



## 第23回やまなし 子どもフェスティバル

8月6・7日に市民会館で行われた子どもフェスティバル。ベビーダンス教室や工作コーナー、フォトブースなどが設けられ、子どもたちのたくさんの笑顔が見られました。



### TOPICS

- P.2 防災特集「地震編」
- P.4 地域包括支援センターだより特集号
- P.6 みんなの商品券



# 防災特集

# 地震

編

地震が多い国、日本。地震発生時に少しでも被害を減らすためには、一人ひとりの「日ごろからの備え」が必要不可欠です。9月1日は防災の日。改めて確認し、地震に備えましょう！  
 国土防災危機管理課消防防災担当 内線2447

## ■地震発生時の対応

### ①自分の身を守る

地震の揺れを感じたら、まずは自分の身の安全確保を最優先にしましょう。

#### ●屋内

丈夫な机の下や「物が倒れてこない、落ちてこない、移動してこない」安全なスペースで、頭を保護しながら身を寄せ、揺れがおさまるまで待ちます。慌てて外に飛び出したり、無理にコンロやストーブなどの火を消したりするのはやめましょう。



#### ●エレベーター内

エレベーターの中にいる時には、すべての階のボタンを押し、エレベーターの扉が開いたら速やかに降りて避難しましょう。



#### ●屋外

屋外にいる時には、ブロック塀や自動販売機、電柱、建物などの倒れそうな物から離れ、電線や看板、割れたガラスの落下に注意しましょう。



#### ●自家用車内

落ち着いてスピードを落とし、後方の安全を確認しながら道路の左側または空き地に停車し、揺れがおさまるまで待機しましょう。徒歩避難が必要な時には鍵は付けたまま、施錠はせずに貴重品を持って避難しましょう。  
 ※鍵を使わないタイプの車（スタータースイッチでエンジンがかかる車）は、車内にセンサー機器を残し、窓を開けたまま避難しましょう。



### ②火の元や電気を確認

火を使っている時は揺れがおさまってから、慌てずに火を消しましょう。電気が復旧した時の通電火災を防ぐため、避難する際は電気のブレーカーを落としましょう。



閉  
 を落としましょう。また、ガスの元栓は閉めましょう。



### ③近所へ声掛けをして一緒に避難

家族の安全確認をした後、隣近所へ声掛けをし、安全確認をしましょう。



### ④避難先

身の危険を感じる場所にいる場合は、近くの指定避難場所や公園など、安全確保ができる場所に避難しましょう。

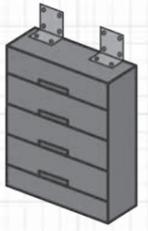
備えるのは、  
 我が身、  
 我が家のため。



## ■ロジンの備え

### ①家具の固定や配置

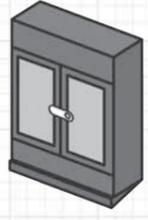
地震の揺れによる家具の転倒や落下が原因で、多くの人々がけがや命を失っています。家具をしっかりと固定し、ガラスの飛散防止対策を行い、家具の配置を見直すことが、身を守ることに繋がります。



【一例】家具は転倒しないよう壁に固定し、テレビなどは耐震マットを敷く。2つに分かれるような家具は上下を金



具で固定し、できるだけ背の低い家具を選択する。また、開き扉には開かないような対策を取り、窓や食器棚などのガラスには飛散防止フィルムを貼る。避難経路となる廊下や玄関などには転倒するような家具は置かない。



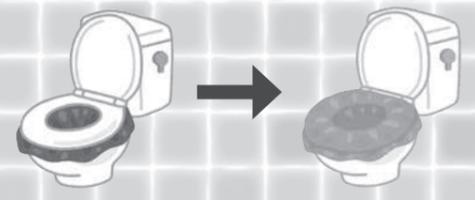
check!

## 災害時に重要なトイレ対策

大規模災害時には電気や水が使えず、トイレが使えなくなった事例が数多くあります。また、水が使えたとしても下水道が破断している場合、無理に流すと詰まりや逆流することがあります。大規模災害発生後には、簡易トイレを使いましょう。

### 簡易トイレの使い方

①便器にポリ袋をかぶせ、その上から凝固剤入りの携帯用トイレを設置する。



②使用後は携帯用トイレのみ取り出し、口をしっかりと絞る。



③ふた付きの密閉に入れて保管し、可燃ごみとして処分する。



※災害時には、凝固剤などで固められた汚物は可燃ごみとして処分することができます。

## 簡易トイレは7日以上以上の備蓄を！

水洗トイレが使えるようになるまで1か月以上かかる場合があります。1日のトイレの回数や家族の人数に応じて、最低でも7日以上以上の必要数を確保しておきましょう。

1人1日 約5回 × 家族の人数分 × 7日以上

4人家族の場合…最低でも、  
 ⇒ 約140個必要

### ③防災訓練への積極的な参加

地域や団体などが実施している防災訓練へ参加することで、災害時の対応力を高めることができます。訓練では避難者役だけではなく、共助で助ける側、避難所開設時の受付や炊き出し、物資運搬などの運営側としての役割を経験することも大切です。訓練を通して、災害発生時を体験・想像することが大切です。



9月21日は



# 世界アルツハイマーデーです。 ～忘れても あなたはあなたのままでいい～

この機会に認知症の理解を深め、正しい知識を学び、介護家族と本人への支援を考え、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりについて考えてみませんか。

## ■認知症のことで悩んでいませんか？

認知症になると、「何もわからない、何もできない」と思っていますか。認知症になっても、自分らしく暮らしている人がたくさんいます。自分の体について、年齢を重ねることへの準備をしていきましょう。

### 1. 体が少しずつ衰えることを理解しましょう

年齢とともに体は衰えていきます。記憶力や判断力の低下もその一つです。自分だけで判断せず、日頃から日記をつけたり、家族にも確認して行動する習慣を身につけましょう。



### 2. 認知症になるかもしれないことに備えましょう

認知症に備えてできることはたくさんあります。生活習慣での予防や人との交流、趣味などを楽しみましょう。また、家族に自分の意思を伝えることや、介護が必要になった時の情報を知っておくことも大切です。

### 3. 早めの相談と受診をしましょう

もし「認知症かな？」と思ったときには早めに相談や受診をしましょう。正確な診断が分かることで適切な治療や介護を受けることができます。普段から相談できる人やかかりつけ医を持ちましょう。



## 【相談窓口】

- 1・山梨市役所介護保険課地域包括支援センター ☎ 22-1111 (内線 1226 ~ 1230)
- 2・山梨県認知症疾患医療センター：日下部記念病院 (峡東圏域) ☎ 22-0536 月～土 午前9時～午後4時30分
- 3・山梨県認知症コールセンター ☎ 055-254-7711 月～金 午後1時～午後5時 ※土・日・祝日・年末年始は休み  
月・水：「認知症の人と家族の会」の介護経験者 / 火・木・金：保健師・看護師
- 4・山梨県若年性認知症相談支援センター ☎ 22-2212 月～金 午前10時～午後3時 ※年末年始・日・祝日は休み
- 5・若年性認知症コールセンター (全国) ☎ 0800-100-2707 月～土 午前10時～午後3時  
※年末年始・日・祝日は休み

# 地域包括支援センターだより

特集号 認知症に関して地域ぐるみで取り組む

地域包括支援センター

☎ 0294

介護保険課介護予防推進担当

内線 1231 ~ 1233



## チームオレンジが発足しました

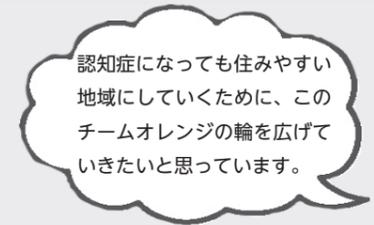
認知症になっても安心して地域で暮らし続けるために、認知症について地域ぐるみで取り組む活動「チームオレンジ」が始まりました。

市では令和4年4月現在、65歳以上の10.5% (1,216人) が認知症になっており、多くの人にとって認知症は身近なものになっています。

誰もが年を重ねれば、周りの人の支えが必要となります。高齢者世帯や一人暮らしの高齢者が地域で増えてきているいま、地域での見守りが大切です。



チームオレンジ第1号として、牧平せせらぎ会に認定証が交付されました。



認知症になっても住みやすい地域にしていくために、このチームオレンジの輪を広げていきたいと思っています。



※牧平せせらぎ会の皆さん

※牧平せせらぎ会は現在11人で構成され、日頃から交流会を行ったり牧平高齢者サロン「せせらぎ」の運営をしたりしています。

## ■チームオレンジになったら何をするの？

- ①今ある交流を継続しましょう。見守り、声かけ、話し相手、外出支援、通いの場に誘うなど形は様々。その人が地域で孤立しないための関係作りが大切です。
- ②地域で解決できない場合には、専門職や必要な窓口を紹介することも、その人にとって大きな支援となります。
- ③お困りの際は地域包括支援センターや各支所へご相談ください。

## ■チームオレンジになるためには？

- ①認知症を正しく理解するための「※認知症サポーター養成講座」を1回受講すること。
- ②いきいきサロンなどの地域で通える場所で活動するなど、規模に関わらず交流があること。
- ③認知症の人とその家族を気にかけて見守ることができること。

※上記の①～③を満たすことが要件となります。

※チームオレンジに興味のある人は山梨市介護保険課地域包括支援センターまでご連絡ください。

※認知症サポーター養成講座…認知症についての知識を学ぶ90分程度の講座。以前に受講している人も、地域ぐるみで取り組む認知症について一緒に考える機会にしていきたいと思っておりますので是非受講してください。



## フレイル予防体操 ～みんなで元気になろう～

隙間時間にできる3分体操をCATVの『お知らせ山梨市』10チャンネルで毎日放映します。ご覧ください！  
放映時間 8:30～、12:30～、20:30～  
(番組編成により放映しない場合があります。)

### 【奇数月】

- 第1週：首すっきり体操
- 第2週：正しいスクワット
- 第3週：腹筋を強くしよう
- 第4週：足のつれさよなら体操

### 【偶数月】

- 第1週：肩まわりすっきり体操
- 第2週：腰痛改善ストレッチ
- 第3週：尿もれさよなら体操
- 第4週：メタボさよなら体操

## 地域元気あっぷ教室 9月

身体を動かしたストレッチや筋トレ、脳トレの教室を各地区で開催しています。65歳以上の人ならどなたでも無料で参加できます。現在は新型コロナウイルス感染防止対策として、参加を申し込んだ人の住所をもとに個々に日程と会場を指定して開催していますので、希望者は介護保険課までご連絡ください。

## ほっとスペース

日時：9/22(木) 14:00～15:30 (要予約)

会場：街の駅やまなし

テーマ：「認知症と薬」

山梨市で介護をしている人の学びの場、交流の場です。

## もの忘れ相談

日時：9/8(木) 13:30～15:00 (中澤良英医師)

10/6(木) 14:00～16:00 (西川壽昭医師)

会場：市役所東館2階 介護保険課 (要予約)

※新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため上記の教室・相談などが中止になる場合があります。

② 小売・サービス券と全店共通券が使える店舗



<小売>

赤池米穀店	食鮮館りゅうきょう	フルーツ直売所 八幡店
アサヤ食品 株式会社	杉原 栄商店	フルーツ山梨農業協同組合 加納岩支所
アメミヤ衣料品店	杉原食品	フルーツ山梨農業協同組合 笛川支所
雨宮洋品店	スポーツショップオダギリ	フルーツ山梨農業協同組合 山梨支所
いせや石油店	セブンイレブン下神内川店	フルーツ山梨農業協同組合 八幡支所
衣料品まるぎん	セブンイレブン山梨歌田店	ポーラ化粧品 山梨ショップ
ウエルシア山梨下神内川店	セブンイレブン山梨加納岩店	パワー・おきなや
ウエルシア山梨七日市場店	セブンイレブン山梨上石森店	牧丘産業株式会社
エクラ・プシャンス	セブンイレブン山梨北中学校前店	マネキン堂
大竹精肉店	セブンイレブン山梨三ヶ所北店	まるいちストア
オオムラ時計店	セブンイレブン山梨万力店	マルモ小笠原商店
奥山米穀店	鮮魚・仕出し 佐久間商店	まるよ菓子店
おしゃれと制服の店ナカムラヤ	総合食品ヤマジユウ	ミスタータイヤマン峡東店
ガーデン甲斐山梨店	駄菓子屋 おがわ	みんなの店 ひとやすみ
鍵と化粧品の店 やました	田中量店	メガネスーパー山梨市下石森店(SC店)
菓子工房フレーズ	土屋ガス商店	メガネの愛眼堂
菓子処 流月堂	ツルハドラッグ山梨石森店	餅菓子処こぼやし製菓
活あゆ直売センター山梨養魚場	ツルハドラッグ山梨正徳寺店	矢崎青果店
株式会社タカギ	デイリーヤマザキ 雁坂ライン店	ヤマガタ書店
株式会社まもかーる	デイリーヤマザキ 山梨万力公園前店	山崎石油店
業務スーパーアクロス山梨店	天真堂本店	山下石油店
クスリのサンロード小原西店	ときわ調剤センター	山梨トヨタ山梨日川店
くぼたニコニコ堂	戸田酒販 山梨万力店	山梨プロパン株式会社
源 株式会社	野沢ビニール	山梨南 SS
小池石油店	バイクと自転車の店(有)フクダ	(有)YEC 米倉電気
鈴木園	萩原製パン工場直売所	(有)かけもと
GOMI-RIN	長谷川精肉店	有限会社 奥井技建
コメリハードアンドグリーン上栗原店	日野原商店	有限会社 古屋貴石商會
坂本油店	広瀬商店	有限会社 若月商事
サンコー電化	ファミリーマート 山梨市駅前店	(有)ライフショップこうの
サントネージュワイン(株)売店	深沢商店	La Cachette ラ・カシェット
サンドラッグ小原西店	福島屋薬局	Y ショップ KADOYA
松陽軒長崎	藤原時計店	ワークマンプラス山梨万力店

<サービス>

足裏みらくる	サロン・ド・ココロ	ヘアサロン カリーナ
アメリ	サロン・ド・ハヤカワ	ヘアサロン・キムラ (小原西)
癒し処 こったんとるでえ	See: n N	ヘアサロン・キムラ (牧丘町窪平)
岩窪クリーニング店	鍼灸マッサージ治療院 温	ヘアサロン 宮本
vivace	せんたくクラブおかじま食品館七日市場店	ヘアサロン メンズ・ビー
内田自動車整備工場	せんたくクラブ落合店	玄坂カークリニック(有)
エステサロン LURA	中央自動車整備工場	ほぐし処 ツボミ
エステティック Refuge	ディス・ボーイ	三富自動車工業
小川理容室	中村クリーニング	未来工房 光信
(株)奥井商工	中村自動車興業	メンケーナ・ヘアサロン
(株)小野設備	野沢自工	山梨 CATV (株)
(株)堀口建築工業所	花輪自動車板金塗装工場	(有)マルヤマ エネオス 万力 SS
(株)松土建設興業	美容室ウチダキャトルクラッセ	(有)村松自動車整備工場
株式会社まるしごと	美容室ナインハーフ・VELL	理容 青柳
株式会社 来夢	美容室 畑のまんなか	理容 石森
岸本クリーニング店	Farfalle	理容 内田
北野あたため整骨院	藤木クリーニング店	理容 ヨシダ
抗酸化陶板浴 酸化還元洞	富士住宅株式会社	渡辺カメラ(有)
Cocoro 美容室	ヘアサロン エテルナ	

第3弾

# 山梨市みんなの商品券

取扱店舗・事業所を紹介します！(8月3日現在)

昨年に引き続き、9月1日から市内登録店舗で利用できる商品券(市民1人あたり5,000円分)を世帯主あてに簡易書留で送付しました。(9月に入っても商品券が届かない場合は、お問い合わせください) 利用方法などの詳細は、同封の「取扱店一覧」の表紙、および市ホームページで確認できます。 取扱店舗の登録は、商工労政課で随時募集中です。最新情報は、市ホームページに随時掲載します。

詳しくは「山梨市公式HP」で確認!



商工労政課商工労政担当 内線 2362

山梨市 みんなの商品券

有効期限は、令和5年1月31日(火)までです

① 飲食・観光券と全店共通券が使える店舗



<飲食>

居酒屋 彩り	松玉園食堂	手打ちうどん みや
居酒屋 拓	食祭亭 みかど	手打ち蕎麦 はな花
居酒屋 花咲かじい	食事処 なかむら	TRANQUIL
磯料理いさみ	食事処 みはらし	展望 星屑レストラン ガイア
えのきや山梨店	食の源	にく屋 燦火肉
L・River (エル・リバー)	食ぶんや 志村苑	のんきばあーば
オーチャードカフェ街の駅やまなし店	初代おとん	パーミヤン山梨落合店
お食事処 はくさい	真心	ふじ寿司
お食事処 歩成	鮎・割烹 清	富士見茶屋 いろり
割烹 友	寿司割烹 いづ屋	フルーツ王国ガイアたべ teracce
Café and Dining 蕎麦廣	大衆料理 上海	フレンチ居酒屋 四季のあそび Ba
かりさかラーメン中村屋	ダイニング 膳	マクドナルド山梨万力店
ガリバーハウス	玉寿し・すしやのスパゲッティ	marc
かりふわっ	ちどり食堂	松寿し
きくや	中華 味平	麺飯点 酔湖伝
キッチンどんぐり	中華 李白	やきとり一番
喜楽食堂	中華飯店 青柳	焼肉京城園
蔵元ごはん&カフェ 酒蔵 權	中華料理 大連	柳寿し
くるまやラーメン万力店	中華料理 白楽天	やぶそば利久
工房S T A N G L	中国家庭料理 来々	ら〜めんテラス 好吃 (ハオチー)
珈琲 東山	中国料理 幸佳樓	らくあん
里山亭	珍山	和ごころ
さんちゃん	ディーブ・ジョティ	和菜屋 宴

<観光>

イツモア旅行センター山梨	市民観光株式会社	フルーツパーク富士屋ホテル
岩下温泉旅館	正徳寺温泉 初花	ホトリニテ
栄和交通タクシー	ツチと実 ぶどう農園	牧丘タクシー
丘の駅 桃源郷 フルーツセンター	西沢渓谷コンニャク館(有)向山商店	道の駅はなかげの郷まきおか
割烹旅館 秋月	はやぶさ温泉	道の駅みとみ
(株)日下部タクシー	一之橋館	やまなしフルーツ温泉 ぶくぶく
川浦温泉 山泉館	笛吹観光自動車株式会社	有限会社 萩原フルーツ農園
甲州タクシー	笛吹川フルーツ公園くだもの工房1階さんさんマルシェ	
甲州屋		

③ 全店共通券のみ使える店舗



いちやまマート山梨店	コメリハードアンドグリーン山梨万力店
おかじま七日市場店	サンドラッグ万力店
オギノ山梨店	綿半スーパーセンター万力店

感染症拡大の状況により、やむを得ず中止となる場合があります。最新情報は図書館ホームページをご確認ください。感染症対策へのご協力をお願いします。

# 山梨市立図書館 Yamanashi City Library

9:00~19:00  
TEL: 0553-22-9600  
FAX: 0553-23-3506  
E-MAIL: lib@city.yamanashi.lg.jp  
〒405-0031 万力1330番地



## お知らせ information

### 事前予約制 英語の読書会 ABC

【日時】9月10日(土)

- ①子ども向け ▶ 10:30 ~ 11:00
- ②大人向け ▶ 13:30 ~ 14:30

【場所】図書館ラウンジ 【定員】各10人

【対象】①小学校3年生~高校生、お子さんに英語を伝えたい大人

②英語の本を1冊読み切りたい、昔見た「ローマの休日」を英語で読んでみたい人。英語の苦手意識を克服したい高校生や大学生も大歓迎!

【内容】①「ぼくはめいたんてい」

- ②「ローマの休日」※テキストは各自用意  
ローマの休日 Roman Holiday  
(Step Ladder Series)  
IBC パブリッシング出版

【講師】星野真理先生 (山梨英和大学講師)

【申し込み】図書館カウンターまたはメール、電話



### 9月のおはなし会

【時間】10:30 ~

【場所】図書館ラウンジ・おはなしコーナー

- 11日(日) 幼児向け (ぐれーぶ)
- 13日(火) 乳幼児向け (チェリー)
- 18日(日) 親子向け・英語 (ピーチ)
- 24日(土) 幼児向け (くれよん)

9月の休館日は…

- 5日(月)、12日(月)、20日(火)、21日(水)、
- 26日(月)、27日(火)と館内整理日の
- 28日(水)です。



## おすすめ recommended

### 一般書



凍る草原に鐘は鳴る  
天城 光琴：著

草原に額縁を立て、  
その中で演奏たちが  
物語を繰り広げる遊  
牧民アゴールの伝統

「生き絵」。マールは若くして部長たち  
の前で生き絵を披露する役目に大抜  
擢される。だが、その矢先に“動くもの”  
が全ての人々に見えなくなり…。



茜さす日に嘘を隠して  
真下 みこと：著

「誰かに言えるわ  
けない。」私がこう  
思っている時、あ  
なたは一。誰かに

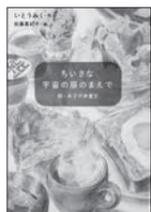
理解してほしい葛藤をひとりて抱え  
る“大人未満”の4人の物語。世界  
観がつながる「青く滲んだ月の行  
方」も同時刊行。

### 児童書



ふたごパンダの  
こころコロコロ  
西島 三重子：文  
はせがわ ゆうじ：絵

ゆめはおいつ  
づけるから、ゆ  
め。あきらめたとき、ゆめはきえる  
一。背中にふうせんをつけたふたご  
のパンダがとびたつ先は？読むと  
やさしい気持ちになれる、読み聞か  
せにも最適な絵本。



ちいさな宇宙の扉のまえで  
いとう みく：作  
佐藤 真紀子：絵

けいすけ  
径介、転校生の恵。小学校6年生  
になった糸子たちは悩み、うらやみ、  
ときにぶつかって…。そして迎える、  
卒業式。「糸子の体重計」の続編。

### 主な新着図書

#### 小説

- やわ肌くらべ 奥山 景布子
- サウンド・ポスト 岩城 けい
- 青く滲んだ月の行方 青羽 悠
- 掬えば手には 瀬尾 まいこ
- 先祖探偵 新川 帆立

#### 文学・エッセイ

- Yuming Tribute Stories 小池 真理子
- 雨に消えた向日葵 吉川 英梨
- 祖父の祈り マイケル・Z・リュウイン

#### 児童・一般・その他

- ちびクワくんおとうとなんてだいらい  
やました こうへい
- ねずみくんはカメラマン なかえ よしを
- マンガでさきどり古典 平田 喜信
- 動物の体色がわかる図鑑 秋山 豊子
- すいとん minokamo

## まちのわだい・市政の動き

近隣自治体と連携してまちづくりを行います

### 「やまなし県央連携中枢都市圏構想」に 参画します

図政策秘書課政策調整担当 内線 2416

本市は、甲府市を中心とする10の市町で構成され  
る「やまなし県央連携中枢都市圏」に参画します。

7/26、圏域全体の経済の成長と住民の豊かで快適  
な暮らしの実現に協力して取り組んでいくために、甲  
府市が「連携中枢都市」の役割を担っていくことを宣言  
しました。

連携中枢都市圏構想とは「人口減少・少子高齢化」  
など、多くの自治体で抱える社会課題を近隣の自治体  
と連携し、活力ある社会経済を維持するための拠点を  
形成するものです。



佐野校長と三枝生徒会長が表彰状を受け取りました

### 山梨南中学校の長年の環境活動が山梨県 知事から表彰されました

図学校教育課学校教育担当 内線 2316

7月8日、山梨南中学校で令和4年度山梨県環境保  
全功労者の表彰状が受け渡されました。

これは、山梨南中学校が27年間にわたり取り組ん  
でいる有価物回収など地域の環境活動における功績が  
認められ表彰されたものです。

表彰状を受け取った生徒会長の三枝颯太さんは笑顔  
で、「これからも生徒一丸となって環境活動を進めて  
いきます」と話し、表彰を喜んでいました。



峡東地域の果樹農業システムが世界農業遺産に認定!

### 世界農業遺産認定を受け、峡東3市長 が合同記者会見を開きました

図農林課農林担当 内線 2212

7月19日、峡東地域の果樹農業システムが世界農  
業遺産に認定されたことを受け、甲州市役所で合同記  
者会見を開きました。

世界農業遺産は、国連食糧農業機関 (FAO) が生  
物多様性の維持や文化の継承、持続可能で伝統的な農  
林水産業を営む地域を認定する制度です。峡東3市  
は2015年から認定に向けての活動を始め、今年7  
月18日に認定を受け、取り組みが7年越しに結実し  
ました。

今後は、3市と県でつくる協議会が中心となり、農  
産物のブランド化などを本格的に進めていきます。



子どもの未来を守るため

### 児童虐待防止ネットワーク“山梨市民 会議”を開催しました

図子育て支援課保育・児童担当 内線 1153

7月20日、令和4年度児童虐待防止ネットワーク  
“山梨市民会議”の代表者会議を開催しました。

児童相談所、日下部警察署、山梨消防署、医療機関、  
学校・保育関係者、民生委員・児童委員など、子ども  
を取り巻く様々な関係機関が一同に集まり、本市の児  
童虐待の現状や、今後の取り組みについて協議しまし  
た。スーパーバイザーとして委嘱を受けた三枝重人弁  
護士からは、市の



取り組み  
について  
助言をい  
ただいま  
した。今  
後は、昨  
年度に開  
所した、子ども家庭総合支援拠点「心和(ここわ)ステー  
ション」において、子どもに関する総合的な相談窓口  
の機能強化を図っていきます。

# 安全×安心

交通安全スローガン  
「守るのは マナーと家族と 君の明日」



## ポイントアドバイス

### 人も車も交通ルールを守ろう！

歩行者の交通死亡事故の多くが、道路横断中に発生しています。横断歩道は歩行者優先です。自動車も歩行者も交通ルールを守り、死亡事故をなくしましょう。



#### 自動車は・・・

横断歩道を渡ろうとする歩行者がいなかったことが明らかな場合を除き、横断歩道接近時は減速しなければいけません。ダイヤモンドは横断歩道があることを示す標示です、注意してください。

横断している、または横断しようとしている歩行者がいるときには、手前で一時停止をしてその通行を妨げてはいけません。また、夕暮れ時には早めにライトを点灯し、「見る・見られる」運転のためハイビームを活用しましょう。

#### 歩行者は・・・

道路を横断するときには、横断歩道を利用しましょう。車両などの直前、または直後の横断、斜め横断、横断禁止場所での横断は、危険ですからしてはいけません。

夕暮れ・夜間の歩行時には明るい色の服や反射材を身に着けて「見られる」工夫をしましょう。

**秋の全国交通安全運動**  
9月21日(水)～30日(金)

岡総務課行政担当 内線 2455



## 「こんにちは、日下部警察署です。」

☎0110



### 9月11日(日)は『警察相談の日』！

警察では、犯罪や事故の発生には至っていないが、ストーカーやDVなど、犯罪などによる被害の未然防止に関する相談や、普段の生活の安全や平穩に関する様々な悩みや困りごとなどの相談に応じています。

緊急を要する事件・事故は**110番**、緊急ではないが事件・事故に関しては各警察署、身近な相談は警察相談専用電話「#9110」と覚えて利用してください。

また、県下各警察署や交番などでも相談に応じています。

名称	電話番号等
警察総合相談室	#9110 または 055-233-9110
日下部警察署	0553-22-0110

### 薬物乱用・ダメ!・ゼツタイ!

禁止薬物の使用は、健康に悪い影響を及ぼすとともに、薬物依存になると、不安、幻聴、幻覚、被害妄想などの症状が現れます。

薬物使用者の多くは、仲間からの誘いやちょっとした好奇心から安易に使い始めています。

薬物の使用の危険性は身近にあり、自分には関係ないと思わないことが大切です。

薬物について悩みや疑問を感じたときは、最寄りの警察署または下記の相談窓口にご相談ください。



名称	電話番号等
薬物相談電話	055-228-8974
日下部警察署	0553-22-0110

# 各種相談

※新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、相談中止の措置を取ることがあります。詳しくは各問い合わせ先へ直接ご連絡ください。また、参加の際はマスクの着用と検温の実施をお願いします。



ひとりて悩まない……!

相談	内容	日時・会場	申込・問い合わせ
行政相談	行政相談委員による国・県・市などの仕事についての苦情や要望。	9/16(金) 13:30～16:00 市役所西館 2階 203 会議室	総務課行政担当 内線 2455
結婚相談	結婚を希望する人の相談・相手探し。相談は、できるだけ希望者本人がお越しください(登録は本人のみ受付可)。登録希望者は、履歴書用写真(3.5cm×5cm程度)、スナップ写真、印鑑(朱肉を使うもの)、身分証明書をお持ちください。	9/18(日) 14:00～17:00(受付は16:30まで) 街の駅やまなし	街の駅やまなし (水曜日休館) ☎@7010
こころの健康相談	家庭や職場など人間関係に悩んでいる。子育て、介護疲れで辛い。体調がすぐれず話を聞いてほしい。人に会うのがおっくうになり、ひきこもりがちなど。悩んでいる人やその家族が対象。要予約。	◆公認心理師：9/5(月)、9/9(金) ◆精神保健福祉士：9/29(木) 9:30～、10:30～、13:00～、14:00～ 各時間帯 1人ずつ ◆精神対話士 日時は応相談。1回 80分	健康増進課健康支援担当 内線 1168 福祉課障害福祉担当 内線 1139 介護保険課地域包括支援担当 内線 1227
不動産相談	不動産全般に関する相談。	9/20(火) 10:00～15:00 (12:00～13:00は休み) 市役所西館 2階 203 会議室	(公社) 県宅地建物取引業協会 ☎055-243-4300
年金相談	年金全般に関する相談。要予約。予約時に相談内容をお伝えください。	9/22(木) 9:30～16:00 (12:00～13:00は休み) 甲州市役所	甲府年金事務所 ☎055-252-1431(代)
司法書士無料相談会	相続登記、土地や建物の名義変更、遺言、成年後見、会社関係の登記など。1組40分まで。要予約。書類の作成指導や審査はいたしません。※初めての相談に限りです。	9/17(土) 13:30～16:30 街の駅やまなし	山梨県司法書士会 相続登記相談センター ☎055-253-2376
パソコン・タブレット困りごと相談	パソコン・タブレットの操作方法に関する相談。講師：ちどりネット(主催：山梨市中央公民館)定員を制限して実施します。	9/3(土) 13:00～15:00 市民会館3階 301 会議室	ちどりネット ☎090-3210-1620(村田)
税理士無料相談会	相続、所得税および法人税など、税理士による税に関する相談。※予約不要	9/7(水) 13:00～16:00 市役所西館 2階 203 会議室	東京地方税理士会甲府支部 ☎055-233-1318
生活相談	生活に困っている、仕事が見つからないなど、生活に関する相談。	月曜日～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15 市役所東館 1階 福祉課	市生活相談支援センター (福祉課社会福祉担当内) 内線 1133

### みんなの掲示板

#### フィールドミュージアムウォーク

▶日時：9/11(日) 9:00～12:00(予定) ▶経費：100円(保険代100円)  
▶内容：上岩下地域の古墳群と「岩下温泉」「牧洞寺」を訪ねます。  
▶集合：万力公園根津像前 岡事務局 ☎090-3210-1620(村田)

#### フードパントリー 友だち

▶日時：9/25(日) 10:00～12:00(予定) ▶会場：おひさま(上神内川1193-1)  
▶申込期間：9/11(日)～24(土) 正午 ▶先着：30人  
▶内容：市内在住者で18歳以下のお子さんのいるひとり親世帯に無料で食品などを提供します。  
岡事務局 地域ささえあい 虹の会 ☎080-1122-3323(塚田)、メール：papurika67@fruits.jp

#### 介護施設運転講習会 ※要件あり(令和4年度以降にシルバー登録をされる方)

▶日時：①10/19(水) 8:30～19:30 ②10/20(木) 9:00～12:00 ▶受講料：無料  
▶会場：湯村自動車学校(甲府市塩部2丁目2番15号) ▶定員：12名(書類選考・年齢制限あり)  
▶締切日：9/12(月) ▶内容：福祉有償運送・運転者資格を取得できます。  
岡山県シルバー人材センター連合会 ☎055-228-8383

**子育て世帯生活支援特別給付金の申請のお知らせ**  
(ひとり親世帯分・ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯分)

支給額 児童1人当たり5万円

1. ひとり親世帯分

■支給対象者：以下の①②のいずれかに該当する人

- ①公的年金などの受給により、令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない人
- ②令和4年4月分の児童扶養手当を受給していないが、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当受給者と同じ水準の人

2. ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯分

■支給対象者：対象児童【令和4年3月31日時点で18歳未満の子（障害児については20歳未満）】

の養育者であって、以下のいずれかに該当する人

- ・令和4年度分の住民税均等割が非課税である人
- ・新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、令和4年度分の住民税均等割が非課税である者と同様の事情にあると認められる人（家計急変者）

3. 申請方法

申請書および必要書類を子育て支援課まで郵送または直接窓口へ提出してください。

※申請書および必要書類の内容は市ホームページで公開しています。

4. 申請期限：令和5年2月28日(火)まで

5. 支給日：申請受付後に審査を行い、支給の可否および支給日について通知します。

6. 注意事項

- ・6/22 および7/22 に先行して支給された人は対象外です。
- ・令和4年度の住民税の申告をしていない人は、申告後に申請を行ってください。
- ・申請に不備や疑義があった場合、内容の確認や追加で必要書類を提出してもらうことがあります。
- ・給付金を受け取った後に受給資格がないことが判明した場合、返金していただく必要があります。（虚偽の申告を行った結果、不正受給となった場合、1人の児童について二重に受給した場合など）

子育て支援課子育て支援担当 内線 1155・1158



令和4年度 市立図書館 子ども読書活動推進事業

児童文学作家

**いとうみくさん講演会「物語を書くということ」**

「車夫」シリーズや「羊の告解」など多くの人気作で感動を生みだしている児童文学作家のいとうみくさんが山梨市にやってくる！

2021年には「きみひろくん」でひろすけ童話賞

2022年には「あしたの幸福」で河合隼雄物語賞を受賞

作家になったきっかけや作品に込めている思い、大切にしていることなどお話しいただきます。

▶日時：10/2(日) 13:30～15:00 講演会終了後、書籍販売・サイン会あり

▶会場：市民会館 303会議室

▶対象：小学校高学年～大人（定員90人）

▶参加費：無料・要予約申込

▶予約申込・問い合わせ：山梨市立図書館 ☎ 22-9600 メール lib@city.yamanashi.lg.jp



撮影 森清

PICK UP

living

暮らしを考える  
環境コラム

やまなし「ゼロカーボンシティ」宣言

山梨市は「2050年二酸化炭素排出実質ゼロ」を目指します！

vol.14 **できるだけ1回で受け取りませんか？**

近年、インターネット通販の普及などで宅配便の取り扱い個数が急増しています。ところが、荷物全体のうち約2割が再配達になっているといわれています。



1回で受け取りませんか？

宅配の荷物を1回で受け取ることで、CO<sub>2</sub>の排出量を抑えるだけでなく、ドライバーの負担軽減にもつながります。

受け取る方法を少し工夫するだけで、確実に1回で受け取れるようになります！今日から一緒に取り組んでみませんか？

①時間帯指定・置き配システムの活用

置き配とは、玄関前・車庫・物置など、あらかじめ指定したところに荷物を届けてもらうサービスです。

②コンビニ受け取り・営業所受け取り 宅配ロッカーの活用

自分の生活リズムに合わせて受け取りができて便利です。

③宅配BOXを設置する

コンパクトに折りたためるものも売られていて、玄関先にスペースがなくても利用できます。

④宅配事業者のお届け通知サービスの利用

荷物のお届けを事前に通知するサービスで、日時指定の変更などもできます。

⑤誰かに荷物を送るときにも一工夫

事前に送ることを伝えて、時間帯指定の希望を確認しましょう。

CO<sub>2</sub>



年間72個(月6個)の宅配便をすべて1回で受け取った場合、1人当たり7キログラムのCO<sub>2</sub>が削減できるよ！

つくってみよう。食育レシピ vol.130  
オニオンリング

INFORMATION PICK UP

health

◎八幡地区の食生活改善推進員さんからのレシピです。作ってみてください。

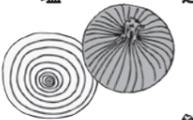


エネルギー 465kcal たんぱく質 5.37g  
脂質 25.8g 炭水化物 50.7g 食塩 1.3g  
(栄養価は1人分)

材料(2人分)

玉ねぎ	1個	水(冷)	100ml
薄力粉	100g	マヨネーズ	大さじ2
片栗粉	大さじ2	サラダ油	適量
コンソメ顆粒	小さじ1	塩	適量

ポイント 最初に粉をまぶしておくことで、溶いた衣がつきやすくなります。マヨネーズを卵の代わりに使うことでカリッと揚がります。



- ①玉ねぎは幅1cm程の輪切りにして、ばらばらにほぐす。
- ②ポリ袋に薄力粉、片栗粉、コンソメ顆粒を入れ振り混ぜる。
- ③②の入った袋に玉ねぎを入れて振り、全体に粉をまぶす。まぶせたら玉ねぎを取り出す。
- ④ボウルに冷水、マヨネーズ、③のポリ袋に残った粉を加え、だまが無くなるまでよく混ぜ衣を作る。
- ⑤衣に玉ねぎをくぐらせる。
- ⑥鍋底から3cm程度のサラダ油を入れて170℃に熱し、⑤の玉ねぎを入れてこんがりとし、色づくまで2～3分揚げ、好みで塩を振る。



市ホームページで毎月レシピを更新中！

市公式LINEアカウントに「食育レシピ」と入力すると、これまでに紹介してきたレシピを見ることができます。

市公式LINE友だち登録募集中！



INFORMATION PICK UP

health

はじめよう。高血圧対策！最終回。  
血圧測定を通して自分のからだに目を向ける習慣を！

血圧を把握しておくことは、自分のからだの状態を知っていることにつながります。毎日の血圧測定で、生活の中で自分のからだに目を向ける習慣を取り入れ、重症化を予防しましょう。

家庭で血圧測定するときのポイント

1～2分安静後

足は組まない

背筋を伸ばして

腕に巻くところは心臓と同じ高さ

背もたれ付きの椅子

腕に力を入れない



測った血圧は、生活習慣と合わせてメモするとよくわかる！

血圧手帳などを活用して、血圧を記録する習慣を付けましょう。血圧は入浴や喫煙、飲酒、カフェインの摂取などにも影響を受けます。また、怒ったときや悲しいときにも変化します。血圧を測った時の状況を日記のようにメモしておくことで、より鮮明に身体や生活の状態をわかりつけ医に伝えることができます。

血圧だけでなく、全身の状態を確認しましょう

高血圧の治療をしている人の中には、「高血圧だけ」という人よりも、血糖値や中性脂肪・悪玉コレステロールなどの脂質、肝機能の数値も「ちょっと高め」という人が多くいます。年に一度の特定健診は必ず受診し、全体的な状態を把握していきましょう。

## 健 10月の成人健診の予約案内 (完全予約制)



すべての会場が完全予約制です。  
問診票は、予約された人のみ郵送します。  
大腸がん・喀たん検査の検査セットは、健診当日ではなく、事前に郵送します。  
10月以降の日程や検査項目、対象者などの詳細は、広報5月号と一緒に全戸配布した健康カレンダーをご確認ください。

### ▶ 10月の成人健診日程

会場：山梨市役所保健センター (※ 10/19 (水)のみ牧丘支所)

日時	対象地区	健診機関	予約受付期間	送迎 (要予約)	骨粗鬆症
10/3 (月)	三ヶ所・上之割	山梨 厚生病院	9/5 (月)~ 12 (月)	後屋敷公民館 8:00	—
10/4 (火)	岩手地区		9/7 (水)~ 14 (水)	岩手公民館 8:00	○
10/5 (水)	万力1.2.3区			万力2区公民館 8:00	—
10/17 (月)	七日市場・下井尻 小原東4.5.6区		9/13 (火)~ 21 (水)	—	○
10/18 (火)	大野・上石森 下石森		9/15 (木)~ 22 (木)	山梨厚生病院 8:00	—
10/19 (水)	牧丘地区※		9/16 (金)~ 26 (月)	—	○
10/20 (木)	八幡地区	JA 厚生連	9/20 (火)~ 27 (火)	石原なちこ体育館 8:30	○
10/24 (月)	下神内川2.7区 加納岩地区		9/26 (月)~ 10/3 (月)	JA フルーツ山梨 加納岩支所 8:30	○
10/26 (水)	大野・中村 上栗原・下栗原	山梨 厚生病院	9/27 (木)~ 10/4 (火)	市民総合体育館 8:00	—
10/29 (土)	市内全域		9/29 (水)~ 10/6 (水)	—	○
10/31 (月)	鴨居寺・東後屋敷		9/30 (金)~ 10/7 (金)	後屋敷公民館 8:00	—

▶ 予約方法：上記の予約受付期間内に窓口もしくは健康増進課までお申し込みください。(平日8:30~17:15)

予約時に受診希望の検査項目をお伝えください。  
健診日の10日前に、時間を記載した「予約票」および「問診票」、申込者には「検査セット」を郵送します。

健診受診者には、先着2,000人に市特定健診マスコットキャラクター「Dr.しば」をデザインしたオリジナルハンドタオルをプレゼントします!



※ 健幸得々キャンペーン実施中! 詳しくは裏表紙をご覧ください。

### ▶ 申し込み・問い合わせ

健康増進課健康企画担当 内線 1162・1163・1171

## 福 「人権擁護委員」を紹介!

市内には、法務大臣から委嘱された14人の人権擁護委員がいます。7月1日付けで次の人が委員に委嘱されました。

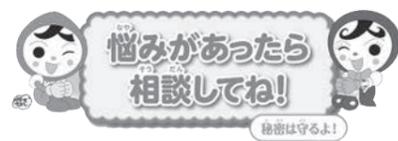
・日川地区 松本純也 (新任)

### ▶ 人権擁護委員とは

人権擁護委員は、地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害から被害者を救済したり、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったりしています。

また、あらゆる人々の人権を守るため、毎日の暮らしの中で起こる人権に関する問題(いじめ、体罰、差別問題など)について、相談を受けています。相談は無料で秘密は厳守しますのでお気軽にご相談ください。

☎ 福祉課社会福祉担当 内線 1134



## 子どもの人権110番

学校における「いじめ」や、家庭内における児童虐待等の事案は、依然として数多く発生していることから、これらの子どもをめぐる様々な人権問題の解決を図るための人権相談活動を強化することを目的として、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施します。

▶ 実施機関：甲府地方法務局・山梨県人権擁護委員連合会

▶ 日時：8/26 (金)~9/1 (木)  
8:30~19:00

ただし、土・日は、10:00~17:00

「子どもの人権110番」強化週間以外は、平日8:30~17:15

▶ 相談担当者：山梨県人権擁護委員連合会「子どもの人権委員会」所属人権擁護委員・甲府地方法務局職員

▶ 相談電話番号：0120-007-110  
☎ 福祉課社会福祉担当 内線 1134

## 新型コロナウイルス感染症対策事業

締め切り間近! 市出身で県外居住の学生に応援を送ります!



家族や友人に該当者がいる場合は、周知にご協力ください!

新型コロナウイルス感染症の影響により学業や生活に制限を強いられている、山梨市出身で県外居住の学生に対して市特産品を送付し、応援する「山梨市ふるさとやまなし学生応援事業」を行います。

▶ 市特産品：シャインマスカット1房

▶ 送付対象者：送付対象者は、次のいずれにも該当する人

- ①平成16年4月1日以前に生まれた人で、申請時に大学、短期大学、大学院、専修学校などに在学している学生
- ②在籍している学校などへ入学する前に、本市に住所があった人
- ③申請時において、県外に居住している人
- ④親が本市に住所がある人 (保護者がいない場合はこの限りではありません)

▶ 申請・受領者：該当する学生本人

▶ 申請期間：9/10 (土)まで受付中

▶ 申請方法：市ホームページの「山梨市ふるさとやまなし学生応援」ページに掲載する「電子申請サービス」から申請

▶ 申請内容 ※全て必須項目となります

①申請内容については、申請フォームに次の事項を記入してください。

- 氏名、郵便番号、住所、電話番号、メールアドレス、生年月日、学校名、学年
- 本市に在住する、保護者の氏名・住所 ※保護者がいない場合は帰省先住所

②添付書類

- 学生証や在学証明などの画像データ
- 申請者が県外において生活していることが確認できる書類の画像データ

※アパートなどの入居契約書、光熱水費の請求書や領収書など。いずれも本人氏名と生活する県外所在地が記載されていることを条件とし、当該住所地と応援送付先住所が同一である必要があります。

▶ 発送時期

概ね9月中旬以降に商品を送付します。

▶ その他：詳細は、市ホームページ「山梨市ふるさとやまなし学生応援」案内ページを確認してください。



☎ 政策秘書課政策調整担当 内線 2415

### 住民税非課税世帯等に対する各種給付事業

新型コロナウイルス感染症の影響による失業や収入減少の中で、食費の物価高騰などに直面した人が、速やかに生活・暮らしの支援を受けられるよう、住民税非課税世帯または均等割のみ課税世帯に対して各種給付金を支給します。

#### ▶ 給付金額

対象世帯1世帯につき100,000円(国および市独自給付)

対象世帯1世帯につき15,000円(県独自給付)

#### ▶ 支給対象世帯

##### 1. 令和4年度の住民税が非課税または均等割のみ課税世帯

※対象の世帯には、市から確認書を送付します。

※令和3年度に10万円の支給対象となった世帯は、令和4年度の国および市独自給付の対象外です。

※均等割のみ課税とは……住民税が年間5,500円のみ課税されている人をいいます。

※1月2日以降に転入された人は、転入前の市区町村で所得課税証明書を取得し確認してください。

※離婚やDVにより別居した人で、本人は非課税でも元配偶者が課税者であった場合は相談により受給できる場合があります。

##### 2. 家計急変世帯

これまで一定の収入があり、令和4年度の住民税が課税されている世帯であっても、令和4年1月以降に新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、収入が減少した世帯

※世帯主による申請が必要です。

◀ 家計急変の例 ▶

新型コロナウイルス感染症の影響による失業、勤務時間の短縮、自己都合による退職後に再就職が困難、自営業の売上減少、仕入れ価格などの高騰による利益の減少など

#### ▶ 申請要件

令和4年1月から9月までの任意の1か月の収入(または所得)がそれ以前と比べて減少し、住民税非課税または均等割のみ課税世帯と同様の事情にあること。世帯員個人ごとに判定します。

※収入が減少したことの証明書類をご提出ください。

※上記の他にも申請要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

#### ▶ 申請期限

① 非課税相当の世帯：9/30 (金)

月収の目安：単身者の場合77,500円以下  
本人と扶養者1人の場合114,800円以下

② 均等割のみ課税相当の世帯：1/31 (火)

月収の目安：単身者の場合83,300円以下  
本人と扶養者1人の場合141,600円以下

▶ その他：詳細は、市ホームページを確認するか下記までお問い合わせください。

☎ 福祉課社会福祉担当 内線 1132・1134

**福** 重度心身障害者医療費 助成制度更新申請のお知らせ

福 福祉課障害福祉担当  
内線 1137 ~ 1139

現在お持ちの「重度心身障害者医療費助成受給資格者証」の有効期限は、10月31日です。現受給者には更新手続きの通知を郵送しますので、更新の手続きを行ってください。

▶更新手続きに必要なもの

- ①更新申請書 ②同意書 ③重度心身障害者であることを証明するものの写し(各種福祉手帳、障害基礎年金証書と支払通知書など)
- ④現在加入している健康保険証の写し ⑤限度額適用認定証の写し

※加入している健康保険などにより、更新手続きに必要な書類が異なります。

詳しくは、市から送付する通知をご確認ください。

※コロナウイルス感染予防のため、通知に同封された封筒で提出をお願いします。

※加入保険証などに変更がある人は、変更届出が必要です。更新申請書、保険証、印鑑、お持ちの重度医療受給者証を持参の上、窓口で手続きをお願いします。

▶提出期限：10/6(木)

▶変更申請窓口：福祉課障害福祉担当 牧丘・三富支所 住民生活担当

▶新しい受給資格者証：10月下旬に郵送します。

※現在受給していない人で、この制度に該当すると思われる人は、お気軽にお問い合わせください。

▶受給資格：市内に住所があり、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級所持者
- ・障害基礎年金1～2級受給者
- ・特別児童扶養手当受給対象児童

※上記の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。

**啓** 水道審議会が開催されました (水道審議会委員の紹介)

福 水道課庶務担当  
内線 2118・2119

市では7/28に水道審議会を開催しました。市長から名取会長に「水道料金の見直しについて審議会の意見を伺いたい」と諮問書が手渡されました。この日は、水道の現状と課題や経営の状況が説明されました。

同審議会は、10月末までに5回程開催し、答申をいただく予定です。

▼水道審議会委員(◎会長、○職務代理)

氏名	備考
雨宮 昌子	商工会 女性部長
飯嶋 美紀	男女共同参画推進委員会 副会長
大宮山 馨	都市計画審議会 前会長
奥平 幸男	区長会 副会長
○奥平 洋子	消費生活協力員会 会長
◎名取 茂久	区長会 会長
芳賀 庸訓	区長会 副会長
萩原 雅子	食生活改善推進員会 前会長
松下 慶麿	元市代表監査委員
米倉 仁	商工会 会長

(50音順、敬称略)

有料広告募集中

お店のPRなどにご活用ください  
福 政策秘書課  
広聴広報担当  
内線 2416

▶こちらは  
有料広告です

**うちの子「結婚」しないのかしら?**  
**独身のお子様の結婚相談承ります**

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。  
まずはお気軽に仲人にご相談下さい  
**☎055-288-1038**

結婚相談所 ムスベル  
甲府市寿町2-12 KM5ビル2階

**福** 敬老祝金の支給について

長寿を祝うとともに、多年にわたり社会に貢献されたことに感謝し、その労をねぎらうために祝金を支給します。

	88歳の人 (S8.9.16～ S9.9.15生)	新100歳 (T11.4.1～ T12.3.31生)
市祝金額	10,000円	150,000円
在住条件	1年以上	10年以上
支給方法	9月中旬頃、指定された口座に振込。口座届が未提出の人はお早めにご返送ください。	9/10(土)、または18(日)に慶祝訪問します。(日程は後日連絡)
※在住条件…山梨市に引き続き住所がある年数		

福 福祉課社会福祉担当 内線 1132

**健** 9月24日～30日は結核予防週間です

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症が起こる病気です。昔の病気と思われがちですが、現在も毎年全国で約1万6千人、山梨県でも約80人が新たに結核を発病しており、命を落とすこともある重大な感染症です。

結核の症状は、2週間以上続く痰・咳・倦怠感・寝汗・微熱・体重が減る・血痰等があります。このような症状があった場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

しかし、結核は症状が出ない場合もあります。早期発見には、1年に1回胸部レントゲン検査を受けることが重要です！市の集団健診会場では、胸部レントゲン検査を100円で受診することができます。(年度末21歳以上の)

集団健診についての詳細は、広報5月号と一緒に配布した健康カレンダーや、市ホームページをご覧ください。

福 健康増進課健康企画担当  
内線 1162・1163・1171

LINE 山梨市公式 LINE 友だち登録募集中

毎週水曜日、最新情報を配信中!

**保** 後期高齢者医療保険に加入している皆さんへ (75歳以上の人と一定の障害のある65歳以上の人)

■10月1日からの新しい保険証を郵送します

令和4年10月1日からの窓口負担割合の見直しに伴い、令和4年度はすべての人に保険証を2回交付します。1回目に郵送しました保険証は有効期限が「令和4年9月30日」となっています。2回目に交付する保険証は、9月中旬頃に郵送し、有効期限が「令和5年7月31日」となります。

■医療機関等での窓口負担割合について

令和4年10月1日から病院などでの窓口負担割合が、現在の「1割」または「3割」に、新たに「2割」が追加され、「1割」「2割」「3割」の3区分となります。現役並み所得者(3割負担)を除き、一定以上所得のある人は、窓口負担割合が「2割」となります。

■窓口負担割合が「2割」になる人には、負担軽減措置があります

窓口負担割合が「2割」になる人の急激な自己負担額の増加を抑えるために、令和4年10月1日から令和7年9月30日までの3年間は、外来医療の負担増加額の上限を1か月あたり3,000円までとし、上限を超えて支払った金額は高額療養費として払い戻します。詳細は、保険証に同封される文書をご確認ください。

福 市民課国保年金担当 内線 1145 ~ 1148

**i** 入札結果をお知らせします (6月入札)

福 管財課契約担当  
内線 2346

入札番号	工事・委託名	場所	落札者名	契約金額(円)	予定価格(円)	入札日
11	橋梁長寿命化計画更新業務委託	北 他	㈱サンポー	17,380,000	21,197,000	
12	下水道春-2処理67~70号実施設計業務委託	正徳寺	㈱エイト日本技術開発 山梨営業所	7,535,000	7,931,000	
13	林道東山中中部線舗装測量設計業務委託	牧丘町北原	㈱峡東測量設計	5,115,000	5,742,000	
14	三ヶ所地内排水路測量設計・用地調査業務委託	三ヶ所	㈱峡東測量設計	7,700,000	8,547,000	
15	市道加納岩小学校西通り線(第3期)詳細設計他業務委託	下神内川	㈱峡東測量設計	13,970,000	15,334,000	
16	(都)加納岩小学校西通り線水路用地測量業務委託	下神内川	㈱峡東測量設計	3,080,000	3,476,000	
17	令和4年度山梨市下水道台帳更新データ作成業務委託	下水道事業計画区域	㈱パスコ 山梨支店	1,430,000	1,474,000	
18	乾徳公園建物撤去移設工事	三富徳和	(有)中村架設工業	8,800,000	8,888,000	R4.6.26
19	乾徳公園駐車場整備工事	三富徳和	㈱広瀬土木	22,880,000	23,430,000	
20	下水道梨-3-2処理200・201号第6工区工事	七日市場	㈱藤プラント建設	24,530,000	25,267,000	
21	下水道梨-3-4処理8号第5工区工事	三ヶ所 鴨居寺	(有)中村架設工業	11,110,000	11,440,000	
22	水道施設中央監視システムクラウド化工事	小原西・南 牧丘町杣口	シンク・エンジニアリング(株)	10,780,000	11,462,000	
23	市内一円安全施設設置(その1)工事	牧丘町西保中 他	交通工業(株)	1,210,000	1,397,000	
24	七日市場地内配水管布設替工事	七日市場	㈱奥井商工	13,002,000	13,024,000	
25	三富上釜口地内配水管布設工事	三富上釜口	(有)岩間商興	3,267,000	3,333,000	

※最新の入札結果は市ホームページで公開しています。



マイナンバーカードを作りませんか？ マイナポイント対象のカード申請期限は9月30日(金)まで

「QRコード付き交付申請書」で簡単に申請ができます

現在、マイナンバーカード未申請の人に「QRコード付き交付申請書」が順次送付されています。

スマホなどで簡単に申請ができるので、ぜひご利用ください。

あなたのお宅に出張します！

「らくらく出張申請お手伝い」をご利用ください！

期間限定（9月末まで）で企業・団体・ご家族・ご友人など、マイナンバーカードの申請を希望する人が3人以上いる場合、市が出張して申請のお手伝いをします。

カードは後日、ご自宅へ郵送しますので、市役所へ出向くことなくカードを受け取ることができます。顔写真の撮影も無料で行いますので、ぜひ「らくらく出張申請お手伝い」をご利用ください。

▶申請できる対象団体

マイナンバーカード申請を希望する人が3人以上いるグループ  
 市市民課市民担当 内線 1143

9月10日は下水道の日  
 下水道接続のお願い

下水道法では、公共下水道が整備された地域において、浄化槽を使用している場合は、遅滞なく公共下水道に接続することが義務付けられています。

下水道課では下水道が利用できる地域において、随時職員が訪問し、接続のお願いを行っています。（訪問する職員は、身分証を携帯しています。）

下水道に接続すると、悪臭や害虫の発生を抑え、生活環境がよくなります。また、側溝や河川がきれいになり、自然環境を守ることもつながります。

下水道の役割をご理解いただき、清潔で住みよい街にするため、下水道への早期接続をお願いします。

市下水道課管理担当  
 内線 2122～2124

マイナンバーカード関係の手続きが休日にもできます！

※完全予約制 市市民課市民担当 内線 1142～1144

▶窓口受付日時：9/4(日)・9/24(土) 13:00～17:00

▶受付業務：マイナンバーカードの申請、交付、更新、マイナポイントの申し込み支援など

▶予約方法：平日 8:30～17:15 に、電話で予約をしてください。  
 ※交付申請の際は、顔写真を撮影（無料）します。



手続きに必要なもの	マイナンバーカード関係手続き内容				
	交付申請	受取	電子証明書の更新	暗証番号再設定	マイナポイント申込支援
本人確認書類（運転免許証など）	○	○	○	○	—
通知カードまたは個人番号通知書、住民基本台帳カード	△	△	—	—	—
個人番号カード交付通知書 電子証明書発行通知書兼照会書	—	○	—	—	—
マイナンバーカード	△	△	○	○	○

※ ○は全ての人、△はお持ちの人のみ必要です。  
 ※「電子証明書の更新」には、ご自身で設定した暗証番号が必要です。忘れた場合は、「暗証番号再設定」の手続きが必要となり、マイナンバーカード以外の本人確認書類が必要となります。  
 ※マイナポイント申込支援では、お選びいただいたキャッシュレス決済サービスの決済IDやパスワードが必要になる場合があります。  
 ※公金受取口座の登録には、本人名義の通帳またはキャッシュカードをご持参ください。

令和4年度下水道排水設備  
 工事責任技術者認定試験

下水道の排水設備工事を施工する指定工事店には、「下水道排水設備工事責任技術者」の資格を有する者の専属が必要です。この試験は、その責任技術者としての技能を認定するものです。

今年度は、次の日程で実施します。

▶受付期間：9/15(木)～10/6(木)

▶講習会：10/25(火)

10:00～16:00

▶試験：11/24(木)

14:00～16:15

▶場所：アイメッセ山梨（4階大会議室）甲府市大津町 2192-8

※申込用紙は、申し込み先ホームページからダウンロードしてください。

https://www.yamanashi-swc.or.jp/

▶申し込み・問い合わせ

（公財）山梨県下水道公社  
 笛吹市石和町東油川字北畑 417  
 ☎ 055-263-2738

ワクチン接種証明がコンビニで取得できます

マイナンバーカードをお持ちの人は、新型コロナワクチン接種証明書を近くのコンビニの端末で取得可能となりました。

詳しくは、厚生労働省ホームページで、確認してください。



市健康増進課感染症対策担当  
 内線 1165

ごみ収集停留所に  
 農業ごみは出せません

農業に伴い発生した廃棄物（廃棄果実含む）は、法律に基づき産業廃棄物および事業系ごみに分類されます。

個人農家が排出しても同様に扱われるため、ごみ収集停留所に出すことはできません。農業系廃棄物の適正な処分をお願いします。

市環境課生活環境担当 内線 2254

年 「ねんきんネット」をご活用ください！

「ねんきんネット」はご自身の年金に関する情報をパソコンやスマートフォンから、確認できるサービスです。

◆将来受け取る年金見込額が知りたい  
 様々な条件で、将来受け取る老齢年金の見込額を試算できます。

◆自分の年金記録を確認したい  
 最新の年金記録を確認できます。

◆保険料の支払い漏れや届け出漏れを確認したい

国民年金保険料の未納や免除、学生納付特例制度または納付猶予制度の適用期間などについて、今後納付する月数や金額の確認ができます。

◆「ねんきん定期便」を確認したい  
 誕生月に郵送されるハガキ版の「ねんきん定期便」を電子版（PDFファイル）で確認できます。

◆年金振込通知書などを確認したい  
 「年金振込通知書」などの各種通知書を確認できます。

◆通知書の再交付申請をしたい  
 通知書の再交付申請ができます。

◎再交付申請ができる通知書  
 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書、公的年金等の源泉徴収票、年金額改定通知書、年金振込通知書、年金決定通知書、支給額変更通知書

▶ねんきんネットホームページ  
[http://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](http://www.nenkin.go.jp/n_net/)

市市民課国保年金担当  
 内線 1145～1148

牧丘支所・三富支所住民生活担当  
 ※ねんきんネット用ナビダイヤル  
 ☎ 0570-058-555

年 国民年金基金のご案内

国民年金基金は、国民年金に加入している自営業の皆さんと、その家族などが、任意に加入して積み立てを行い、老後に国民年金に上乗せの年金として受けられる、公的な年金です。

〈メリット〉

・掛金の全額(上限：年額81.6万円)が所得から控除され、所得税・住民税ともに軽減

・受け取る年金も「公的年金等控除」の対象で、遺族一時金は全額非課税

市国民年金基金山梨支部  
 ☎ 0120-65-4192  
 甲府市丸の内 2-14-13 ダイタビル 6階

募 山梨県後期高齢者医療広域連合「川柳を募集！」

後期高齢者を対象とした後期高齢者医療制度への関心を高めるため、日々の生活をテーマにした作品を募集します。

▶募集内容

「私の趣味」をテーマにした川柳

▶応募期間：9/1(木)～10/14(金)必着

▶応募資格：山梨県後期高齢者医療制度の被保険者

▶応募方法：作品（川柳）とペンネーム、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、職業を記入の上、郵送（はがき）または電子メールで送付してください。※1人2点まで

※展示などで名前を使用することがありますので、本名での記載を希望しない人は必ずペンネームを書いてください。

①郵送の場合

郵便はがきに、上記の必要事項を記載し、郵送

【宛先】〒400-8587

甲府市蓬沢一丁目15番35号  
 山梨県自治会館2階 山梨県後期高齢者医療広域連合 総務課総務担当

②電子メールの場合

メールの本文に、上記の必要事項を記載し、送付

・メールの題名は「川柳応募」としてください。

【応募先メール】

kouho@yamanashi-iryokouiki.jp

▶表彰：広域連合長賞（1人）、副広域連合長賞（1人）、広域連合議長賞（1人）、広域連合副議長賞（1人）、入選（10人程度）

※受賞作品の決定、発表は令和5年1月頃を予定しています。受賞者には直接通知するほか、山梨県後期高齢者医療広域連合ホームページで発表します。

市山梨県後期高齢者医療広域連合  
 総務課総務担当 ☎ 055-236-5671

つつじ幼稚園  
 入園希望者説明会

日時：9/22(木) 14:00～

市つつじ幼稚園  
 ☎ 22-0244

募 犬のしつけ方教室  
 猫の飼い方教室

犬または猫を飼おうと考えている人、上手に付き合いたいと考えている人に向けて教室を開催します。

▶日時：9/24(土)

◆猫の飼い方教室 9:30～11:30

受付：9:00～（開講式 9:20）

講師：林 文明（ノア動物病院）

◆犬のしつけ方教室 13:30～15:30

受付：13:00～（開講式 13:20）

講師：小川 容往（日本ペットドッグトレーナーズ協会会員ドッグトレーナー）

▶会場：市民会館 4階 401 会議室

▶参加料：無料

▶定員：各 50 人（先着順・予約制）

▶持ち物：筆記用具

▶申し込み締め切り：9/16(金)

▶注意事項：飼い猫および飼い犬の同伴はできません。

▶申し込み・問い合わせ：環境課生活環境担当 内線 2253・2254

講 山梨市市民後見人養成  
 フォローアップ講座

認知症の高齢者や精神的な疾患を抱えている人たちの生活サポートについて学んでみませんか？

◆受講対象者：市内在住者で、次の全てに該当する人

①年齢 20 歳以上で令和 4 年 4 月 1 日現在 75 歳未満の人

②原則として、全てのカリキュラムを受講できる人

③民法第 847 条に定める後見人資格事由に該当しない人

※全 8 回の講座履修者には修了証をお渡しします。

◆研修日程・会場

研修日：10/19(水)、27(木)、11/10(木)、21(月)、12/8(木)、12(月)、令和 5 年 1/19(木)、26(木)

▶時間：13:00～17:00

▶会場：市役所西館 5 階 会議室

▶定員：10 人 受講料：無料

▶申し込み方法：「市民後見人養成フォローアップ講座受講申込書」を介護保険課窓口にて持参または FAX のいずれかで提出してください。

受講申込書は、介護保険課窓口にあります。

市介護保険課地域包括支援担当内  
 成年後見支援センター 内線 1228

**講** 「毎日楽しく！学びでもっとポジティブに！」  
成人大学講座 いきいき魅力発見倶楽部受講者募集！！

- ▶対象：18歳以上の人
- ▶定員：各回30人
- ▶受講料：無料
- ▶会場：市民会館 303・401 会議室
- ▶日程（講座受講には事前申し込みが必要）



	日時	タイトル・講師・内容
1	10/4 (火)	<b>あなたに合った歩き方レッスン</b> 講師：一般社団法人 正しい足の文化を創る会認定講師 柳田恵理子さん
	13:30 ~ 15:00	健康のためのウォーキングなのにその歩き方で大丈夫？ウォーキングは簡単で効果的な健康法。足の理論、自分に合った歩き方と安全に楽しむコツを実際に体を動かしながら、靴の選び方、履き方も含めて学びます。【持ち物：運動靴（靴ひもやマジックテープで足首をしめることができる靴）、運動ができる服装、飲み水】
2	10/13 (木)	<b>考えてみよう！やさしいSDGs入門講座</b> 講師：NPO法人 SDGsネットワークやまなし代表理事 内田智之さん
	13:30 ~ 15:00	ニュースや新聞でよく見かける「SDGs」という単語。気になってはいるけれど具体的にはどういった取り組みなのかかわからない…。そんな疑問を解決します。SDGsの基本について学んでみませんか。※「SDGs」とは、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標のことです。
3	10/18 (火)	<b>もっと知ろう野菜のチカラ！</b> 講師：料理研究家、野菜ソムリエ 守屋若奈さん
	13:30 ~ 15:00	野菜の持つチカラについて学び、もっと美味しく、健康的に食事をしませんか？野菜の栄養素や健康食のレシピを楽しく学び、ご家庭での料理のレパートリーを広げましょう！
課外講座	10/26 (水)	<b>体も脳もシャキッと！ストレッチ講座</b> 講師：健康運動指導士、シナプソロジーアドバンス教育トレーナー 小澤智子さん
	18:30 ~ 20:00	ストレッチ方法やシナプソロジーを学びます。また、音楽に合わせて楽しみながら体を動かしてみませんか。体と脳を活性化させて、体力づくりに挑戦してみましょう！（シナプソロジーとは、2つのことを同時に行う、左右で違う動きをする、など普段慣れない動きをすることで脳の活性化を促す方法です。）
4	11/1 (火)	<b>「鎌倉殿」と甲斐源氏安田義定</b> 講師：文化財担当職員
	13:30 ~ 15:00	今年話題となっている源頼朝や北条義時の時代、本市ゆかりの武将が平家追討で屈指の功績をあげているのをご存知ですか。甲斐源氏安田義定の活躍ぶりと、義定に関わる史料や伝承、史跡などを通じて、「鎌倉殿」成立の様子について考えてみませんか。

※初回に開講式、最終回に閉講式を行います。  
▶**申込方法**：電話、FAX、メール（FAX・メールは、題名を「成人大学申し込み」とし、名前、年齢、住所、電話番号、参加希望の講座名を明記してください）  
▶**申込締切**：9/13 (火)  
★定員を超えた場合は、①市内在住の人、②全講座に出席できる人を優先とし、抽選により決定します。申込締切日以降、案内通知をお送りします。  
▶**申し込み・問い合わせ**：生涯学習課生涯学習担当 内線 2327 FAX ⑤ 5357  
メール：shogaigakushu@city.yamanashi.lg.jp

**募** 令和4年度 自衛官募集

■航空学生  
▶**資格**：海・高卒（見込み含）23歳未満  
空・高卒（見込み含）21歳未満  
▶**試験**：1次 9/19 (月・祝)  
2次 10/15 (土)～20 (木)  
3次 [海]11/18 (金)～12/14 (水)  
[陸]11/12 (土)～12/15 (木)  
▶**受付**：7/1 (金)～9/8 (木)

■一般曹候補生  
▶**資格**：18歳以上 33歳未満  
▶**試験**：1次 9/15 (木)～18 (日)  
2次 10/8 (土)～23 (日)  
▶**受付**：7/1 (金)～9/5 (月)

■自衛官候補生  
▶**資格**：18歳以上 33歳未満  
▶**試験**：受付時にお知らせします。  
▶**受付**：年間を通じて行っています。

■防衛大学校学生  
●**推薦**  
▶**資格**：高卒（見込み含）21歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人  
▶**試験**：9/24 (土)・25 (日)  
▶**受付**：9/5 (月)～9 (金)

●**総合選抜**  
▶**資格**：高卒（見込み含）21歳未満  
▶**試験**：1次 9/24 (土)  
2次 10/29 (土)・30 (日)  
▶**受付**：9/5 (月)～9 (金)  
●**一般**  
▶**資格**：高卒（見込み含）21歳未満  
▶**試験**：1次 11/5 (土)・6 (日)  
2次 12/6 (火)～10 (土)  
▶**受付**：7/1 (金)～10/26 (水)

■防衛医科大学校医学科学生  
▶**資格**：高卒（見込み含）21歳未満  
▶**試験**：1次 10/22 (土)  
2次 12/14 (水)～16 (金)  
▶**受付**：7/1 (金)～10/12 (水)

■防衛医科大学校看護学科学生  
▶**資格**：高卒（見込み含）21歳未満  
▶**試験**：1次 10/15 (土)  
2次 11/26 (土)・27 (日)  
▶**受付**：7/1 (金)～10/5 (水)

◆**申し込み・問い合わせ**  
自衛隊山梨地方協力本部  
☎ 055-253-1591

**募** 第49回（令和4年度）  
信玄公祭りボランティア  
スタッフ募集

山梨県では「信玄公祭り」のお手伝いをいただくボランティアを募集しています。



▶**募集業務・人員**：会場警備係 100人 ※いずれも原則として18歳以上70歳未満の人  
▶**日時**：10/29 (土) 14:00～19:30 (予定)  
▶**応募方法**：ハガキ、FAXまたはメールで、住所、氏名、年齢、性別、電話、過去の経験の有無を明記の上、下記まで  
▶**宛先**：〒400-0031 甲府市丸の内1-6-1 やまなし観光推進機構内  
信玄公祭り実行委員会ボランティア係  
メール：a-shimizu@yamakan-sk.jp

風  
林  
火  
山

▶**締め切り**：9/22 (木) 必着  
▶**申し込み・問い合わせ**  
信玄公祭り実行委員会  
☎ 055-231-2230  
FAX 055-221-3040

**i** 遊休農地の全体調査および  
利用意向調査を実施します

農業委員会では、毎年遊休農地対策として全体調査を行っています。調査にあたり農業委員や事務局職員が農地に立ち入ることもありますので、所有者の皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。全体調査の結果に基づき、遊休農地の所有者に対し、利用意向調査を実施します。この利用意向調査に対し遊休農地を貸付する意志を示さず、遊休農地を解消しないなどの場合には、農地中間管理機構から勧告を行い、課税が強化される場合があります。

なお、農地が遊休化すると、病害虫の発生など周辺の営農や生活環境に支障が生じますので遊休化しないように適正管理をお願いします。また、地域内の遊休農地を再生し活用したい人は支援策などがありますので、ご相談下さい。  
圃農林課農地担当 内線 2216

**ヴァンフォーレ甲府 山梨市サンクスデーに  
先着500人を無料招待します！**



10/9 (日)のファジャーノ岡山戦は「山梨市&富士吉田市サンクスデー」として開催されます。市では、ヴァンフォーレ甲府を応援するために、先着500人を無料招待します。J1昇格を目指し戦うヴァンフォーレ甲府を熱い声援で後押ししましょう。

▶**日時**：10/9 (日) 13:05 キックオフ  
▶**会場**：JIT リサイクルインクスタジアム（小瀬競技場）  
▶**対象者**：市内在住の小学生以上（1人につき2枚まで）  
▶**申し込み方法**：チケットは電子チケットのみ、紙チケットはありません。チケットの取得については、専用サイトにアクセスして取得を行っていただきます。詳細は9/5 (月) 9:00～市ホームページに掲載します。**チケットの申し込みは9/25 (日) 10:00 受付開始**になります。（取得についてはJリーグIDの登録が必要となります。IDの登録は事前にできます。）  
圃生涯学習課スポーツ振興担当 内線 2331

**花かげホールをひとりじめしませんか？（要申し込み）**

花かげホールの舞台上、あなたの音色を響かせてみませんか？  
▶**日程**：① 9/25 (日) ② 10/29 (土) ※詳しくは市民会館 HP から  
▶**申し込み・問い合わせ** 市民会館 ☎ 22-9611



**宝くじ公式サイトでも  
宝くじを購入できます！！**

宝くじ公式サイト会員登録になると、お得に宝くじの購入ができます！

**特典1 たまる！つかえる！宝くじポイント**

宝くじを購入すると、100円につき1ポイントの宝くじポイントが獲得できます。  
宝くじポイントは、1ポイント1円として、宝くじ公式サイトや宝くじ売り場でつかえます！  
宝くじポイント 100円 ⇨ 1P  
宝くじ公式サイト 宝くじ売り場  
1P 単位でつかえる！ 100P 単位でつかえる！

**特典2 購入～受取までネットで完結！**

原則1年中、24時間いつでも宝くじの購入ができます。ジャンボ宝くじ等の普通くじの購入もできます！宝くじの購入にはクレジットカード決済またはキャリア決済がご利用いただけます。  
宝くじ LOTO コーピング BINGO'S  
NUMBERS せかせか 7-05やん NEW QuickOne クイックワン  
いつでも買える。秒で結果です。  
抽せん結果も宝くじ公式サイトで簡単に確認できます。当せん金は、登録した受取口座に自動でお振り込みするので、とっても便利！  
購入 → 当せん確認 → お振り込み

**特典3 宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる！**

他にも！ お得な特典や便利なサービスいろいろ！  
まずは宝くじ会員に今すぐ登録！！  
宝くじの収益金は、私たちの街の公共事業等に役立てられます。

本件に関するお問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

# 情報

# やまなし

市役所 ☎ 0553 ② 1111  
 牧丘支所 ☎ 0553 ③ 3111  
 三富支所 ☎ 0553 ③ 2121

※新型コロナウイルスの影響により、日程の中止・延期など、内容が変更となる場合があります。

山梨市の人口 (8月1日現在) 世帯数 14,845 世帯 (+11) 人口 男 16,213 人 (-5) 女 17,456 人 (-15) 計 33,669 人 (-20)

## 催 根津記念館イベント情報

### ■早田貴一水彩画展

根津記念館特別企画展「シベリア抑留を描く - 早田貴一水彩画展 -」が好評開催中です。

ロシア軍によるウクライナ侵攻が続く中、かつて第二次世界大戦敗戦後の日本兵が体験した悲惨な歴史を描いた絵画を展示しています。平和の尊さについて改めて考えませんか。

▶期間：9/11 (日)まで開催中

▶場所：展示棟「八蔵」内企画展示室

▶協力：平和祈念展示資料館



### ■敬老の日 65歳以上入館無料

▶日時：9/19 (月・祝)

▶対象者：65歳以上の入館者

令和4年度中(4/1～3/31)に65歳になる人も対象

※年齢確認のため、身分証(免許証、保険証など)の提示をお願いします。

☎ 根津記念館 ☎ 21-8250

## 就業構造基本調査

令和4年10月1日現在で、国民の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的に『就業構造基本調査』を実施します。

調査の対象は、無作為に選ばれた世帯の15歳以上の世帯員です。

調査をお願いする世帯には、9月下旬から調査員がお伺いしますので、ご協力をお願いします。

☎ 商工労政課商工労政担当 内線 2362

## i 市議会 9月定例会 会期日程 (予定)

9月定例会は、次の日程で開催する予定です。(都合により変更となる場合があります)

### ▶開催日

- 8/29 (月) 本会議 (開会)
- 9/13 (火) 本会議 (代表質問)
- 9/14 (水) 本会議 (一般質問)
- 9/15 (木) 常任委員会
- 9/16 (金) 常任委員会
- 9/20 (火) 決算特別委員会
- 9/21 (水) 決算特別委員会
- 9/22 (木) 決算特別委員会
- 9/30 (金) 本会議 (閉会)

### ▶開催時間

各日程とも 10:00 開会  
(決算特別委員会は 9:00 から)

☎ 議事事務局議事担当

内線 1212・1213

## 募 市民総合体育館 牧丘 B&G 海洋センター アクティブシェイプ教室

「脂肪燃焼アップ! アクティブシェイプ教室」を行います。踏み台を昇り降りして足腰を中心に鍛えます。

夏の疲れた体を整え、脂肪燃焼し、体の調子を良くしていきます。

### ▶内容：脂肪燃焼アップ

- ・有酸素運動で効果的に脂肪燃焼アップ
- ・筋力トレーニングで、カラダを引き締める
- ・無理なくシェイプアップ

▶日程：9/13 (火)～ 参加者随時募集 ※基本毎週火曜日

▶時間：市民総合体育館

20:15～21:00

牧丘 B&G 海洋センター

20:00～20:45

▶受講料：1回 無料体験

※詳細はフィットのホームページから

### ▶申し込み・問い合わせ

市民総合体育館 ☎ ② 5600

牧丘 B&G 海洋センター ☎ ③ 4411



フィット HP

## 募 泳ぐって楽しい! 初心者 子ども水泳教室開催

市教育委員会では、毎年好評の初心者水泳教室を開催します。

抵抗力や免疫力を高めてくれる水泳は、成長期の子どものにぴったり! 楽しく泳いで、水泳の技術を身に付けましょう。

▶参加資格：市内在住・在学の年長児から小学3年生まで

### ▶開催内容

#### 【Aクラス】

参加目安：潜ることができる

開催日：10/18・25

11/1・8・15・22 (火)

#### 【Bクラス】

参加目安：潜ることができない

開催日 10/13・20・27

11/3・10・17 (木)

#### 【Cクラス】

参加目安：潜ることができない

開催日 10/14・21

11/11・18・25・12/2 (金)

▶募集人数：各クラス先着 10 人

▶会場：山梨市屋内温水プール

※施設の状況などにより会場が変更になる場合があります。

▶時間：18:10～19:30

▶参加費：500 円 (保険料含む)

▶申込期間：9/8 (木)～ 10/3 (月)まで

▶申込方法：電話・FAX・窓口で受け付けます。電話の場合は必要事項をお知らせください。FAX・窓口の場合は、申込用紙に記入して提出してください。用紙は窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

▶持ち物：水着、スイミングキャップ、バスタオル、マスク、マスク入れ

▶その他：実施にあたり、感染症予防対策を行います。

▶申し込み・問い合わせ：生涯学習課スポーツ振興担当 内線 2331 FAX:0553-23-5357



## 催 市文化協会 山梨地区「講演会」

▶日時：9/16 (金) 13:30～15:00

※受付 13:00～

▶会場：市民会館 303 会議室

### ▶講演内容

第1部 演題：「高齢者がキャッシュレス社会を生き抜くために」～キャッシュレス(デジタル)新時代の扉を開くため～

講師：本田万壽男さん(昭和町在住・(-社)消費者市民社会(ASCON)所属消費者問題選任講師)

第2部 演題：「コロナフレイルを乗り切る健康長寿の3つの秘訣!」かけがいのない大切な命を自分で守る心と体づくり

講師：渡辺光美さん(甲府市在住・健康安全教育アドバイザー)

▶参加料：無料・申し込み不要

☎ 市文化協会山梨地区副会長 鮫田

☎ 090-6187-2534

## ♥善意をありがとう♥

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、広報紙への掲載を承諾いただいた人・団体のみを紹介しています。

### 【寄付一般】

#### ▼市政全般資金として

故 中村 幸雄 様 (東)

のご遺志として

名取 富子 様 10,000,000 円

#### ▼社会福祉資金として

故 吉本 雪子 様 (三ヶ所)

のご遺志として

吉本 義行 様……100,000 円

#### ▼コロナウイルス対策用品として

(株)ノルコーポレーション

代表取締役社長 吉住 健治 様

バイバイウイルス除菌消臭ミスト

10,000 本



## 第17回山梨市総合体育祭り (中止になりました)

9/4 (日)に開催を予定していましたが「第17回山梨市総合体育祭り」は、新型コロナウイルスの急激な感染拡大により中止となりました。

☎ 生涯学習課 内線 2331

## 催 4年ぶりに開催! やまなし生涯学習フェスティバル発表者募集

おうち時間で学んだ成果を、生涯学習フェスティバルで発表してみませんか?



以前の発表のようす

▶開催日：令和5年2月25日(土)、26日(日)

▶会場：市民会館

### ▶募集内容

部門	内容	備考
作品展示	写真、イラスト、模型などの作品展示 ※展示区画は、最少約 4.2m × 3m、最大約 7.4m × 3m です。	当日の作品説明や実演などもご検討ください。
ブース運営	会場内の会議室スペースなどで体験教室などを実施 【過去の実施例】 趣味の教室(手芸・切り紙など)、昔遊び体験、和楽器体験など	※道具の使いまわしをしない、感染症対策をとれるものを募集します。 ※応募する際に感染症対策を具体的に記載してください。(A4版1枚程度・様式問わず)
ステージ発表	市民会館ホールのステージにて、合唱・楽器演奏・ダンスなどの発表	※コロナ感染症拡大状況によっては、ステージでの発表ではなく、CATV収録による発表になる場合があります。

### ▶応募要件

- ・市内在住、在学、在勤の個人・団体
- ・入場料は無料 ※体験料を集める場合は材料費のみにてしてください。

▶募集期間：8/24 (水)～ 9/12 (月)

### ▶応募方法

※所定の応募用紙に必要事項を明記し、郵送、FAX、メール、または生涯学習課に直接お持ちください。応募用紙は、市役所東館入口・生涯学習課窓口・各支所・各地区公民館・街の駅やまなし・夢わーく山梨などで配布します。

市ホームページからもダウンロードできます。

※開催趣旨に基づき選考し、選考結果は10月中旬頃通知します。

※詳細は市ホームページに掲載します。

▶申し込み・問い合わせ：生涯学習課生涯学習担当 内線 2326

メール shogaigakushu@city.yamanashi.lg.jp

## 募 山梨市民会館 45周年! 思い出の写真&エピソードを募集します

今年9/30(金)で竣工45周年を迎える市民会館では、市民の皆さんの思い出の写真やエピソードを募集します。集まった写真やエピソードは、市民会館に展示します。



### ▶募集写真

開館昭和52年～令和4年の期間に、山梨市民会館で撮影したもの

※結婚式や発表会、成人式、グループ活動、遠景に市民会館が写ったものなど

▶応募期間：9/3 (土)～ 19 (月・祝) まで

### ▶応募方法：

市民会館にご連絡の上、プリントした写真かデジタルデータを窓口に持参

※一人1枚まで、写真はモノクロ・カラー不問

※お持ちいただいた写真はその場でデータを取り込み返却します。

※記録メディアは、CD-Rをご利用ください。USBメモリは受付できません。

▶展示期間：9/30(金)～ 10月末(予定)

その他応募の規定などは、市民会館ホームページもしくは窓口までお問い合わせください。

▶問い合わせ・申し込み：市民会館 ☎ 22-9611

健診を受けよう！



↑市HP

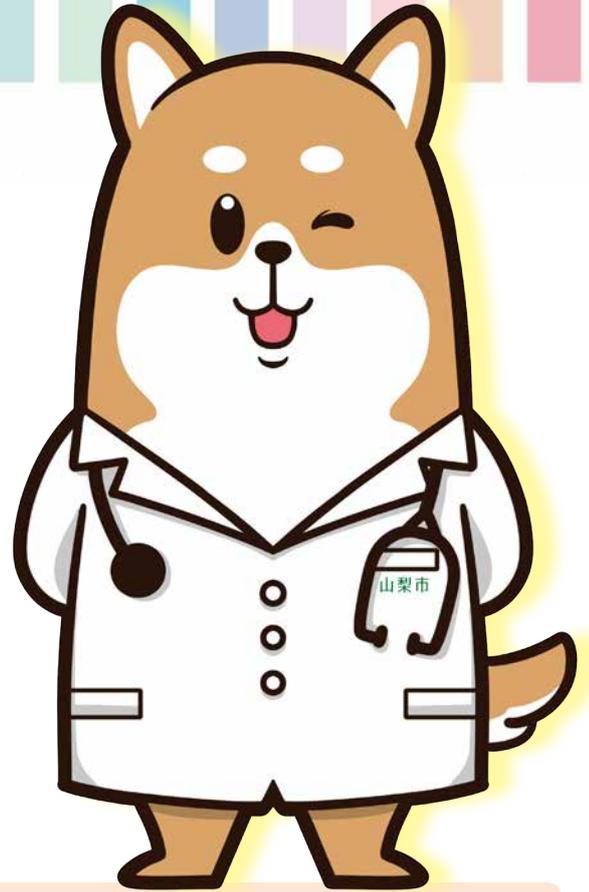
# 健幸得々 キャンペーン

## キャンペーン①

市の集団健診、人間ドック、個別医療機関で行う特定健診を受診した人の中から抽選で40人に、山梨市商工会加盟店の協力店で利用可能な

**商品券 5,000 円分**をプレゼント！

※当選者には3月上旬に当選通知を送ります。



## キャンペーン② 国民健康保険加入者限定！

次に当てはまる人は、集団健診の**特定健診自己負担金 1,000 円が無料**に！

**1** 「過去2年間、国民健康保険に加入していて特定健診を受診していない人」を誘って健診を受けに来てくださった人。誘った人も誘われた人も無料になります。

※健診予約時にお申し出ください。

**2** 前年度40歳・50歳・60歳になった国民健康保険に加入している人。5月に郵送した無料受診券を健診当日にお持ちください。

※紛失した場合は再発行ができませんので、問い合わせください。

## さらに！

成人健診を受診した先着2,000名限定特典。

Dr. しばデザインの  
「オリジナルハンカチ」  
プレゼント！



## やまなし健康フェスタ★

市民の健康増進につなげるため、健康相談イベントを開催します。普段なかなか測定できない骨密度や体組成を測るチャンス！保健師や管理栄養士が一人ひとりの身体の状態に合わせて健康をサポートします。

▶日時：令和4年9月22日(木) 10:00～12:00

▶場所：いちやまマート山梨店（駐輪場スペース）

▶内容：骨密度測定、体組成測定（体重、脂肪量、推定筋肉量などが分かります）、市の健診申し込みブース

※予約不要。新型コロナウイルス感染状況によっては、中止とする場合があります。

健診についての詳細は、15ページをご確認ください。

健康増進課健康企画担当 内線 1162～1163



# 広報やまなし情報カレンダー

抜き取ってご利用ください

# 9月

山梨市役所 〒405-8501 山梨市小原西 843 ☎22-1111  
 牧丘支所 〒404-8550 山梨市牧丘町窪平 350 ☎35-3111  
 三富支所 〒404-0201 山梨市三富川浦 262 ☎39-2121

日 月 火 水 木 金 土

<p>毎月第1日曜日は『<b>家庭の日</b>』</p> <p>今日は何を話そうかな？</p> <p>①家族みんなでしゃべりましょう ②家族みんなで楽しめよう ③家族みんなで協力しましょう</p>	<p>CATVで「お知らせ山梨市」放送中！</p> <p>山梨CATV(10ch)で毎日放送しています！内容は月曜日に更新されます。</p> <p>放送時間は毎日、<b>8:30~12:30~/20:30~</b>の3回です。ぜひご覧ください！</p>	<p><b>市議会 9月定例会会期日程(予定)</b></p> <p>8/29(月)本会議(開会) 9/20(火)~22(木)決算特別委員会        9/13(火)本会議(代表質問) 9/30(金)本会議(閉会)        9/14(水)本会議(一般質問) ※本会議は市役所東館2階議場、各委員会は同じく2階委員会室。        9/15(木)~16(金)常任委員会</p> <p>時間：全日程午前10時から(決算特別委員会は午前9時から) <b>議事事務局</b></p>		1	2	3
<p>【<b>マイナンバーカード申請・交付・更新窓口</b>】</p> <p>13:00~17:00/市民課窓口/要予約  <b>市民課市民担当</b></p> <p>休日救急医        牧丘病院 ☎(35)2025        加々美医院 ☎(22)0404</p>	<p>【<b>こころの健康相談</b>】</p> <p>公認心理師        9:30~10:30/10:30~11:30        13:00~14:00/14:00~15:00        保健センター、相談者宅など※要申込  <b>健康増進課健康支援担当</b>  <b>福祉課障害福祉担当</b>  <b>介護保険課地域包括支援担当</b></p> <p>市 函 小 環 根 体        休 プ B 万 老 花 横</p>	6	7	8	9	10
<p>【<b>おはなし会ぐれーぶ</b>】</p> <p>10:30~</p> <p>休日救急医        山梨厚生病院 ☎(23)1311        みわペインクリニック ☎(33)5300</p>	12	13	14	15	16	17

<p>【<b>おはなし会びーち</b>】</p> <p>10:30~</p> <p>B 個人利用で60歳以上の人は証明書提示で無料</p> <p>【<b>結婚相談</b>】</p> <p>14:00~17:00(受付は16:30まで)        ※注意事項あり/街の駅やまなし詳細→本紙10ページ  <b>地域資源開発課交流促進担当</b></p> <p>休日救急医        加納岩総合病院 ☎(22)2511        斉藤医院 ☎(32)8111</p>	<p><b>敬老の日</b> 19</p> <p>個人利用で60歳以上の人は証明書提示で無料</p> <p>休 環 B 老</p> <p>休日救急医        山梨厚生病院 ☎(23)1311        松里診療所 ☎(39)8333</p>	20	21	22	23	24
<p>【<b>ぬいぐるみお泊り会</b>】</p> <p>10:30~</p> <p>休日救急医        加納岩総合病院 ☎(22)2511        池田内科小児科医院 ☎(44)0613</p>	26	27	28	29	30	<p>【<b>医療と介護のなんでも相談</b>】</p> <p>医療と介護に関する「あんなこと」「こんなこと」何でもご相談ください。</p> <p>相談スタッフ  <b>市立牧丘病院医師</b></p> <p>毎週火曜日 9:00~12:00        市役所東館1階 ※予約不要  <b>介護保険課地域包括支援担当</b></p>

<p>根津記念館 イベント情報</p> <p>■企画展</p> <p>「シベリア抑留を描く - 早田貫一水彩画展 -」開催中</p> <p>8/5(金)~9/11(日)</p> <p>第二次世界大戦敗戦後の日本兵が体験した悲惨な歴史を描いた絵画を展示しています。</p>	<p>新型コロナウイルス感染症に関する情報を、市ホームページに掲載しています。スマートフォンなどから閲覧できますので、ご活用ください。</p> <p>市ホームページ</p>	<p><b>市民担当窓口延長(9月)</b></p> <p>【日程】7・14・21・28日(毎週水曜日)</p> <p>【時間】19:00まで</p> <p>【窓口】市民課市民担当</p> <p>【取り扱い】住民票・戸籍・印鑑証明書の発行・印鑑登録業務・マイナンバーカードの申請・交付・更新</p> <p><b>市民課市民担当</b></p>	<p>リラックススペースふわふわ</p> <p>産後5カ月までの母親と赤ちゃんが安心して集いのんびり過ごせる場です!</p> <p>新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、</p> <p>①完全予約制        ②利用時に一緒に住んでいるご家族も含め確認事項あり</p> <p><b>健康増進課健康支援担当</b></p>	<p>つどいの広場たち</p> <p>乳幼児をもつ親とお子さんが気軽に集い、交流する場です!</p> <p>新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、</p> <p>①完全予約制        ②利用者チェックシートあり        ③利用人数制限あり</p> <p><b>子育て支援課子育て支援担当</b></p>	<p>9月の試合日程</p> <p><b>VENTFORET KOFU</b></p> <p>3日(出)徳島ヴォルティス        10日(出)大宮アルディージャ        14日(水)アルビレックス新潟        18日(日)横浜FC        24日(出)大分トリニータ</p> <p>色字はJITリサイクルインクスタジアム</p>
---	--	---	---	--	--

<p>街の駅やまなし</p> <p>市 市民会館</p> <p>函 市立図書館</p> <p>牧 牧丘町総合会館</p> <p>小 花かげホール</p> <p>環 環境センター</p>	<p>根津記念館</p> <p>市民総合体育館</p> <p>屋内温水プール</p> <p>B&amp;G海洋センター</p> <p>万 万力公園事務所・動物園</p> <p>ま 道の駅まきおか</p>	<p>道の駅みとみ</p> <p>老人健康福祉センター</p> <p>花 花かげの湯</p> <p>鼓 鼓川温泉</p> <p>みとみ笛吹の湯</p> <p>横 横溝正史館</p>	<p>凡例</p> <p>税金・使用料・利用料・給食費・保育料・口座引き落とし日</p> <p>水道・下水道使用料・口座引き落とし日</p>	<p>市民総合体育館・軽スポーツ広場 使用受付開始</p> <p>9月1日(木) 19:00~</p> <p>■練習など R4.11月まで</p> <p>■大会申請 R5.6月まで</p> <p>※軽スポーツ広場も含まれます。※事前に団体登録が必要です。</p> <p>市民課市民担当 ☎22-5600</p>	<p><b>休日・夜間救急</b></p> <p>休日・夜間救急は当番医が決められています。適正利用のご協力をお願いします。</p> <p>診察時間：午前9時~午後5時</p> <p>救急当番診療所・病院の紹介：東山梨消防本部 ☎32-0119        子どもの受診：小児初期救急医療センター ☎055-226-3399</p> <p>※やけど、けがなどは救急当番診療所・病院の紹介の連絡先へ</p> <p>子どもの救急相談：小児救急電話相談 ☎#8000(短縮ダイヤル)、☎055-226-3369</p>
--	---	--	--	---	---