

本格的な夏が到来しました。暑さが厳しい季節は、熱中症患者が増える 時期でもあります。

熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます。熱中症になった場合も、 適切な応急処置により救命することができます。 しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、 周囲の人にも気 予防を呼びかけ合って熱中症による健康被害を防ぎましょう。

暑さを避けること」が大切です! 熱中症の予防には 「水分補給」 ع

■熱中症の予防法

水分・塩分補給

●こまめな水分・塩分の補給 (特に高齢者、障害児・障害者の場合、喉の渇 きを感じなくても、こまめな水分補給を)

から守ろうー

■熱中症とは・・・

●高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバラ ンスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かな 量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状 いことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大

▶気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体 どの個人の体調による影響とが重なることによ 調が良くない、暑さに体がまだ慣れていないな が現れ、重症になると意識障害などが起こります。 熱中症の発生が高まります。

屋外で活動しているときだけでなく、室内で特 送されたり、死亡する事例が報告されています。 に何もしていなくても熱中症を発症し、救急搬

体調に合わせた対策

こまめな体温測定(特に体温調節機能が十分で ない高齢者、障害児・障害者、子ども)

)通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

)保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

外出時の注意

日傘や帽子の着用

日陰の利用、こまめな休憩

通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

天気の良い日は昼下がりの外出はできるだけ控

熱中症になりにくい室内環境

)扇風機やエアコンを使った温度調整

※WBGT値=気温、湿度、輻射 (放射) 熱から ♪室温が上がりにくい環境の確保(こまめな換気: ます。 こまめな室温確認、WBGT値(※)の把握 測値(全国で8地点)と予想値(全国各地) 算出される暑さ指数で、熱中症予防のために運 遮光カーテン、すだれ、打ち水など) 閲覧できます。 動や作業の強度に応じた基準値が定められてい 「環境省熱中症予防情報サイト」で、 観



|熱中症が疑われる人をみかけたら…

1 避難させる 涼しい場所

2

衣服を脱がせ

身体を冷やす

3 水分・塩分を 補給する



|注意していただきたいこと・お願い

①暑さの感じ方は人によって異なります!

- 人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して、 暑さに対する抵抗力(感受性)は個人によって 異なります。
- ②高齢の人は特に注意が必要です! 自分の体調の変化に気をつけ、暑さの抵抗力に 合わせて、万全の予防を心がけましょう。
- 熱中症患者のおよそ半数は高齢者(65歳以上) のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補 です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機 も低下しています。 能が低下しており、暑さに対する体の調節機能

給をしたり、

暑さを感じなくても扇風機やエア

問い合わせ

健康増進課健康支援担当

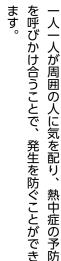
(東館1階、

内線1166~1169)

コンを使って温度調整をするように心がけま

しょう。





- ④節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れない 特に、熱中症への注意が必要な高齢者、障害児・ 障害者や子どもについては、周囲が協力して注 意深く見守るようにしましょう。
- 夏期の電力不足に対して節電の取り組みが求め られていますが、節電を意識しすぎるあまり、 ようご注意ください! 健康を害することのないようご注意ください。

気温や湿度の高い日には、決して無理な節電は

せず、適度に扇風機やエアコンを使用するよう

にしましょう。



■熱中症情報に関するホームページ

- ●熱中症環境保健マニュアル、熱中症予防リーフレット、予防カード、暑さ指数(WBGT)予報ほか
 - ◇環境省熱中症情報 http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/
 - ◇環境省熱中症予防情報サイト http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/index.html
- ●天気予報、気象情報、異常天候早期警戒情報ほか
 - ◇気象庁熱中症に注意 http://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/kurashi/netsu.html
 - ◇気象庁異常天候早期警戒情報 http://www.jma.go.jp/jp/soukei/
- 「健康のため水を飲もう」推進運動
 - ◇厚生労働省「健康のため水を飲もう」推進運動

http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/suido/nomou/

- 職場における熱中症予防対策
 - ◇厚生労働省職場における労働衛生対策

http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei02.html

- 全国における熱中症傷病者救急搬送に関する情報
 - ◇消防庁熱中症情報 http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList9_2.html

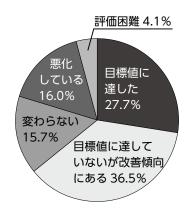




元気で生きがいのある 市民生活を目指して

~第2次山梨市健康増進計画を作成しました~

市民の皆さんの健康づくりの指針となるよう策定した、山梨市健康増進計画(平成19年度~ 24年度)を市では評価・検証し、さらなる健康づくりを推進するために第2次山梨市健康増進 計画(平成25年度~29年度)を策定しました。



全 318 項目の目標達成状況の 割合は上のグラフのとおりです。 後もなお一層の取り組みが重要です。 が改善傾向にあり、目標に近づいていますが、 **猆現する」という目標に対しては、全体の約4割** ^{境づくりを通して市民一人一人の豊かな人生を} 「安心して子どもを産み、健やかに育てられる

評価の結果

※制度の変更などにより比較が困難であるもの

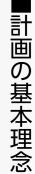
などの5段階で評価を行ないました。

何にあります。 も、メタボリック症候群指摘者の割合は、減少傾 に改善されています。生活習慣病の予防について 健康診査、特定保健指導事業、各種健康相談、健 **尿教室事業などが挙げられますが、横ばいの結果** 火計画の大きな目的の一つです。具体的には特定 」なった保健指導終了者数の割合以外は、 「1次予防に重点を置いた健康づくり」は第1

第1次山梨市健康増進計画で設定された9分野

318項目を、策定時の値と直近時の値を比較し

|目標値に達した| から [悪化した] [評価困難※



いのある市民生活の実現を目指します。

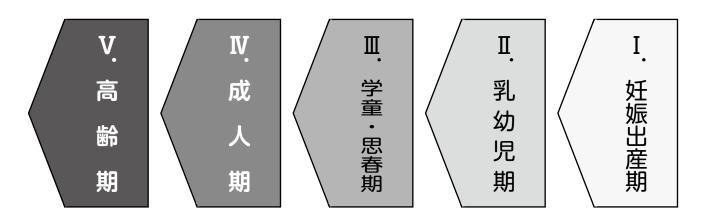
計画の構成

との生活習慣の改善を推進するため、健康づくり に関する分野を次の7つに分けて示しました。 市民の皆さんの健康の基礎となる、健康分野ご

⑥保健・医療



▶これらを効果的に進めるために、乳幼児期から高齢期までライフステージを次の5段階に分けて、 各ライフステージに合わせた健康づくりを推進していきます。



④たばこ・アルコール





親子料理教室

②運動・身体活動

える機会を増やすなどの運動環境づくりが課題と られており、日常生活の中で無理なく運動を行な なっています。 す。運動量や身体活動量は、死亡率だけでなく ともに生活習慣病の増加の原因ともなっていま 量は低下しており、それが前述の食生活の変化と メンタルヘルスや生活の質に影響することが認め 近年では、日常生活における歩行量や身体活動

> 運動方法の知識の普及に努めていきます。 られるよう、ウォーキング事業などにより効果的な 安心して遊べる環境づくりを進めています。成人期 普及を図ります。また、幼児期から思春期にかけて 市では両親学級などにより妊婦体操や呼吸法などの から高齢期にかけては、日常生活に運動を取り入れ 遊ぶ機会が減少している問題を受け、子どもが外で は、インターネットやゲームなどの影響により外で 妊娠出産期は、身体活動が減少傾向にあるため

|分野ごとの取り組み

今後も努めることが必要です。 多いという結果もでているので、食生活の改善に て低く、また、山梨県は塩分摂取量が全国で最も 朝食を毎日食べている人の割合は20代が依然とし て、「食」についての関心が薄くなっています。 を囲む機会が減少し、食生活や生活習慣が変化し 核家族や共働き家庭の増加に伴い、家族で食卓

うに支援していきます。 康的な食生活、健全な心身の発達を促進できるよ との基礎を育む大切な時期と捉え、この時期から 家族そろっての食事や、栄養指導などを通じて健 市では、乳幼児期から学童・思春期が食べるこ

の普及啓発を、高齢期には身体機能の低下によっ ため、低栄養の予防についての普及啓発を行なっ て充分な栄養をとりにくくなっている状況がある 成人期には生活習慣病の予防を心がけた食生活

要があります。 備や児童相談所や医療機関などとの連携を図る必 える親が増加傾向にあるため、相談支援の体制整 変化しており、育児不安や育児ストレスなどを抱 少子高齢化や核家族化の進行により育児環境は

する弊害を防いでいくかが今後の課題となりま とも多いため、どのようにメディアを利用し発牛 ことで、普段の生活や対人関係に影響を与えるこ 対して、気軽に相談できる場や機会をさらに増や 必要となります。特に心に問題を抱える子どもに さや性について考える機会を増やしていくことが 起こりやすく、思春期事業などによって命の大切 トや携帯電話などの利用が児童生徒の間で増えた していくことが大切です。近年ではインターネッ 学童・思春期ではいじめや不登校などの問題が

どでメンタルヘルスについての関心が高まってお が課題となります。 り、今後も仕事と生活の調和を推進していくこと 問題となっています。最近では、心の健康相談な さらに、成人期にかけてはうつ病や自殺などが







乳幼児健診

や疾患などを防ぐ必要があります 婦、未成年の飲酒によるリスクなどについて正し い知識を啓発することで、アルコールによる事故 アルコールに関しても、アルコール依存症や妊

⑤歯・口腔の健康

られるだけでなく会話なども影響があるため、歯 保つ必要があります。 ち、歯磨き習慣や適切な食習慣により歯の健康を 娠期や乳幼児期から歯や口腔の健康に関心を持 の健康は全身の健康にもつながっていきます。妊 歯や口腔が健康であることは、自分の歯で食べ

6024運動、8020運動などの普及によって
をくまるにいまな 高齢期まで歯の健康を保てるように働きかけてい め、乳幼児期からの継続した虫歯予防を普及させ、 には6割以上の人が虫歯を抱えています。そのた 特に虫歯は乳幼児期から増加していき、思春期

④たばこ・アルコール

その家族の禁煙を促進し、妊婦の受動喫煙を減ら さなくてはなりません。 者の喫煙防止の徹底に取り組まなくてはなりませ 学校をはじめとした関係機関が協力して、未成年 ない、たばこによる疾患や死亡を減らしていく必 の及ぼす害についての正しい知識の普及啓発を行 から減少傾向にありますが、今後、さらにたばこ ん。また妊婦の喫煙に関しては、妊婦だけでなく 要があります。同時に未成年の喫煙に関しても、 たばこの喫煙率は、取り組みが近年進んだこと

> では健康診断への積極的な参加を呼び掛け、がん がんなどに関する知識の普及に努め、成人期以降

などの疾病の早期発見、早期治療につなげ、健康

寿命の延伸に向けて努めていきます。

います。生活習慣病などを予防するために、一人 国民健康保険一人当たりの診療費は年々増加して

人口の高齢化や生活習慣病の増加などに伴い、

人の健康づくりへの積極的な取り組みが必要と

そのためには思春期のころから、生活習慣病や

⑦事故対策

遊べる環境の確保に取り組む必要もあります。 ります。また児童センターなど、子どもが安全に や健康教育の機会を今後も継続していく必要があ の不慮の事故を防ぐために、乳幼児の心肺蘇生法 乳幼児期においては、乳幼児突然死症候群など

ます。 用いた救命救急法など各年代にあった健康教育や 識の普及啓発に努める必要があります。AEDを 業を行なうための対策や、救命救急についての知 健康相談などにより事故予防対策を実施していき さらに農業での事故の防止のため、安全に農作

健康増進課健康企画担当 問い合わせ (東館1階、内線1164)

(農振除外) 申し出を受け付けます農業振興地域内農地からの除外

市では、次の日程で個別案件の除外申出を受農振農用地から除外する手続きが必要です。(農振農用地)を、宅地などに転用する場合には、山梨農業振興地域整備計画に定められた農地

ただし、国との協議を要する大規模案件は、ださい。

け付けます。転用計画のある人は、申し出てく

▼申出書配布(事前相談)期間

受け付けできません。

午前9時~午後5時9月2日川~9月30日川(土日、祝日は除く)

なった後、配布します。※申出書は、農林商工課窓口で事前相談を行

項をお読みください。 理由書など、添付していただく書類がありま理由書など、添付していただく書類がありま

▼申出書受付期間・受付時間

期間を過ぎての受け付けは行ないません。希午前9時~午後5時10月1日巛~10月21日周(土日、祝日は除く)

望者は、必ず期間内に申し出てください。※期間を過ぎての受け付けは行ないません。希

▼申出書配布 (事前相談)・受付窓口

農林商工課農地担当 (西館2階)

▼注意事項

(具体的な事業計画のないものは、受けがあり、かつ代替地がない緊急なものに限りがあり、かつ代替地がない緊急なものに限り

け付けられません。
内農地を持っている人の新たな申し出は、受③原則として、既に除外された農地、用途区域

られません。地改良区などとの協議がなければ、受け付け地改良区などとの協議がなければ、受け付け

⑤土地基盤整備・土地改良事業の受益に係る地色生地基盤整備・土地改良事業が完了した年度の翌

⑥除外申出農地の隣接耕作者には、あらかじめ

戻します。

「戻します。

「戻します。

「別除外が認められ、3年後までの間に転用され

問い合わせ

農林商工課農地担当

(西館2階、内線2215~2217)

4nswer

ご意見への市からのお答えです(第2回)住民意向調査の自由記述欄でいただいた

をお知らせします。
た。いただいた意見の主な内容、要望に対し、市の現状・考え方のまちづくりや行政運営に関する意見・要望を多数いただきまし2月に実施しました「山梨市住民意向調査」において、山梨市

休田 吹川フルーツ公園にある有料施設を無料にし

としてリニューアルし、無料で利用できます。室」を、平成25年4月1日から「くだもの館」「わんぱくドーム」圏 これまで有料施設であった「くだもの館」と「トロピカル温

も楽しめる施設になっています。いた屋根付き芝生広場として、天候に左右されず小さなお子さん「わんぱくドーム」では、富士山を模した大型パネル遊具を置

問い合わせ 笛吹川フルーツ公園管理事務所 ☎34101

近 て環境を充実して欲しい 長保育や医療機関での託児サービスなど子育

実を図っています。
ています。この他、「一時保育」「特定保育」など子育て環境の充りカ所(公立4・私立5)の保育園において「延長保育」を行なっい。 保護者の職業の多様化や遠距離通勤者などに考慮して、市内

児・病後児保育」を実施しています。 厚生病院に委託し、専用保育室で一時的にお子さんを預かる「病病気のとき、または病気の回復期で集団保育が困難な期間、山梨また、市では、保育園、幼稚園、小学校などに通うお子さんが

(東館1階、内線1132・1133・1151)問い合わせ(福祉事務所児童福祉担当、子育て支援担当

ジ エ ネ 負 IJ 担 0 額 み ツ なさん の軽減 医 薬品差額

り にお役立てください

らい安くなるかを示したもので、 変更した場合の自己負担額がどのく の送付を8月と2月に行ないます。 くなる金額が200円以上の人にお 医薬品)からジェネリック医薬品に この通知は、 「ジェネリック医薬品差額通知書 民健康保険財政の健全化のために、 |療費の自己負担額の軽減や国 今飲んでいる薬(先発 安

○生活習慣病など長期にわたり飲み ありますので、 医薬品が販売されていないものも だし、薬によってはジェネリック 通知の作成を行なっています。た 続ける可能性がある薬に着目し、 その場合は表示さ

○表示の薬は、 は限りません 飲んでいる薬全てと

○ジェネリック医薬品 通知書に関する問い合わせ 健康増進課国民健康保険担当 要するものではありません への変更 を強

(東館1階、

内線1162)

総合機構」

☎03-3506

独立行政法人「医薬品医療機器

問い合わせ

ジェネリック医薬品に関する

ます」と伝えてください。

薬剤師に

「ジェネリックでお願

変更を希望する場合は、

医師

土日祝日・年末年始除く)

9457(午前9時~午後5時

▼ジェネリック医薬品とは

能・効果を持つ医薬品のことです。 先発医薬品と同じ有効成分、同じ効 た後に販売される医薬品のことで、 ▼効き目や安全性について 先発医薬品(新薬)の特許が切れ

用することができます。 先発医薬品と同じ品質、 安全性を持っているか国が審査 承認をしていますので安心して 効能・効

薬の値段について

担額が軽減されると同時に国保財政 があります。皆さんが支払う自己負 の改善にもつながります。 によっては3割以上安くなる可能性 先発医薬品より低価格です。

▼ジェネリック医薬品への変更方法

医師

・薬剤師の許可が必要ですの

問い合わせ

学校教育課学校教育担当 (西館3階、内線 2312)

学校給食衛生管理基準に基づき老朽化した各学校の給食室を改築するために、自校とセンターのメリット・デメリットを 比較します。次号以降でも給食センターについて記述しますので、この記事を読んでいただき、ご理解をお願いします。

シリーズ「学校給食の調理場を考える」その3 ~自校とセンターのメリット・デメリット~

メリット デメリット • 調理場施設設備の整備に多額の経費が必要となる 児童・生徒と調理員のふれあいがあり、 • 学校敷地内において調理場を建設する用地が必要と 食に対する感謝の気持ちを育む なる • 調理後、喫食までの時間が短いので食 • 規模が小さいため、機器の自動化が図れず、労働依 中毒予防や給食の温かさについても問 存型になりやすい 題ない 自校 • 物資が各学校配送となるため、調達コストが負担となる 災害時に学校が避難場所になると考え • 爆発・火災事故などのとき、児童・生徒への危険性が られるが、そのとき、食事の提供が容 ある 易になると思われる 全ての学校に栄養職員が配置されていないため、調 学校行事に合わせて給食時間の変更が 理員の安全面、衛生面、調理作業面での能力アップ 可能である が不可欠である 集中管理により事務管理、労務管理、 • 児童・生徒と調理員のふれあいが少ない 衛生管理の合理化が図れる • 学校栄養職員がセンター勤務のため、給食指導など の食指導が浸透しにくい 調理・洗浄作業に大型・自動化機器の 導入により、作業の合理化が図れ、献 センター 調理後、喫食までの時間が長いので、食感などに問 立の幅が広がる 題がある場合がある • 物資一括配送、大量発注のため、調達コ • 学校給食に対する教職員、保護者の関心が薄くなる ストが安く、給食費の負担軽減が図れる 配送経費が必要となる

平成 25

市職員 採用資格試験

1 採用予定人員・受験資格試験区分・職種

【上級・事務】若干名

昭和5年4月2日から平成4年4月 1日までに生まれた者

【上級・土木】若干名

昭和5年4月2日から平成4年4月 1日までに生まれた者

【上級・保健師】若干名

健師免許を有する者または平成26年 昭和53年4月2日以降生まれで、保 家試験により該当免許取得見込の者 において最初に実施される保健師国

※次の事項のいずれかに該当する者

は、受験できません。

- ・日本国籍を有しない者
- 成年被後見人、または被保佐人 (準禁治産者含む)

禁錮以上の刑に処せられ、その執行

- 日本国憲法またはその下に成立した を終わるまで、またはその執行を受 る政党その他の団体を結成し、また 政府を暴力で破壊することを主張す けることがなくなるまでの者
- ※市職員として採用後は、山梨市内に 居住することが望ましい。

はこれに加入した者

2 試験日・試験会場

【第一次試験】

9月22日(日) 山梨市役所(小原西843) 付 午前8時3分から9時

【第二次試験】

3 試験科目

≪上級全職種≫

【第一次試験】教養試験、 事務適性検査 専門試験、

【第二次試験】小論文、個別面接

4 試験方法

<教養試験>

【第一次試験】

(大学卒業程度) 択一式。公務員に必要な一般知識お よび一般知能などの筆記試験

専門試験 >

択一式。試験職種に応じた専門知識 および能力などの筆記試験

事務適性検査 >

職員としての適応性を、正確さや迅 速さなどの作業能力面から検査

第一次試験合格者に通知します。

5 受験手続

①最終学校の卒業証明書または卒業見 ※第一次試験合格者については、 書類を提出していただきます。 次の

③健康診断書 ②資格・免許証明書の写し(保健師)

【申込受付期間

8月1日休から21日休 (土・日は除く)

< 受付時間 >

午前9時から午後5時まで に限り受け付けます。 郵送の場合、8月21日/水までの消印

※インターネットによる受付期間 8月1日休から14日休まで

【第二次試験】

<小論文>

出題されるテーマに対しての文章に よる表現力などの試験

<面接>

柄などを見るための個別面接 公務員としての資質、適性および人

【提出書類】試験申込書・受験票

込証明書

【申込方法】

必ず書留郵便にしてください。 郵送してください。郵送の場合は、 書・受験票を直接お持ちになるか、 総務課人事給与担当まで試験申込 封筒の表に「試験申込」と朱書し、

※インターネットで申し込む場合、「や とができます。詳細は、市のホーム ページで確認してください。 まなしくらしねっと」から行なうこ

※試験申込書・受験票を郵便で請求す ウンロードできます。 同封してください。試験申込書・受 封筒(A4判の入る大きさ)を必ず 0円切手を貼った宛先明記の返信用 試験申込用紙請求」と朱書し、12 る場合、封筒の表に「職員採用資格 験票は、市のホームページからもダ

【受験票の交付】

受験票は、9月5日休ころまでに到 合わせください。 受験票が到着しない場合は、お問い 着するよう郵送または送信します。

※ホームページ・電子メールアドレス は、裏表紙下部をご覧ください。

問い合わせ 総務課人事給与担当 (西館4階、内線2443)

危機的状況だから みんなで 知ろう

National Health Insurance

民健康保

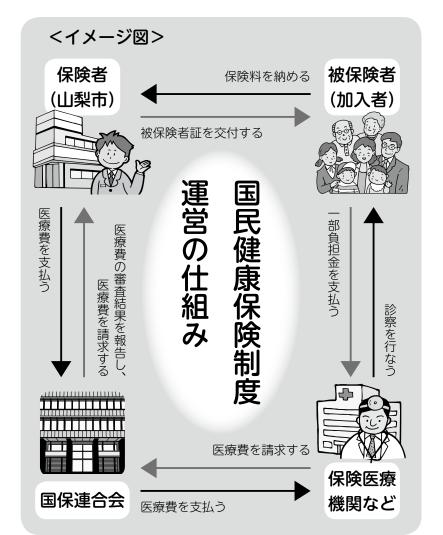


第2回

「国民健康保険制度」について

市の国民健康保険特別会計は、後期高齢者医療制度の立ち上げなどの医療制度改革があった平成20 年度から実質的には赤字が続いており、平成 24 年度決算(見込)までの赤字合計額は5億円を超える ことが見込まれます。また、山梨市合併時平成 17 年度に約2億2千万円あった国保の基金(貯金)は、 赤字を埋めるために使われたため急激に減少し、平成24年度末にはゼロとなりました。

このように国保財政は極めて厳しい現状にあります。市では国保運営の健全化を目指し、市民の皆さ んに国保税引き上げのご理解をお願いしました。保険者である市としても医療費を抑えるため、予防対 策など医療費の適正化に全力で取り組んでいきます。市の取り組みについて、市民の皆さんと情報を共 有するため、「みんなで知ろう!国民健康保険」を連載しています。今月は国民健康保険制度の基本的 な事項についてお知らせします。



内に住所を有する人は、 になっています す。前号でもお知らせしましたが、日本では、 対して、国保は加入者の住所と世帯を基盤と それぞれの職場を単位に適用されているのに している、または、生活保護を受給している 全ての人が必ず公的医療保険に加入すること 会保障制度を支える重要な制度となっていま おり、医療保険のセーフティネットとして社 金生活者、無職者や非正規労働者が加入して して組織され、自営業者、農林水産業者、 (国民皆保険制度)。 年

となる医療保険制度で、 他の医療保険に加入 被用者保険が 山梨市 ます。 助金を主な財源として保険事業を運営してい

険者は、被保険者の皆さんが負担する

保険税と国・県からの負担金および補

問い合わせ 健康増進課国民健康保険担当 **|東館1階、内線1162|**

ければ、 なり、 しないということはできません。 ないから」などの理由で国民健康保険に加入 国保に適用にならない条件に該当しな 「健康だから」や「保険税を払いたく 山梨市の国民健康保険の被保険者と

民健康保険

(国保)

は、

市が運営主体

広報やまなし 2013.08-11

♥善意をありがとう♥♥

【寄付一般】

▼スポーツ振興資金として

山梨市家庭婦人バレーボール連盟 坂本 治子 様…… 100,000円 会長

▼山梨市へ

山梨 CATV 株式会社 代表取締役 中村 昌二 様 … DVD (市内文化財ガイド) 全 27 枚

▼市内小中学校へ

山梨ロータリークラブ 古屋 英世 様 … 学校図書 67 冊

◆お知らせ◆

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、広報誌への掲載について承諾をいた だいた人・団体のみ、紹介しています。

※「故人の遺志」という形でご寄付をいただいた 場合、故人のお名前も一緒に掲載 しています。手続きの際に担当職 員が確認をさせていただきますの で、お申し出ください。

開通した新しい重川橋(奥が下石森方面) りました。 の撤去作業が行なわれる予定で 列者全員で安全を祈りました。 れた「交通安全祈願」 お酒をかけてお清めをして、参 今後、 開通式では、路面に塩で書か

歌田側の入り口において開通式

の架設工事が完了し、橋の南詰

が行なわれました。

メートルと狭く老朽化も進行し

従来の重川橋は、幅員4・5

ていたため、平成18年から橋の

なってきた県道山梨市停車場線

6月18日、山梨県が整備を行

開

しました

新しい重川橋が開通

の下石森と歌田を結ぶ「重川橋_

建設課管理担当 (西館2階、内線2232)

> 社 社会を明るくする運 動キャンペーン実施

超える歩道が整備され、自動車 えて、両側に幅員3メートルを 旧重川橋の上流側に建設され れていました。新しい重川橋は 同士のすれ違いなどが容易にな 6・5メートルの車道幅員に加

パーマーケット3カ所で啓発用 的に、山梨保護区保護司会、更 える街頭キャンペーンを行ない 品を配り、 行なった後、午前中は市内スー 生保護女性会のメンバーら約40 め、明るい社会を築くことを目 した人たちの立ち直りを支える 人が参加。市役所前で開始式を 「更生保護」について理解を深 犯罪や非行の防止と、罪を犯 同運動への理解を訴

果樹の名産地・山梨市のトッ

来年にかけて旧重川橋

の文字に

7月は強化月間になっていま 築こうとする全国的な運動で、 犯罪や非行のない明るい社会を 「社会を明るくする運動」は

味わってください」と自信をこ タオルを配布しました。 めてPRしました。 王国・山梨市のおいしい果物を 果物を実らせます。ぜひ、果樹 の寒暖の差が、甘くておいしい 竹越市長は「山梨の盆地特有

社会・長寿福祉担当

(東館1階、内線1135)

)観光課観光企画担当 (西館1階、内線2147)

PR

市のおいしい果物を トップセールス

架け替えに向けて事業が進めら

ン」を実施しました。 会を明るくする運動キャンペー 市では7月5日、 「第63回社

びかけました。 スターやチラシを配り啓発を呼 市内小中学校5校を訪問し、ポ また、午後には山梨北中など

福祉事務所

市場関係者に振る舞うととも 甘さの桃の人気品種「白鳳」 東圏の販路を拡大することが目 を味わってもらい、首都圏・関 ドウ、スモモを売り込みました。 プセールスとして、市とJAフ 中央卸売市場で、特産の桃、 ルーツ山梨は7月11日、東京都 仁組合長など約20人が、上品な 最盛期を迎えるおいしい果物 竹越久高市長とJAの中山 市の果物をPRする帽子や

を

広報やまなし2013.08-12

市場であいさつをする竹越市長(写真中央)



鏡で確認しながら歯ぐきなどをブラッシングをする児童

▲小学生が「学童はみがき大会」に参加

6月4日、日本学校歯科医会やライオン株式会社などの主催により「第70回学童はみがき大会」が行なわれました。

「歯と口の健康週間(4~10日)」に合わせ、小学生に歯と口の健康に関する「気づき」を与え、健康意識を育てることを目的に開催。東京のメーン会場で行なわれる歯磨き大会がインターネットによって配信され、同じ時刻に日本国内891校、アジア地域11校の小学生が参加しました。

山梨市からは八幡、山梨、岩手、三富の4つの小学校が初めて参加。普段見落としがちな歯ぐきの健康のサインについて、鏡を見ながら確認したり、歯垢の中の細菌の数や歯垢のつきやすい場所についてクイズに答えたりして、歯と歯ぐきの健康について学びました。

矢崎達也くん (八幡小5年) は「歯ぐきが健康でないと、赤くはれちゃうことを初めて知りました」と真剣な表情で話していました。

まちのわだい 6月~7月

▶専門家の指導で万力公園をウォーキング

6月14日、万力公園において「健康運動指導士と歩くウォーキング教室」が開催されました。

健康運動指導士とは、心身の状態に応じて安全で効率的な運動を 実施するための運動プログラムの作成と指導を行なう資格を有する 人で、市内から参加した約20人の参加者に、歩く際の姿勢や目線 などのポイント、正しい準備運動やストレッチの方法などを指導し ました。参加者はその後、万力公園内をおよそ30分かけて歩き、 気持ちよさそうに汗を流していました。

市内から参加した大村てる子さん(上神内川)と藤巻加根子さん (北)は「毎日歩いているが、正しく歩けているのか不安だった。今回、歩き方を確認でき、参加してよかった」と話していました。





一心に、間伐材からはしを削りだす参加者

◀世界で一つだけ!自慢の「マイはし」作り

6月 15 日、エコハウスやまなしにおいて「マイはし教室」が開催され、市内外から約 20 人の参加者が世界に一つだけのマイはしを作りました。

エコ活動や地産地消を目的に、山梨県産のヒノキの間伐材を材料に使用。参加者はカマや紙やすりなどの道具を使って、間伐材からはしを削りだし、お気に入りの一本に仕上げていました。

ママ友同士で参加した望月香織さん(娘・箕花ちゃん)、高橋よし美さん(息子・快瑠くん)、茂手木裕子さん(娘・玲茗ちゃん)は、「楽しくて夢中になってしまった。大事に使いたい」と満足そうに話していました。

完成したマイはしは専門業者が漆塗り加工を施し、後日参加者に お渡ししました。

▶園児がプラモデル作りに挑戦

6月19日、日下部保育園(小幡徳生園長)において「親子プラモデル組み立て教室」が開催されました。

同園の保護者会が、子どもたちに作ることの楽しみや喜びを実感してもらおうと企画。年長組の園児 23 人が、初めてのプラモデル作りをしました。子どもたちはお父さんやお母さんに手伝ってもらいながら、プロペラ飛行機のプラモデル作りに挑戦。パーツを切り取り、接着剤でくっつけて完成させると、いろいろな角度からながめて仕上がりを楽しんでいました。

園児たちの作品は、7月13日・14日に街の駅やまなしで開催された「プラモデル作品展示会」で展示されました。



アドバイスをもらいながら、真剣にパーツを切り離す園児



湖面の乗船体験は一番人気

◀乙女湖畔でつつじ祭り開催

「乙女湖・高原つつじ祭り」が6月23日、日本で一番標高の高い多目的ダム「琴川ダム・乙女湖」の湖畔で開催されました。

会場には、うどんや焼き鳥の屋台などが並び、モーターボート乗 船体験や琴川ダム施設見学などが行なわれました。

乗船体験は乙女湖 1 周を約 15 分の遊覧。家族連れなどが湖面の旅を楽しんでいました。施設見学ではダム誕生までの話とともに、普段は見ることのできないダムの内部が公開され、参加者はダムの巨大な構造などに見入っていました。

この日は、湖畔で市民吹奏楽団の生演奏も行なわれ、参加者は高原特有のさわやかな空気を満喫しているようでした。

まちのわだい 6月~7月

▶「住宅デー」で奉仕活動

6月23日、山梨市建築工事業組合による「無料包丁研ぎ」が、 夢わ一く山梨前駐車場と市役所牧丘支所の駐車場の2会場で実施されました。

同組合が地域への奉仕活動の一環として、毎年6月の「全国住宅デー」に合わせて行なっているもので、この日も、自分の愛用の包丁を研いでもらおうと、朝から多くの市民が詰め掛けました。

毎年包丁を研いでもらっているという望月ナホエさん(下石森)は、「ここで研いでもらうと切れ味が違う。大切にありがたく使わせていただいている」と話し、大事そうに包丁を持ち帰りました。

今年は2会場合わせて、約70人がおよそ250本の包丁を研いでもらいました。



一本一本丁寧に包丁を研ぐ、組合のメンバー



汗だくで、一生懸命飾り付けをしてくれた年長組の園児

▶園児がエコハウスで七夕の飾り付け

6月27日、市内の公共施設などに保育園児らが七夕飾りを届けてくれました。

エコハウスやまなしには後屋敷保育園(雨宮茂美園長)の年長組17人が来訪。全長約4mの竹の枝に、ひし形飾りやあみ飾りのほか、自分がなりたいものや欲しいものなど、思い思いの願い事が書かれた短冊を飾りつけました。

この七夕飾りは、7月7日の七夕当日までエコハウスやまなしに 設置され、来場した皆さんの願い事が書かれた短冊がたくさん飾ら れました。

まちのわだい 6月~7月

▶カピバラのユリエが来たよ!

7月4日、万力公園の動物広場にカピバラのユリエがお目見えしました。

今年2月に、カピバラのハッピーが病気で亡くなった後、動物広場ではカピバラを受け入れる準備を進めてきました。ユリエは1歳2カ月(7月現在)の雌で体長が70㎝。埼玉県動物自然公園の出身で、母親はカピバラの愛好家がインターネットで行なった「第2回全国カピバラ好感度総選挙(平成24年7月実施)」で9,612票を獲得し、見事1位になった「コマリ」という美人家系です。

動物広場では、ユリエを大切に育てていきます。皆さんもぜひ遊 びに来て、可愛がってください。



かわいらしくて大きな目が特徴の「ユリエ」



親子でたくさんの芝の苗を植えました

◀保護者と園児らが園庭に芝植え

7月6日、八幡保育園(前澤英子園長)の園庭において、芝植えが保護者と園児、保育士や市職員など、関係者約130人が参加して行なわれました。

園庭に 50cm 四方でマスを描き、中心に直径 10cm、深さ7cm ほどの穴を掘って、そこに芝の苗を植える作業。1時間ほどかけて、約270㎡に1,100苗の芝を植えました。芝の苗は、およそ3週間で根が土壌に定着し、運動会の練習が始まる9月上旬には、芝の園庭が8割ほど完成する予定。10月初旬の運動会は緑色の芝の園庭で行なわれます。

五味ひいろちゃん(年少)と依田香里奈ちゃん(年中)は、「楽しかった。芝の上で運動会ができるのがうれしい。大きくなるのが楽しみ」と元気いっぱいに話していました。

山梨市立図書館

万力 1830 (市民会館内) ☎② 9600 (月曜休館) http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp/library/index.html

やっぱり、本が好き!

●●●お知らせ●●●

【8月のおはなし会】

- ◆乳幼児向き (チェリー) ………8月13日火
- ◆幼児・低学年向き (くれよん) ……8月24日出 午前10時30分~11時

【市立図書館休館日】

◆8月5日月、12日月、19日月、26日月、30日金(館内整理日)

◇◇夏季学習室を開放しています◇◇

市民会館で学習室を開放しています。涼しい部屋で集中して勉強しませんか。

- ●期 間 7月23日(火~8月25日(日) (図書館休館日と8月2日(金)、3日(土)は休み)
- ●時 間 午前9時~午後4時45分



展示室前の「夏季学習室」の看板が目印です★



おすすめ新着図書

■一般書

『天佑なり』 上・下 幸田 真音:著



横浜で英会話を学び、13歳で渡米した高橋是清。帰国後は官・民でさまざまな職に就く。転職と失敗を繰り返しつつも、現場からの視点を失わないその姿勢は、一流の財政センスへと結実していき、銀行家として踏みだすことに。日露戦争の戦費調達という使命を帯び、日本国債の売り出しを成功させる。以後、危機のたびに手腕を振るうが、二・二六事件の凶弾に倒れ・・・。

■児童書

『不思議!!都市伝説』 1~4巻 平川 陽一:編



いままでゴミ置き場になっていたところにゴミが出せなくなり、お地蔵さんの前にゴミを置くことに。いつしかお地蔵さんのまわりは汚くなり、しばらくすると奇妙なことが起き始め・・・。「ゴミ捨て場になったお地蔵さんのたたり」「オイテケ・・・・・・の秘密」「不思議すぎる名前」など、都市伝説の中から身の毛もよだつ怖い話を厳選。



主な新着図書



日本の小説		
鬼と三日月	乾	るくろう緑郎
いつも彼らはどこかに	小川	洋子
家族写真	荻原	浩
殺生伝	神永	学
クローズアップ	今野	敏
きみの町で	重松	清
島はぼくらと	辻村	深月
ときぐすり	畠中	恵
聖なる怠け者の冒険		登美彦
来春まで	もるた 諸田	玲子
愛に乱暴	吉田	修一

文学・エッセイ・手記・外国の小説など

七つの顔の漱石	出久根達郎
若き日に薔薇を摘め	瀬戸内寂聴・藤原新也
歳月がくれるもの	田辺聖子
ミステリガール	デイヴィッド・ゴードン
シガレット	ハリー・マシューズ

その他・一般

登頂竹内洋岳

ネット選挙 西田 亮介

家族の認知症に気づいて支える本 斉藤 正彦

全図解日本と世界の「発電」地図帳

矢沢サイエンスオフィス

手作り食品レシピ帖 主婦と生活社・編

塩野 米松

山梨市地域包括支援センター (東館1階、介護保険課介護予防担当内) **23** 0294

地域包括支援センターです

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを進めています

をいただいています。

えて気持ちが楽になった」

などのご意見

登録されたご家族からは「協力者が増

「もの忘れ相談」では、認知症の専門

もの忘れ相談」をご利用ください

ので安心してご利用いただけます。 た連絡網を使い、素早い捜索ができます の情報を登録しておくことで、整備され 事前に認知症による徘徊を心配される人 帰れるようにお手伝いする仕組みです。 早く捜索・発見し、家族のもとに安全に とき、地域の関係機関の協力を得て、素 いては事前に家族と相談して実施します 緊急時(行方不明時)の情報提供につ 認知症の人の行方がわからなくなった

●認知症早期発見のめやす●

◎やる気がない

テレビを見ているばかりで、何もしなくなった

◎不安がる

- 身体の検査では異常がないのに、身体の痛みや 動悸などを訴え救急車や家族を呼ぶ
- 誰かと一緒にいないと不安がる

◎疑い深い

- 物がなくなったと探すことが多い
- 「泥棒が入る」と戸締りを常に気にする

◎段取りが悪くなる

−度に2つ以上のことがあると混乱しできなくなる

忘れ相談」についてご紹介します。 徘徊SOSネットワーク事業」と「もの 組みを進めています。その中で「山梨市 慣れた地域で、安心して生活できる取り 対応を推進し、認知症になっても、 動を防ぎ、本人と家族が穏やかな暮らし 対応や治療を始めることが、気になる行 違う」という気付きが認知症の早期発見 日常生活に支障をきたす病気です。身近 ために、記憶力や判断力などが低下し、 が死んでしまったり、働きが悪くなった を続ける秘訣です。 につながります。早期に気付き、適切な にいる人の「何か様子が変だ」「以前と 市では認知症の予防と早期発見・早期 住み

「山梨市徘徊SOSネットワーク事業」

をご存知ですか?

ク事業についての問い合わせ】 【もの忘れ相談・徘徊SOSネットワー

内服薬をお持ちください

▼市地域包括支援センター(介護保険課内)

二富支所住民生活担当

明や予防、早期発見、適切な対応の仕方 てくれます。認知症は、歳をとると誰で を医療的なアドバイスを含め相談にのっ もなる可能性がある病気です。 ぜひお気

認知症は、

いろいろな原因で脳の細胞

医や地域の開業医の先生が、認知症の説

軽にご相談ください。 対象 市内在住の高齢者、その家族

【実施日】月2回 ※事前予約が必要 ご近所の人、もの忘れが気になる人 市役所 東館1階 相談室

具体的変化、いつからどんな症状が出始 【上手に相談するポイント】 めたかなどをメモをしておくと便利です

山梨県整骨師会による体操教室

会 場	開催日	時間
山梨市保健センター	29 日休	13:30~15:00

地域元気あっぷ教室 8月

		U , J
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)	9:30~11:00
日下部公民館	9日金・23日金	9:30~11:00
後屋敷公民館	6日火・20日火	13:30~15:00
日川公民館	8日休・22日休	13:30~15:00
山梨公民館	7日(水)・21日(水)	9:30~10:30
水□高齢者ふれあいプラザ	21 日(水)	10:00~11:00
北公会堂	23 日金	13:30~15:00
牧丘町コミュニティーセンター	7日(水)・21日(水)	13:30~15:00
西保公民館	8日休・22日休	13:15~14:30
三富基幹集落センター	6 日火・29 日休	10:00~11:30

いきいき元気あっぷタイム 🌱

健康づくりなどに関する情報や体操をCATVにて 毎日放映しています。

チャンネル 10 チャンネル 放映時間 午前9時30分~ 午後 4 時 30 分~ (毎回 20 分)

もの忘れ相談 🌱

認知症の早期発見・予防、支援方法を専門医などが 助言します。事前の予約が必要です。

程 8月1日(水)、21日(水)

申込・圖 市地域包括支援センター

(東館1階、介護保険課介護予防担当内) ☎② 0294

ひとりで注道まない……!

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。	8月 16 日) 午後 1 時 30 分~ 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)
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望ましい。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)をお持ちください。	午後2時~6時(受付は5時まで)	市民生活課 まちづくり・協働担当 (東館1階、内線 1146)
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 ちどりネット ※申込不要。	8月10日出 午後1時~3時 市民会館4階C会議室	市民会館 ☎② 9611
こころの 健康相談	最近眠れない、イライラする、外出や人と会うのがおっくうになった、ストレスがあるけれど誰に相談してよいかわからないなど、悩んでいる人の相談に応じます。予約制。	8月22日(水) (市役所相談日)、 29日(木) (訪問相談日) 午前9時~11時30分、 午後1時15分~4時15分 市保健センター相談室または、利 用者宅	福祉事務所障害福祉担当 (東館1階、内線1137) 健康増進課健康支援担当 (東館1階、内線1169) 介護保険課介護予防担当 (東館1階、内線1178)
年金相談	年金全般に関する相談。	8月28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	甲府年金事務所 ☎ 055-252-1431 (代)
不動産相談	不動産全般に関する相談。	8月20日(火) 午前10時〜午後3時(正午〜午後1時は休み)市役所西館2階203会議室	台票宅地建物取引業協会 ☎ 055-243-4300
職業相談	「ハローワーク塩山」の分室として求職者に就職(転職)についての相談・援助、適性や希望にあった職場への職業紹介を行なっています。求人情報検索システムにより手軽に求人情報も閲覧することができます。	(祝日・年末年始を除く) 午前 8 時 45 分~午後 5 時 15 分	市ふるさとハローワーク (市地域職業相談室) ☎⑩ 1358
7.1			

3人30周示规

鼓川温泉灯ろう祭り

日 時 8月11日(日) 午後3時~8時

会場 西保スポーツ広場

内 容 鼓川一座公演、ベリーダンス、カラオケ大 会、子どもお楽しみ広場、各区からの出店

対 象 市民の皆さん

主 催 鼓川温泉灯ろう祭り実行委員会

問い合わせ 戸田登志美 ☎3 2202

フィールドミュージアム・ウォーク

日 時 8月11日(日) 午前9時~正午

内 容 甘草屋敷と塩山山周辺の名所旧跡を散策

集合場所 万力公園根津像前

(山梨市駅 9 時 31 分発の電車を利用)

経費 塩山駅までの往復電車代、

甘草屋敷入館料(300円)

申し込み 不要

問い合わせ 村田浩 ☎ 090-3210-1620

広報やまなし2013.08-18

安全×安心

専門交通指導員の

ワンポイント・アドバイス

※全席シートベルト・チャイルドシート着用徹底運動 (7月・8月重点期間)

期 間 平成 25 年 7 月 1 日 月 ~ 8 月 31 日 土

県内一般道における運転席のシートベルトの着用率は、平成24年度全国調査(警視庁・JAF全国調査)の結果、98.5%となり、全国平均97.7%を上回りました。しかし、山梨市では運転席95.4%、助手席85.7%と低い着用率となっています。

シートベルトは自分の身を守る命綱です。助手席や後部席も必ずシートベルトを締める習慣をつけてください。また、チャイルドシートの着用率は全国平均 60.2%に比べ、本県は 56.0%と低迷しています。大切なお子さんには体に合ったチャイルドシートに座らせましょう。

☆夏の交通事故防止県民運動

期 間 平成 25 年 7 月 21 日 日 ~ 8 月 20 日 火

重点目標 ①高齢者と子どもの交通事故防止

- ②すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ③自転車の安全利用の推進
- ④飲酒運転の根絶と悪質・危険な運転の追放

⑤二輪車の交通事故防止

毎月 14 日は「シートベ

ルト・チャイルドシ-

ト着用推進の日」

【問い合わせ】 市民生活課年金・交通担当 (東館 1 階、内線 1148)



「**心地良い 交通マナーが** 交通安全スローガン



「こんにちは、日下部警察署です。」

問い合わせ ☎② 0110

警戒警報発令!

◆「ぶどう泥棒」にご用心!◆

毎年、高級ぶどうを狙った「野荒し」が多発します。 日下部警察署ではパトロールを強化し、被害の未然防止と 犯人検挙のための対策を行なっています。

次の点に留意して被害発生を未然に防止するため、自主警戒をお願いします。

注意事項

- 畑の出入り口には、簡単に入ることができない 工夫をしましょう
- ・不審な車両を見つけたら、まず車のナンバーを しっかりとメモしておきましょう(車種や色も)
- ・盗んでいるのを目撃したら、すぐに110番を!
- 被害にあったら警察に届け出を!



日下部警察署 刑事課 ☎22 0110

日下部警察署管内 交通事故発生状況(6月末日現在)

	件数(人数)	前年比
人身交通事故	107件	- 24
死者	3人	+ 1
負傷者	129人	- 29
物損交通事故	525件	- 2

※夏休みなどで自動車を使い行楽地など遠方に行く機会も増えると思います。車の故障が大きな事故につながりますので、出発前のタイヤの空気圧やラジエーターの冷却水などの点検を行ない安全運転に心がけて下さい。

広報やまなし2013.08-19



皆さんこんにちは!

連日暑い日が続き、いよいよ夏真っ盛りですね!エコを意識し過ぎるあまり、冷房の使用を極端に控えたりすると、熱中症になりかねませんので、注意してくださいね。今年の夏も、無理せず、楽しくエコに取り組みましょう!

試してみよう!

生ごみ減量体験

家庭から出るごみの約4割が生ごみです。この生ごみを減らすことがごみ減量のカギです。そこで、生ごみ処理機の効果や利便性などを体験し、生ごみ減量の手軽さを理解していただきながらごみ減量を進めるため、生ごみ処理機の無料貸し出しを行ないます。

貸出処理機

貸し出しする生ごみ処理機は、電動式と手動式の2機種になります。いずれかの機種をお選びください。 ※貸し出しが予定基数を超えた場合は、順次貸し出します。

	処理方法	外形寸法	本体質量	最大処理量	貸出期間(原則)
パナソニック MS-N23	電気乾燥式 (屋内設置型) 電動式	幅 268 ミリ 奥行き 365 ミリ 高さ 470 ミリ	約 11kg	約 1.0kg (約 3.0 ℓ / 回)	4週間以内
パナソニック MS-N53	電気乾燥式 (屋内設置型) 電動式	幅 268 ミリ 奥行き 365 ミリ 高さ 550 ミリ	約 12kg	約 2.0kg (約 6.0 ℓ / 回)	4週間以内
自然にカエル S	微生物分解方式 (屋内設置型) 手動式	幅 428 ミリ 奥行き 283 ミリ 高さ 418 ミリ	約 4.5kg	1 日約 0.7kg	8週間以内

申込方法 事前に電話で、貸出状況をご確認の上、

貸出申込書を提出していただきますので 環境課窓口までお越しください。

- ※認印と本人確認ができるものをお持ち ください。
- ※電話での仮予約、窓口申込は希望貸出 期間開始日の2週間前からです。

貸出方法 貸出日当日にエコハウスやまなしへお越しください。

貸出条件など

- ●市内に住所を有し、かつ、居住している人で、生ごみ処理機の適切な設置場所があり、適正に維持管理できる人。※電動式はアースの接続が必要。
- ②生ごみ処理機の電気代は、貸し出しを受けた人のご負担です。
- ❸市実施のアンケートなどにご協力いただきます。

生ごみ処理機はあらかじめ水分をよく切って投入することが上手な使い方のコツです。生ごみがその場で処理できるため、台所が清潔で衛生的になり、ごみ袋も軽くなり、ごみ出し回数も減るといった効果が期待できます。また、処理機で処理した後は、有機肥料として家庭菜園やガーデニングに使用することもできます。



問 環境課生活環境担当 (西館1階、内線 2134・2135) エコハウスやまなし ☎ 0553-22-5001



工工生活!!!

緑のカーテンコンテスト

今年の夏も緑のカーテンに取り組んでいる人がたくさんいらっしゃるようですね! そこで、昨年に引き続き「緑のカーテンコンテスト」を開催します。

自慢の緑のカーテンで応募してみませんか。

募集方法 氏名・住所・電話番号・実施場所・実施の規模・育成した植物名・購入

展示と投票 応募いただいた作品は、9月22日回から10月6日回までの期間にエ

したもの(およその経費)・育成の工夫・効果や感想を記入の上、写真

を添付して環境課窓口またはエコハウスやまなしまでご応募ください。

コハウスやまなしに展示し、来場者の投票により最優秀賞を決定します。

(金)

※なお、応募多数の場合は投票前に10件程度に絞らせていただきます。

※参加賞としてエコグッズをプレゼントします!

※表彰は10月下旬を予定しています。

間 エコハウスやまなし ☎ 0553-22-5001

環境課新エネルギー推進担当(西館1階、内線2134・2135)

15 🖯

「エコハウス勉強会」と 「夜のエコハウス見学会|

家庭からの二酸化炭素排出量を削減する ため、モデルハウスとして整備した「エコハウスやまなし」についての勉強会を開催します。

太陽光発電や木質バイオマス機器設置の補助事業と併せて、6月1日から開始された「山梨市住宅リフォーム補助事業」についても説明します(詳細→広報やまなし6月号28ページ)。

また、勉強会の後には夜のエコハウスの見学会を開催しますので、ぜひご参加ください。

※申込不要·参加自由

	勉強会	→ 見学会
時間	午後7時~8時 (受付:午後6時30分~)	勉強会終了後 ~午後9時
場所	街の駅やまなし 会議室 A・B	エコハウス やまなし
申込・問	都市計画課都市整備担当 (西館2階、内線 2243) 環境課新エネルギー推進担当 (西館1階、内線 2135)	環境課新エネル ギー推進担当 (西館 1 階、 内線 2135)

親子エコクッキング教室

エコな技術が満載のエコハウスやまなしで、親子仲良くエコクッキングを体験してみませんか? 昔懐かしのおやつ「ねじり菓子」やエコハウスで採れたゴーヤーでチップスを作ります。

エコハウスやまなしの説明も併せて行ないます。

時 間 午前9時30分~11時30分頃

会場 エコハウスやまなし (参加無料)

内 容 昔懐かしのおやつ「ねじり菓子」 チョコプリン

エコハウスで採れたゴーヤーのチップス

対象 市内小学生親子 5組10人

持ち物 エプロン

三角巾

マイ食器

(はし、スプーン、お皿)



申込・問 環境課新エネルギー推進担当 (西館1階、内線 2134・2135)

家庭でできるエコ活動!環境家計算をつけてみませんか?

地球温暖化の主な原因は、二酸化炭素(CO₂)といわれており、家庭部門ではCO₂の排出量が増加しています。

私たちは、快適な生活をしていく上で、電気・ガス・水道・ガソリンなどのエネルギーを大量に消費していますが、これらは全て CO₂ の増加につながっています。

環境家計簿は、家庭で使用する電気・ガス・水道・ガソリン・ 灯油などの使用量を記録し、 CO_2 の量に換算することにより、 家庭(生活)からどれだけ CO_2 が発生しているかが分かるよ うになっています。また、 CO_2 の排出量ばかりでなくエネル ギーの使用量と料金が明確化され、1カ月ごとの使用量と料金を一目で見比べることが可能となり、家計の節約にもつながります。

地球にも家計にもやさしい、環境に配慮した生活スタイルを 習慣づけるきっかけとしていただけるよう「環境家計簿」をご 活用ください。

※環境家計簿は、環境課・牧丘支所・三富支所の窓口に設置してあります。環境家計簿を提出していただいた人の中から抽選でエコグッズなどの記念品をプレゼントします。

はじめよう!もっと、エコ生活!! Vol.35



国民文化祭便り vol.11

笛吹川源流まつりが開催されます!

「第8回笛吹川源流まつり」が市主催事業として開催されます。笛吹川源流域の伝統文化や食文化をお楽しみください。

イベントの詳細については裏表紙をご覧ください。 多くの皆さんのご来場をお待ちしています。

文芸祭「短歌」文学散策・交流会の参加者募集中 市主催事業の一つ、文芸祭「短歌」では文学散策及 び交流会を開催します。

市内の文学碑を巡り、地域の文学史を見つめ直す旅。 短歌の選者の皆さんと交流できる貴重な機会です。 奮ってご参加ください。

【文学散策】

日 時 11月9日出 午後1時30分~4時30分

場 所 JR 山梨市駅~万力公園万葉の森

定 員 30人 ※申込多数の場合は抽選

参加費 無料 申込締切 9月6日金

【交流会】

日 時 11月9日出 午後6時~7時30分

会場 市民会館・千鳥の間 参加費 5,000円

お茶席・お茶券を追加しました!

11月2日出の根津記念館での大茶会に裏千家の茶席を追加しました。

また、2 席 600 円のお茶券のほかに、1 席のみ 300 円のお茶券を追加しました。初めての人でも気軽に参加できます。この機会に色々な流派のお茶席を体験してみてはいかがですか。

販売場所 生涯学習課(西館3階)、根津記念館 販売時間 生涯学習課…平日の午前9時~午後5時、 根津記念館…開館日の午前9時30分~午後4時30分 お茶券 600円(2席セット)、300円(1席分)

【大茶会概要】

日 時 11月2日(土)·3日 旧·祝午前10時~午後3時場 所 根津記念館、笛吹川フルーツ公園

担当流派 2日(土):根津記念館…江戸千家・裏千家、 笛吹川フルーツ公園…表千家流

3日 (日·祝): 根津記念館…裏千家、笛吹川フルーツ公園 …大日本茶道学会

※当日は市役所、笛吹川フルーツ公園、根津記念館の 3カ所をつなぐシャトルバスを運行する予定です。

問い合わせ

生涯学習課生涯学習担当(西館 3 階、内線 2326)

涼しい渓流で釣り&バーベキュー ~三富・市営久渡の沢釣り場~



●夏休みサマーキャンペーン

期 間 7月20日出~8月31日出 対 象 小中学生がご一緒のグループ 特 典 ▶1堀につきエサ (イクラ) 1パック無料▶バーベキューハウス入 場料が小中学生本人に限り100円引き ※バーベキューハウス利用は要予約

●山梨市民割引キャンペーン

期 間 9月1日(1)~10月営業終了 対 象 山梨市民でご来場の際に広報 やまなし (8・9・10月号のどれか) をお持ちいただいた人

特 典 ▶つり堀: 1 堀 300 円引き、 バーベキューハウスとつり堀をご利用 の場合: 1 堀 500 円引き▶1 堀につ きエサ (イクラ) 1 パック無料 ※バーベキューハウス利用は要予約 予約・問い合わせ 久渡の沢つり場(三富川浦 1820-4) ☎⑨ 2746

牧丘地域・地区一斉清掃実施

生活環境を維持するため、地区一斉 清掃を実施します。美しい自然を次の 世代に伝え、きれいで住みよい環境を つくるため、ご協力をお願いします。 実施期間 8月3日(土)~9月8日(日) ※実施日は行政区ごとに異なりますの で、各区役員にご確認ください。

ごみの出し方

- ①清掃時に収集した可燃ごみ、金物類、 ガラス・セトモノ類、乾電池につい ては、分別して出してください。
- ②指定日にごみ停留所へ出すか、可燃物は東山梨環境衛生センター、不燃物は市環境センターへ直接搬入してください。
- ③指定日にごみ停留所へ出す場合、必ず指定ごみ袋を使用してください。
- ④次のものは、東山梨環境衛生センター へ搬入できません。区での処理をお

願いします。

- 木の枝(太さ10cm以上および長さ 1.5m以上の物)
- •草、汚泥

各ごみ処理施設への直接搬入

市環境センター、東山梨環境衛生センターともに休業日がありますので、搬入前に必ず各センターへお問い合わせください。

山梨市環境センター☎② 1555 東山梨環境衛生センター☎③ 4014 問い合わせ

牧丘支所住民生活担当(内線 142)

くらしのガイドを作成中

市では、市の行政情報や、毎日の暮らしに欠かせない生活情報などを盛り込んだ「山梨市くらしのガイド」の作成を予定しています。

平成26年3月末に完成予定で、 区をとおして広報とともに配布しま す。

政策秘書課広聴広報担当 (西館4階、内線2417・2418)

情報やまなし

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

くらし

有害鳥獣防護資材など設置費 を補助します

市では、農家が有害獣による農作物 被害を防止するために設置する防護資 材の資材費の一部を補助します。

対象者

市内に住所を有し、市の農地基本台帳に登録された農地を耕作している人

補助内容

防護資材の資材費の 1/2 を補助 ※工事費は、補助対象外です。

限度額 農家1戸当たりの、補助金限 度額は次のとおりです。

▶電気柵:50,000円▶金属製柵: 45,000円▶金属製網:30,000円▶ 金属製以外の網:12,000円▶追い払 い用エアガン:16,000円

必要書類

<

お

知

- ▶申請時:申請書、見積書、公図の写し(300円)など▶設置後:実績報告書、設置前・設置後の写真、領収書など注意事項
- ○設置する前に申請書を提出し、交付 決定を受けてください。
- ○補助金の申請は、農家 1 戸につき、 年 1 回申請できます。
- ○宅地の一部を耕作している家庭菜園 などは対象外となります。
- ○異なる種類の柵を組み合わせて設置 する場合、農家1戸当たりの限度額 はそれぞれの限度額の合計額とする ことができます。
- ○隣接する畑を持つ農家が、電気柵などを共同設置する場合、1申請当たりの限度額は、農家戸数の合計額とすることができます。

申込・問い合わせ 農林商工課農林担当 (西館2階、内線2213)

新規狩猟免許取得経費を補助します

市では有害鳥獣捕獲の担い手である、狩猟免許取得者を確保・育成するため、新規狩猟免許等取得に係る経費の一部を補助します。

対象者 平成 25 年度以降に次の免許 などを取得した人

- ○新規に狩猟免許を取得した人
- ○新規に銃砲所持許可を取得した人 補助条件
- ○猟友会に加入し、有害鳥獣捕獲など に従事できる人
- ○市内に住所を有し、市税などの滞納がない人

補助対象経費

○新規に狩猟免許を取得した人 ⇒狩猟セミナー受講料(上限5,000円)

○新規に銃砲所持許可を取得した人 ⇒射撃教習受講料(上限35,000円) 申請方法 取得後、領収書などを添付 の上、申請してください。

申請・問い合わせ 農林商工課農林担当 (西館2階、内線2213)

特別警報が始まります

8月30日から気象庁は、重大な災 害の起こる恐れが著しく大きい場合 に、新たに「特別警報」を発表します。

- ◆特別警報とは 警報の発表基準をはるかに超える現象です。特別警報の対象となる現象は、「東日本大震災」における津波(2011年)、「平成23年台風第15号」による豪雨(2011年)、三宅島の噴火(2000年)などです。
- ◆特別警報が発表されたら 避難所へ 避難するか、すでに外出することが危 険な場合は、家の中で安全な場所に留まるなど、身を守るために最善を尽くしてください。

問い合わせ

気象庁甲府地方気象台防災業務課 ☎ 055-222-9101

お知らせ

児童扶養手当現況届 ひとり親家庭医療費助成制度 更新申請書の提出を忘れずに

●児童扶養手当現況届

児童扶養手当認定中の人(支給停止中の人含む)が手当を受給できるかを確認する現況届を受け付けます。受給者には通知を送付しますので、8月20日伙までに手続きをしてください。

なお、この手当は母子家庭・父子家庭などに対する制度で、「児童手当」 の現況届とは異なりますので、ご注意ください。

●ひとり親家庭医療費助成制度 更新申請書

ひとり親医療費助成制度の更新申請を受け付けます。過去に所得税納付義務があり認定されなかった人も、平成24年中の所得において所得税納付義務がない場合は、再度申請していただくと該当になる場合があります。

問い合わせ

福祉事務所児童福祉担当 (東館1階、内線1133)



介護保険福祉用具購入費・介護保険住宅改修費の 受領委任払いができるようになりました

要介護(要支援)認定を受けた人が、福祉用具購入や住宅改修をしたときの給付費の支給について、これまでの償還払いによる方法に加え、8月1日申請受付分から受領委任払いによる方法が、選べるようになりました。 償還払い

福祉用具購入や住宅改修にかかった費用を、要介護(要支援)認定者が事業者に全額支払い、後で市から支給対象額の9割分を要介護(要支援)認定者に支払います。 受領委任払い

福祉用具購入や住宅改修にかかった費用を、9割分については利用者の委任に基づき、市から直接、事業者に支払います。要介護(要支援)認定者は事業者に1割分の支払いで済むので、一時的な費用負担を軽減することができます。

●受領委任払の対象者

- ▶市の介護保険被保険者で要介護または要支援の認定を 受けていること
- ▶介護保険料などの滞納がないこと
- ▶入院、入所中でないこと
- ▶受領委任払について事業者の同意が得られること

●注意事項

- ▶住宅改修については、住宅改修着工前に事前申請と市 の承諾が必要です
- ▶介護保険を利用して福祉用具購入や住宅改修を行なうには、ケアマネジャーなどによる理由書が必要ですので、 まずケアマネジャーに相談してください

問い合わせ

介護保険課介護保険担当(東館1階、内線1172~1174)

くらし

窓口延長業務と土日予約発行 をご利用いただけます

●窓□延長業務

市では利用者の皆さんの利便性を図る ため、毎週水曜日の午後7時まで、戸籍、 住民票、印鑑登録証明書の発行業務と 印鑑登録申請の受付を行なっています。

●土日の予約交付

住民票、印鑑登録証明書は、平日の午後5時15分までに予約をしていただくことで、土日の交付がご利用いただけます。予約方法についてはお問い合わせください。

予約・問い合わせ 市民生活課市民担当 (東館 1 階、内線 1142 ~ 1144)

猫に餌だけ与えるのではなく しっかり飼いましょう

1匹の野良猫をかわいそうに思い餌をやる行為は、結局たくさんのかわいそうな野良猫を増やすことにつながります。餌を与えるのであれば、飼い主として責任を持って、病気の予防やケア、トイレのしつけを行ない、社会の中で猫と暮らすためのマナーを守り、

愛情を持って飼いましょう。

- ●猫を飼う場合は、次のことも注意しましょう
- ①**所有者明示** 万一、失踪してしまった場合に備えて、名札や首輪に連絡 先を書いておきましょう。
- ②不妊去勢手術 繁殖を望まないのであれば、不妊去勢手術をしましょう。 生後6カ月頃までの手術により、発情時の鳴き声やマーキングなどが軽減されます。
- ③**室内飼育** 不慮の事故などを防止するため、周辺の環境に応じて室内飼育をするなど努めましょう。

問い合わせ

環境課生活環境担当

(西館1階、内線2135)

不用になったメガネ・サング ラス・入れ歯のリサイクルに ご協力を

リサイクルの収益金は、入れ歯は社 会福祉事業に、メガネとサングラスは 世界の恵まれない人たちの支援に使わ れます。

●回収できるもの

【メガネ、サングラス】

- レンズだけやフレームだけのものは リサイクルできません。
- レンズが割れたり、フレームが壊れているものはリサイクルできません。

【入れ歯】

- 金属が使用されている「入れ歯」
- ・歯にかぶせた「クラウン」(いわゆる「かぶせ」)
- ・歯と歯をつないだ「ブリッジ」(両 脇の歯を使った差し歯)
- ・歯に詰めた「インレー」(いわゆる「詰め物」)
- ※金属の使用されていない入れ歯は回収できません。

●回収方法

【メガネ、サングラス】

- ビニール袋に入れて、回収ボックス に投函してください。
- メガネケースに入っている場合は、 そのまま回収ボックスに投函してく ださい。

【入れ歯】

- ①汚れを落とし、熱湯か入れ歯洗浄剤 で消毒してください。
- ②回収ボックス備え付けのビニール袋 に入れてください。
- ③回収ボックスに投函してください。
- ●回収ボックス設置場所

市役所東館1階ロビー、牧丘支所、三 富支所、市社会福祉協議会、老人健康 福祉センター、牧丘町デイサービスセ ンター、三富デイサービスセンター

問い合わせ

環境課生活環境担当

(西館1階、内線2133)

情報やまなし

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

健

康

風しんワクチン接種費用を 助成します

風しんは、免疫のない妊婦、特に妊娠初期の女性が感染すると、胎児に、難聴、白内障、心臓疾患を主症状とする「先天性風しん症候群」を起こすことがあります。今後、妊娠を予定している女性は、風しんに対する抗体価を調べ、免疫のない場合は予防接種を受けておきましょう。

市では、先天性風しん症候群の発生を 予防するため、風しんの予防接種を受け た人に接種費用の一部を助成します。

対象者 ▶妊娠を希望している成人女性で、過去に風しんにかかったことがない、または風しんに対する十分な抗体価がない人▶現在、妊娠中の妊婦の夫で、医師の判断などでワクチン接種を受けた人※ただし、どちらも麻しん風しん混合

3・4期の予防接種を受けていない

場合に限ります。

助成額 接種費用の 1/2 の金額(上限 5,000円)

期間

平成 25 年 4 月 1 日 ~ 26 年 3 月 31 日に受けた、風しんワクチンまたは麻 しん・風しん混合ワクチン費用 申請時の持ち物 領収書、明細書、印 鑑 (シヤチハタ不可)、通帳など ※詳しくはお問い合わせください。

平成26年3月31日(期限厳守)

問い合わせ

健康増進課健康支援担当 (東館1階、内線1166)

介護・福祉

重度心身障害者医療の助成方 法が変わります

重度心身障害者の医療費を助成する「重度心身障害者医療費助成事業」

の助成方法を、来年(平成 26 年)の 11 月に現在の窓口無料から自動還付 方式に変更します。

自動還付方式とは県内の医療機関受診時に窓口で自己負担分をいったん支払いますが、そのつど申請手続を行なわなくても、3カ月程度で自動的に受給者の口座に自己負担分が振り込まれる方法です。

また、窓口での支払いが困難な人の ために、事前に自己負担分をお貸しす る制度も準備します。

説明会開催 助成方法の変更について 多くの皆さんにお伝えするため、説明 会を開催します。ぜひご参加ください。 申込は不要です。

日 時 8月6日(火)

午後1時30分~3時

会場 市役所501会議室(西館5階) ※市外(甲府・韮崎・大月市など)の 説明会もあります。会場と日程についてはお問い合わせください。

問い合わせ

山梨県福祉保健部障害福祉課

☎ 055-223-1495

障害福祉各種手当のお知らせ

●特別児童扶養手当

対 象 身体または精神に、中程度以上で永続する障害がある 20 歳未満の児童を養育している父母など 障害の程度 おおむね身体障害者手帳 1 ~ 3 級、療育手帳 A-1 ~ B-1 程度、または同程度以上の精神障害など 手当月額 支給対象児の障害程度により、1 級(重度)は 50,400 円、2 級は(中度)33,570 円

※所得制限等で手当が支給されない場合があります。

●障害児福祉手当

対 象 重度の永続する障害の状態にあるため、日常生活において常時介護を必要とする在宅の 20 歳未満の人障害の程度 おおむね身体障害者手帳が 1 級程度 (内科的疾患も含む)、療育手帳 A-2a 程度の知的障害、または同程度以上の精神障害など 手当月額 14,280 円 ※所得制限等で手当が支給されない場合があります。

●特別障害者手当

対 象 著しく重度の障害の状態にあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の20歳以上の人障害の程度 おおむね身体障害者手帳1級程度の異なる障害が2つ以上ある場合、最重度程度の知的障害や同程度以上の精神障害など 手当月額 26,260円。 ※3カ月以上の入院や所得制限などにより手当が支給されない場合があります。

●所得状況届の提出

各種受給資格者は、8月12日(月)~9月10日(火に「所得状況届」(前年の所得)を提出してください。この期間中に提出されないと、手当の支給が差し止められることがあります。

各種手当の新規申請も、随時受け付けています。詳し くはお問い合わせください。

問い合せ先

福祉事務所障害福祉担当(東館1階、内線1138)

広報やまなし 2013.08-25

崔

し

神座・ 募集

保 険 ・

祝

健

唐

介護・福祉

5 L

人間ドック費用助成申込受付中!

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~74歳の人

- ※「山梨市国民健康保険」以外の保険に加入している人は、 保険事業者にお問い合わせください。
- ※健診費用の補助は年1回です。市で実施するほかの検診 と重複して受診することはできません。

定 員 900人(先着順、定員になり次第受付終了) 申込期間 平成 26 年 1 月 31 日金まで

申込方法

①郵送での申し込み ハガキまたは封 書に、右の記入 例のように記入 し、郵送してく ださい。

≪ハガキの裏面≫ ①申込者氏名(ふりがな)

②住所 ③雷託番号

④牛年月日

記入例 ≪はがきの表面≫

405-8501 50

山梨市役所 健康増進課 行 人間ドック申込

②電子申請を利用しての申し込み

市のホームページから「電子申請・申請書ダウンロード」 バナーから「やまなしくらしねっと へアクセス。「電 子申請」→「山梨市」→「申請・届出をする」→「H25 年度人間ドック申し込み」と進み、申し込みを行なって ください。

※右のQRコードで、携帯電話からも 申し込みできます。

③電話での申し込み

電話が込み合い担当者につながらない場合もありますの で、できるだけ①、②の方法でお申し込みください。

受診予約 申込到達後に審査し、2週間以内に人間ドック 受診票を送付します。内容確認後、医療機関へ受診予約を してください。

※転入した人の受診表は翌月22日以降の発行となります。 受診期間 平成 26年2月28日 金まで

検査項目 今年度から、前立腺がん検診の補助を追加し、 乳がん・子宮がん検診がオプションとなりました。

●基本項目:①基本検査(血液検査、尿検査、心電図検査 など)、②上部消化器官検査、③胸部レントゲン検査、④ 大腸検査、⑤超音波検査

※基本項目は、①~⑤で1セットです。受診を希望しない 検診があっても、負担金の金額は変わりません。

●オプション項目:①前立腺がん検診(50歳~74歳の 男性)、②乳がん検診(女性)、③子宮がん検診(女性) 負担金 受診時、医療機関に直接お支払いください。医療 機関ごとに多少の料金の違いがありますが、おおよそ下の 表のとおりです。

	項目	金額	市補助額	自己負担額
	基本項目	約 36,000 円	17,000円	約 19,000 円
オ	前立腺がん検診	約 2,000 円	約 1,600 円	+400円
ショ	乳がん検診	約 3,000 円	1,500円	+約1,500円
2	子宮がん検診	約 3,000 円	1,500円	+約1,500円

受診時の持ち物

保険証・受診票・負担金・医療機関からの送付物

委託医療機関 山梨厚生病院、加納岩総合病院、JA 山梨 厚生連(甲府市)、クアハウス石和(笛吹市)、塩山市民病 院(甲州市)

その他 「○○が痛い」「○○の調子がおかしい」などの自 覚症状がある場合は、人間ドックや健康診査ではなく、早 めに医療機関で診療を受けてください (この場合は保険証 が使えます)。

申込・問い合わせ

健康増進課健康企画担当(東館1階、内線1164・1165)

後期高齢者医療保険の資格をお持ちの人へ

後期高齢者医療保険の保険証をお持ちの人も人間 ドックを受診できます。自己負担金額や受診医療機関 などは上記に記載した内容と同じになります。(年齢 制限のため前立腺がん検診の補助はありません)

ただし、申し込みについては、あらかじめ医療機関 などで予約をした上で申請してください。

問い合わせ 健康増進課国民健康保険担当 (東館1階、内線1162・1163)

試してみてね 食育レシピ Vol.26 「いもそうめん」



エネルギー 179kcal たんぱく質 10.62ラ 脂質 6.0% 塩分 2.0% ※栄養表示は1人分

問い合わせ

健康増進課健康支援担当 (東館1階、内線1166)

材料(2人分)

長芋…200~、麺つゆ (原液) …1カップ (200ml)、ナメコ…1パック、オクラ…2本、 温泉卵…2個、刻みのり…適量、わさび…適量、すりごま…適量 調理方法

▶①長芋の皮をむき、薄い酢水にくぐらせてヌメリを取る。
▶②スライサーで(無け れば、包丁で)長芋を極細に切る。▶③ナメコはざるに入れ、湯通しする。オクラは 塩ゆでして、小口切りにする。▶④器に長芋と湯通ししたナメコ、オクラを盛り、麺 つゆをかける。▶⑤④に温泉卵と刻みのり、ワサビ、すりゴマを添えてできあがり。 ポイント

塩分が気になる人は、麺つゆを薄めたり少なめに。お好みで酢を入れてもおいしいです。 ※八幡地区の食生活改善推進員さんのレシピです。

市では日曜日が家族や仲間との時間がとりやすいと考えて、毎月第1日曜日を「家族 や仲間と楽しく、和やかに食卓を囲む日」として推進しています。

8月4日回はみんなでたのしく食事をしましょう!!

情報やまなし

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

肝炎ウイルス検査を受けましょう

肝炎は肝臓が炎症を起こし、肝臓の細胞が壊れて働きが悪くなる病気です。 原因のほとんどがウィルス感染で、ほとんど自覚症状がないために、知らな

いうちに病気が進行してしまうことがあります。肝炎ウィルスにかかってい

市では今年度も肝炎対策の一環として、下表の年齢の人に肝炎ウィルス検

診を無料で実施します。この検診は肝炎ウィルス検診に相当する検診を受け

るかどうかは、血液検査をすることでわかります。

たことがなく、受診を希望する人が対象となります。

肝炎検診を受診しましょう。

ください。

対象となる人には個人通知をしましたので、この機会に

※肝炎検診は広報6月号掲載の成人健診会場で受診して

講座・募集

ソフトバレーボール連盟 審判講習会

市ソフトバレーボール連盟では審判講習会を開催します。各チーム2人以上の参加をお願いします。

9月には「山梨市ソフトバレーボール フェスティバル大会」を開催します。詳 細は次号でお知らせします。

日 時 8月21日(水)

受付:午後7時30分~

会 場 市民総合体育館

講 師 県ソフトバレーボール連盟・審 判委員長 中山さん

問い合わせ

雨宮正英 **☎・FAX**(23 4134

消防団員を 募集しています

総務課 行政防災防犯担

行政防災防犯担当 西館4階、内線2449



年齢	生年月日
40 歳	昭和 47 年 4 月 2 日 ~ 昭和 48 年 4 月 1 日
45 歳	昭和 42 年 4 月 2 日 ~ 昭和 43 年 4 月 1 日
50 歳	昭和37年4月2日~昭和38年4月1日
55 歳	昭和32年4月2日~昭和33年4月1日
60 歳	昭和 27 年 4 月 2 日 ~ 昭和 28 年 4 月 1 日

問い合わせ

健康増進課健康支援担当(東館1階、内線1166~1169)

便利で簡単!「ねんきんネット」

- ●いつでも、最新の年金記録を確認できます
- ▶自宅のパソコンで 24 時間いつでも、毎月更新された 年金記録を確認できます
- ●年金の見込額を試算できます
- ▶「年金を受け取りながら働き続けた場合」など、さまざまな働き方に応じた年金の見込額を試算できます
- ▶国民年金保険料を後納した場合、どれだけ年金額が増 えるかグラフで確認できます
- ●電子版の各種通知書を確認できます
- ▶毎月更新された「ねんきん定期便」をパソコンで確認・ ダウンロードできます
- ▶年金振込通知書や源泉徴収票など、年金の支払いに関する通知書をパソコンで確認・ダウンロードできます ※各種通知書の確認などは利用登録後、年金機構からの

メールが到達してからできるようになります。

- ●記録の「もれ」や「誤り」の発見が容易になります
- ▶年金に加入していない期間や標準報酬額の大きな変動など、確認したい記録がわかりやすく表示されます
- ▶名前や生年月日などを入力すると、持ち主不明の年金 記録の中に、入力条件に一致する記録があるかどうかを 調べることができます

【利用には登録をする必要があります】

利用登録する際は、ご自身の基礎年金番号の入力が必要になります。共済組合員など一部の人について、サービスを利用することができない場合がありますのでご注意ください。詳細や利用登録は「日本年金機構ホームページ」(http://www.nenkin.go.jp/)でお願いします。

問い合わせ

市民生活課年金·交通巴当(東館1階、内線1147·1148)、 牧丘支所住民生活巴当(内線144)、三富支所住民生活巴当(内線316)

催

b

昭座・ 募集

· 税

健

康

川護・福祉

ら し

お知らせ

平成 25 年度山梨市成人大学講座受講生・聴講生募集

申込期間 8月19日(月)まで

対象者 市内在住・在勤の一般成人、ことぶき勧学院受講生 履修区分 ①・②を選択できます。<u>健申込が必要です。</u>

①受講生:全講座のうち、6 講座以上の受講を目指す人 ※第1回・17回は開・閉講式があるので必ず受講してく ださい。定員を超えた講座は、抽選を行ないます。

②聴講生:好きな講座で、5講座未満受講したい人。 ※定員を超えた場合は①の人が優先受講となります。 参加費 無料(一部、テキスト代・材料費をいただきます) 申込方法(昨年と変わっていますのでご注意ください)

生涯学習課、両支所、各地区公民館、街の駅、夢わーく

山梨で申込書を配布しています。記入の上、生涯学習課・ 両支所・各地区公民館窓口に提出してください。

電子申請でも受け付けます。市ホームページの「電子申請・申請書ダウンロード」のバナーから電子申請サイト「やまなしくらしねっと」へとリンクしています(HPアドレスは最終ページに掲載)。右の QR コード

で携帯電話からの申し込みもできます。

申込締切 8月19日(月)

※昨年度までと内容が変わっています。

必ず詳細を申込書で確認してください。



	日程	講義時間	タイトル	講師(敬称略)	定員
		午後1時~午後1時45分	開講式・オリエンテーション		
1	9月5日休	午後2時~午後3時30分	日常生活でのものの見方・考え方 ※①の人受講必須	東洋大学 名誉教授 穐山樹夫	100人
2	9月19日(株)	午後1時30分~午後3時30分	大人の学びを楽しむ 〜学び合える仲間と出会う〜	お茶の水女子大学 文教育学部教授 三輪建二	60人
3	9月22日(日)	午後1時30分~午後3時30分	家族を守る!防災ノート ~いざという時の心構え~	NPO 法人 あんふぁんねっと	60人
4	9月26日(株)	午後6時~午後8時15分	高齢社会とすまいづくり	国土交通省 住宅局安心居住推進課	100人
5	10月10日休	午後1時30分~午後3時30分	富士山の光と影・実践的な富士山学を学ぶ ~富士山の美しさ・不思議さと環境悪化の厳しい現実の二面性を学ぶ~	都留文科大学文学部 社会学科教授 渡辺豊博	100人
6	10月27日(日)	午後1時30分~午後3時30分	山梨市地元学研究 〜三富・徳和地区を訪ねて〜	市生涯学習課	30人
7	10月31日(水)	午後7時~午後9時	時間節約で楽しく料理 〜リメイク料理してみよう〜 ※材料費負担有	管理栄養士 福永千賀代	45人
8	11月7日(株)	午後1時30分~午後3時30分	市長と語る市政	山梨市長 竹越久高	70人
9	11月14日休	①午後1時30分~午後3時30分 ②午後7時~午後9時	考えてみよう!相続・成年後 見制度 ~「いつも」と「も しも」のマイライフノート~ ※テキスト代負担有	NPO 法人 山梨県相続成人後見協会 理事長 後藤貴仁	各回 70人
10	11月21日(休)	午後1時30分~午後3時30分	触れてみよう! スマートフォン	KDDI 株式会社 携帯電話アドバイザー	24人
11	11月24日(日)	午後1時30分~午後3時30分	新図書館講座共催講座 私に もできる図書館ボランティア ※定員は両講座合算の人数	NPO 法人横浜市民アクト 風間好美	50人
12	12月1日(日)	午後1時30分~午後3時30分	感染症予防	山梨県福祉保健部健康増進課	100人
13	12月5日(株)	午後7時~午後9時	再発見!甲州ワインのヒミツ	シャト―・メルシャン ワイン資料館 館長 上野昇	100人
14	12月12日(休)	午後 1 時 30 分~午後 3 時 30 分	わかって安心!認知症	山梨市役所介護保険課	50人
15	12月26日(水)	午後1時30分~午後3時30分	私の地域マップを作ろう! 〜「見守り」のある地域を目 指して〜	山梨市役所介護保険課	50人
16	1月9日(物	午後1時30分~午後3時30分	くらしと法律	丸山法律事務所	100人
17	1月23日(休)	午後1時30分~午後3時30分	世界最大の天体望遠鏡「アルマ」 に挑戦する ※①の人受講必須		100人
		午後3時30分~午後4時	閉講式		

情報やまなし

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

講座・募集

自分で作って料理を楽しもう ~高校生料理教室~

日 時 8月13日(火) 午前9時~午後1時

場 所 夢わーく山梨・料理実習室 対 象 高校生(参加費無料)

内 容 ▶調理をするための基礎知識 ▶調理実習(冷やし坦々麺・夏野菜の ピクルス・簡単デザート)

申込方法 8月5日/月までに(先着20人で締切)電話でお申し込みください。 持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾 申込・問い合わせ

健康増進課健康支援担当 (東館1階、内線1166~1169)

収穫の楽しさを味わおう 〜農業体験教室〜

主 催 市、山梨市食育推進会議 日 時 8月25日(日) 午前9時30分~11時30分 会場 牧丘町牧平の農園(現地集合) 対象

市内の小中学生親子(参加費無料) 内容 ▶白いトウモロコシの収穫▶

内 谷 ▶日いトワモロコシの収穫↓ 大根の種まき

申込方法 8月15日(対までに(先着20組で締切)電話でお申し込みください。 持ち物 軍手、飲み物、筆記用具、タオル、帽子、ビニール袋

※詳細は後日、参加者にお知らせします。

申込・問い合わせ

健康増進課健康支援担当 (東館1階、内線1166~1169)

犬のしつけ方教室

おうとしている人はぜひご参加ください。 日 時 8月18日(1) 午後1時30分~4時(受付:午後1時~)会場 市民会館・4階大会議室講師 オールドックセンター・藤井聡さん(家庭犬のしつけや問題行動の矯正に深く関わり、全国でしつけ啓蒙活動の講師として活躍をしています。テレビにも多く出演され、著書多数)※犬を連れての参加はできません。

犬のしつけなどにお困りの人や、犬を飼

※飛び入り参加も可能ですが、事前に お申込みください。

申込・問い合わせ 峡東保健福祉事務所 ☎²⁰ 2751

第 13 回親子ふれあい バレーボール教室

市家庭婦人バレーボール連盟では、親子や家族のふれあいを深め、バレーボールの普及と技術の向上を図るために「親子ふれあいバレーボール教室」を開催します。参加希望の人は、8月3日出までに電話かファクスでお申し込みください。

日 時 8月17日出 午後1時~4時30分

会 場

日川高校トレーニングセンター

対 象 市内在住でバレーボールに興味のある小学生以上の人(男女問わず) 講 師 峡東地区の中学校、高校バレーボール部顧問の先生

指導協力

市内中学校、高校バレーボール部員

申込先・問い合わせ

坂本治子 **☆・FAX**② 2522

8月のIT講習会 【会場】市役所西館 502 会議室 (※情報通信センターではありません)

講座名	対象者	日程	募集締切
エクセル初級講座 パソコンの基本操作ができる人 8月 26 日月、27 日火 8月 26 日月、27 日火 8月 26 日月 27 日火 8月 27 日火 8日 27 日火			
≫≫表計算ソフト・エクセルの使い方を基礎から学習する講座です。		29日休、30日金の計4日間	8月6日(火)
		午前9時30分~11時30分	

申込方法 はがき・電子メール・電子申請(やまなしくらしねっと)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エクセルのバージョン(エクセル 2007、エクセル 2010 など)」を記入し、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)

- ※ 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」をご利用ください。市ホームページ上にある「電子申請・申請書ダウンロード」のバナーから「やまなしくらしねっと」へとリンクしています。

 「出来には「HP アドレスは最終ページに掲載)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) 山梨市役所財政課電算システム担当 (西館 4 階、内線 2430) E メールアドレス itkosyu@city.yamanashi.lg.jp

健

各地区の代表が熱戦を繰り広げます。市民の皆さんの ご参加、ご声援をお願いします。

【総合開会式】

日 時 9月8日(日) 午前8時40分

会場 山梨南中学校校庭(雨天時は、市民総合体育館) ※白抜き文字の競技は、開会式より前に決勝戦を行ないます。

問い合わせ

生涯学習課スポーツ振興担当(西館3階、内線2332)



種	▤	会場	開催日	開始時間
陸上競技		山梨南中学校 校庭	9月8日	開会式終了後
mg i d	3決・決勝	市民スポーツ広場	9月8日	午前 10 時
野球	予選		8/27~9/7	午後 8時(ナイター)
	一 般	1.利克中学校 - 校庭	8/20~9/6	午後 8時(ナイター)
ソフトボール	壮 年	山梨南中学校 校庭	8/20~9/6	午後 8時(ナイター)
	実 年	山梨北中学校 校庭	8/6~8/11	午後 8時(ナイター)
テ ニ ス		山梨北中学校 テニスコート	8月25日	午前 10 時
ソフトテニス		山梨南中学校 テニスコート	9月8日	午前 9時
バレーボール	家庭婦人 一般男女	市民総合体育館 アリーナ	9月8日	午前 9時
ソフトバレーボ	`ール	山梨北中学校 体育館	9月8日	午前 9時30分
卓球		牧丘B&G海洋センター	9月8日	午前 10 時
バドミントン		山梨南中学校体育館	9月8日	午前 9時30分
柔 道		市民総合体育館 武道館	9月8日	午前 9時
剣 道		牧丘B&G海洋センター	8月25日	午前 9時
銃 剣 道		市民総合体育館 武道館	9月6日	午後 7時
弓 道		市民総合体育館 弓道場	8月25日	午前 9時30分
ゲートボール		市民総合体育館を軽スポーツ広場	9月8日	午前 10 時
相 撲		小瀬武道館 相撲場	9月7日	午後 7時
つなひき		市民総合体育館 アリーナ	9月7日	午後 7時30分
射 撃		実施済	実施済	_
ボウリング		山梨シルクロードボウル	8月24日	午後 6時30分
グラウンド・ゴ	`ルフ	三富すももだいらスポーツ広場	8月31日	午前 9時
水 泳		山梨市屋内温水プール	8月25日	午前 9時30分

根津記念館情報 (月曜休館、☎② 8250)



■夏休み期間中は高校生以下無料! 期間中は土日平日を問わず、高校生以下の入館料を無料とします。

夏休みの自由研究に根津記念館をご活用ください。 研究内容についての相談も受け付けます。

期 間 7月20日出~8月25日(日)



2013.**6.21**[Fri] > 9.16[Mon]

営業時間/18:00~21:30 ※ラストオーダー21:00 ※各種セットメニューを取り揃えております。詳しくはお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ

国際興業グループ フルーツパーク富士屋ホテル コナルチェーン フルーツパーク富士屋ホテル

本0553-22-8811 〒405-0043 山梨市江曽原 1388 http://www.fruitpark.jp/

情報やまなし

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

第 14 回やまなしし子どもフェスティバル

日 時 8月3日 午前10時~午後2時30分

場所市民会館



毎年恒例!おもちゃの「かえっこ」



会場のみんなで参加する 「バルーンアートをつくろう」

⑤ ⑥ ② ♪ がいっぱいまつり!



組み立てて楽しもう! 「プラモデル工作教室」



赤ちゃんごきげん! 「ベビマッサージ」(要予約です)

主な内容

座

●午前 10 時~ ▶パトカー・消防車展示▶縁日ひろば▶かき氷サービス▶ポップコーン&綿がしサービス▶障害者地域活動支援センターによる物品販売▶親子歯科相談(先着 60 組)▶ベビーマッサージ(3~6カ月児・要予約)▶自主育児サークル作品展示▶ファミリーサポートセンター紹介展示▶手作りおもちゃで遊ぼう▶市子育で情報コーナー▶食育展示コーナー▶保育園幼稚園情報コーナー▶身体計測・育児相談▶おもちゃの「かえっこ」▶つみき・お絵かきコーナー▶おもちゃのお医者さんコーナー

▶フォトカレンダーをつくろう▶ゴミ分別ゲーム▶プラモ デル工作教室

- ●午前 10 時 30 分~ ▶バルーンアートをつくろう
- ●午前 11 時 20 分~ ▶ 「こんぺいとう」の人形劇
- ●正午~ ▶手作りおやつの試食会(先着300食)
- ●午後1時15分~ 保育士会の手遊びと人形劇

※最後に抽選会がありますお楽しみに!

問い合わせ 福祉事務所子育て支援担当 (東館1階、内線1151・1152)

催し

加納岩児童センターで児童劇 の公演を行ないます!

日 時 8月7日(水) 午後1時30分~ 会 場 加納岩児童センター 劇 団

遊育研究所・素劇舎(東京都町田市) 上演作品 歌う♪ブレーメンの音楽隊

内容 割の細営・

劇の観賞・観劇後のワークショップ 対 象 幼児 (保護者同伴)・小学生 申込期間 8月5日(月)まで

児童センターには駐車場がありません。自動車での来館はご遠慮ください。

申込み・問い合わせ 福祉事務所子育て支援担当 (東館1階、内線 1151・1152)

2013 牧丘三富納涼夏まつり

太鼓やフラダンスに、今年はロシア 楽器「バラライカ」演奏です。

日 時 8月4日(日)

午後3時~8時(少雨決行)

会場 花かげホール・ホール前庭内容

①模擬店コーナー 午後3時~8時

②アニメ映画「ドラえもん」

入場無料(400人限定)

上映時間 午後3時~4時45分 ※入場整理券を午後2時40分から配布。

③ロシア楽器「バラライカ」演奏 午後5時30分~6時10分

④フラダンス

午後6時20分~6時50分 ⑤紅富士太鼓 午後7時~7時40分 問い合わせ

牧丘三富納涼夏まつり実行委員会 (山梨市商工会内) ☎3 2250

講座•募集

親子で楽しく郷土料理を作ろう 〜親子料理教室〜

日 時 8月8日(木)

午前9時30分~午後1時

会場 夢わーく山梨・料理実習室 対象

市内の小中学生親子(参加費無料)

内 容 ▶調理実習(夏野菜いっぱい の ほうとう、こんにゃく)▶食育の話 申込方法

8月5日(月までに (先着 15 組で締切) 電話でお申し込みください。

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具 申込・問い合わせ

健康増進課健康支援担当

(東館1階、内線1166~1169)

広報やまなし 2013.08-31



	時間	ステージ
	10:00~	開会式
	10 : 30 ~	園児による遊戯(三富保育所園児)
ス	10 : 50 ~	甲州笛吹童太鼓(三富小学校児童)
4	11:10~	篠笛演奏 篠笛 鯉沼廣行、高崎洋子
スケジ	11 : 30 ~	郷土芸能:徳和天神祭の披露(三富徳和区)
ユ	12:10~	郷土芸能:秩父瑞穂太鼓会(秩父市) 共演:大書書き(書道家 志村雅芳)
	12 : 40 ~	ブラスバンド演奏(笛川中学校生徒・山梨市民吹奏楽団)
ル	13:10~	大書書き(書道家 虹の伝え人 MAX)
	13 : 30 ~	郷土芸能:甲州笛吹太鼓(山梨市)
	14:00~	じょいそーらん山梨県大会
	17 : 00 ~	閉会式

時間	会場内各ブース
10 : 00 ~	木工教室、地域特産品販売コーナー、流木コーナー 地域観光PRコーナー、ちびっこゲームコーナー ほか
11 : 00 ~	源流そば処 開店

	久渡の沢釣り場・広瀬ダム・雁坂トンネル
久渡の沢 釣り場	魚のつかみ取り(各回定員 20 人) 11:00 ~、13:00 ~、14:00 ~、15:00 ~
広瀬ダム	ボート乗船コーナー 11:00 ~(定員 20 人)、14:00 ~(定員 30 人)
雁坂 トンネル	ミステリー探検ツアー(各回定員 15 人) 10:30 ~、13:30 ~、15:00 ~
※予約制で ⁻	す。道の駅みとみ会場で受付を行ないます。

定員になり次第受付終了となります。

【問い合わせ】笛吹川源流まつり実行委員会

観光課観光企画担当(西館1階、内線2147~2149)

2013.8

■発行 山梨市 〒 405-8501 山梨県山梨市小原西 843 ☎ 0553 ⑫ 1111(代表) 脳 0553 ㉓ 2800 ■編集 政策秘書課広聴広報担当 ■ URL http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp ■ e-mail info@city.yamanashi.lg.jp

Lwitter■山梨市公式ツイッター @yamanashicity

「広報やまなし」2013年9月号は8月22日母発行予定です。



