

広報

やまなし

11

2019

vol.1777

Contents

- P.02 特集 『平成30年度決算報告』
- P.06 市制施行14周年記念式典
- P.08 祝・新百歳紹介
- P.10 まちのわだい
- P.12 図書館
- P.14 各種相談
- P.16 Kids World
- P.17 情報やまなし

今月の表紙 小学生農業体験学習「稲刈り」での1枚
10月5日山梨小学校児童とNPO法人「地球元気村」
の子どもたちが八幡地区水口の棚田で稲刈りを体験。
黄金色に輝く稲穂を一株ずつ丁寧に刈りました。

平成30年度

決算



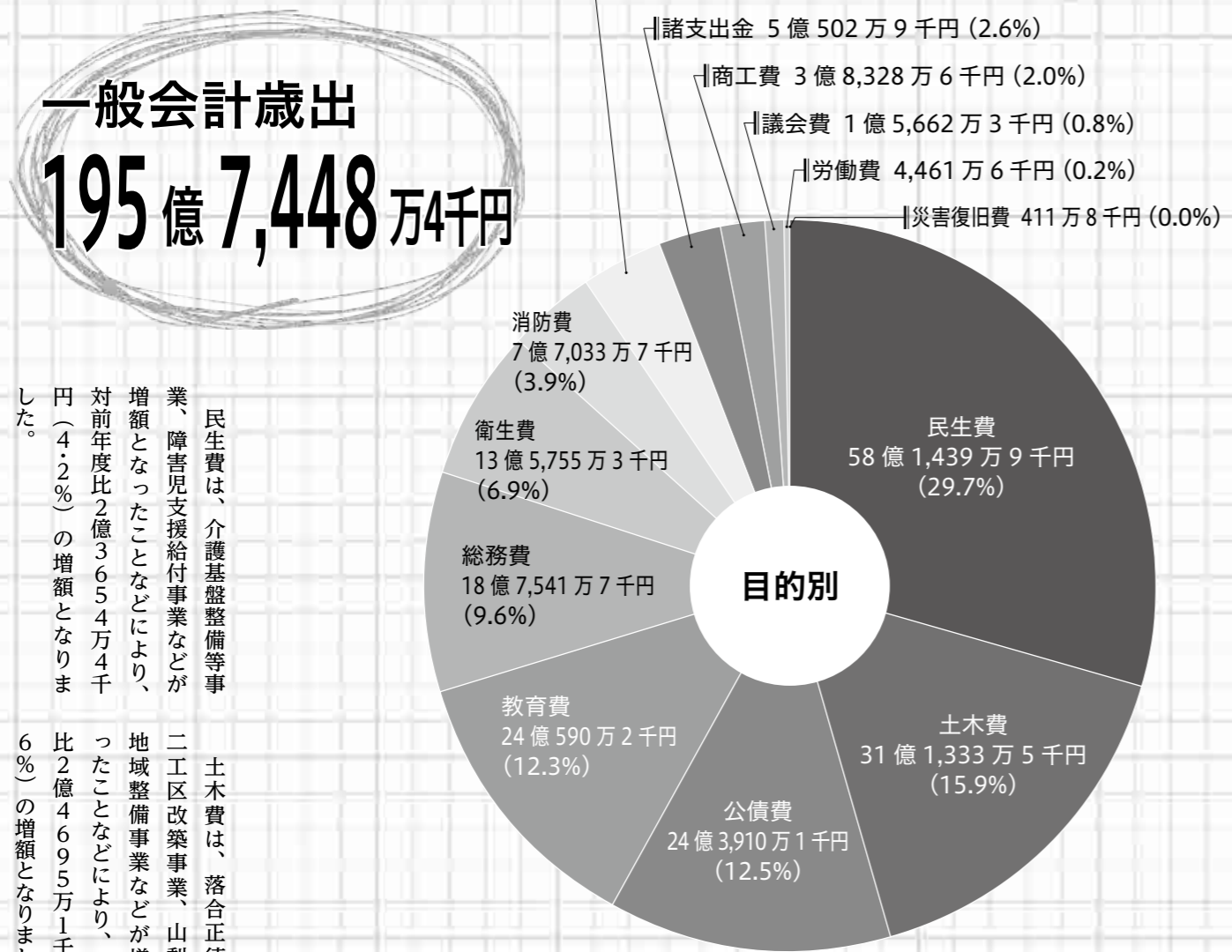
歳入総額	206億8,062万円
歳出総額	195億7,448万4千円
差引額	11億613万6千円
翌年度への繰越財源	2億4,056万6千円
実質収支額	8億6,557万円

平成30年度の国内経済は、雇用状況の緩やかな回復と内需拡大、企業による賃上げなどアベノミクスの効果が

が表れています。本市も、地方税のうち、個人・法人市民税は増額となり、個人所得への影響が開始されたところですが、その反面、地方の中小・零細企業の大半にはいまだ好景気感も波及しておらず、依然として厳しい状況であると言えます。本市の課税客体などを鑑みると、今後も急激な増収は期待できず、歳入構成の約3割を占める地方交付税も激変緩和措置が講じられているものの合併算定替の段階的縮減の影響により減額となっており、本市の財政運営に大きな影響を及ぼしている状況です。

このような財政状況の中で、平成30年度は、本市を取り巻くさまざまな情勢を的確に捉え、厳しい財政状況である現状をしっかりと認識する中で、「第2次山梨市まちづくり総合計画」で掲げる5つのビジョン・目指す方向性を柱とし、中期計画で掲げている本市の課題解決に向けた具体方策を着実に推進し、積極的かつ健全な行政運営に努めました。

02 目的別歳出の概要



一般会計歳出
195億7,448万4千円

民生費は、介護基盤整備等事業、障害児支援給付事業などが増額となったことなどにより、対前年度比2億365万4千円（4.2%）の増額となりました。

土木費は、落合正徳寺線第二工区改築事業、山梨市駅南地域整備事業などが増額となったことなどにより、対前年度比2億469万5千円（8.6%）の増額となりました。

公債費は、旧合併特例事業債、臨時財政対策債などの元利償還金の増額に伴い、対前年度比2億322万4千円（10.5%）の増額となりました。

教育費は、学校給食センター建設事業の終了などにより、対前年度比3億306万9千円（12.1%）の大幅な減額となりました。

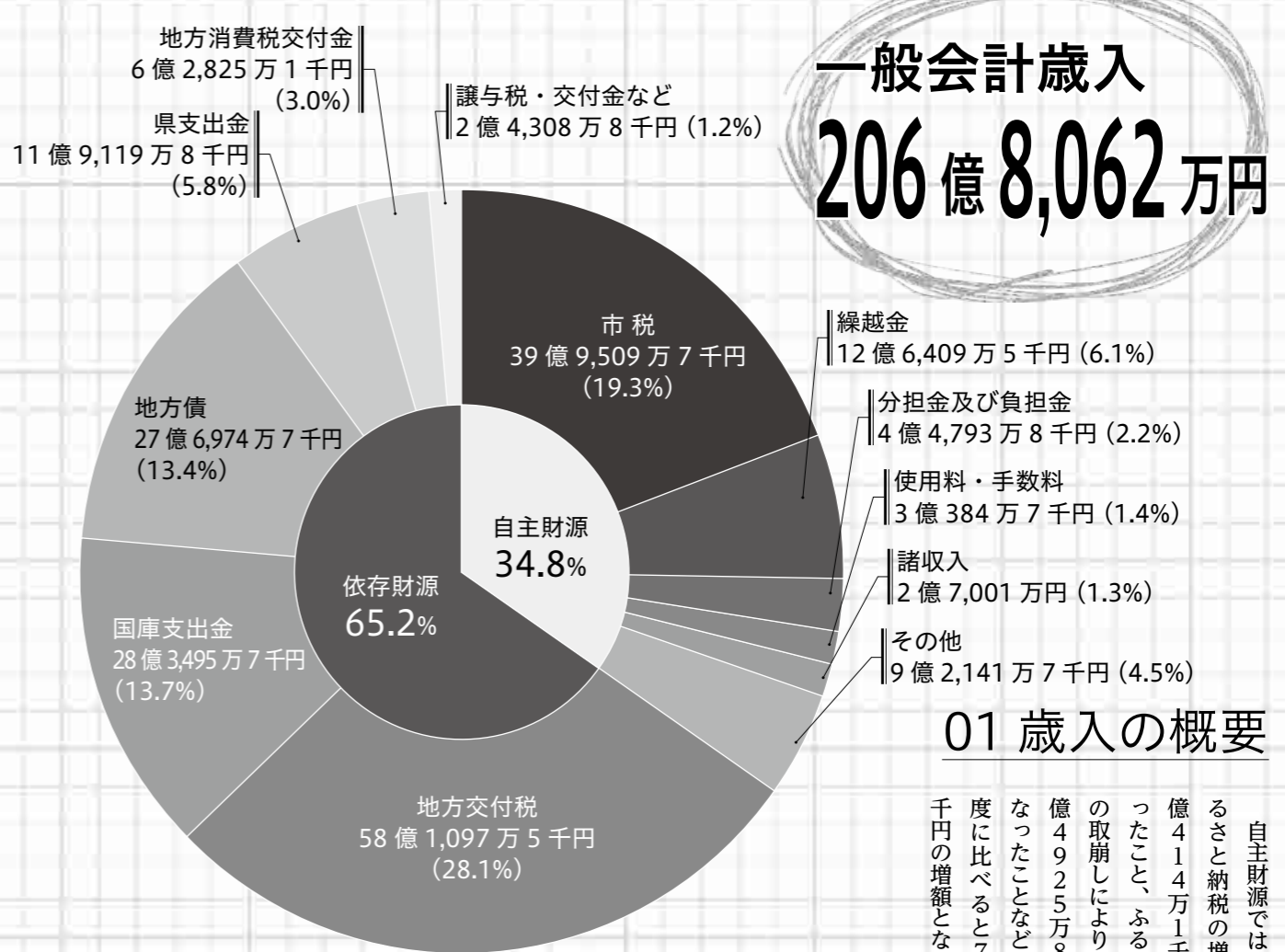
総務費は、庁舎西館空調・照明設備改修事業の終了などにより、対前年度比1億582万4千円（7.8%）の減額となりました。

衛生費は、塵芥処理管理経費の減少などにより、対前年度比520万7千1千円（3.7%）の減額となりました。

消防費は、東山梨行政事務組合負担金が増額となったことなどにより、対前年度比576万4千5千円（8.1%）の増額となりました。

農林水産業費は、万力地区基盤整備事業の増額などにより、対前年度比421万8千9千円（6.4%）の増額となりました。

諸支出金は、旧合併特例事業債を原資とした地域振興基金事業がなかったため、対前年度比1億670万8千円（24.9%）の減額となりました。



01 歳入の概要

自主財源では、寄附金があるさと納税の増額に伴い2億414万1千円増額になったこと、ふるさと輝き基金の取崩しにより、繰入金金が1億492万5千8千円増額になったことなどにより、前年度に比べると701万7千6千円の増額となりました。

依存財源では、地方交付税は合併算定替の縮減により普通交付税が減額となり、地域振興基金積立事業の皆減に伴う合併特例債の減少などにより、前年度に比べると1億444万1千3千円の減額となりました。

平成30年度市税内訳

項目	金額
個人市民税	15億8,066万円
法人市民税	1億7,515万9千円
固定資産税	16億8,415万1千円
軽自動車税	1億4,331万9千円
市たばこ税	1億8,543万2千円
入湯税	2,337万3千円
都市計画税	2億300万3千円
市税合計	39億9,509万7千円

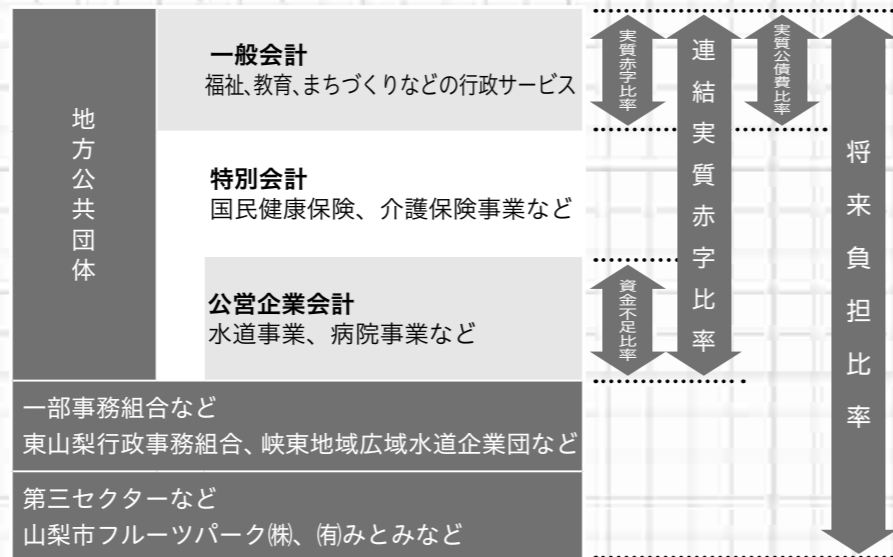
05 財政状況

05-1 財政健全化指標

財政健全化法では、一般会計等における「実質赤字比率」「連結実質赤字比率」「実質公債費比率」「将来負担比率」の4つの財政指標を健全化判断比率として定めており、公営企業会計においては「資金不足比率」の判断指標で経営健全化基準が定められています。

4つの判断比率のいずれかが早期健全化基準を超えた場合には「財政健全化計画」などの策定が義務付けられています。

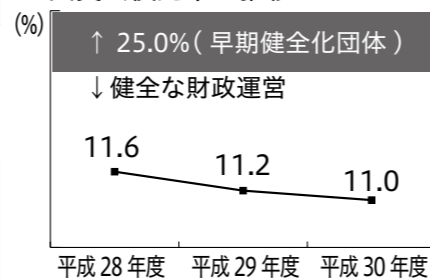
健全化判断比率などの対象



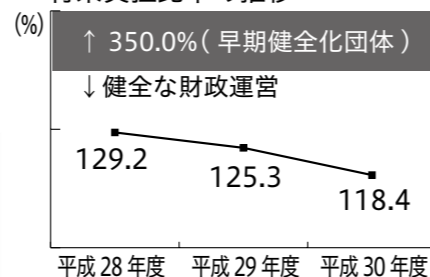
05-2 平成30年度決算における山梨市の健全化判断比率の状況

指標	内容	山梨市	早期健全化基準 (イエローカード)
実質赤字比率	一般会計の実質的な赤字額が市の標準的な収入に対してどのくらいの割合を示す指標です。家計簿に例えると、年間の赤字額の合計が収入の合計に占める割合になります。	赤字なし	13.32%
連結実質赤字比率	一般会計のほか、特別会計や企業会計も含めて計算した実質赤字比率です。家計簿に例えると、自分の世帯のほか、子どもの世帯を合わせた赤字額の合計が、収入の合計に占める割合になります。	赤字なし	18.32%
実質公債費比率	一般会計などが負担する長期の借入金の返済や、それに準じる支出が、市の標準的な収入に対してどのくらいの割合になるかを示す指標です。家計簿に例えると、住宅ローンなどの返済額の合計が年収に占める割合になります。過去3カ年平均を表しています。	11.0%	25.0%
将来負担比率	一般会計などが抱える実質的な負債の残高が、市の標準的な収入に対してどのくらいの割合を示す指標です。家計簿に例えると、住宅ローンなどの借入金の残高が現在の年収の何%になるかを示す指標です。	118.4%	350.0%

実質公債費比率の推移



将来負担比率の推移



一般会計及び特別会計では、実質収支が赤字でなかったこと、企業会計では、資金の剰余金があり資金不足にならなかったことにより、実質赤字比率・連結実質赤字比率は、数値の表示はありません。

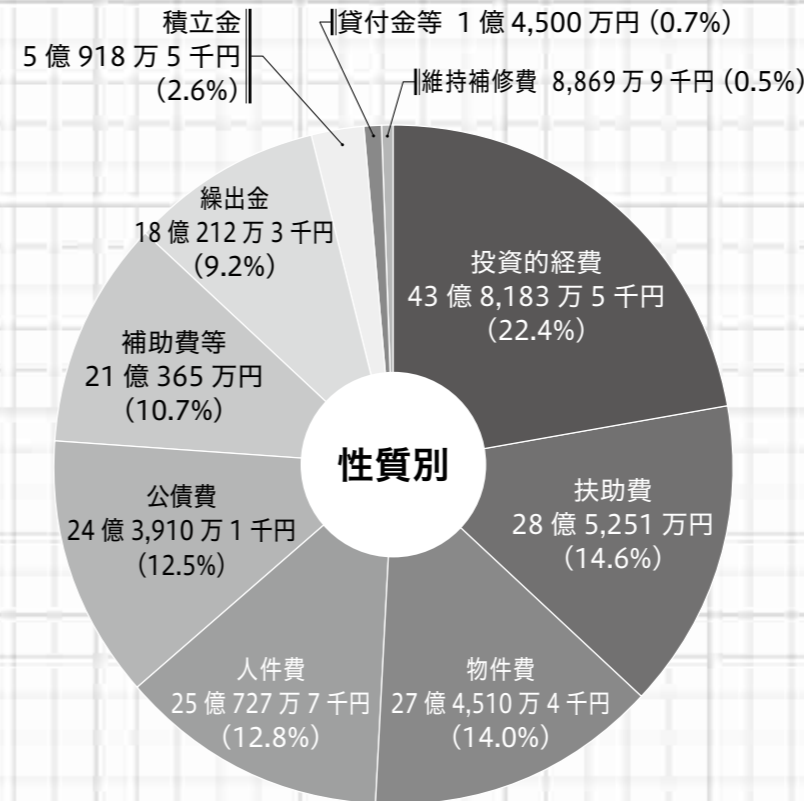
実質公債費比率は、標準財政規模の縮小などにより、単年度数値では上昇しましたが、3カ年の平均が11.0%となり、前年度より0.2ポイント改善しました。

将来負担比率は、公営企業等繰入見込額の減少、及び基金等充当可能財源等の増加などにより、118.4%となり、前年度より6.9ポイント改善しました。

しかし、今後の財政状況を考えると、実質公債費比率、将来負担比率は、標準財政規模の縮小、公債費の増加、国の交付税の削減などの影響を受け、数値は上昇していくことが見込まれます。自主財源の確保に努め、事務事業経費の削減など行政のスリム化に向けて努力を続け、財政の健全化を図っていく必要があります。

図 財政課 財政担当 (内線2405)

03 性質別経費の概要



投資的経費は、保育所等整備交付金事業、介護基盤整備事業の実施、山梨市駅南地域整備事業経費などの増額などにより、対前年度比2億1,035万3千円(5.0%)の増額となりました。扶助費は、生活保護費、児童手当経費が減額となったことにより、対前年度比1億9,905万5千円(3.7%)の減額となりました。

物件費は、学校給食センター運営委託料、ふるさと納税事業手数料の増額などにより、対前年度比4,644万円(0.2%)の増額となりました。

人件費は、職員数の減少などにより、な減額となりました。

積立金は、旧合併特別事業債を原資とした地域振興基金積立金が皆減となったことにより、対前年度比1億6,694万9千円(24.7%)の大幅な減額となりました。

対前年度比71,955万2千円(2.8%)の減額となりました。

補助費等は、下水道事業繰出金の減少などにより、対前年度比4,082万5千円(1.9%)の減額となりました。

繰出金は、介護保険特別会計繰出金の増額などにより、対前年度比168万6千円(0.9%)の増額となりました。

04 特別会計・公営企業会計など

04-1 特別会計

特別会計名	歳入	歳出	差引
国民健康保険	46億7,189万6千円	46億965万円	6,224万6千円
後期高齢者医療	4億4,865万2千円	4億4,711万1千円	154万1千円
交通・火災災害共済	1,180万8千円	1,092万1千円	88万7千円
浄化槽事業	6,999万2千円	6,999万2千円	-
介護保険	41億6,778万6千円	40億9,606万6千円	7,172万円
居宅介護予防支援	1,491万9千円	1,491万9千円	-
簡易水道事業	4億7,100万8千円	4億7,100万8千円	-
活性化事業	9,081万6千円	9,081万6千円	-
特別会計合計	99億4,687万7千円	98億1,048万3千円	1億3,639万4千円

04-3 公債費

会計名	平成30年度末 未償還額
一般会計	255億2,060万9千円
浄化槽事業	2億5,142万9千円
簡易水道事業	22億3,924万5千円
介護保険	1億600万円
水道事業	22億4,643万3千円
病院事業	128万円
下水道事業	82億2,691万3千円
合計	385億9,190万9千円

04-4 基金

基金名	平成30年度末残高
財政調整基金	27億6,705万7千円
市債管理基金	8億368万3千円
地域振興基金	13億700万円
地域福祉基金	4億5,256万4千円
中山間地域農村活性化基金	1,554万円
若者定住促進支援基金	2,550万4千円
土地開発基金	2億4,084万4千円
太陽光発電施設等整備基金	1,579万6千円
国民健康保険財政調整基金	4億7,642万5千円
交通・火災災害共済見舞金支払準備基金	6,537万4千円
介護保険給付費支払準備基金	1,786万3千円
ふるさと輝き基金	4億9,000万円
合計	66億7,765万円

04-2 公営企業会計

	決算額
水道事業	
収益的収入	6億4,276万4千円
収益的支出	6億4,327万5千円
資本的収入	1億9,217万1千円
資本的支出	3億2,992万7千円
病院事業	
収益的収入	1,924万円
収益的支出	1,924万円
資本的収入	8万円
資本的支出	16万円
下水道事業	
収益的収入	8億9,049万8千円
収益的支出	8億9,049万8千円
資本的収入	7億1,212万4千円
資本的支出	9億6,547万6千円

山梨市制施行14周年記念式典



①市政功労者表彰・感謝状・特別表彰贈呈 ②万歳三唱 ③八幡保育園年長さんによる「パプリカ」歌唱、「フルーツ体操」披露 ④高木市長 ⑤山梨市名誉市民称号贈呈



④高木市長 ⑤山梨市名誉市民称号贈呈

市政功労者表彰
 市川 今朝則様
 幡野 勝彦様
 中西 章一様
 小笠原 浩様
 河合 保久様
 加々美 和人様
 坂本 真紀子様
特別表彰
 竹居 誉様

10月15日、市の成長のあゆみを振り返り、市政への功績のあった方を称え、市民の皆さまともお祝いし、さらには、これからの山梨市を創造していく契機となるよう「山梨市制施行14周年記念式典」を挙行了しました。式典は、八幡保育園年長園児によるかわいらしいフルーツ体操の披露から始まりました。市民憲章唱和の後、高木市長は、「市政運営に対し、皆さまのご支援ご協力に改めて感謝申し上げます。市民の皆さまの声を踏まえるとともに、社会情勢や国・県の施策などにも迅速に対応しながら、市政運営、職務に精進します」と感謝と今後のまちづくりに向けた決意を述べました。表彰に先立ち、9月12日に急逝された前衆議院議員（故）宮川典子様にも名誉市民の称号が贈られ、また、市政の発展に貢献された7人に市政功労章の授与、区長などを退任された114人に感謝状、1人に特別表彰が贈られました。

宮川典子氏 名誉市民に



故宮川 典子氏（小原西 享年40歳）

平成24年12月、第46回衆議院議員選挙で初当選し、県内初の女性衆議院議員になる。以後3期にわたり衆議院議員を務め、平成29年、文部科学大臣政務官に就任。平成26年2月の大雪災害時には、関係大臣に本市の災害状況の視察を促し、農業用ハウスやぶどう棚の再建への災害復旧対策に貢献。市内全小中学校へのエアコン整備の必要性を関係省庁に訴え、事業進捗に助言し、計画を前倒しての整備完了に貢献するなど市政推進に尽力した。

平成30年8月「笛吹川源流祭り」で挨拶する宮川氏。トレードカラーの黄色の甚平を着用し、「政務官として地元に戻ってこられて嬉しい」と感極まりながら話された→



ドイツ視察報告

8月19日から23日までの5日間、高木市長、地域資源開発課長、東京オリンピック・パラリンピック対策担当リーダー3人が、ドイツを訪問し、視察を行いました。

これは、来年開催されるオリンピック・ドイツウエイトリフティングチームのホストタウンである本市が、ドイツとのさらなる友好関係を築くために行ったものです。

また、ドイツの食や生活環境や気候、風土などを実際に観て感じることで、来年ウエイトリフティングチームが本市を訪れた際の対応や、おもてなしにつなげていきます。

今回の視察では、ドイツバーデン＝

ヴュルクベン州ライン＝ネッカーの郡長であるステファン・ダリンジャー郡長やライメン市のハンス・D・ラインヴァルト市長、ハイデルベルク市長のエッカート・ヴェルツナー市長への面会が叶い、山梨市を知っていた良いい機会にもなりました。

ドイツウエイトリフティング連盟の事務所があるライメン市は、面積、人口、主産業がぶどうの生産・ワイン醸造、スポーツも盛んな町で本市と非常に似ていることから、両市長の会談では、「青少年の交流や、職員交流、そしてぶどうやワインを通じての文化・経済交流など、今後につなげていきたい」と話が弾みました。

8/19
8/20
8/21
8/22
8/23
11/11
11/17



8/20 ライメン市・ハンス市長との面会
 左から木村総領事、ハンス市長、高木市長、フランク・マンテクススポーツディレクター



8/20 ライン＝ネッカー郡・ステファン郡長と面会



8/21 ナショナルトレーニング場視察



8/22 ハイデルベルク市長との面会



ドイツウエイトリフティングチーム来市
 11/11～11/21

ドイツフェスティバル
 in YAMANASHI

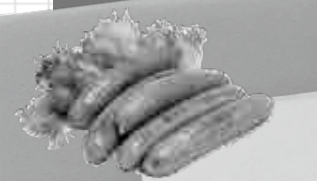
ドイツについて知る！
 ドイツを楽しむ！！
 イベントです

ドイツフェスティバル in YAMANASHI

11/17 日

時間 10:00～16:00
 会場 街の駅やまなし

ドイツウエイトリフティングチームとの交流
 ドイツ車の展示
 ドイツ飲食ブース など



ご長寿おめでとうございます！

市では、9月14日、長寿のお祝いとして、令和元年度中に100歳を迎える皆さんを慶祝訪問しました。

災害に係る情報発信等に関する協定

災害時の情報発信の強化を図り、災害の情報をいち早くお知らせ

☎防犯危機管理課消防防災担当 内線 2444・2447

市では、災害時の情報発信を強化するため、ヤフー株式会社と10月1日に「災害に係る情報発信等に関する協定」を締結しました。

この協定により、災害時にヤフー株式会社が市のホームページのキャッシュサイト（複製）を作成し、ヤフーサービス上で掲載や誘導することにより、スムーズな閲覧を維持することが可能です。

また、スマートフォン用アプリ「Yahoo! 防災情報」を使用することにより、災害発生時や発生のおそれがある場合に、市内の防災情報や避難情報などを受信することも可能となりますので、いざという時に備え、ご活用ください。



東京農工大学と山梨市との連携に関する協定

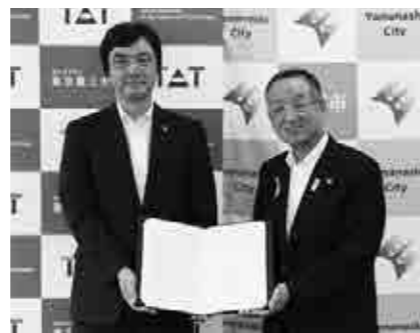
大学と連携して山梨市の農業振興・地域経済活性化の推進を図る

☎政策秘書課政策調整担当 内線 2415・2416

9月11日、市では、東京農工大学と、「東京農工大学大学院農学研究院と山梨県山梨市との地域連携に関する協定書」を締結しました。

この協定は、同大学と市が相互に連携、協力して、市の農業振興や地域経済活性化、農産物生産の産地形成推進、農業振興、農家の農業収入の安定化と所得の拡大、技術開発・普及・人材育成などを図るとともに、同大学が市の行政活動に資する教育研究を実施することにより、地域社会の活性化に寄与することを目的に締結したものです。

この協定締結により、学官の強固な協力体制の元、市の地域活性化に向けた取り組みの効果的な推進を図ります。



千葉県鋸南町の復旧支援

台風15号被災自治体の復旧支援のため職員が物資を輸送

☎防犯危機管理課消防防災担当 内線 2444・2447



9月13日、市では、台風15号により甚大な被害が発生した千葉県内の自治体の復旧を支援するため、アルファ米やオムツ、ビニールシートなどの支援物資の輸送を行いました。

輸送先は、鋸南町役場。同町としたのは、千葉県災害対策本部との協議の中で、同町が他の自治体に比べ物資が不足し、苦慮しているとの情報があったため。職員4人が、ワゴン車2台で無事に物資を届けました。

現地では、被害状況なども確認し、今後の市の災害対策につながる支援行動となりました。

また、10月4日～11日には、南房総市で罹災証明に関する業務を支援するため、職員1人を派遣しました。



紹介します「人権擁護委員」

地域の皆さんの人権に関する問題の解決をお手伝い

☎福祉課社会福祉担当 内線 1132

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。10月1日付けで次の委員が委嘱されましたのでご紹介します。

- ・三富下釜口 大澤 正 (再任)
- ・大工 有賀 一雄 (再任)
- ・東後屋敷 宮本 みよ子 (再任)
- ・三富徳和 名取 茂久 (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。

		※順不同		問い合わせ 福祉課社会福祉担当 (内線 1133)	



ひろ～い場所で、自由に遊ぼう！

▼あつまれ！ちびっこハッピーランド

9月27日、市民総合体育館武道館において、未就園児を対象に「あつまれ！ちびっこハッピーランド」を開始しました。この日参加したのは親子51組108人です。

NPO法人すてっぷ・あつぷるの皆さんを講師に招き、パラバルーン、影絵、ボール遊びやふれあい遊びなどを通して、子どもとの絆を深め、保護者の交流を図ることができました。参加者からは「子どもが、広い場所で大興奮でした！」「大人も楽しめました」などの感想がありました。



地域で支え合い、助け合う居場所を

▼地域ささえ合い講演会

9月27日、「つながり・生きがい・ささえあい」をテーマに「地域ささえ合い講演会」を開催しました。

寸劇『どこにでもあるふつうの話』では、南アルプス市の劇団HFPが近所同士で支え合う大切さを分かりやすく劇で紹介。この他、土屋幸己さんの講演会、市内で活動している会の事例発表が行われました。2050年、高齢者1人を1人の若者が支えるという社会を目前に、「自分たちができることがある」と気付くことができた講演会でした。



秋の夜長に癒しのひととき

▼月見茶会と邦楽演奏会

9月14日、根津記念館で月見茶会と邦楽演奏会を開催しました。

庭園では、市文化協会茶道部の皆さんと一緒に、子ども茶道教室に通う子どもたちが抹茶を振る舞い、おもてなし。その可愛らしい姿に、来場者の顔もほころんでいました。また、旧主屋では、同じく邦楽部の皆さんによる琴や尺八の演奏が行われ、館内にその調べが響いていました。「和」の雰囲気にも包まれ、来場者は秋の夜長を堪能している様子でした。



なぜ人は、この厳しいコースを走るのか

▼第35回巨峰の丘マラソン大会

9月15日、まだ夏の日差しが照り付ける中、起伏が厳しい牧丘町のコースをランナー2383人が駆け抜けました。

「コースは厳しいが、とても良い大会。また次回も参加したい」「おもてなしのマラソン大会に感謝です」と、リピーターも多く、この日も、沿道から「頑張って」の声援や、自宅のホースからランナーに水をかけてあげるなど市民の皆さんのサポートがこの大会の人気につながっているよう。ゴール後、ランナーは、美味しい巨峰を堪能しました。

みんなの掲示板

紅葉新祭

日時 11月3日(日) 午前11時～正午
会場 大嶽山那賀都神社 (三富上釜口617)
内容 かつて山で働く人たちが1年分の薪を奉納したという新祭。無病息災のご祈禱をします。ご祈願の人には神社手作りのぼた餅をお授けします。
主催 大嶽山那賀都神社
〒090-5433-2224

ファミリーコンサート

日時 11月10日(日)
開場：午後1時 開演：午後2時
会場 山梨県笛吹川フルーツ公園くだもの広場
内容 吹奏楽の演奏会
経費 無料
主催 山梨市民吹奏楽団
〒090-1463-7544

気をつけよう…悪質商法！

日時 11月17日(日) 午前10時～11時30分
会場 街の駅やまなし B会議室
内容 悪質商法が多発かつ巧妙化している中で、悪質商法に関する勉強会を行います。市民の皆さんも一緒に勉強してみませんか。
対象 視覚障がい者とその家族および市民
定員 30人(要申し込み)
〒090-6909

フィールドミュージアムウォーク

日時 11月10日(日) 午前9時～正午(予定)
内容 上神内川地区周辺の古墳や社寺などの文化財を散策します。
集合場所 万力公園 根津像前
経費 保険代100円
申し込み 不要
〒090-3210-1620

Dreamers 参加者募集

ダンス、歌、楽器演奏、芝居などあなたが頑張っているパフォーマンスを舞台上で発表しませんか。
日時 3月15日(日) 午後1時～4時
場所 甲州市民文化会館 大ホール
対象 園児～高校生(峡東地域) 個人またはグループ
経費 無料
申し込み 12月10日(火)まで
〒090-5764-4428

ブドウの鉢植えをいただきました

▼加納岩果実農業協同組合から鉢植えの贈呈

9月17日、今年も一房20cmもの大きさが見事なシャインマスカットの鉢植えを加納岩果実農業協同組合からいただきました。

今年は、長雨などの影響で県内の桃やブドウなど果実の発育に大きな影響がありましたが、このシャインマスカットはハウス栽培のため、ここまでの大きさに育てることができたとのこと。鉢植えは市役所東館1階に12月頃まで設置予定です。来庁の際にはぜひご覧ください。

♥♥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、広報紙への掲載について承諾をいただいた人・団体のみを紹介しています。

▼学校教育資金として

故 鈴木 茂 様のご遺志として
鈴木 順子 様(北) ……200,000円

▼教育行政資金として

故 望月 澄子 様のご遺志として
望月 好也 様(北) ……100,000円

▼窪平保育園へ

日下部交通安全協会諏訪支部 ……避難車1台

地域包括支援センターだより

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



健康サポーターになろう！ 健康サポーター養成講座

無料!

高齢者の社会参加を促し、フレイル予防・介護予防の担い手となり活躍できる人を養成します。

- 12/9：市の概況 / なぜ介護予防が大切なの？ / 体操の体験
 - 12/16：関節・筋肉の動き / 足の筋トレとストレッチ①
 - 12/23：歩くときに使う筋肉 / 足の筋トレとストレッチ②
 - 2020/1/20：立ち上がりの動作を学ぼう / お尻の筋トレとストレッチ&スクワット
 - 1/27：腰痛と腰の筋肉について / 背中・腰・膝の筋トレとストレッチ
 - 2/3：加齢でなくなる筋肉は？ / 筋トレとストレッチのまとめ
 - 2/10：教室の流れについて / 筋トレとストレッチを人に伝えよう
 - 2/17：筋トレとストレッチを組み合わせる人に伝えよう
- ※毎月曜日、10:00 ~ 11:30

■市内在住 65歳以上で8講座全て参加できる人が対象、先着20人

申し込み・問い合わせ 地域包括支援センター ☎ 0553-23-0294

みんなでたすけ愛♡ 認知症高齢者「声掛け訓練」

いなくなつてから時間が経つほど発見が難しくなり、ご本人も強い不安や交通事故などの危険にさらされます。「認知症になつても住み慣れた山梨市で安心して暮らせる」ように、ぜひ訓練にご参加ください!

11/28(木) 9:30 ~ 11:30
岩手公民館

訓練内容

- 公民館での訓練
 - 研修「認知症の正しい理解について」市包括支援センター「捜索に当たって心がけること」日下部警察署
 - 寸劇「声のかけ方を学ぶ」市認知症キャラバンメイト
- 伝達訓練

認知症サポーターの印
「オレンジリング」を
お渡しします!



「認知症ほっとスペース」のお知らせ 11月

認知症の人とその家族の皆さんが集う場です。日ごろの悩みに専門スタッフが対応します。

対象 認知症に興味がある人はどなたでも

内容 認知症あるある、認知症予防の運動、相談会

開催日	時間	場所
8日(金)	14:00 ~ 15:30	街の駅やまなし 会議室 B 担当: 愛の家、湯苗田

地域元気あつぷ教室 11月

会場	開催日	時間
市保健センター	20日(水)・29日(金)	13:30 ~ 15:00
加納岩公民館	5日(火)・19日(火)	10:00 ~ 11:30
老人健康福祉センター	6日(水)・20日(水)	10:00 ~ 11:30
日下部公民館	1日(金)・15日(金)	13:30 ~ 15:00
地域密着型介護福祉施設カインドネスケア	5日(火)・19日(火)	13:30 ~ 15:00
日川公民館	14日(木)・28日(木)	13:30 ~ 15:00
山梨公民館	6日(水)・20日(水)	13:30 ~ 15:00
岩手公民館	1日(金)・29日(金)	13:30 ~ 15:00
水口高齢者ふれあいプラザ	20日(水)	10:00 ~ 11:30
北公会堂	29日(金)	13:30 ~ 15:00
牧丘町総合会館	13日(水)・27日(水)	13:30 ~ 15:00
三富基幹集落センター	7日(木)・21日(木)	10:30 ~ 12:00
市川公会堂	15日(金)	13:30 ~ 15:00

もの忘れ相談

内容 認知症の早期発見・予防、支援方法などの相談
日程 11月7日(木) 13:30 ~ 15:00 ※要予約
場所 市役所東館1階相談室
担当 中澤 良英 医師

いきいき元気あつぷタイム

健康づくりなどに関する情報や体操をCATVの10チャンネルで毎日放映します。
放映時間 9:30 ~、16:30 ~

医療と介護のなんでも相談

病気の治療、在宅療養、介護サービスの利用のことなどサポートやまなしのスタッフが対応します。

日時 毎週火曜日 9:00 ~ 12:00
会場 東館1階 情報公開コーナー
担当 第1・3・5週 医師
第2・4週 ソーシャルワーカー
※週の担当者は変更する場合がありますので、お問い合わせください。

気軽に
ちょっと話して
みませんか?



山梨市立図書館 Yamanashi City Library

9:00~19:00
TEL: 0553-22-9600
FAX: 0553-23-3506



イベント event

おはなしの広場

スライドフィルムでのおとぎ話の上映や、あそび歌など。楽しい「おはなし」がもりだくさん!

- 日時 11月2日(土) 13:30 ~ 15:00
- 場所 市民会館4階401会議室
- 対象 幼児から小学校低学年
- 費用 無料



作家 藤原緋沙子さん講演会 「歴史時代小説で何を伝えたいか」

「第33回山梨県図書館大会」において、笛吹市在住の作家・藤原緋沙子さんの講演会を開催します。お気軽におこしください。

- 日時 11月29日(金) 10:30 ~ 12:00
- 場所 市民会館ホール ●費用 無料 ●申込み 不要

11月のおはなし会

時間はいつでも午前10時30分から。図書館2階おはなしコーナーで待ってるよ!

- 12日(火) 乳幼児向け (チェリー)
- 17日(日) 親子向け (英語絵本読み聞かせ・ぴーち)
- 23日(土) 幼児向け (くれよん)
- 26日(火) 乳幼児向け (ぐれーぶ)



11月の休館日は…5日(火)、6日(水)、11日(月)、18日(月)、25日(月)。
11月4日(月)は閉館します。
暖かい図書館で読書をしませんか。



おすすめ recommended

一般書

たそがれダンサーズ 桂 望実:著
人生後半戦を迎えた男たちの新しいステージは、おじさんだけの社交ダンス!さまざま理由で集まった曲者ぞろいの初心者たち。それを指導する講師の米山は、不思議なくらい無気力で…。個性あふれる中年世代の、出会いと躍動の物語。

まちの居場所 日本建築学会:著
福祉施設やフリースクール、コミュニティカフェといった「まちの居場所」。

2012年から現在までの「まちの居場所」研究の成果をまとめるとともに、それらをどのように支援し継承していくかを考える。

児童書

科学者の目 新版 かこさとし/絵と文
優れた業績を残した科学者の目とは。絵本作家かこさとしが、豊かな科学知識を生かして書き上げた科学者の伝記集。ニコラス・コペルニクス、木村栄など、人類の歩みに欠かせなかった41人の目にまつわる話を収録。

きんぎょのびじゅつかん 松沢陽士:写真 高岡昌江:文
真っ赤な体。白地に赤の模様。暗闇のような黒や灰色がかつた青…。魚なのに、海にも川にもいない、きれいな金魚たちの秘密とは?美術館で絵を楽しむように、金魚の美しさを味わえる写真絵本。

主な新着図書

小説	
遠い他国でひょんと死ぬるや	宮内 悠介
写楽とお喜瀬	吉川 永青
medium	相沢 沙呼
スナック墓場	嶋津 輝
空は逃げない	まはら 三桃
文学・エッセイ	
泣きたくなるほど嬉しい日々に	尾崎 世界観
ジューズの世界	森村 たまき
名探偵の密室	クリス・マクジョージ
児童・一般・その他	
井上陽水英訳詩集	ロバート・キャンベル
齋藤孝のざっくり!万葉集	齋藤 孝
すんだことはすんだこと	ワンダ・ガアグ
モンスターだって、はをみがく!	ジェシカ・マルティネロ
たまごにいちゃんとたまごじいさん	あきやま ただし

安全×安心

交通安全スローガン
「乗せるのは 君の宝と その未来」



専門交通指導員の ワンポイント・アドバイス

携帯電話などによる「ながら運転」厳罰化 令和元年12月1日 施行予定

道路交通法一部改正で厳罰化される「ながら運転」(携帯電話使用等)とは……

- ①携帯電話などを手に持って通話した
- ②携帯電話などを手に持って画面を注視した
- ③カーナビやカーテレビなどの画面を注視した(事故などの場合に限る)

厳罰化1 事故などを起こさなくても、 懲役刑を受ける可能性があります！

「ながら運転」によって交通の危険(交通事故など)を生じさせなかった場合でも、懲役刑の適用があります。(6カ月以下の懲役または10万円以下の罰金)

厳罰化2 事故を起こした場合は、即、罰則が適用されます！

「ながら運転」によって交通の危険(交通事故など)を生じさせた場合、反則金が適用されず、即罰金(または懲役)が適用されます。(1年以下の懲役または30万円以下の罰金)



図総務課行政担当 内線 2456



「こんにちは、日下部警察署です。」

☎0110

犯罪被害者週間 11/25(月) ~ 12/1(日)

犯罪による被害は、犯罪そのもので心や身体が傷つくだけでなく、被害者・ご家族・ご遺族はその後の生活で多くの困難に直面します。また、周囲の理解不足によって被害者をさらに傷つけることもあります。犯罪被害者が置かれている状況へのご理解をお願いします。

警察では、各種相談窓口を設置しています。

各種相談窓口	電話番号
山梨県犯罪被害者支援等総合支援窓口	055-223-4180
警察総合相談室	055-233-9110、#9110
性暴力110番	055-224-5110、#8103
児童・青少年相談	055-235-4444 (月~金 8:30-17:00)
日下部警察署安全相談	0553-22-0110
(公社)被害者支援センターやまなし	055-228-8622
やまなし性暴力被害者サポートセンター	055-222-5562

秋山登山は安全に！

- 陽の高いうちの下山を！
早めの下山を心掛けてください。
- 落ち葉によるスリップ事故に注意
落ち葉は滑りやすいので、確実に歩行しましょう。
- 熊の遭遇対策
熊による遭難に注意！熊よけの鈴に頼らず、複数で入山しラジオなどを持参して熊を近付けないでください。
- キノコ狩りも登山目的のひとつ
登山計画書の提出に努め、家族へ場所を伝えましょう。
- 照明具、防寒着、スマホも忘れずに！
雨具・非常食・水分・照明具・防寒着・スマホを忘れずに。
- 登山計画書の提出を！
「コンパス」でオンライン登録できます。
- スマホで位置情報の確認
救助に備え設定をONに！



コンパスの登録・詳細は左のQRコードから

各種相談



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、人権擁護委員、民生児童委員、心配ごと相談員、消費生活協力員が相談に応じます。	11/15(金) 13:30~16:00 牧丘支所 相談室	総務課行政担当 内線 2456
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)、身分証明書をお持ちください。	【夜の部】11/1(金) 18:00~20:30(受付は20:00まで) 市民会館3階 展示室 【昼の部】11/16(土) 14:00~18:00(受付は17:00まで) 市民会館4階	地域資源開発課 まちづくり担当 内線 2373
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聴いてほしい。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の相談に応じます。予約制。	◆精神保健福祉士：11/27(水) 9:30~、10:30~、13:00~、14:00~ 各時間帯1人ずつ	健康増進課健康支援担当 内線 1167 福祉課障害福祉担当 内線 1137 介護保険課地域包括支援担当 内線 1228
不動産相談	不動産全般に関する相談。	11/20(水) 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。事前に連絡いただくとスムーズに行えます。	11/27(水) 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)
パソコン・スマホ・タブレット 困りごと相談	パソコン・スマートフォン・タブレットの操作方法に関する相談。申込不要。相談料無料。講師：ちどりネット(主催：山梨市中央公民館)	11/2(土) 13:00~15:00 市民会館3階 301会議室	生涯学習課生涯学習担当 内線 2326 市民会館☎@9611
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、適正や希望にあたって職場への職業紹介を行っています。	月曜日~金曜日 (祝日・年末年始を除く) 午前9時30分~午後5時 市役所東館2階 地域職業相談室	市ふるさとハローワーク (市地域職業相談室) ☎@1358
生活相談	生活に困っている、仕事が見つからない、将来が不安、住む所がないなど、生活に関する相談。	月曜日~金曜日 (祝日・年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分 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 (東館1階、内線1130)
消費生活相談	電話詐欺や訪問販売などによる悪質商法、スマートフォンやパソコンによるワンクリック詐欺、情報通信料の架空請求など。専門の相談員が消費生活に関する相談に応じます。山梨市民・甲州市民対象。	◆山梨市：火曜日 市役所西館3階 消費生活相談窓口 ◆甲州市：水曜日 甲州市役所 (祝日・年末年始を除く) 9:00~16:00 (正午~午後1時は休み)	◆山梨市 商工労政課商工労政担当 内線2364 ■甲州市 甲州市役所☎@2111
税理士 税金無料相談	相続税、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。	11/7(木) 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
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。要予約。1人40分以内。書類の作成指導や審査は行いません。	11/15(金) 13:00~16:00 街の駅やまなし	山梨県司法書士会 総合相談センター ☎055-253-2376
子ども夫婦 なんでも相談会	離婚、親権、監護、養育、虐待、非行、不登校、退学・停学、いじめ、学校事故などの相談に、臨床心理士・弁護士が応じます。	11/30(土) 13:30~16:30 (当日受付16:00まで) 山梨県弁護士会館 ※面談相談と電話相談があります。	山梨県弁護士会 ☎055-235-7202
無料 調停相談会	生活の中で生ずる身近なトラブル(金銭トラブル、離婚、親族間紛争、土地建物問題など)の相談に、民事・家事調停委員が応じます。予約不要。	11/16(土) 10:00~16:00 (当日受付15:30まで) 甲州市役所1階市民活動室	甲府地方裁判所事務局 ☎055-235-1133

PICK UP

world

広報でたのしむ
ドイツ文化

ドイツの面白い文化



日本では、誕生日を迎えた人が家族や友人からお祝いされることが通常ですが、ドイツでは誕生日を迎えた本人が自ら誕生日パーティを企画し、家族や友人を招待します。また、驚くことに、その飲食代は全て本人負担です。ただし、招待された友人たちはプレゼントを用意するそう！

誕生日会を開催しない場合でも、ケーキを焼いて学校や職場に持って行く人も多くいます。自分の誕生日には周囲の親しい人に感謝の気持ちを示すことがドイツ流なのだそうです。

ドイツ語講座

グート Gut.
良いですね
ゼアーグート Sehr gut. とても良いですね

シュレヒト Schlecht.
良くありません

イッヒ ビン フロー Ich bin froh.
私は嬉しいです

ハーベン ズィー アイン ホビー Haben Sie ein Hobby?
趣味はありますか

マイン ホビー イスト レーゼン Mein Hobby ist Lesen.
私の趣味は読書です

INFORMATION PICK UP

health

つくってみろし。食育レシピ vol.97
ほうれん草と豚ひき肉のナムル



日川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 196kcal たんぱく質 12.6g
脂質 14.4g 炭水化物 4.2g 食塩 1.2g
(栄養価は1人分)

材料：4人分
ほうれん草 2束 こしょう 少々
豚ひき肉 200g おろしにんにく 適量
ごま油 小さじ4 しょうゆ 大さじ1
塩 小さじ1/2 白いりごま 大さじ2

- ほうれん草を茹で、水にさらす。水気をよく切り、5cm程度の幅に切る。
- フライパンにごま油を入れて熱する。ひき肉を入れて炒め、塩・こしょうをする。
- ボールに①②、おろしにんにく、しょうゆ、白いりごまを入れ、よく和えて器に盛る。

POINT ほうれん草には各種ビタミン、鉄、カルシウム、などの栄養成分を多く含まれています。



たのしい おいしい 和みのまち 山梨市をめざして

毎月第1日曜日は「家族や仲間と楽しく、和やかに食卓を囲む日」です。今月は11月3日(日・祝)です。

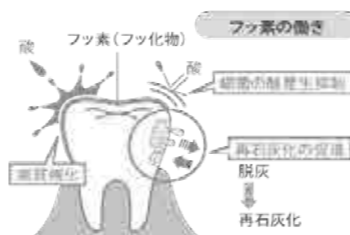
INFORMATION PICK UP

health

ライオンちゃんのお口と体の健康トーク
「フッ素」でできるむし歯予防とは？

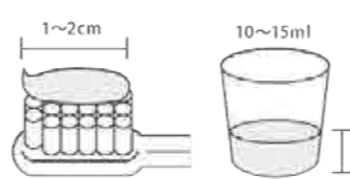
近年よく耳にするようになった「フッ素」ですが、具体的には以下の3つの働きがあります。(右図参照)

- 歯から溶け出したカルシウムやリンなどの「再沈着(再石灰化)」を促進する。
- 歯質を強化し、酸に溶けにくくする。
- むし歯原因菌の働きを弱め、酸の産生を抑える。



フッ素を配合したハミガキ剤の効果的な使い方 - 大人の場合 -

- 1~2cmのハミガキ剤をつける。
- ハミガキ剤を歯全体に広げ、2~3分は歯をみがく。
- ハミガキ剤をできるだけ吐き出す。
- 10~15mlの水で、5秒程度のブクブクうがいを1回行う。



今日も愛する。情報提供 ライオン株式会社
ライオンは山梨市の森づくりと市民の健康づくりを応援しています。

子どもと子育てのページ
Kid's World

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。

11月は児童虐待防止推進月間です。



虐待を受けたと思われる子どもがいたら。
あなたが出産や子育てに悩んだら。
子育てに悩む親がいたら。

児童相談所全国共通
3桁ダイヤル
いちちはやく 189

山梨市子育て支援課
家庭児童相談室
山梨市役所東館1階
22-1111 内線 1157

親子で料理を楽しもう！
「親子料理教室」開催

基本的な調理方法を学ぶ、毎回人気のこの教室。季節のパスタなどを作ります。

《日時》11月16日(土) 10:00~12:00

《場所》夢わーく山梨 料理実習室

《内容》調理実習(きのこの醤油パスタ、切り干し大根のサラダ、レタスとベーコンのスープ)

《対象》5歳から中学3年生までの親子・祖父母 15組

《参加費》無料

《持ち物》エプロン、三角巾、筆記用具
《申込み》11/8(金)まで / 電話または窓口

☎ 健康増進課健康支援担当内線 1164~1166



親子でおやつも作っちゃおう！
「親子おやつづくり教室」開催

親子で楽しくおやつを作りませんか。お父さんの参加も大歓迎です！

《日時》11月30日(土) 10:00~12:00

《場所》夢わーく山梨 料理実習室

《内容》調理実習(簡単エッグタルトなど)

《対象》3歳から小学6年生までの親子・祖父母 15組

《参加費》無料

《持ち物》エプロン、三角巾、筆記用具
《申込み》11/22(金)まで / 電話または窓口

☎ 健康増進課健康支援担当内線 1164~1166



歌と遊びのクリスマスプレゼント
「鈴木翼・gaagaaS ファミリーコンサート」開催

あそび歌作家の鈴木翼さんとあそび歌ユニットのgaagaaSが山梨市にやってきます！
家族みんなで楽しめるクリスマスコンサートをお届けします。お早めにお申し込みください。

日時
12月21日(土) 13:30~15:30
開場 13:00

会場
山梨市民会館 ホール

参加費
無料

対象・定員

小学6年生までの子どもと家族
430人※定員になり次第、受付終了

申込み

方法：電話または窓口
期間：市内在住の人…11/5(火)から
市外在住の人…11/25(月)から
☎ 子育て支援課子育て支援担当内線 1155・1156

《gaagaaS ガーガーズ》
ギター・まつむらしんごととキーボード・別府のどかによるキッズミュージックユニット。元気あふれるステージを行っている。

《鈴木 翼》
「エビカニクス」のケロボンズや佐藤弘道お兄さんと共演！「みんなDEドローモ！」でおなじみのあそび歌作家。

「山梨市生涯学習達人バンク」 をご利用ください！

「何かを学びたい」「誰かに教えてもらいたいけれど、どうやって探せばよいかわからない」とお困りのことがあると思います。市では、『生涯学習達人バンク登録者（指導者）』の中から、学びの活動に合った講師を紹介します。講師や指導者をお探しの人は、ご利用ください。

▶**学びの分野**：教育・芸術・文化・スポーツ・趣味など（活動例：手芸、ダンス、ストレッチ、呼吸法など）
※登録者（指導者）名簿は、生涯学習課、各支所にあります。また市のホームページでも公開しています。

▶**利用できる人・団体**：
・市内在住または在勤の個人
・学校など教育機関または公民館など社会教育施設
・市内在住または在勤の人が3人以上在籍する団体
・その他教育委員会が認めた人または団体

▶**利用方法**：
・利用申請書に必要事項を記入の上、活動予定の14日前までに生涯学習課まで提出してください。利用申請書は生涯学習課窓口・各支所・各公民館にあります。また、市のホームページからもダウンロードできます。
※指導者（達人バンク登録者）も募集しています。学びの場で、ご自身の経験を生かしてください！詳しい内容は下記までお問い合わせください。
☎生涯学習課生涯学習担当 内線 2326

「集まれ、乙女高原刈りボランティア 第20回乙女高原の草原を守る」

乙女高原の自然を次の世代に確実に譲り渡すため、多くの皆さんのご協力をお願いします。

▶**日時**：11/23（土・勤労感謝の日）9:30～
※小雨決行。荒天時は11/24（日）

▶**集合場所**：乙女高原グリーンロッジ前


▶**持ち物**：弁当、飲み物、雨具、おわん、はし（豚汁用）、お持ちの人はカマ

▶**参加費**：無料（保険は主催者で加入）

▶**作業内容**：
・草原内の枯れ草の刈り取り
・刈った草の運び出し
・遊歩道のロープ回収
・草原内のゴミ拾い
・キッズボランティア（子ども向けプログラム）

▶**注意**：
・一般参加の皆さんは、刈り払い機の使用をご遠慮ください。
・駐車スペースが少ないので、なるべく乗り合わせておいでください。
・路上駐車は、ご遠慮ください。

▶**申込**：下記まで
☎観光課観光施設担当 内線 2143



「山梨南中学校 有価物回収事業 にご協力をお願いします」

山梨南中学校では、有価物回収事業を実施します。本校後援会役員・PTA役員・生徒たちが各地区で回収をします。地域の皆さんのご協力をお願いします。

▶**対象地区**：山梨南中学校区

▶**日時**：11/30（土）8:30～12:00
※雨天の場合は12/1（日）に実施

▶**取扱品目**：新聞紙、新聞のチラシ、雑誌、ダンボール、紙パック、古着

▶**回収方法**：品目別に分け、ひもなどでしばり、当日8:30までに各家庭の道路沿いなど、目に付きやすい場所に出してください。（本年度もリサイクルステーションに出すことのできる古着について回収します。透明・半透明のビニール袋に入れて出してください。）中村地区は共選所前に出してください。
☎山梨南中学校 ☎0173 担当：窪田

「第40回甲府矯正展」

甲府刑務所と甲府少年鑑別所では、地域の皆さんに施設の理解を深めてもらうため、甲府矯正展を開催します。

▶**日時**：11/23（土・祝）9:00～15:00

▶**会場**：甲府刑務所（甲府市堀之内町500）

▶**内容**：施設見学、矯正広報パネル展示、ミニコンサートなどのイベント、刑務所作業製品の展示即売
☎甲府刑務所企画部門（作業）☎055-241-8311

「11月は「子供・若者育成支援強調月間」です



☎生涯学習課生涯学習担当 内線 2325

「子供・若者の育成支援のためご協力をお願いします」

11月は、内閣府が主唱する「子供・若者育成支援強調月間」です。期間中、全国的に子供・若者育成支援に関する諸事業、諸活動を集中的に実施します。市でも、のぼり旗などの広報活動を行うとともに、関係団体と連携を図り、子供・若者の健全育成事業を推進していきます。

「健全で安全な社会環境づくりの推進」
・自分から「おはよう」「ありがとう」などのあいさつ、声かけを行いましょう。
・インターネット、スマートフォンの適切な利用について、家庭でのルールを作ってみましょう。

「明るく温かい家庭づくりの推進」
・早寝、早起き、そして朝ごはんをしっかり食べましょう。
・毎月第一日曜日は「家庭の日」です。家族で出かけたり、家族みんなで話をしてみましょう。

「非行防止と心豊かな社会づくりの推進」

・大人が変われば子供も変わります。大人は日頃の行動、言動を見直しましょう。



「自主活動・社会参加活動の推進」

・ボランティア活動、地域活動へ参加しましょう。


「山梨市子供・若者育成支援推進大会を開催します」

▶**日時**：11/17（日）13:30～
▶**場所**：夢わーく山梨 3階 大集会室

▶**内容**：
・「家庭の日」啓発作文表彰・朗読
・少年の主張県大会優秀者朗読
・記念講演 「みんなで考えよう、スマートフォン」（14:30～）
※どなたでも参加できます。

「税 税務課からのお知らせ」

■市税などの「PayPay請求書払い」開始
電子マネー「ヤフーアプリ収納」が事業譲渡により、「PayPay請求書払い」になります。納税方法は、PayPayアプリを使用して、納付書（納税通知書）に印刷されたバーコードをスマートフォンなどのカメラで読み取り、納付します。納付に係る手数料は無料ですが、データ通信料が必要になります。
詳しくは、PayPayガイドページ（<https://paypay.ne.jp/>）をご覧ください。


■ペイジー口座振替受付サービス
預貯金キャッシュカードを利用して市税の口座振替の手続きができます。これまでは、山梨中央銀行、甲府信用金庫、山梨信用金庫、ゆうちょ銀行の4金融機関がこのサービスに対応していましたが、12月2日（月）からフルーツ山梨農業協同組合のキャッシュカードをお持ちの人も対象となり、印鑑が不要で税務課の窓口で手続きが行えます。

■市税などには徴収猶予制度があります
災害、病気、事業の廃止など、一定の要件に該当すると認められた場合は、1年以内の期間に限り徴収猶予を受けることができます。猶予を受けるためには、「徴収猶予申請書」の他に猶予に該当する事実を証明する書類などの提出が必要になります。詳細はお問い合わせください。

☎税務課収納担当 内線 1122～1124

「第5回山梨市ソフトバレーボール大会（フリーの部）」

▶**日時**：1/12（日）8:30
▶**会場**：石原なち子記念体育館

▶**参加資格とチーム構成**：
・チームに市内在勤、在住者が1人以上いること。
・年齢条件はコート内4人の合計が180歳以上。
・男女混合各2人がコートにいること。
・参加チームは18チームを予定。


▶**参加料**：1チーム1,000円
▶**申込締め切り**：12/15（日）※抽選は当日行います。

▶**主催**：市ソフトバレーボール連盟
▶**申し込み**：FAX☎5035 田中まで（申込用紙は市民総合体育館にあります）
☎市ソフトバレーボール連盟
会長 関口☎090-9141-8235
競技部長 古屋☎090-7427-8115

「消費税率の引き上げに伴い 公共施設の使用料などが変わりました」

☎財政課経営管理担当 内線 2425・2426

10月1日から消費税率（地方消費税率を含む）が8%から10%に引き上げられました。これは、増大する社会保障の持続性と安心の確保などを趣旨とする「社会保障と税の一体改革」に伴うものです。消費税は最終的にサービスを受ける利用者に負担していただくことを予定している税であり、消費税率の引き上げに伴い、公共サービスの提供に必要な経費にかかる消費税の負担も増加します。このため、消費税の課税対象となる公共施設の使用料や水道料金などについて、消費税率の引き上げ相当分（2%）の料金改定を実施しました。対象となる使用料などは、下表のとおりです。詳しくは、表内の各担当課にお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。



対象となる使用料など	問い合わせ
市有地などの使用料	管財課（内線 2347）
街の駅やまなし（会議室など使用料および電動アシスト付きレンタサイクル使用料）	街の駅やまなし☎7010 地域資源開発課（内線 2374・2375）
老人健康福祉センター（使用料）	老人健康福祉センター☎9616 福祉課（内線 1132・1133）
夢わーく山梨（会議室など使用料）	夢わーく山梨☎3111 商工労政課（内線 2362・2363）
鼓川温泉（入浴料金）	鼓川温泉☎4611 観光課（内線 2145・2146）
花かげの湯（入浴料金および個室使用料）	花かげの湯☎4126 観光課（内線 2145・2146）
広瀬湖ふるさと記念館（使用料）	観光課（内線 2145・2146）
道の駅みとみ（施設使用料）	道の駅みとみ☎2580 観光課（内線 2145・2146）
道の駅まきおか（施設使用料）	道の駅まきおか☎4780 観光課（内線 2145・2146）
三富久渡の沢つり場（利用料金）	道の駅まきおか☎2580 観光課（内線 2145・2146）
市民会館（会議室など使用料および器具使用料）	市民会館☎9611
牧丘町総合会館（会議室など使用料）	牧丘教育事務所☎3111
花かげホール（ホールなど使用料および設備器具使用料）	牧丘教育事務所☎3111
市民総合体育館（アリーナなど使用料および設備使用料）	市民総合体育館☎5600
石原なち子記念体育館（使用料）	生涯学習課（内線 2331・2333）
市民スポーツ広場（使用料）	生涯学習課（内線 2331・2333）
屋内温水プール（使用料）	屋内温水プール☎5211
牧丘B&G海洋センター（アリーナなど使用料）	牧丘B&G海洋センター☎4411
夜間照明施設（使用料）	生涯学習課（内線 2331・2333）
中牧多目的集会施設、西保多目的集会施設（会議室など使用料）	牧丘教育事務所☎3111
三富基幹集落センター（会議室など使用料）	三富教育事務所☎2121
学校体育館等（使用料）	生涯学習課（内線 2331・2333）
根津記念館（主屋および庭園使用料）	根津記念館☎8250

対象となる使用料など	問い合わせ
水道料金・簡易水道料金（加入負担金、基本料金、水量料金、工事費）	水道課（内線 2118・2119）
下水道使用料	下水道課（内線 2123・2124）
市設置型戸別合併処理浄化槽使用料	下水道課（内線 2123・2124）

※経過措置の適用により使用されている期間に9月30日以前のもが含まれている場合は消費税8%のままとなります。

対象となる使用料など	問い合わせ
飼い犬の抑留手数料	環境課（内線 2253・2254）
道路占用料（占用期間1ヶ月未満）	建設課（内線 2232・2233）
甲府・峡東クリーンセンターごみ持ち込み手数料	甲府・峡東クリーンセンター☎055-266-7744

暮 消費生活相談窓口だより

消費税率引き上げに便乗した詐欺に注意
銀行の業界団体を名乗る男から、「消費税率増税の関係で、高齢者に社会保険料の一部が戻る事となった。通帳とキャッシュカードの番号を教えてください。お宅は4万円戻す」と電話があった。

<ひとこと助言>

- ・社会的に話題になっている出来事を悪用し、言葉巧みに近づく詐欺手口が見られます。今後、消費税率の引き上げに便乗した手口の発生が予想され、注意が必要です。
- ・金融機関や行政などが、消費税増税を理由に消費者個人に電話をかけてくることはありません。「お金が戻ってくる」などと言われても信用してはいけません。
- ・着信番号通知や録音機を活用し、知っている人以外の電話には直接出ないということもトラブルを避ける一つの方法です。
- ・不審な電話があったら、すぐに最寄りの警察やお住まいの自治体の消費生活センターなどにご相談ください（警察相談専用電話「#9110」、消費者ホットライン「188」）。

▶消費者ホットライン ☎ 188 (いやや)
「消費者ホットライン」は、電話番号「188(いやや)」にかけることで、最寄りの消費生活相談窓口をご案内し、窓口の存在や連絡先が分からない人の、消費生活相談の「最初の一步」をお手伝いするものです。

☎ 商工労働課商工労働担当 内線 2364

消費者ホットライン
☎ **188**
(いやや)



i クマにご注意ください!

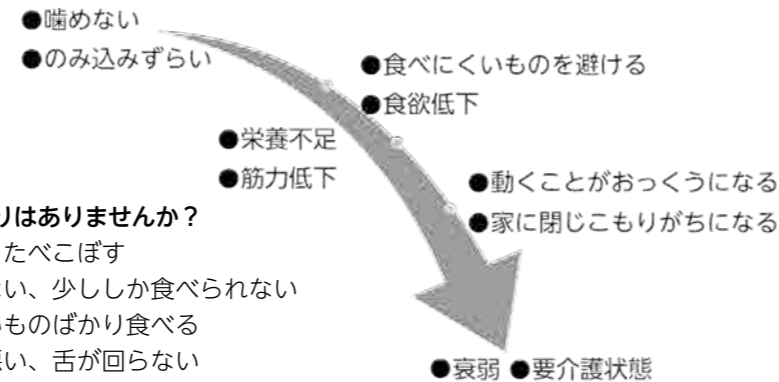
今年度、クマの目撃情報が市に多く寄せられています。クマにあわないよう、山に入る時や山間地に近い農地での作業中は、鈴やラジオなど音のするものを身に付けましょう。また、クマを寄せ付けないよう、生ごみや放棄果実などを屋外に放置しないようにしましょう。もし、市内でクマを目撃した場合は、日下部警察署または市農林課までご連絡ください。
☎ 農林課農林担当 内線 2213

健 75歳以上の人の
お口の健診が始まります

☎健康増進課
健康企画担当 内線 1162～1163
健康支援担当 内線 1164～1169

11月から75歳以上の人のお口の健診が始まります。健診では、虫歯や歯周病だけでなく、噛む、のみ込む、話す機能も確認します。いつまでもおいしく食べて、元気に笑って暮らすために、ぜひご利用ください。

■あなどってはいけない、口のまわりの“ささいな衰え”



- こころあたりはありませんか?
- むせる・たべこぼす
 - 食欲がない、少ししか食べられない
 - 柔らかいものばかり食べる
 - 滑舌が悪い、舌が回らない
 - お口が乾く、ニオイが気になる
 - 自分の歯が少ない、あごの力が弱い

■受診方法

- 1 市役所健康増進課に申し込む → 受診券を発行
 - 2 歯科医院を予約
 - 3 予約した日に受診する
 - 4 結果によって次の予定を計画する
 - ・問題なしの場合 → 定期的に健診を受ける
 - ・要指導の場合 → 市の教室や相談をご案内します
 - ・要治療の場合 → 歯科医院で治療を受けてください
- ※令和元年11月から令和2年2月までの間は、自己負担金が無料!



健 運動教室のお知らせ

☎健康増進課
健康支援担当 内線 1164～1169

寒いと家にこもりがち。寒い時期こそ運動教室へ行こう!
▶対象: 山梨市民 ▶場所: 市民総合体育館 ▶参加費: 無料
▶定員: 各教室 30人 ▶持ち物: 運動靴、飲み物、タオル

教室名	日時	内容
アロマストレッチ教室	12/5(木) 13:30～15:00	アロマオイルの香りに包まれながら身体の不調やゆがみを整えます。運動が苦手でも楽々簡単!
ズンバ教室	12/5(木) 19:30～21:00	さまざまなジャンルの音楽を融合させたダンス系の運動です。脂肪燃焼効果が期待できます!
	12/13(金) 19:30～21:00	

介 山梨市在宅医療・介護連携研修会
人生会議のすすめ ～もしものときのこころづもり～

誰でも、いつでも、命にかかわる大きな病気やケガをする可能性があります。「人生会議」とはもしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって話し合うことをいいます。自分らしく生きるために、もしもの時のためのこころづもりをしませんか。
▶日時: 11/29(金) 13:30～15:00
▶場所: 市役所 西館5階 501会議室
▶講師: 市立牧丘病院 小澤幸子医師
▶申し込み: 下記☎まで電話で申し込み。
☎ 市地域包括支援センター(介護保険課) ☎ 0294



i 「親向け 子どもの婚活支援セミナー」の開催

山梨県では、晩婚化が進んでいる昨今、わが子の結婚について不安を感じている親御さんなどを対象に、親として子どもの結婚活動の支援を行えるよう、スキルアップを図るためのセミナーを開催します。

▶日時: 11/16(土) 13:30～15:30 (受付 13:00～)
▶会場: 南都留合同庁舎 4階大会議室 (都留市田原2-13-43)
※8月から新庁舎に移転。

- ▶内容:
- (1) 講演「未婚の子どものために親ができること」
講師 入倉秀さん (山梨恋活コミュニティ代表)
 - (2) やまなし出会いサポートセンターの紹介
説明者 やまなし出会いサポートセンター長 高野和秀さん
 - (3) お悩み相談＆やまなし出会いサポートセンター体験会

▶参加対象:
・子の結婚について不安を感じている親御さん
・知り合いに結婚を希望する独身者のいる人
▶参加費: 無料
▶申込方法: 事前申し込みが必要です。(電話の場合)氏名、お住まいの市町村、電話番号を伝えてください。
☎ 055-223-1412

(婚活やまなし)ポータルサイトの場合、以下のURLの「お申し込みフォーム」から申し込んでください。
URL: <http://www.pref.yamanashi.jp/kekkon-portal/jigyoshirase/oshirase82.html>

▶締切: 11/11(月) 16:00
☎地域資源開発課 まちづくり担当 内線 2373



日川公民館管理人募集のお知らせ

- ▶応募資格: 健康で、公民館に住み込み可能な人
 - ▶募集人員: 1人(夫婦、家族での入居可)
 - ▶従事場所: 日川公民館(歌田596)
 - ▶条件: 謝礼月額27,800円、光熱水費無料 他
 - ▶管理内容: 公民館施設の開放・閉鎖および施設の点検、公民館施設・敷地内の整備・点検・清掃 など
- ※応募方法など、詳しいことはお問い合わせください。
☎生涯学習課生涯学習担当 内線 2326

i 県外の大学等に電車通学する皆さんへ
定期券の購入補助に係る申請はお済みですか?

市内に居住したまま県外の大学等へ電車を通学する学生に対し、定期券購入費補助制度を行っています。この制度を利用して、県外の大学等に進学しても山梨市に住み続けませんか。補助を受けるには申請が必要です。忘れずに申請を済ませてください。

- ▶補助対象者:
・山梨市に住所を有する人
・市から県外の大学等へ鉄道で定期券を利用して通学する人(回数券は対象外)
※申請に際して、市の意向調査に回答していただく必要があります。
※大学等とは、学校教育法に規定する大学院・大学・短期大学・高等専門学校等をいいます。

▶補助対象期間: 補助対象者が通学する大学等を卒業するまでの期間
▶補助金の額: 定期券購入費の2分の1の額(ただし月額上限2万円)
▶申請手続き: 次の書類を用意し、政策秘書課窓口で申請。

- ・交付申請書
 - ・在学証明書
 - ・定期券の額および定期券利用区間を証明するもの(補助の対象となる定期券の写しなど)
 - ・申請者と補助対象者が異なる場合は、その関係が分かる書類
 - ・意向調査の回答書(申請時などに調査票を配布します)
- ※交付申請書、意向調査の回答書は、政策秘書課窓口または市ホームページで取得できます。



☎政策秘書課政策調整担当 内線 2415・2416

i 各種証明書のコンビニ交付サービスが始まりました

☎市民課市民担当 内線 1142～1144

8月1日から、全国のコンビニエンスストアで、各種証明書が取得できるようになりました。

▶利用できる人: 市内に住所があり、マイナンバーカードを持っている人
※サービスの利用には、マイナンバーカードに「利用者証明用電子証明書」が付与されている必要があります。すでにカードをお持ちの人で、利用できるか確認する場合は、カードを持って本人が来庁するか、電話でお問い合わせください。

- ▶取得できる証明書:
・住民票の写し(謄本・抄本)(300円) ※現住所のみ記載。
・印鑑登録証明書(300円) ※事前に印鑑登録している必要があります。
・戸籍(謄本・抄本)(450円)、戸籍の附票(300円)
※山梨市に本籍がある人が取得できます。
・所得課税証明書(300円) ※最新の課税情報のみ。

▶利用場所: 全国のコンビニエンスストア(セブンイレブン、ファミリーマート、ローソンなど)にあるマルチコピー機で利用できます。
▶利用時間: 6:30～23:00
※毎年12/29～1/3は利用できません。
※コンビニ交付サービスの利用にはマイナンバーカードが必要です! まだ、お持ちでない人の交付申請をお待ちしています。



時計の修理・腕時計の電池交換受付中!
補聴器の間こえの相談など、安心の認定補聴器技能者が対応いたします

藤原時計店
山梨市一町田中 1085-1
お気軽にお電話ください
☎0553-22-0701

介 成年後見の相談は 成年後見支援センターに

介護保険課地域包括支援担当内にある「山梨市成年後見支援センター」は、以下のことを行っています。

▶**相談窓口**：成年後見制度の利用や手続きの方法など総合的な相談に対応しています。

▶**市民後見人の養成・活用**：市民後見人の養成・登録・活用を行い、今後増加が見込まれる成年後見制度の利用など、権利擁護のニーズに対応しています。

▶**普及啓発**：成年後見制度など、高齢者や脳に障害のある人の権利擁護のための制度や仕組みについて知るための機会づくりをお手伝いしています。

▶**関係機関との連携**：成年後見制度に係る弁護士・医師・司法書士・社会福祉士、家庭裁判所などと連携し、必要に応じて専門的助言や相談支援を行っています。

※成年後見制度は、認知症や精神障害、けがや病気による脳の障害などで判断能力が低下した人の権利擁護のため、法律的に保護・支援する制度です。

☒ 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 1227
FAX ☎ 0294 ※土日の FAX 23-2800

i シニア世代（55歳以上） 合同就職面接会を開催

▶**日時**：11/28（木）13:30～16:00

▶**場所**：ベルクラシック甲府 3階グレース（甲府市丸の内 1-1-17）

▶**対象**：シニア世代（55歳以上）の求職者
▶**内容**：企業ごとにブースを設け、求職者との面談によるフリーガイダンス方式
※求職者の事前申し込み、履歴書などは必要ありません。参加も無料です。

☒ やまなしシニア世代就労推進協議会
☎ 055-223-1777

i オール山梨空き家 セミナー&無料相談会

空き家をお持ちの人の悩みに、各種専門家が無料でアドバイスします。

▶**場所**：県立図書館（甲府市北口 2-8-1）

▶**日時**：11/16（土）

空き家無料相談会 13:30～16:30

▶**その他**：相談会は下記☒までお問い合わせのうえ、事前予約してください。

☒ 公益社団法人山梨県宅地建物取引業協会（〒400-0068 甲府市下小原町 237-5 山梨県不動産会館内）
☎ 055-243-4300
FAX 055-243-4301
URL <http://yamanashi-takken.or.jp/>

税 山梨税務署からのお知らせ

■決算説明会開催のお知らせ

税務署では、確定申告に向けて、決算説明会を開催します。

▶**説明事項**：

- 1 確定申告に当たっての留意点
- 2 帳簿の締め切り方および家事費・家事関連費と必要経費の区分の仕方など
- 3 収支内訳書または青色申告決算書の書き方
- 4 消費税などの決算・申告など
- 5 消費税の軽減税率制度
- 6 青色特別控除などの制度改正
- 7 その他、アンケートなど

▶**開催日時・会場など**：

開催日	時間	説明対象者	会場
12/3（火）	13:30～15:30	「事業所得」を有する人	笛吹市役所本館 3階 301 会議室 笛吹市石和町市部 777
12/6（金）	10:00～12:00	「農業所得」を有する人	山梨市役所西館 5階 501 会議室 山梨市小原西 843
	13:30～15:30	「事業所得」を有する人	

☒ 山梨税務署個人課税第 1 部門指導担当 ☎ 1411 内線 32

■年末調整等説明会および消費税の軽減税率制度説明会

給与の支払者を対象に、令和元年分年末調整等説明会を開催します。また、同日に消費税の軽減税率制度説明会を開催します。

▶**日時**：11/26（火）12:45～16:30（用紙配布 12:45～13:15、年末調整等説明会 13:15～15:45、消費税の軽減税率制度説明会 15:50～16:30）

▶**場所**：市民会館 303 会議室 ※事前申し込み不要

☒ 年末調整のしかたおよび源泉所得税関係について 山梨税務署法人課税第 1 部門源泉所得税担当 ☎ 1411 内線 62、消費税関係について 山梨税務署法人課税第 1 部門消費税等担当 ☎ 1411 内線 61、法定調書の作成と提出について 山梨税務署管理運営部門資料情報担当 ☎ 1411 内線 28、給与支払報告書の作成と提出および住民税について 市役所税務課市民税担当 内線 1125・1126

■ID・パスワードの出張発行を行います

マイナンバーカードやカードリーダーがなくても、税務署で事前に ID・パスワードを取得するとスマホやパソコンから確定申告ができるようになりました。この度、山梨市役所へ山梨税務署職員が出張し、ID・パスワードの出張発行を行います。ぜひ、この機会に ID・パスワードを取得してください。

▶**日時**：11/18（月）14:00～16:00

▶**場所**：市役所東館入口受付前 ※事前申し込み不要

▶**ID・パスワード発行の留意点**：ID・パスワードは税務署職員が本人確認を行った後、住所地に郵送します。運転免許証などの本人確認書類をお持ちのうえ、お越しください。当日は申請書の記入と本人確認のみですので、短時間で終了します。
※申請書を提出する際は代理で提出することはできませんのでご注意ください。

☒ 山梨税務署個人課税第 1 部門 ☎ 1411 内線 32
市役所税務課市民税担当 内線 1125・1126

i 介護就職デイ（福祉関係就職相談会） 開催のお知らせ

厚生労働省では、「11月11日」を「介護の日」と定め、全国のハローワークで介護分野の就職面接会やセミナーなどを実施します。ハローワーク塩山では、介護の仕事で就職希望の人を対象に就職相談会を開催します。当日は介護関係事業所が 24 社程度参加予定です。参加無料・予約不要です。面接を希望する人は必要部数の履歴書を持参してください。詳細はお問い合わせください。

▶**日時**：11/7（木）14:00～16:00（受付開始 13:30～）

▶**会場**：ベルクラシック甲府 3階（甲府市丸の内 1-1-17）

☒ ハローワーク塩山 ☎ 8609

健 高齢者のインフルエンザ 予防接種について

高齢者が受けるインフルエンザの予防接種費用の一部を助成します。高齢者がインフルエンザにかかると重症化する恐れがあります。流行前に予防接種を受けましょう。

▶**予防接種の対象者**：

①接種日当日に満 65 歳以上の人

②接種日当日に満 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）

※接種を受ける法律上の義務はなく、あくまでも、自らの意思で接種を希望する場合に限り接種を行います。

▶**助成期間**：10/1～1/31（期間厳守）

▶**回数**：一人 1 回

▶**接種医療機関**：市内の実施医療機関で体調のよいときに接種してください。市外の契約医療機関での接種を希望する場合は、健康増進課までお問い合わせください。（契約外の医療機関では受けられませんのでご注意ください。）

▶**助成額**：一人につき 2,500 円を市で助成します。各医療機関には、接種料金から 2,500 円を引いた金額を支払ってください。（各医療機関によって接種料金は異なります。）

▶**持ち物**：保険証、診察券、予診票、自己負担金など

▶**予診票の交付**：健康増進課・支所および市内医療機関で交付しています。

▶**予防接種ができない人**：

①明らかに熱のある人（一般的に 37.5 度を超える場合）

②急性の病気で内服治療を受けている人

③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

☒ 健康増進課健康支援担当
内線 1166～1169

健 献血へのご協力を お願いします

「献血」は血液を必要とする患者さんのために、健康な人が進んで血液を提供する、人の命を救える大切なボランティア活動です。次のとおり献血を行いますので、皆さんのご協力をお願いします。

▶**日時**：11/29（金）
9:30～11:30、12:30～15:30

▶**会場**：市役所東側駐車場

☒ 健康増進課健康企画担当 内線 1163

健 市成人健康診査を 実施します

☒ 健康増進課
健康企画担当 内線 1162～1163
健康支援担当 内線 1164～1169

11 月の成人健康診査日と、今後の健康診断の日程をご案内します。健診を受ける場合、事前予約が必要となりますので、下記の【予約方法】または広報やまなし 6 月号と一緒に配布した健康カレンダーを確認してください。
※毎年 1 回は健康診断を受診するようにしましょう。

健診日	予約受付期間	対象地区	健診機関	会場
★11/1（金）	予約受付期間は過ぎていますが、若干の空きがありますので、健康増進課へお問い合わせください。	山梨地域	厚生	保健センター
11/5（火）		市内全域	JA	保健センター
11/6（水）		市内全域	厚生	牧丘支所
11/10（日）		市内全域	厚生	保健センター
1/21（火）	12/24（火）～1/10（金）	市内全域	厚生	保健センター
1/24（金）	12/25（水）～1/14（火）	市内全域	厚生	保健センター
1/30（木）	1/10（金）～1/20（月）	市内全域	厚生	保健センター

★のついている健診日は送迎があります。

▶**事前予約**：保健センター会場・牧丘支所会場は事前予約が必要です。

【予約方法】上記予約受付期間内（土日祝除く）に健康増進課の窓口もしくは電話（内線 1162～1169）でお申し込みください。希望の受付時間、検査項目などをお伝えください。

【健診受付時間】① 8:30 ② 9:00 ③ 9:30 ④ 10:00 受付終了 10:30

送迎希望の人は、健診の予約時に合わせてお申し込みください。

※詳しい送迎時間・場所などは、健康カレンダーの 4 ページをご覧ください。

▶**検査項目**：

【基本の健診】（特定健康診査・基本健康診査）自己負担金 1,000 円
身体計測・血圧・尿検査・血液検査・問診・医師の診察が 1 セットの健診です。

基本の健診を受診できる人は、以下のとおりです。
① 40～74 歳の市国民健康保険加入者
② 39 歳以下の人のうち職場の健診が受けられない人
③ 後期高齢者医療保険加入者
④ 生活保護受給者
⑤ 社会保険被扶養者（要受診券）

【がん検診】（一部項目を除きすべての市民が対象です。）

※以下の項目から受診する検査を選べます。

- ・胸部レントゲン検査（肺がん・結核）…100 円
- ・胃部レントゲン検査（胃がん）…600 円※バリウム検査
- ・腹部超音波検査（腹部がん）…500 円
- ・便潜血検査（大腸がん）…300 円
- ・P S A 検査（前立腺がん）…400 円
※血液検査。51～74 歳の男性のみ
- ・喀痰細胞診検査（肺がん検診）…400 円
- ・マンモグラフィー検査（乳がん検診）…1,100 円
※ 41～74 歳の女性
※ 11/5・6・10、1/24・30 のみ実施。
- ・骨密度検査（骨粗鬆症）…200 円
※ 69 歳以下の女性（過去 2 年間受診していない、治療または経過観察中でない人）
※ 11/5・6・10、1/24・30 のみ実施。

24 ページの
医療費に関する
情報も
要チェック！



Dr. しげ

ご存知ですか？ 健幸得々 キャンペーン

① 国保加入の次の人は【基本の健診】の自己負担金が無料！
・2 年以上特定健診未受診の人を誘った人と、誘われた人
※事前申し込み必要
・昨年度 40 歳、50 歳、60 歳になった人

② 抽選で 40 人に、市商工会で使える 5,000 円の賞品券をプレゼント！（21 歳以上）

講 夢わーく山梨の講座

■筆ペンで手書きの年賀状・カレンダー作り講座

最近パソコンで簡単にできてしまう年賀状。宛名さえも書くことが少なくなってしまいました。大切な人に送る年賀状です。あなたの心のこもった手書きの年賀状を出しましょう。自分の字に自信が持てないという人も、講座を受講すれば美文字の年賀状も夢ではありません。世界に一つのカレンダー作りも楽しみましょう！

▶日時：11/12(火)・19(火)
13:30～15:00

▶会場：夢わーく山梨 会議室B

▶講師：鈴木馨伽さん

▶参加費：1,000円 ▶定員：15人

▶持ち物：筆ペン

▶申込方法：11/1(金)から下記で電話か窓口受付 平日9:00～17:00

☎夢わーく山梨 ☎@3111

講 アロマヨガ&ボディメンテナンス～ココロとカラダの若返り～

月に1度テーマに合わせて、心地よいアロマの香りに包まれながらヨガやセルフマッサージなどで心身のバランスを整えます。ヨガの経験のない人、体の硬い人でも、安心して無理なく行えるように簡単なポーズから始めていきます。お一人でもお気軽にご参加ください！

▶日時：11/24(日)10:00～11:00

▶場所：市民総合体育館

▶テーマ：美しい姿勢でゆがみ改善

▶講師：吉澤ゆきのさん

▶受講料：1,000円(税込)

▶持ち物：ヨガマット(無料貸し出しあり)、水分補給用の飲み物、バスタオル

▶申し込み：下記まで

☎市民総合体育館 ☎@5600

募 桃やぶどうの伐採樹木(薪の原木)を収集します！

市では、桃やぶどうを植え替えるときに出る伐採樹木を薪ストーブの利用者に燃料として有効活用していただく取組を進めています。11月から薪の原木になる伐採樹木の収集を開始します。時間調整を行いますので、前日までに必ずお申し込みください。詳しくは下記までお問い合わせください。

▶日程：11/18、12/16、1/20、2/17(全て月曜日)

▶会場：申込み時にお伝えします。

☎環境課新エネルギー推進担当

内線 2253・2254

講 講座「現代に生きる古典～徒然草～」受講生募集

市文化協会山梨地区古典文学部の主催で「徒然草」について学ぶ講座を開催します。鎌倉時代末期に卜部兼好(吉田兼好)によりまとめられたとされる随筆集「徒然草」は、700年経った今もなお、日本のみならず海外の経営者にも影響を与え多くの人に読まれています。「徒然草」には現代にも通じる教訓などが面白おかしく表現されています。身近に古典文学を感じ名文を味わいつつその時代風景(歴史)を理解した上で、今を生きるための糧として学びを深めてみませんか。

▶日程：11/11・25、12/9、1/20、2/10・24、3/9・23(全て月曜日、計8回)

▶時間：13:30～15:30

▶場所：街の駅やまなし

▶講師：林静雄さん

▶受講料：4,000円

▶対象：年齢、性別問わずどなたでも参加できます

▶申し込み：生涯学習課生涯学習担当 内線 2327

☎市文化協会山梨地区古典文学部長 久保川 ☎@9010

募 若者定住促進住宅の入居者を募集しています！

若者の定住を促進するため、若者定住促進住宅への入居者を募集しています。入居を希望する人は、下記までご相談ください。申し込みは随時受け付けています。10月1日現在、6部屋の入居が可能です。

▶住所：三富下釜口20

▶間取り：3DK

▶家賃：月額3万6千円

▶敷金：10万円

▶賃貸借期間：最長15年間(更新なし)

▶入居条件：

・入居者の年齢が、20歳以上41歳未満であること。

・世帯を構成し、入居者の収入が月額15万円を超えること。

・年間所得240万円以上で県内在住の連帯保証人(現在公営住宅に入居している人、または入居予定者は連帯保証人になれません。)をたてられること。

・税金の滞納がなく、市内への持家取得による定住希望者であること。
※入居者が市内に新築を建てるか、売買により持家を取得した場合、入居月数に応じて祝い金の支給をしています。詳細はお問い合わせください。

☎建設課市営住宅担当 内線 2237

募 「君(カピバラ)の名を。」

今まで一匹で寂しかった万力公園ふれあい動物広場のカピバラ「ルーカ」のお嫁さんとして、まだあどけない女の子が来ることになりました。これから市民の皆さんのアイドルとして、また、2世の誕生も期待しながら大切に育てていきますので、名前を付けてあげてください。採用者には記念品を贈呈します。なお、同名応募多数の場合は、抽選にて決定します。

▶「カピバラ」プロフィール：もうすぐ1歳の女の子。生まれた場所は千葉県。

南米パナマからアルゼンチン北東部付近に生息する、げっ歯類の中で最大種。

▶応募方法：はがき・ファックス・電子メールにより下記へ応募。住所・氏名・電話番号を明記してください。

▶応募期限：11/30(土)

☎万力公園管理事務所(〒405-0031 万力1828) ☎・FAX @1560

e-mail toshikeikaku@city.yamanashi.lg.jp

募 『カフェ♥コン』～クリスマスパーティ～参加者募集！

市結婚相談員連絡協議会では、人生のパートナーを探す人たちのステキな出会いのきっかけづくりとして、イベントを開催します。楽しい時間を過ごしながら素敵な出会いを探してみませんか？

▶対象：26～39歳の独身者

▶日時：12/13(金)19:30～21:30頃(受付19:00～)

▶実施場所：Café Camel(万力1832-5)

▶内容：自己紹介、食事、1対1トークタイムなど

▶参加費：男性2,000円、女性1,000円(当日徴収)

▶定員：男女各8人

※応募者多数の場合は市内在住者や市結婚相談所への登録者を優先とした抽選

▶申し込み：11/29(金)までに申込用紙に記入して、郵送・ファックス・Eメールまたは直接お持ちください。申込用紙は市ホームページや地域資源開発課窓口で入手できます。

☎地域資源開発課まちづくり担当

内線 2373、Email chiikishigen@city.yamanashi.lg.jp

募 「山梨市提案型協働のまちづくり支援制度」事業募集

地域の課題を皆さんのアイデアで解決してみませんか？市民の皆さんだけでは解決できない課題、行政だけでも解決できない課題。そのような課題の解決を市民と行政が互いに協力し補い合って、解決に向かう取組を「協働」といいます。この制度は、地域の課題を市に要望するという形ではなく、皆さんの身近なアイデアや気づきを市に提案していただき、市と一緒に解決に向けて活動していただくものです。取り組んでみたいという団体の皆さんはぜひご相談ください。なお、詳細については、市のホームページでもご確認ください。

▶対象となる事業：まちづくりの推進、保健・医療または福祉の増進、環境の保全、教育・文化・スポーツの振興、国際化の推進、地域の安全を図る事業など

▶これまでの事業例：農業体験、サイクリングイベント、軽スポーツや伝統文化を通じた地域交流、古民家の保全・有効活用、婚活推進、景観保全、素人芝居による地域の元気アップ、歌声によるまちおこし、野生鳥獣による農林業被害対策など

▶支援内容：提案していただいた事業の中から市と協働で実施するのにふさわしい事業を選び、予算の範囲内で支援します。

▶応募資格：市内に活動場所や事務所を有する団体など(詳細はご相談ください。)

▶募集期間：11/1(金)～1/31(金)

☎地域資源開発課まちづくり担当 内線 2374

募 山梨市消防団 ラッパ隊員大募集

山梨市消防団のラッパ隊員を募集しています。管楽器や消防団に興味のある人は、ぜひお問い合わせください。

▶募集要件：年齢18歳以上で、市内に居住または勤務する人

▶活動内容：出初式の際のラッパ演奏、消防団の式典などでの演奏など

☎防災危機管理課消防防災担当

内線 2444

**保** 国民健康保険の医療費について

山梨市の国民健康保険の医療費の状況をお知らせします。近年の疾病状況を見てみると上位10位のうち生活習慣病(高血圧疾患、腎不全、糖尿病、脂質異常症)が全体の約4割を占めています。生活習慣病を予防することで皆さんの健康が維持できるだけでなく、医療費の抑制が期待できます。

▶生活習慣病に焦点をあて、上位10位について表にまとめてみました。

順位	疾病名称	医療費	患者数
1	高血圧性疾患	1億6,465万7,869円	3,020人
2	腎不全	1億5,727万4,254円	264人
3	糖尿病	1億5,690万1,255円	2,937人
4	脂質異常症	1億72万4,426円	2,447人
5	虚血性心疾患	4,019万1,107円	885人
6	脳梗塞	2,940万3,327円	415人
7	脳内出血	2,064万7,352円	96人
8	くも膜下出血	1,165万9,739円	28人
9	動脈硬化	1,123万885円	469人
10	脳動脈硬化	6万5,614円	6人

参考：第2期山梨市データヘルス計画より

生活習慣病には関連性があります。高血圧や糖尿病が基となって、腎不全や脳血管疾患を発症します。

▶自覚症状がなくても要注意！！

生活習慣病は発症するまで自覚症状がほとんどなく、症状が出たときには重症化していることも少なくありません。私たちの体は血圧や血糖が少しでも高い状態が続くと血管に大きな負担が掛かり、全身のさまざまな血管に障害が起き、心筋梗塞や狭心症、脳卒中、脳梗塞、うっ血性心不全など合併症を引き起こす危険性があります。たとえ症状を感じなくても動脈硬化やその他の合併症を予防するために血圧や血糖、コレステロールなどを正常値まで下げるよう努力することがとても大切です。

▶健診を受けよう！！

発症するまでの自覚症状が少ない生活習慣病を発見するにはどうすればよいでしょうか。唯一の方法は「健康診断」です。今現在の体の状態を血液検査や血圧測定、診察などで総合的に判断し、治療や対策が必要などを見ておく必要があります。健康診断を受けてご自身の体の状態を知ることから始めましょう！生活習慣病を予防することで皆さんの健康が維持できるとともに、医療費の抑制につながります。医療費の抑制は保険料の上昇を抑制することにもつながります。普段から健康管理に気を付けましょう！

☎医療費について 市民課国保年金担当 内線 1145～1148

☎成人健康診査について 健康増進課健康支援担当 内線 1162～1169

年 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます～年末調整・確定申告まで大切に保管をしてください～

その年の1月1日から12月31日までに納付した国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払った証明書の添付が必要となります。「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が、日本年金機構から次のとおり送られますので、申告書提出の際にはこの証明書または領収証書を添付してください。

▶送付時期：平成31年1月1日～9月30日に納付した人 ⇒ 11月上旬
令和元年10月1日～12月31日に納付した人 ⇒ 2月上旬

☎日本年金機構年金加入者ダイヤル 0570-003-004

※050から始まる電話でかける場合は 03-6630-2525

市民課国保年金担当 内線 1145～1148

牧丘支所住民生活担当 ☎@3111、三富支所住民生活担当 ☎@2121

情報 やまなし

市役所 ☎ 0553 ㉔ 1111
 牧丘支所 ☎ 0553 ㉓ 3111
 三富支所 ☎ 0553 ㉑ 2121

催 根津記念館イベント情報

紅葉ライトアップ

開館時間を延長して館内のライトアップを行います。秋の夜の根津記念館をお楽しみください。

▶日時：11/16(土)・17(日)・22(金)・23(土・祝)・24(日)
 日没～20:30(受付は20:00まで)



紅葉茶会と邦楽演奏会

紅葉とともに抹茶と邦楽をお楽しみください。幼稚園児たちがお茶を運びます。

▶日時：11/9(土) 10:00～15:00
 ▶参加費：お茶代1席500円(入館料込)
 ▶協力：市文化協会茶道部山梨地区裏千家、邦楽部

園根津記念館【月曜休館、開館時間 9:30～16:30(受付16:00まで)】
 ☎㉔ 8250、FAX㉔ 8251

催 文化の日(11/3)は入館無料！～牧丘郷土文化館～

隣接する「道の駅まきおか」の「田舎まつり」に合わせ、終日入館無料とします。この機会にぜひ、ご来館ください。

▶日時：11/3(日) 10:00～15:00
 ▶場所：牧丘郷土文化館(旧室伏小学校校舎)
 ※来館者には、綿菓子をプレゼント(材料がなくなり次第終了)
 園牧丘教育事務所 ☎㉓ 3111

催 「県民の日」に合わせて 市営施設を無料開放します！

園地域資源開発課まちづくり担当 内線 2374 または各施設

11月20日(木)は、郷土について理解と関心を深める「県民の日」です。市では、それに合わせて、下表のとおり市営施設を無料開放します。対象者は山梨県民に限りますので、ご利用の際は、本人確認のできる運転免許証や保険証などをお持ちください。なお、市外および県の施設の無料開放については、山梨県のホームページで確認するか、各施設へ直接お問い合わせください。また、「県民の日」の記念行事が、11月16日(土)・17日(日)に甲府市の小瀬スポーツ公園で開催されます。県内各地の特産品など、多数の展示や体験などがあります。市からは、3団体が出展しますので、ぜひお出かけください。

区分	施設名	営業時間	電話番号	注意事項
文化施設	牧丘郷土文化館	10:00～15:00	㉓ 2331	11/17(日)に無料開放します。
	根津記念館	9:30～16:30	㉔ 8250	・入館料に限りません。 ・入館受付は閉館30分前までです。
体育施設	市民総合体育館 トレーニングルーム	9:00～22:00	㉔ 5600	・個人利用に限りません。
	屋内温水プール	9:00～21:00	㉔ 5211	・各施設とも、12:00～13:00は利用できません。また、牧丘B&G海洋センターは17:00～18:00も利用できません。
	牧丘B&G 海洋センター	9:00～22:00 9:00～21:00 入浴施設 13:00～21:00	㉓ 4411	・各施設とも、利用時間は閉館の10分前までです。
温泉施設	老人健康福祉センター	9:00～20:00	㉔ 9616	入館受付は、閉館の1時間前までです。
公園	万力公園 バーベキュー	10:00～15:30	㉓ 1560	11/17(日)に無料開放します。ご利用の場合は、電話予約の上、当日、公園管理事務所で申請してください。鉄板、まきなどの道具類は各自でご用意ください。
	万力公園 休憩所(茶室)	9:00～15:30	㉓ 1560	17日(日)に無料開放します。ご利用の場合は、電話予約の上、当日、公園管理事務所で申請してください。

「第2回みとみ紅葉まつり」を開催します

当日は、笛川中学校吹奏楽部と山梨高校吹奏楽部とのコラボレーション演奏、郷土芸能の甲州笛吹太鼓保存会による太鼓の演奏、旬のキノコの味噌汁の提供、地元の野菜、果物、おでん、こんにやくなどの販売、また、地元で収穫された柿を使用した柿の種飛ばし大会や魚のつかみどり、抽選会などを行います。

▶日時：11/10(日) 11:00～14:00 ▶場所：三富支所前庭、三富基幹集落センター
 ※少雨決行。荒天時の場合は、お問い合わせください。 園三富支所 ☎㉑ 2121



催 響け日本の歌と踊り & ミュージカル セロ弾きのゴーシュ

『市文化協会特別事業』を開催します。東北の郷土芸能や、宮沢賢治の代表作品「セロ弾きのゴーシュ」がミュージカルで楽しめます。お子さんから楽しめる内容となっています。ぜひご鑑賞ください。

▶日時：12/1(日) 開場 13:30 / 開演 14:00
 ▶会場：市民会館
 ▶出演：劇団わらび座
 ▶内容：

第1部<響け日本の歌と踊り> 古くから伝わる日本の芸能をお贈りするショートパフォーマンス
 第2部<ミュージカル セロ弾きのゴーシュ> 真夜中に夢中で音楽の練習をしているゴーシュの元に動物たちが次々に訪れます。動物たちのパフォーマンスも見所です

▶入場料：一般1,000円 学生500円(全席自由)

▶チケット取り扱い：生涯学習課、市文化協会会員
 ※生涯学習課でのチケットの取り扱いは、11/29(金)までです。
 ※当日券に関しては、直接会場にてお問い合わせください。
 ※当日は、駐車場が混み合うことが予想されますので、可能な限り乗り合わせでご来場ください。

▶主催：市文化協会
 ▶後援：市、市教育委員会
 園生涯学習課生涯学習担当 内線 2327



催 第17回【東彩会展】

加納岩公民館成人学級絵画教室(東彩会)では、第17回作品展を下記の日程で開催します。芸術の秋、日頃の生涯学習の成果をぜひご覧ください。

▶会期：11/7(木)～10(日)
 ▶会場：市民会館 展示室
 ▶時間：9:30～17:00
 ※初日の開始時間は13:00、最終日の終了時間は15:00
 園加納岩公民館 ☎㉓ 2871

催 第21回ライトダウンやまなし 山梨市会場イベント



照明を落として、「美しい星空をとりもどそう」と呼びかけてきた「ライトダウンやまなし」も21年目を迎えます。当日は、県内各地で星空を見上げるイベントが開かれます。(詳細は、ウェブサイトをご覧ください。http://www.lightdown-yamanashi.com/) あなたも1時間だけ消灯し、星空を眺めてみませんか！

<山梨市会場>

▶日時：11/2(土) 19:00～20:30
 ▶消灯時間：20:00～21:00
 ▶会場：差出磯大嶽山神社(南1376-1)
 ▶内容：①エコすごろく・かるた大会(先着親子20組) ②雅楽演奏会 ③星空観望
 ※イベント入賞者にライトダウンやまなしオリジナルバッジをプレゼント！
 ▶主催：万葉エコ市民の会 ▶後援：市 園環境課新エネルギー推進担当 内線 2252～2254

催 公共交通フェスティバル 2019の開催について

バスやタクシーなど、公共交通に関する県民の関心を高め、利用を促進するため、交通事業者などの協力を得ながら、公共交通全体のPRイベントとして「公共交通フェスティバル2019」を開催します。珍しいバス車両の展示・バスの体験乗車をはじめ、無料で楽しめるイベントが盛りだくさんのイベントです。

▶日時：12/14(土) 10:00～15:00
 ▶会場：甲府駅北口広場周辺(よつちやばれ広場、甲府駅ペDESTリアンデッキ)
 ▶内容(予定)：バス車両展示、バス乗り方教室、ミニバス乗車、鉄道ジオラマ模型展示、ミステリーツアー、スタンプラリー、バスコンシェルジュ教室、バスグッズ販売 ほか
 園県リニア交通局交通政策課 ☎ 055-223-1665

講 エコハウスやまなし アドベントカレンダー作り教室

アドベントカレンダーは毎日飾りの入った袋を開けていき、クリスマスに飾り付けを完成させる楽しいカレンダーです。台紙を変えれば、ほかの月でも使用可能です。手作りカレンダーで楽しいクリスマスを迎えましょう！

▶日時：11/9(土) 10:00～12:00
 ▶場所：エコハウスやまなし
 ▶講師：丸山晃さん ▶定員：15人
 ▶参加料：500円(材料費)

▶持ち物：使わなくなった額(45cm×30cm程度)、シール、色紙などが家にある人はお持ちください。カレンダーを持ち帰る袋など(額・シール・色紙は無くても参加できます。新たに購入する必要はありません。)

▶申込方法：10/26(土) 9:30からエコハウスやまなしで電話受付(先着順、本人のみ受付)
 園エコハウスやまなし ☎㉔ 5001



催 開催予告 冬のエコハウス祭り～エコフェス～

昨年度に引き続き、今年度もさまざまな催しを企画しています。詳細については広報やまなし12月号でお知らせします。どうぞお楽しみに！

▶日時：12/8(日) 10:00～14:00
 ▶場所：エコハウスやまなし
 ▶参加料：無料
 ▶内容：剪定枝でリース作り、ロケットストーブやソーラークッカーを利用した料理作り、油搾り体験、廃食用油収集、エコライフ推進事業作品展など
 ▶申し込み：下記まで
 園エコハウスやまなし ☎㉔ 5001

催 第24回東山梨小中学校 図工・美術作品展

▶日時：11/23(土・祝)・24(日)・26(火) 9:00～17:00
 ※26(火)は、9:00～16:00
 ▶会場：甲州市民文化会館2階大会議室
 ▶内容：(1)テーマ 小学生『自分らしいあらわし方』、中学生『自分らしさを求めて』 (2)領域 絵画、デザイン、立体作品
 ▶主催：東山梨教育協議会、東山梨図工・美術作品指導法研究会
 園大藤小学校・堀内 ☎㉓ 2116

