</li></ul>
結婚相談	相談は、できるだけ希望者本人が望ましい。登録希望者は、履歴書用写真(3.5cm×4.5cm程度)、印鑑(シャチハタ不可)を持参。	10月24日出午後2時~6時 (受付:5時まで) 市民会館3階控え室	生涯学習課生涯学習担当 (西館3階、☎⑩1488)
パソコン 困りごと相談	パソコンの操作方法に関する相談 ※講師の都合により休む場合あり。 必ず事前確認を。	10月3·24·31日(土) 午後1時~3時 市民会館4階C会議室	生涯学習課生涯学習担当 (西館3階、☎⑩1488)
多重債務相談	借入状況を聴き、必要に応じて法律 専門家(弁護士・司法書士など)を 紹介	月~金、午前8時30分~午後4時40分(正午~午後1時は休み) 財務省関東財務局甲府財務事務所	甲府財務事務所 ☎ 055 (253) 2261
個別労働紛争	労働者と事業主間の紛争解決支援。 相談、情報提供、個別調整委員によ るあっせん	まずは電話を。	山梨労働局総務部企画室 ☎ 055 (225) 2851
地域職業相談室	職業相談、職業紹介、求人情報など の提供	月~金、午前8時45分~午後5時15分 市役所東館2階	山梨市地域職業相談室 ☎20 1358
再チャレンジ サポート プログラム	専門コンサルタントによる再就職の アドバイス。キャリアシートを使い、 これまでの職歴、身につけてきたこ との生かしかたを個別面談。	火・水 午前9時30分~午後3時30分(予約制・電話予約を) (財21世紀職業財団山梨事務所	<ul><li>財 21 世紀職業財団</li><li>山梨事務所</li><li>☎ 055 (236) 5271</li></ul>

#### 編集後記

か捨てられないでいます。**S** 

も早く、読書にぴったりの季節です。 選定された「平成百選」。その写真コン の期間限定復活。9月6日のラストス 読書といえば、コンビニによると目に テストが開かれるそうです。山梨県で テージは、15年前のファンが若者た つくのが、1冊500円ぐらいの単行 は「甲府盆地の夜景」「富士山」「昇仙峡」 ちを率先し、オーディエンスの盛り上 本。「無駄使いはしないぞ」と思ってが認定されています。「甲府盆地の夜景」がりも最高潮!活躍中のミュージシャ いても、ついつい買ってしまいます。といったら、山梨市からの眺めが最高とも「学生時代憧れていたんです」と、 気がつけば部屋にたまっていく一方。では!人よりいくらかはカメラを扱っあちこちに。改めて、彼らのクオリティ でも、内容がおもしろいので、なかな ている広報担当として、1枚応募して の高さ、そして仲間としての「絆」の みようと思います。皆さんもぜひ! K

強さに感動しました。

広報やまなし 2009.10-19 広報やまなし 2009.10-18

# 闘やまなし

市外局番は 0553 です

**\*\*** 市役所② 1111 牧丘支所35 3111 三富支所39 2121

#### 2010年山梨県民手帳 予約受付中!

商工労政課

サイズ 82 ミリ× 145 ミリ 表 紙 ワイン色のレザー調 内 容 日記、郷土自慢、山梨県主要 指標、暮らしの相談窓口など

**販売価格** 500 円

(差込用住所録 別売80円)

**申込方法・期限** 10月20日火まで に電話で申し込んでください。

受取方法 11月17日火から、商工 労政課・牧丘・三富支所で現金と引き 換えでお渡しします。

#### 【申込・問い合わせ】

商工労政課統計資料担当 (西館2階、内線2253)

#### 山梨小学校夜間照明施設 改修工事のお知らせ

社会体育課

山梨小学校校庭にある夜間照明施設 の改修工事を行ないます。このため、 次の期間、夜間照明施設が利用できな くなります。皆さんのご理解とご協力 をお願いします。

休止予定期間 10月1日(水)から 平成 22年1月31日(日まで

※工事の進捗状況により、休止期間が 変更になる場合があります。

#### 【問い合わせ】

社会体育課体育施設担当 (西館3階、内線2333)

#### 平成 22 年成人式開催のお知らせ

生涯学習課

市では、成人となる皆さんの前途を 祝福するため、平成 22 年山梨市成人 式を次のとおり行ないます。

**日 時** 平成 22 年 1 月 10 日(日)

受 付 午後0時30分~0時50分

式 典 午後1時~2時

会場 市民会館

該当者 平成元年4月2日から平成2 年4月1日までに生まれた人

※「進学・就職の関係で市内に住所が ないが、市の成人式に出席したい という人は、11月13日 金までに 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 (西館3階、内線2327)



#### 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

#### 危険を予測する能力を高めましょう

☆見えないことは、存在しないことではありません。

運転中、前方にバスが停車しています。こ のとき、どのような危険を予測して運転しま い)ことではありません。 すか?

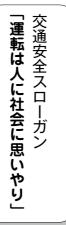
この場合、バスの存在を素早く察知し、さ らに、バスの陰に横断者がいる「かもしれな いしと危険を予測することが、事故防止には 欠かせないポイントと言えます。

歩行者が見えないから、歩行者はいない「だ ろう | と考えて、バスの側方をそのまま通過 するのは危険です。

見えないということは、存在しない(いな

駐車車両や障害物の陰にも人がいることを 予測して、人が突然出てきても、安全な措置 がとれるような運転をしましょう。

- 自分に厳しい予測をたてて準備するのが 「かもしれない | 運転
- × 自分に都合がよい予測をするのが「だろ う|運転 (やまなしの交通) から



#### 10月に開かれる各種無料相談のお知らせ

相 談	内 容	日時・会場	申込・問い合わせ
社会保険労務士相談会	年金や健康保険、労働災害や雇用保険、 高年齢者や就職困難者などに関わる助 成金や緊急雇用安定助成金、解雇や賃 金不払い、労働時間に関すること、他		山梨県社会保険労務士会 峡東支部 支部長 辻 武彦 ☎級 1089
山梨調停協会 調停相談会	金銭トラブル、家庭内のもめごとなど、身近な法律問題について (相談の内容によっては、調停の申し立て、その他の手続きを紹介)	10月3日出午前10時~午後4時岡島ローヤル会館ゴールドルーム(甲府市丸の内・岡島百貨店8階)	甲府地方裁判所事務局 総務課庶務係 ☎ 055 (235) 1133
行政書士相談会	相続、遺産分割、遺言書、農地転用、 開発行為、会社法人設立、外国人の 出入国滞在関係、社会保険、労働保 険、年金関係、その他	10月17日出午前10時~午後4時 笛吹市スコレーセンター1階会議室 (笛吹市石和町広瀬626-1)	山梨県行政書士会 ☎ 055 (237) 2601
1日合同行政 相談所	登記や人権、年金、介護や雇用、賃金、道路、税金など、生活の身近な問題について	10月20日似午前10時30分~午後3時 岡島ローヤル会館ゴールドルーム (甲府市丸の内・岡島百貨店8階)	総務省 山梨行政評価事務所 ☎ 0570-090110
法務局なんでも相談所	不動産登記、会社などの登記、成年後見制度、成年後見登記手続きや証明書、婚姻・離婚・養子縁組など戸籍に関すること、人権問題、その他法務局の所掌事務に関すること	10月25日(I) 午前9時~午後3時30分 甲府地方法務局4階会議室 (甲府市北口1-2-19)	甲府地方法務局 ☎ 055 (252) 7153
法律相談会	離婚、相続、土地・建物の賃貸借、 交通事故、損害賠償、消費者問題な ど法律に関する相談 ※予約制(6人まで)。(10月8日)	10月27日似午後1時~4時 市役所西館2階203会議室	総務課行政防災防犯担当 (西館4階、内線2447)



#### こんにちは、日下部警察署です。 ☎220110

#### ☆10月1日休~31日生の31日間、

#### 全国一斉飲酒運転根絶キャンペーンを行ないます。

飲酒運転の根絶には、一人一人が飲酒運転の悪質性・危険性を 認識し、「**飲酒運転をしない、させない、ゆるさない**」という当 たり前のことをしていくことが必要です。

飲酒運転は、非常に危険で悪質な犯罪です。だれもが安心して 通行できる快適な交通社会を築くため、キャンペーンを契機に飲 酒運転の危険性を再認識し、飲酒運転を社会から追放しましょう。

日下部警察署管内交通事故発生状況(8月末日現在)						
件数(人数) 前年比						
人身交通事故	222 件	<b>–</b> 3				
死者	3 人	<b>- 2</b>				
負傷者	293 人	+ 13				
物損交通事故	646 件	- 34				

※日下部警察署管内……山梨市内および甲州市内



#### 期間:10月11日(1)~20日(火)

山梨県のスローガン

#### 「みんなで築こう 安全・安心 やまなしけん」

子どもの犯罪被害、住宅を対象とする侵入犯罪、振り 込め詐欺の防止などに重点を置いた運動を実施しま す。地域から犯罪をなくし、安全で安心して暮らせる 地域社会の実現のため、運動にご協力をお願いします。

# **静弱やまなし**

市外局番は 0553 です

**介** 市役所22 1111 牧丘支所35 3111 三富支所39 2121

## 保険·税

#### 使用していない車両の 廃車手続きはお早めに!

#### 税務課

軽自動車税は、毎年4月1日に軽自 動車を所有している人に対し、課税さ れます。たとえ使用していなくても、 廃車手続きが済んでいないと、1年分 の税金がかかります。

車両の紛失、廃棄・譲渡など、心当 たりのある人は、廃車手続きを早めに してください。手続きが済んでいない と、引き続き課税対象となりますので ご注意ください。

#### ☆市役所で手続きできる車種

(排気量 125cc以下の) 原動機付自 転車、小型農耕·小型特殊車両

#### ☆廃車手続きに必要なもの

印鑑(すべての手続きに必要です) 廃車……ナンバープレート、標識交 付証明書

取得……販売証明書

譲り受けたとき……譲渡証明書、 (前所有者の) 廃車証明書など

名義変更 同居の家族に限り、引き 続き同じナンバーが使えます。それ 以外は、前所有者が廃車手続きをし た後、再度取得の申請が必要です。

#### 【問い合わせ】

税務課市民税担当

(東館1階、内線1125、1126) または各支所総務担当

- ※以下の軽自動車は、市役所では手続 きできませんのでご注意ください。
- 四輪の軽自動車、(排気量が 125cc を越え 250cc以下の) 二輪の軽自
- ☞軽自動車協会☎ 055 (262) 7548
- 排気量が 250ccを越える) 二輪の 小型自動車
- ☞山梨陸運支局☎ 055 (261) 0881

#### 65 歳以上の公的年金受給者の 市・県民税支払方法が変わります

税務課

平成21年10月以降に支払われる 老齢基礎年金などの公的年金から、特 別徴収制度が導入され、これまで納付 書・口座振替で支払いをお願いしてい た市県民税が、公的年金からの引き落 としとなります。

納税の方法が変わるだけで、**新たな** 税負担が生じるものではありません。

特別な手続きも必要ありません。

老齢基礎年金などを受給している 65 歳 以上の人。該当する年度の初日に年金 を受給している場合に限ります。ただ し、次に該当する人は除外となります。 (1)老齢基礎年金額が年額 18 万円未満

(2)引き落とされる市県民税額が老齢基 礎年金額を超えてしまう人

(3)介護保険料が年金から引かれていな (八人

#### 対象となる税額

公的年金の年金所得に対する税額(所 得割額および均等割額)です。年金所 得のほかに給与所得などがある場合 は、その所得に係る税額は別途徴収と なります。

#### 時期・徴収方法

この制度が導入される今年度または新 たに特別徴収の対象となった年度につ いては、年度前半は普通徴収(納付書・ 口座振替により納付)、年度後半は特 別徴収となります。

徵収方法	普通	徴収	#	ζ	
納付月	6月	8月	10月	12月	2月
税額	1/4	1/4	1/6	1/6	1/6

#### 【問い合わせ】

税務課市民税担当(東館1階、内線 1125 · 1126)

年金額

1人につき 75.900 円を加算

子のみに支給される

792,100円

1,020,000円

1.095.900円

#### 国民年金だより

#### 国民年金加入者が受給できる年金~その8・遺族基礎年金

こんな年金です	受給資格			年間受給額	Ą	
  国民年金に加入中の人、	  ①死亡日の前々月までに、保険料の	•	●基本額は 792,100 円			
また老齢基礎年金の受給			子の加算	額を加えると、次のと	おり	
資格がある人が死亡した			子の数	子のある妻に 支給される年金額	子の。 年金額	
とき、生計を維持されて	②①の条件を満たさない場合は、死		1人	1,020,000円		
  いた子のある妻 <sub>*</sub> または	   亡日の前々月までの直近の1年間		2人	1,247,900円		
子が受給します。	に、保険料の未納期間がないこと。		3人 4人以上	1,323,800円 3人の額に、1人にこ	     き 75	

※ 18歳になってから最初の3月31日を迎えるまでの子がいる人、または障害基礎年金等級の1・2級に該当する20歳未満の子がいる 人を言います。

【問い合わせ】市民課国民年金担当(東館1階、内線1148)または各支所住民生活担当

#### 健

#### 平成 21 年度 人間ドック申込受付中

保健課

対象者 市税完納者で、市国民健康保 **険に加入している** 40 歳から 75 歳の 人(昭和10年4月1日~昭和45年 3月31日生。75歳になる人は、誕 生日より前に受診してください)。

**定** 員 50 人 (先着順)

**申込期間** 10月1日(木)~23日(金) (定員になり次第受付終了)

申込方法 官製はがきに下のように記 入し、郵送してください(1人につき 1枚。封書でも受け付けます)。

≪ハガキの裏面≫	≪ハガキの表面≫
①郵便番号 · 住所	405-8501
②申込者氏名(ふりがな)	{ 50 }
③生年月日 ④性別	山梨市役所
⑤電話番号	保健課行
⑥保険証の記号番号	
(0000-0000)	(人間ドック申込)
⑦受診予定日	

※表に「人間ドック申込」と朱書き。 負担金

※ 20,000 円を上限とし、検査費用 の 1/2 を市が補助しています。

性別	検診費用	市からの補助額	自己負担額
男性	35,700円	17,000円	18,700円
女性	40,950円	20,000円	20,950円

受診期間 11月2日(別から平成22 年2月27日出まで

受診票 10月27日 火発送予定

【申込・問い合わせ】

〒 405-8501 (住所不要) 山梨市役所保健課保健企画担当 (東館1階、内線1180·1181)

#### 高齢者のインフルエンザ 予防接種について

保健課

※従来の季節型インフルエンザの予防 接種です。

#### 対象者

①予防接種の当日に満65歳以上の人 ②予防接種の当日に満60歳から64 歳の人で、心臓、腎臓、呼吸器または ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機 能に障害のある人(身体障害者手帳1 級所持者)で、予防接種が必要な人(該 当者には追って通知します)。

※この予防接種は、自らの意思で接種 を希望する場合に限り、受けるもの です。

#### 実施期間・回数

10月1日~12月15日(期間厳守) までの間に1人1回。

#### 接種場所(医療機関)

市内の医療機関へ予約の上、体調のよ いときに接種してください。市外の医 療機関を希望する場合は、保健課まで お問い合わせください。

#### 料金の支払い(助成金額)

1人につき 2.000 円を市で助成しま す。各医療機関へは、接種料金から 2.000円を引いた金額を支払ってく ださい。

#### 持ち物 保険証、診察券

※過去にインフルエンザの予防接種を 受けて、アレルギー反応を起こした ことのある人、慢性の病気で治療を 受けている人は、必ず担当医師と相 談してください。

#### 【問い合わせ】

保健課保健指導担当

(東館1階、内線1182~1186)

## 介護・福祉

#### 重度心身障害者医療費制度 更新申請のお知らせ

福祉事務所

重度の心身障害を有する人の健康の 維持と経済的な負担を軽減することを 目的とした制度です。年に1回は資格 者証更新の手続きが必要となりますの で、期間内に更新手続きをしてくださ い。今まで該当しなかった人も該当す る場合がありますので、お問い合わせ ください。

#### 更新申請受付期間

10月1日休~ 16日金

#### 申請受付窓口

福祉事務所(市役所東館1階) または各支所住民生活担当窓口

※期間中に手続きをしないと、受給資 格が取り消しとなることがあります ので、ご注意ください。新規対象者 は、随時受け付けています。

#### 対象者

山梨市に住所があり、次に該当する人

- •身体障害者手帳1~3級所持者
- 療育手帳 A 判定所持者
- 精神障害者保健福祉手帳 1 ~ 2 級所
- 障害基礎年金証書 1~2級所持者
- 特別児童扶養手当受給対象児童
- ※要件を満たしていても、所得制限に より非該当になる場合があります。

#### 【問い合わせ】

福祉事務所障害福祉担当 (東館1階、内線1139)

#### キノコがおいしい季節、毒キノコに注意しましょう!

キノコがおいしいシーズンです。しかし、キノコにつ いての正しい知識がなかったために、食中毒になった事 例が、県内でもときどき発生しています。

自分でキノコ狩りに行かなくても、山のキノコ直売店 で毒キノコを販売していたり、人からもらったキノコで 食中毒になったりという事例もあります。毒キノコには 軽い胃腸症状ですむものから、場合によっては死に至る 猛毒のキノコまであります。キノコを見分けるには十分 な知識と経験が必要になります。

- 知らないキノコは採らない、食べない
- 採ったキノコを安易に人にあげない
- ・迷信を信じない
- ・素人判断は絶対しない

これらを忘れずに、楽しいキノコ狩りと秋の味覚をお 楽しみください。

【問い合わせ】県峡東保健所衛生課☎⑩ 2751

# 闘やまなし

市外局番は 0553 です

☆ 市役所② 1111 牧丘支所③ 3111 三富支所③ 2121

#### かな書道教室(10月~3月)

#### 夢わーく山梨

「心にぬくもりとうるおいを与えて くれる」と人気の「かな書道教室」を 今年も開催します。

日 程 10月21日(水)、28日(水) 午後2時~4時

※11月以降は、毎月第1・3水曜日

会場 夢わーく山梨

講師 奥山みどりさん

(毎日書道会会友。石和・甲府城西高 等学校書道講師)

定 員 30人(市内在住・在勤者優先) 受講料 無料 (別途教材費が必要) **申込受付** 10 月 5 日(月)~9 日(金) 午前8時30分~午後5時30分 (電話可。定員になり次第受付終了)

#### 【申込・問い合わせ】

商工労政課商工労政担当 (西館2階、内線2254)

#### 卓球・ラージボール卓球教室

#### 社会体育課

運動の秋到来!! 卓球を楽しみなが ら、爽やかな汗を流しましょう。

**日 時** 10月22日休·29日休· 11月10日火・12日休・19日休・ 26日休 計6回 (時間はいずれも午 後7時30分~9時30分)

会 場 市民総合体育館アリーナ

参加資格 市内在住·在勤者(小学生 以上。ただし、保護者同伴)

参加料 1人300円

募集人員 卓球・ラージボール卓球 各 20 人

**申込受付** 10月1日(k)~21日(k) 定員になり次第、受付終了

※詳細については、申込時に要項をお 渡しします。

#### 【申込・問い合わせ】

**社会体育課社会体育担当** (西館3階、内線2333)

#### 有価物回収事業に ご協力をお願いします

#### 山梨南中学校

山梨南中学校では、今年度も有価物 回収事業を行ないます。地域の皆さん のご協力をお願いします。

日 時 10月17日出午前8時30 分~ (雨天の場合は18日(日)に延期)

取扱品目 新聞紙、チラシ、雑誌、ダ ンボール、牛乳パック

排出方法 品目別に分け、ひもなどで 縛り、当日午前8時30分までに家の 前の道路沿いなど、目につきやすい 場所に出してください。後援会役員・ PTA 役員・生徒が、回収に伺います。

#### 【問い合わせ】

山梨市立南中学校 ☎220173 (担当:反田)

#### 10月の | T 講習会 (会場) 山梨市情報通信センター

#### (旧山梨市役所庁舎となり)

講座名	対象者	日程		募集締切
パソコン・インターネット入門講座	パソコンを使ってみたい人	10 8 01 560	[パソコン・	
≫パソコンの操作を基礎から学ぶ講座 簡単な文字入力とインターネットの使い	10月21日(水) 22日(木) 28日(水)	インターネット講座] 午前 9 時 30 分~	10月7日(水)	
EXCEL ステップアップ講座	EXCEL の基本操作ができる人	29 日(木)	11 時 30 分 【EXCEL 講座】	10 7 7 0(8)
≫≫ EXCEL の基本機能を復習しながら、 さまざまな表の作成にチャレンジしまし		の <u>計4日間</u>	午後7時~9時	

**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(日程) ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥職業 ⑦電話番号 ®パソコン所有の有無 9操作歴 を記入のうえ、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)

※各日程とも10人程度募集。応募者多数の場合は抽選、また受講者が少ない場合は中止となることがあります。

※「山梨申請予約・ポータルサイトやまなしくらしねっと(市ホームページ上にバナーあり)」から 電子申請を利用して申し込むことができます(HPアドレスは最終ページをご覧ください)。 右の QR コードで、携帯電話からの申し込みもできます。

【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 ☎20 1111 (西館4階、内線 2430) Eメールアドレス itkosyu@city.yamanashi.lg.jp







# 双偏亲 200

#### ≪山梨地区≪

#### <展示部門>

期 間 10月15日(木)~18日(日) 時間 午前9時~午後5時

※ 18 日は、午後 4 時まで

<会 場> 山梨市民会館

ロビ	一(壁面)	短歌・俳句
2 展示	室	美術・陶芸
階 D会	議室	手芸・フラワーデザイン
多目	的室	川柳·能面
3 大集	会室	写真·押し花 華道 (16~18日)
階ロビ	_	茶道 (15日)
4 大会	議室	盆栽·詩·小説 古典·写仏
階 A·	B会議室	書道

※華道部生け込み 15日午前9時~

#### <発表部門>

部門	日時	会場
朗読	10月25日(1) 午後1時30分~	夢わーく山梨 講習室
洋楽	11月7日(出) 午後1時30分~	
日本舞蹈	11月8日(II) 午後1時~	
民 謡	11月15日(I) 午前9時30分~	市民会館ホール
邦楽	11月22日(日) 午後1時~	
詩吟	11月29日(I) 午前9時30分~	
謡曲	平成22年3月7日(I) 午前 10 時~	川ぎ里
_	_	

山梨地区文化協会郷土研究部主催「歴史探訪と自然観察の会」

集合場所 道の駅「花かげの里まきおか」内郷土文化館前に、午前9時30

【申込・問い合わせ】 生涯学習課生涯学習担当(西館3階、内線2326)

**日 時 11月8日**(印)午前9時30分~午後3時(少雨決行)

参加方法 10月30日 金までに電話で申し込んでください。

持 ち 物 昼食・飲物・雨具など(服装は軽装で)

#### 【問い合わせ】

生涯学習課生涯学習担当 (西館 3 階、内線 2326)

分までに集合。

#### **※三富地区**※

#### <展示部門>

期 間 11月1日(日)~4日(水) ※4日は正午まで

会場 三富基幹集落センター

内 容 華道、短歌、俳句、盆栽、 絵画、写真、書道、絵手紙、三富小 児童・三富保育園児の作品 ほか

#### <発表部門>

**日 時** 11月1日(日)午後0時30分

会場 三富基幹集落センター

**内 容** 舞踊・フルート・大正琴・詩

※詳細はプログラム(別途配布)を参照 【三富地区福祉のつどい】

三富地区社会福祉協議会主催により、 文化祭と同日開催します。

日 時 11月1日(1) 午前10時~

会場 三富基幹集落センター

出演 三富小児童、文化協会大正琴 部、ボランティアの皆さん

内 容 小学生による合唱/太鼓演奏 /ボランティアの皆さんによるバザー

#### 【三富公民館まつり】

三富地区文化協会、三富地区社会福祉 協議会で合同開催します。

展 示 21 年度の事業を写真で紹介 **発** 表 芸能発表(文化祭発表部門) 【問い合わせ】

三富教育事務所 (三富支所内) **2**39 2121

社会福祉協議会三富支所 ☎39 2294

#### ≫牧斤地区≪

#### <展示部門>

期 間 11月21日(土)~23日(月·祝) <発表部門>

11月22日(日) 文化の集い・お茶会

23日(月) 舞踊発表

28 日 (土) 郷土研究

29日(日) 囲碁大会

※詳細は11月号でお知らせします。

#### ~作品募集・参加者募集~

#### <作品募集>

出展資格 牧丘地域在住:在勤者 ①俳句 1人3句 四季雑詠

★ 11 月 16 日(月)までに部長

または牧丘教育事務所へ提出

【問い合わせ】 温井 ☎35 2856

②短歌 1人3首以内

文化祭作品集「短歌まきおか」発刊 のため、出品料 700円

★ 10月 15日(x)までに各グループ長 または牧丘教育事務所へ提出

【問い合わせ】 金子 ☎35 2535 ※作品には、住所・氏名を必ず明記し てください。

#### <参加者募集>

#### 1、囲碁大会

日 時 11月29日(日)

受付 午前9時

対 局 午前9時30分~午後5時

会 場 牧丘町総合会館談話室 参加費 1.000円(昼食代含む)

入賞1位~5位他全員に参加賞あり

【申込・問い合わせ】 河合☎第 3047 2、郷土研究部「旧秩父街道と路傍の 石仏」

**日 時** 11月28日出午前9時(少 雨決行)

※参加希望者は、当日午前9時までに 道の駅「花かげの郷まきおか」内郷 土文化館前に集合してください。

#### 【問い合わせ】

牧丘教育事務所(牧丘支所内)

☎ 35 3111 (内線 152)

広報やまなし 2009.10-25 広報やまなし 2009.10-24

#### 06 ポリオ予防接種

急性灰白髄炎(小児麻痺)の予防の ため、ポリオ予防接種を行ないます。 対象者 生後3か月~7歳6か月未満 日時・会場

月	日	曜日	会場・受付時間	
	8	木	山梨市保健センター	
10	13	火		
	21	水	午後 1 時~ 2時 30 分	

接種回数 2回シロップを内服(2回 目は、1回目から6週間をあける) 持ち物 母子健康手帳・予診票

※「予防接種とこどもの健康」をよく 読んで、受けてください。

※下痢をしていると受けられません。 ※生後6か月までの乳児は、BCG接 種を優先してください。

#### 【問い合わせ】

保健課保健指導担当

☎22 1111 (内線 1182 ~ 1184)

#### 07 平成 21 年度日本小児科学会 予防接種講演会・相談会のお知らせ

**日 時** 10月3日出午後2時~

会 場 市立甲府病院 第一会議室 (甲府市増坪町 366)

※当日は休診日ですが、正面玄関を開 放します。

#### ※入場無料

**託児サービス** 1歳以上の子どもを対 象に無料で託児サービスを行ないます (事前予約必要)。



<第一部>

講演会(午後2時~3時15分)

- 予防接種について
- 予防接種のすすめ Hib (ヒブ) ワ クチンを中心に

#### <第二部>

個別相談(午後3時20分~5時)

内 容 小児科医・歯科医・栄養士・ 看護師・助産師による「こどもなんで も健康相談 |

予防接種のこと、病気のこと、育児 に関する心配ごとなど気軽に相談して ください(事前予約必要)。

#### 【申込・問い合わせ】

市立甲府病院小児科

**☎** 055 (244) 1111

山梨大学医学部小児科 ☎ 055 (273) 9606

#### 08 日本脳炎予防接種に関するお知らせ ~予防接種は、かかりつけ医師と相談を~

★日本脳炎予防接種については、かかりつけの医師と相談してください。

★保健課窓口で「日本脳炎ワクチン接種に係るQ&A(厚生労働省)」を

平成17年5月、厚生労働省は、「日 本脳炎ワクチン(マウス脳の製法によ るワクチン)」とこのワクチンを接種 した後に「重症急性散在性脳脊髄炎」 が発生したことについて因果関係があ るとの判断から、定期の日本脳炎予防 接種の積極的勧奨を中止しました。

今回新しい日本脳炎ワクチン(乾燥 細胞培養日本脳炎ワクチン)が薬事法 に基づく承認を受けました。

これを受けて、厚生労働省は、今年 6月、予防接種法の改正を行ない、こ のワクチンを1期の予防接種に使用す 

積極的勧奨は行なっていません。

2期については、新しいワクチンの 有効性、安全性が確立されていないた め、当面、従来の日本脳炎ワクチン(マ ウス脳の製法によるワクチン)接種と しています。

より、接種機会を逃した人への対応は、 厚生労働省で引き続き検討されていま

保健課保健指導担当 (東館1階、内線1182)

# 捌やまなし

市外局番は 0553 です

↑ 市役所② 1111 牧丘支所③ 3111 三富支所③ 2121

# 催し・講座

#### 重要文化財中牧神社本殿 修理工事見学会

#### 生涯学習課

重要文化財中牧神社本殿の修理が 50年ぶりに行なわれます。桧皮葺の 屋根の構造や、葺き替える職人の特殊 な技を、間近で見ることができる貴重 な機会です。

**日 時** 10月12日(月·祝) 午後1時30分~2時30分

場 所 中牧神社 (現地集合)

#### 参加費 無料

対象 小学5年生以上ならだれでも ※事前申し込みの必要はありません。 ※動きやすい服装で参加してください (サンダル・ハイヒールは不可)。

#### 【問い合わせ】

生涯学習課文化財担当 (西館 3 階、内線 2324)

#### 第5回 市民親善ゴルフ大会

#### 社会体育課

日 時 11月18日(水) 午前7時30分現地集合

会場 春日居ゴルフ倶楽部

参加資格 市内在住:在勤者(初心者 · 女性大歓迎)

競技方法 18 ホールストロークプレ 一、新ペリア方式、同スコアの場合年 齢 上位

募集人員 40組(160人) 申込受付 9月28日(月~10月20 日火 午前9時~午後5時(電話可。 定員になり次第受付終了)

参加費 2.000円(大会当日支払) プレー料金 8.800円(税込)

※セルフプレーですが、各ホールのグ リーンにはキャディがつきます。詳 細は、申込時にお問い合わせくださ (,)

#### 【申込・問い合わせ】

社会体育課社会体育担当 (西館3階、内線2332·2333)

#### 野生キノコ鑑定会

#### 峡東林務環境事務所

日 時 10月6日(火)

午前 10 時~午後 1 時

会場 峡東森林組合「杜の交流館」 (甲州市塩山赤尾 453-1)

講師 山梨県森林総合研究所 柴田 尚さん(『山梨のきのこ』著者)

内 容 講習会と鑑定会(キノコ持ち 込み可)、地元産生シイタケの直売他

【問い合わせ】 峡東林務環境事務所森づくり推進課

林業自然保護担当 ☎20 2721

海外の文化を学ぶ 「韓国家庭料理教室」

#### 山梨市国際交流促進委員会

プロの料理人が、韓国料理を家庭で おいしく作る方法を伝授します。男性 の参加も歓迎しています。

**日 時** 11月7日出午前9時~ (終了予定 午後1時)

会場 笛吹川フルーツ公園内くだも の工房料理室

**講師** 金 玉順さん(「朴の樹 | 料理人) メニュー キムチ (白菜・大根)

参加費 1.500円 **持ち物** エプロン、三角巾または髪止

定 員 30人

**申込受付** 10月1日(k)午前8時30 分~(電話可。25ページのIT講習 会の枠内にある QR コードからも申し 込めます。定員になり次第受付終了)

#### 【申込・問い合わせ】

総合政策課政策推進担当 (西館4階、内線2427)





♣予診票がない場合は、保健課でお渡しします。 お渡ししています。

ただし、引き続き定期接種における

また積極的勧奨を差し控えたことに

#### 【問い合わせ】

【問い合わせ】

います。

スターオークション事務局(担当: 平松) ☎ 03 (5318) 0582

にオーチャードヴィレッジ・フフに集まってください。

市内2つ目の企業の森「スタオクの森」(牧丘町倉科)では、環境保全の趣

旨に賛同するタレントらに愛用品を提供してもらい、その売り上げの一部を使

って、CO<sub>2</sub>(二酸化炭素)削減効果のある「ヒノキ」の木を植える活動をして

**参加タレント** 川奈栞、はづき、伊藤桃、七瀬あずみ、疋田紗也、桜りりい

※植樹は、ツアー参加者のみとなります。見学希望者は、午前 10 時 30 分

日 時 10月10日出午前10時30分~(植樹は11時30分~)

場 所 スタオクの森(牧丘町倉科・小楢山南面倉科財産区保有林)

E-mail info@staok.ip

広報やまなし 2009.10-27 広報やまなし 2009.10-26

#### 01 子育で応援特別手当(平成 21 年度版)に関する お知らせです

生年月日が平成15年4月2日から平成18年4月1日までの子どもがいる世帯の住民基本台帳、 外国人登録原票上の世帯主に対して、対象となる子ども一人当たり36.000円が支給されます。

■上記に該当する子どもがいて、配偶者からの暴力(DV)を受けている人

#### ☆住民登録は正しく行なわれていますか?

住民登録は、各種行政サービスの基礎となるものです。子育て応援特別手当(平成21年度版)も、住民登 録に基づいて支給することを原則としています。市からの行政サービスを確実に受けられるようにするため には、引越しなどにより住所を移したときは、速やかに住民登録の届出をしてください。

#### ★住民基本台帳の閲覧などを制限することができます(支援措置)。

DV 被害者が警察署などに相談した上で、市に支援措置の実施を申し出ることにより、配偶者などによる住 民基本台帳の閲覧や住民票の写しの交付などの制限を設けることができます。

支援措置は、DVの加害者など特定の人が、転出先の住所などを見ることができないようにするものです。

#### ☆いろいろな事情で、どうしても住んでいる場所に住民登録できない DV 被害者を対象に、事前申請を受け 付けます。

事前申請期間は、10月1日休から10月30日\金までです。今、実際に住んでいる場所の役所へ「事前申請書」 を提出してください(「事前申請書」は、市区町村の窓口のほか、配偶者暴力相談支援センター、婦人相談所、 厚生労働省のホームページなどで入手できます)。

- 1、「事前申請書」には、次の書類の添付が必要です。
  - (1) DV 被害者であることが確認できる書類(対象となる子どもについての記載も必要です)
    - ①配偶者暴力相談支援センターの発行する証明書
    - ②婦人相談所の発行する証明書
    - ③保護命令決定書の謄本または抄本
  - (2)振込口座の通帳の写し
- 2、「事前申請書 | に基づき、住民登録地の役所へ連絡し、子育て応援特別手当(平成21年度版)の支給 対象者を、世帯主から DV 被害者へ変更します。
- (1)「事前申請書」に記入された現住所などの情報は、住民登録地へは知らせません。
- (2)子育て応援特別手当(平成21年度版)は、事前申請書を提出した市区町村ではなく、住民登録をして いる市区町村から支給されます。支給の時期は、それぞれの市区町村で異なります。
- (3) 10月30日を過ぎると、事前申請は受け付けられません。この場合は、住民登録地の役所へ郵送によ り申請を行なうこととなります。事前申請書と同じ書類の添付が必要です(世帯主からの申請が受け付 けられる前に申請を行なうことが必要です)。

【問い合わせ】 少子対策課子育て推進担当(東館1階、内線1162、1163)

#### 2 (1以外の) 一般申請受付については、広報 12 月号でお知らせします。

厚生労働省ホームページ http://www.mhlw.go.ip/

いるんな職業、体験したよ! (「やまなし大好きまつり~ チャレンジワーク」から)





【お知らせ】母子健康手帳交付、乳幼児健康診査、予防接種の日程は「広報やまなし 4月号」カレンダー裏面にある一覧表および毎月のカレンダーでご確認ください。

#### 02 平成 22 年度に小学校に入学予定 の子の健康診断を行ないます

市教育委員会では、平成22年度に小学校入学予定の子を対象とした就 学時健康診断を、次の日程で行ないます。詳細は、個別に通知します。 通知が届いていない場合は、学校教育課までご連絡ください。

実施日	会場	対象児童
10月23日金	牧丘町保健センター	次の小学校への入学予定者 岩手小・牧丘第一小・牧丘第二小 牧丘第三小・三富小
10月26日(月)	日下部小学校	次の小学校への入学予定者 加納岩小・日下部小・後屋敷小 日川小・山梨小・八幡小

※該当日に都合がつかない場合は、他の日に変更することができます。 この場合は、事前に必ず学校教育課に連絡をお願いします。

#### 【問い合わせ】

学校教育課学校教育担当(西館3階、内線2312~2314)

#### 03 ジュニアリーダー主催 「ハロウィンパーティー」

山梨市ジュニアリーダーズクラブでは、 市内の小学生を対象にハロウィンパーティ ーを開催します。みんなで一緒に、ゲーム や工作をして楽しく過ごしましょう。

日 時 10月25日(1) 午後1時~

会 場 市民会館大会議室

対象者 市内小学生4~6年生

定 員 50人

参加費 500円(当日徴収)

※申し込みなど詳しいことは、学校を通じ て配布するチラシをご覧ください。

#### 【問い合わせ】

生涯学習課生涯学習担当 (西館3階、内線2326)

#### 04 法の日週間行事 「裁判を体験してみよう! |

裁判所、検察庁、弁護士会が共催し、県内の小学校高学 年から中学生を対象とした模擬裁判の体験を行ないます。

**日 時** 10月10日出 午前9時30分~11時30分

会 場 甲府地方·家庭裁判所(甲府市中央 1-10-7)

対象者 小学校高学年~中学生

**定** 員 40 人 (先着順)

内容

参加費 無料

①裁判所広報用ビデオ「裁判所ってどんなとこ? | 上映

②実際の法廷で、模擬裁判を体験 ③裁判員裁判用法廷見学

【申込・問い合わせ】

甲府地方裁判所事務局総務課庶務係 ☎ 055 (235) 1133

甲府地方検察庁企画調査課

**2** 055 (235) 7234

#### 05 講演会 「健やかな子どもを育むために |

**日 時** 10月21日(水)午後7時~10時

**会場** 市民会館

主 催 真志の会

後 援 山梨市・甲州市

内 容 講演「健やかな子どもを育むために」

~いま、大人がしなければならないこと~

講師 山梨大学教育人間科学部生涯学習講座 教育学研究科 教科教育専攻 中村和彦准教授

#### 入場無料 【問い合わせ】

真志の会 大村 ☎ 090-6190-1693







#### 新型インフルエンザの症状は?

発熱・だるさ・せきのほか、鼻水、のどの痛み、 吐き気、嘔吐など、季節性インフルエンザと 似ています。

ちょっとぉ!大変だったね~。 娘さん、新型インフルエンザに かかっただっちゅうじゃん? もうすっかり良くなったの?

- C: おかげさまで、重症にならないで 安心したさ。もうすっかり元気になったよ。
- B:でも身近に新型インフルエンザに かかった人の話を聞くと、怖くなっ ちゃうじゃんね。
- C: 私も最初は驚いて、うんと心配したけど、市の「新型インフルエンザ相談窓口」や医療機関で丁寧に対応してもらったから、娘も私たちも安心して療養できたさ。
- A:やっぱり最初は熱が出たの?だれ かまわりに新型インフルエンザにか かった人がいたの?
- C:前の日までは元気だっただけど、 急に朝38℃の熱が出て、「体の節々が痛い」って言ってね。まわりに新型インフルエンザにかかった人もいなかったからどうしようかと思ったけど、念のために市の「新型インフルエンザ相談窓口」に電話してみたな

そしたら、「今は流行期だから、明らかに感染した人がまわりにいなくても新型インフルエンザが疑われる」って言われて、かかりつけのお医者さんに、「新型インフルエンザかもしれないことを最初に電話をかけて話してから、受診するよう」に



病院で検査したら、インフルエン ザだって診断されて、内服薬が処方 されてね。あと、ていねいに療養の しかたや看護のしかたを教えてもら ったさ。

- B: じゃあ、いろいろ勉強になっただ ね。
- C:インフルエンザにかかったら、重症にならないように、ゆっくり休んで適切な治療を受けることはもちろんだけど、他の人にうつさないようにすることも大切なんだって。

熱が下がっても感染力は残っていて、他の人にうつしちゃう可能性があるから、「熱が下がってから2日目までは外出しない」ようにすることと、「発熱やせきなどの症状が始まった日の翌日から7日目まではできるだけ外出を控える」ようにお医者さんから言われたさ。

- A:でも、ホント、娘さん元気になってよかったね。うちは、娘が妊婦だからすごく心配してるさ。
- B: うちも心臓病の治療をしているお じいちゃんがいるし、3歳の孫がい るから心配でさー。新型インフルエ ンザにかかったら、重症になりやす いだってね。

- C:娘のインフルエンザがきっかけで、 インターネットで調べたりお医者さんに聞いたりしたけど、妊婦さんや 乳幼児、慢性の病気で病院にかかっている人は重症になりやすいから症状があったらすぐに医療機関にかかることが大切なんだって。一緒に住んでる家族のだれかがインフルエンザにかかった場合も、念のためかかりつつけのお医者さんに相談したほうがいいんだって。
- A:そうなんだ。ただ心配しているより、あらかじめいろいろ調べておく ことが大事だね。
- B: Cさんの話を聞いてたら、むやみに恐れないで正しい知識や適切な対処方法を身につけてインフルエンザにそなえることが大切だって思ったわ。
- C: そうそう。バランスの良い食事と 規則正しい生活を送ること、外出後 の手洗いとうがいをしっかりするこ とがインフルエンザ予防の基本なん だって。

健康管理に気をつけて、新型インフルエンザに負けないようにしよう カ~

ほんと、ほんと!

#### まずは、予防。 うがい・手洗いをしっかりと!

9月を迎えたころから、第二波の新型インフルエンザが蔓延しています。特に死亡率については季節性インフルエンザより高いようですが、適切な対応によりほとんどの方が重症にならずにすんでいますので、心配しすぎてもいけないでしょう。

新型インフルエンザは、だれも免疫を持っていないので、特に 慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病などの代謝性疾患、腎機能 障害、ステロイド剤の内服などをしている免疫機能不全の人、さ らに妊婦、乳幼児、高齢者は感染に注意する必要があります。

予防としては、皆さんご存知のように、うがい・手洗いをしっかり行なうこと、感染を最小限に防ぐためにマスクをするなど、咳エチケットに心がけること、免疫を高めるように休養・睡眠・栄養をとり、社会活動・経済活動が損なわれない範囲で集団活動に注意することが大切です。

また、発熱やせきなどインフルエンザが疑われる症状があり、 医療機関を受診するときは、事前に電話で受診方法や受診時間を 確認してください。

一刻も早く、新型インフルエンザの予防接種が行き渡るように なることを願っています。 **山梨市医師会長 飯島 幹夫** (中央内科クリニック)



#### ☆自宅で療養するときの注意☆

#### **公患者であるあなたは……**

- 咳エチケットを守りましょう。
- 手をこまめに洗いましょう。
- 処方された薬は、指示どおり最後まで 飲みましょう。

#### ☆家族(患者の同居者)は……

- ・患者の看護をした後など、手をこまめ に洗いましょう。
- 可能なら患者と別の部屋で過ごしましょう。
- マスクの感染予防効果は限定的ですが、 患者と接するときにはマスクを着用しましょう。



【山梨市新型インフルエンザ相談窓口】 保健課保健指導担当(東館1階) ☎② 1111 (内線 1182 ~ 1184) 時間 午前8時30分~午後5時30分

き引ゅうなが、これできですてから、る前に、医療機関に事前に電話で連現れたら…… 現れたら……

型

# 「新型インフルエンザが 流行ってるだって一。」

### 「心配じゃんね~。」

県内で新型インフルエンザが流行しています。

今後の大流行を心配している人も多いはず……。

市内でも、感染者が出ています。

「ほーだね。」

ほら、たとえばこの3人のように。

#### Aさん(56歳)主婦

最近一人娘が妊娠して里帰り中。 初孫の誕生を楽しみにしているが、 新型インフルエンザの流行が心配。

#### Bさん(50歳)農業

4世代同居の大家族。心臓病治療中 のおじいちゃんと3歳の孫がいるの で、インフルエンザの流行が心配。

#### Cさん(45歳)会社員

実は最近、大学生の娘が新型インフ ルエンザにかかってしまった。



2009.10

🐴 広報やまなし 2009. 9.24 発行(通巻 56 号)

■発行 山梨市 〒 405-8501 山梨県山梨市小原西 843 ☎ 0553 ⑫ 1111 (代表) FAX 0553 ⑫ 2800

■編集 総務課広聴広報担当 ■ URL http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp ■ e-mail info@city.yamanashi.lg.jp

「広報やまなし」2009年11月号は 10月22日母発行予定です。

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 Q R コードはこちら 🖼



