

広報



やまなし

9

2019

vol.175

YAMANASHI
I X GERMAN
YOUTH JOINT
CAMP

2019 >>>>>>>>> 2020

Contents

- P.02 山梨市×ドイツユースジョイントキャンプ
- P.04 地域おこし協力隊通信
- P.05 今すべき「蛾の駆除」
- P.06 まちのわだい
- P.07 地域包括支援センターだより
- P.08 各種相談・安全安心
- P.10 Kid's World
- P.12 図書館
- P.13 情報やまなし

山梨市×ドイツ 日本とドイツ高校生、スポーツで国際交流

ドイツユースジョイントキャンプ 2019SUMMER

7月26日から10日間、重量挙げを行っているドイツユースチームの高校生8人とコーチ3人を含む11人が来日。市内で「ドイツユースジョイントキャンプ」が開催されました。

市内外の高校生とのバーベキューや歓迎会、合同トレーニングなど、同じ競技をする日本の高校生との交流を通し、言葉の壁を越え、お互いの考えや重量挙げに対する想いを知る機会となりました。

また、7月28日に開催された「笛吹川県下納涼花火大会」には初めて甚平や浴衣を着て参加。日本の蒸し暑い夏に驚きながらも、大輪の花火を楽しむなど、日本の文化を体験しました。



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



全世代で考えてみませんか

地域ささえ合い講演会

つながり 生きがい ささえあい

日時 令和元年 9月 27日(金) 午後7時～(受付 午後6時30分)
会場 山梨市民会館 ホール

第1部 甲州弁寸劇 劇団 HFP(八田ふれあいプロジェクト)
「どこにでもあるふつうの話 みんなが主役の地域づくりに向けて」

第2部 講演「住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために」
(一社)コミュニティーネットハピネス 代表理事 土屋 幸己氏

第3部 実践報告・意見交換
地域ささえあい虹の会「おひさま」塚田 好子さん
下内内川「ひまわり会」藤巻 芳恵さん
牧平高齢者サロン「せせらぎ会」古宿 由美子さん

【申込み・問い合わせ】
介護保険課 (内線 1231
1233) 市 HP から電子
申し込みもできます



山梨市・山梨市地域まるごと支援会議

画：八田ふれあいプロジェクト

「認知症ほっとスペース」のお知らせ 9月

認知症の人とその家族の皆さんが集う場です。日々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 レクリエーション、相談会

開催日	時間	場所
17日(火)	14:00～15:30	街の駅やまなし 会議室 B 担当：めだかの学校、愛の家

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 9月5日(木) 13:30～15:00 ※要予約
担当 中澤 良英 医師

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 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。



地域元気あっぷ教室 9月

会場	開催日	時間
市保健センター	10日(火)・25日(水)	13:30～15:00
加納岩公民館	10日(火)・24日(水)	10:00～11:30
老人健康福祉センター	4日(水)・18日(水)	9:30～11:00
日下部公民館	13日(金)・27日(金)	9:30～11:00
地域密着型介護福祉施設カインドネスケア	10日(火)・24日(水)	13:30～15:00
日川公民館	12日(木)・26日(木)	13:30～15:00
山梨公民館	4日(水)・18日(水)	9:30～11:00
岩手公民館	6日(金)・20日(金)	13:30～15:00
水口高齢者ふれあいプラザ	18日(水)	13:30～15:00
北公会堂	20日(金)	13:30～15:00
牧丘町総合会館	11日(水)・25日(水)	13:30～15:00
三富基幹集落センター	5日(木)・19日(木)	10:30～12:00
市川公会堂	20日(金)	13:30～15:00



国境を越えて、文化の触れ合い

▼ネパール訪問団「紅富士太鼓」来市

7月18日、紅富士太鼓ネパール支部訪問団9人が来市しました。市長面会では、歓迎のあいさつや記念品交換、ネパールの中学生との歓談が行われました。
北中学校では、音楽の授業で琴による「さくらさくら」の演奏後、日本の給食体験も行ない、日本文化に触れました。その後のネパール中学生と1年生との交流会では、ネパール民族舞踊の披露やレクリエーションを通じ、異文化による交流を行い、親交を深めました。



「赤ちゃんの重さは命の重さ」を実感

▼「ボランティアチャレンジ2019」開催

「自分の命や他人を大切にできる心」を育んでほしいと毎年、社会福祉協議会が開催する「ボランティアチャレンジ」。
7月29日の事前学習会で助産師さんの講義や妊婦体験、人形を使っただっこ体験を行い、その後、7日間にわたってつどいの広場「たち」で交流会が行われました。
この日初めて赤ちゃんを抱っこしたという学生も多く、緊張しながらも「ぶにぶにしている可愛い」「赤ちゃんって、こんなに小さいんだね」と命の尊さを実感しました。



山梨市生まれのワインが最高金賞

▼シャトー・メルシャン、市長に授賞報告

「日本ワインコンクール2019」において、シャトー・メルシャン「鴨居寺シラー2017」が788点の中から部門最高金賞に、「岩出甲州きいろ香キュヴェ・ウエノ」が金賞(部門)に選ばれ、8月1日、高木市長はこの嬉しい報告を受けました。
ともに、市内で栽培されたブドウを原料とし、特に鴨居寺地内は水はけが良く、原料のブドウ作りに最適な環境とのこと。「ワインは多くの人をよっちゃんばってくださるお酒。多くの人に楽しんで欲しい」と喜びと将来に希望溢れる報告会になりました。



「来年は会いに行くね」再会誓う

▼2019山梨・美祢子ども交流キャンプ開催

8月6日から8日の3日間、山口県美祢市から小学生ら34人が山梨市を訪れ、市内の小学生と交流キャンプを行いました。
このキャンプは、山梨市の名誉市民で地質学者の故小澤儀明博士の研究地が美祢市にあったことから始まったものです。参加者は、ジュニア・シニアリーダーのサポートのもと、かのいわ中央共選所や富士食品工業(株)の見学、愛宕山の大自然の中でのキャンプファイヤーなどを行い山梨を満喫しました。
来年は山梨市の子どもたちが美祢市を「探検」しに行きます。

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

秋の全国交通安全運動 9月21日(土)～30日(月)

秋口における日没時間の急激な早まりとともに、例年、夕暮れ時や夜間に重大事故につながるおそれのある交通事故が多発しています。慣れた道路でも、歩行者は反射材を活用し、自転車や自動車を運転する人は早めのライト点灯を心がけてください。



ライトは
9月：午後5時
10月：午後4時30分
を目安に点灯しよう！

市内の交通事故多発地点

昨年度の山梨市内の交通事故多発地点は、『重川橋北交差点付近』です。
原因の多くが、ぼんやりしながら進行したため、前車に追突。また、お店の前の広い歩道から車道に出て右折する際に、安全確認が不十分のまま進行し、右側から来た車と衝突したなどです。
いずれも、自分が気をつけて運転していれば防げる事故です。左右の安全確認や前の車の行動をよく見て、安全な速度で進行しましょう。



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

ぶどう泥棒にご用心！

毎年、この時期になると、高級ぶどうを狙った「野荒らし」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っています。



畑の出入口には、簡単に入れない工夫を！

盗んでいるのを目撃したら、すぐに110番を！

不審な車両に気づいたら、車のナンバー・車種・色をしっかりとメモしておこう！

被害にあったら警察に届出を！



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	行政相談委員による国・県・市などの仕事についての苦情や要望。	9月20日(金)午後1時30分～4時 市役所西館4階401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。	9月21日(土) 午後2時～6時(受付は5時まで) 市民会館3階展示室	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。	◆心理相談員：9月2日(月) ◆精神保健福祉士：9月25日(水) 午前9時30分～、10時30分～、 午後1時～、2時～ 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。	9月20日(金) 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	(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なえます。	9月25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)
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)	9月7日(土) 午後1時～3時 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☎29611
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) 午前9時～午後4時 (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
税理士の税金無料相談	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。	9月12日(木)午後1時～4時 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
全国一斉！法務局休日相談所および相続セミナー	相談所：各種登記、土地の境界問題、遺言、いじめなどの人権問題に関する相談。無料。予約制。 セミナー：午前の部「忘れていませんか？相続登記」、午後の部「相続と遺言について」無料。予約制。	10月6日(日) 午前10時～午後3時 相続セミナー 午前の部 午前10時～11時30分 午後の部 午後1時～2時30分 甲府合同庁舎2階会議室	甲府地方方法務局総務課 ☎055-252-7151
女性行政書士による女性のための無料相談会	①相続、遺言、成年後見、離婚、農地関係など。②法人関連手続き、各種許認可申請、外国人の在留資格取得など。※女性限定、②のみ予約制	9月13日(金) 午前10時～午後4時 ぴゅあ総合(山梨県立男女共同参画推進センター)2階大研修室	山梨県行政書士会 ☎055-237-2601

みんなの掲示板

加納岩公民館で体操教室はじまるよ！

日時 毎月2回 第2・4(水) 午後4時～5時
場所 加納岩公民館2階 大会議室
講師 公益社団法人 3B 体操協会山梨県支部指導者
対象 2歳以上の未就園児 参加費 1回500円
申込 随時(受付時間：月～出午後1時30分～4時30分)
図加納岩公民館 ☎23-2871

フィールドミュージアムウォーク

日時 9月8日(日) 午前9時～
内容 市営バスで牧丘の隼へ移動し、隼地域および岩手地区を散策します。大石神社、隼の大草鞋などを巡る予定です。
集合場所 万力公園 根津像前
経費 300円(市営バス乗車賃200円、保険代100円)
図フィールドミュージアムウォーク事務局
☎090-3210-1620

子どもと子育てのページ Kid's World



ちびっこあつまれ～！広い場所で思いきり遊ぼう！！

「あつまれ！ちびっこハッピーランド」開催のお知らせ

音楽に合わせて体を動かしたり手遊びなどを楽しみながら、子どもとのスキンシップを深めてみませんか。広い場所で、元気いっぱい遊びましょう！お父さん、おじいちゃん、おばあちゃんとの参加も大歓迎です。

《日時》9月27日(金) 午前10時～11時30分

《場所》山梨市民総合体育館武道館

《講師》NPO 法人すてっぷ・あつがる

《対象》未就園の乳幼児と保護者

《持ち物》タオル・飲み物・お出かけセット《参加費》無料

《申込み》9/13(金)まで / 電話または子育て支援課の窓口

園子育て支援課子育て支援担当 内線 1156



毎年
大人気



地域で子育てを、たすけ愛♡ささえ愛。

「ファミリー・サポート・センター講習会」開催のお知らせ

市では、『地域で子育てを支えあう』を合言葉に、子育てを「手助けしてほしい人（利用会員）」を「手助けしたい人（提供会員）」が援助するファミリー・サポート・センター事業（ファミサポ）を行なっています。

「空いている時間に子どもと触れ合いたい、子育ての経験を生かして手助けをしたい」と思っている人は、ファミサポに参加してみませんか。提供会員になるためには、保育サポート講習会の受講が必要です。

講習会は年1回の開催です。この機会に受講してみませんか。

《場所》市役所西館1階101会議室

《定員》10人（山梨市に住所がある人）

《託児》希望する人は講習会申し込み時に一緒に申し込みを

《持ち物》筆記用具、昼食（昼休1時間）

《参加費》テキスト代2,000円※市が500円を補助します

《申込み》10/18(金)まで / 電話または子育て支援課の窓口

園子育て支援課子育て支援担当 内線 1155



仲間は
110人

日時	講習内容
11月6日(水) 10:00～15:00	受付 ● 保育の心その1「ファミリーサポートについて」 ● 子どもの心の発達過程と保育者の関わり ● 障害のある子の預かりについて
11月14日(木) 10:00～15:00	● 子どもの暮らしとケア ● 子どもの遊び
11月19日(火) 10:30～15:00	● 子どもの栄養と食生活
11月26日(火) 10:30～15:00	● 子どもの健康 発達と発達
12月2日(月) 10:30～16:00	● 子どもの安全確保のための事故防止 ● 普通救命講習（山梨消防署）
12月3日(火) 13:30～15:30	保育体験
12月5日(木) 10:00～15:00	● 保育の心その2「子・親との関わりについて」 ● 子育て支援サポートを提供するために 修了式

山梨市内幼稚園園児募集



令和2年度の入園児募集が、市内幼稚園・認定こども園で開始されます。募集人数や入園説明会などの詳細は下記をご覧ください。その他の認定こども園・保育園園児募集は広報10月号に掲載予定です。■幼稚園は親の就労の有無にかかわらず、満3歳（平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ）から小学校就学までの幼児が通うことができます。

	公立幼稚園 つつじ幼稚園	私立幼稚園 双葉幼稚園	私立認定こども園 くさかべ幼稚園
遊びを中心とした保育を行ない、子どもに寄り添い、生きる力の基礎となる教育に努めています。	多くの体験をしながら友達と関わる中で、思いやりやたくましさなどを育ててほしいと願っています。	満1歳児から5歳児がつながること、一人ひとりの成長に合わせた細やかな保育を実践していきます。	
募集人数	3歳児：35人 4～5歳児：若干名 / 随時入園可 《対象》市内在住の幼児	3歳児：50人程度 4～5歳児：若干名	3歳児：15人 4～5歳児：若干名 ※満1歳～2歳児は満員
説明会	日時：9月25日(水) 午後2時～ 《受付》午後1時45分～ 場所：遊戯室 駐車場：園庭	日時：10月19日(土) 午後1時30分～※託児あり 場所：遊戯室 駐車場：園内駐車場	日時：9月6日(金)※要事前予約 午前11時10分～正午 場所：遊戯室 駐車場：第2駐車場
願書	交付・受付：土日祝日を除く 9月25日(水)～10月9日(水)	交付：10月19日(土)～31日(木) 受付：11月1日(金)～3日(日)	交付：見学会後 受付：11月1日(金)～
保育時間	午前8時30分～午後3時 ※放課後預かり保育を希望に応じて実施	午前8時30分～午後3時 ※早朝保育・放課後預かり保育あり (午後5時30分まで)	《教育認定》午前9時～午後3時 ※早朝保育・放課後預かり保育あり 《保育認定》午前7時40分～午後6時40分
通園方法	保護者による送迎	送迎バスあり	満3歳児から送迎バスあり
給食	完全給食：月～金曜日 ※アレルギー対応あり	お母さん弁当：月曜日 給食（おかずのみ）：火～金曜日 ※牛乳は毎日あり ※アレルギー対応あり	《幼稚園部》 お母さん弁当：月曜日※給食選択可 給食（牛乳あり）：火～金曜日 《保育部》完全給食：月～金曜日 ※アレルギー対応あり
問い合わせ	つつじ幼稚園 ☎②0244	双葉幼稚園 ☎②5657	くさかべ幼稚園 ☎②9898

未来を担う子どもと、すべての子育て世帯を応援

保育料無償化、はじまる。

園子育て支援課保育・児童担当 内線 1152・1154

詳細は内閣府 HP で確認を [内閣府 保育料無償化 検索](#)

令和元年10月1日から、幼児教育・保育の無償化が始まります。

無償化の対象

- ・幼稚園、保育園、認定こども園などに入所する3歳以上の保育料
- ・市民税非課税世帯の3歳未満の保育料

無償化の期間

満3歳になった後の4月1日から小学校入学前までの3年間
※幼稚園、認定こども園の1号認定の子どもは、入園できる時期に合わせて満3歳から

無償化されないもの

通園送迎費・食材料費・行事費などは、これまで通り自己負担
※今まで副食費（おかずなど）は保育料に含まれていましたが、今後は保護者負担となります。
※収入約360万円以下の世帯の子ども副食費は免除。

PICK UP

world

広報でたのしむ
ドイツ文化

ドイツの食文化

ドイツ料理といえばジャガイモ。ドイツ人は毎日のように、茹で、焼く、揚げるなどしてジャガイモ料理を食べます。伝統的な料理は「クヌーデル」という一品で、茹でたジャガイモを裏ごしし、小麦粉などと合わせて茹でた団子状の料理です。モチモチした食感がやみつきだよ！



なぜ ジャガイモが主食なの？

寒い地域が多いドイツでは、厳しい冬を越すための保存食・保存食材が発達しています。その中でもジャガイモは保存がきき、寒い気候でも育つのでとても重宝されてきました！ジャガイモ以外にも、ソーセージやハムなどの保存食が有名ですね。

ドイツユース重宝受けコーチ
①ヤン②エリザベット

ドイツ語講座 - 初対面 -

ヴィー ハイセン ズィー
Wie heißen Sie?
あなたの名前は？

イッヒ ハイセ タロウ
Ich heißen Taro.
私の名前は太郎です

イッヒ ビン ヤーバー
Ich bin Japaner.
私は日本人です

POINT Ich (イッヒ) = 私は
Sie (ズィー) = あなたは
Er・Sie (エア・ズィー) = 彼は・彼女は
Es (エス) = それは

INFORMATION
PICK UP

health

つくってみろし。食育レシピ vol.95
ピーマンのポテト詰め焼き



日下部地区の食生活改善推進員さんからのレシピです。作ってみてね。

エネルギー 139kcal たんぱく質 4.8g
脂質 8.6g 炭水化物 10.7g 食塩 0.7g
(栄養価は1人分)

材料：4人分

じゃがいも大1個 小麦粉 小さじ2
ピーマン 4個 塩 1つまみ
ウイナー 2本 こしょう 少々
溶けるチーズ 15g
油 大さじ1

- 1 じゃがいもは皮をむいてすりおろし、Aを加えて混ぜる。粗くみじん切りにしたウイナーと溶けるチーズを加え、さらに混ぜる。
- 2 ピーマンを縦半分に切り中身を取り除き、①を詰める。
- 3 油をひいたフライパンを熱し、②のピーマンの具の面を下にして並べ、中火で2分ほど焼く。ひっくり返し、水大さじ3(分量外)を注ぎ、蓋をして4分蒸す。

POINT ピーマンに含まれるビタミンC

やβカロテンは、夏の紫外線にあたって日焼けし、疲れた肌の回復に役立ちます。

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9月1日です。地元の食材でほっと一息。みんなで食べるとおいしいね。

■内藤 栄養士



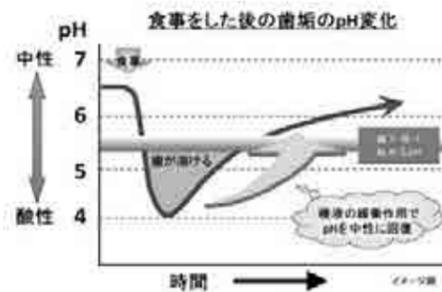
INFORMATION
PICK UP

health

ライオンちゃんのお口と体の健康トーク
「食べたらみがく」を習慣に！

歯垢(プラーク)は歯の表面に付着している細菌の塊です。歯垢のpHは普段は中性ですが、食事やおやつを食べた後は、歯垢の中の細菌が食べ物をえさにして酸を出すため酸性に傾いて、少しずつ歯が溶けてしまいます。

この状態が長く続くと、虫歯になってしまうので、食後の歯磨きで、酸性に傾いた歯垢を取り除き、むし歯になることを防ぐことが大切です。



POINT 「就寝前の歯みがき」は丁寧に！

寝ている間は唾液の分泌が少なくなり、お口の中の自浄作用が低下するため、細菌が増殖しやすい状態になります。就寝前は、みがき残しのないようきちんと歯をみがくことが大切です。



今日と愛する。 情報提供 ライオン株式会社
LION 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。

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



イベント event

おとなのおりがみ教室

おりがみで「立体コースター」と「ねこの箸置き」を一緒に楽しく作りませんか。事前予約が必要です。

- 日時 9月6日(金) 午前10時から
- 定員 15人
- 予約 9月3日(火) 午前9時から
電話または図書館カウンターにて
- 参加には必ず申込みが必要です。



9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！

- 8日(日) 幼児向け(ぐれーぶ)
- 10日(火) 乳幼児向け(チェリー)
- 15日(日) 親子向け
(英語絵本読み聞かせ・ぴーち)
- 28日(土) 幼児向け(くれよん)

9月の休館日は
2日(月)、9日(月)、17日(火)、
18日(水)、24日(火)、25日(水)、
27日(金)、30日(月)。
祝日の16日(月)と23日(月)は
開館するよ！みんなきてね。



おすすめ recommended

一般書

女優の娘
吉川 トリコ：著
現役アイドルの斎藤いとのもとに突然、母親が死んだという知らせが届いた。母親は伝説の女優。そのニュースは瞬間に広がっていき、いとは一躍時の人となるが…。世の中の不条理と戦うすべての人に贈る物語。

神前酔狂宴
古谷田 奈月：著
神社の結婚披露宴場で働く浜野、梶、倉地。配膳スタッフとして日々披露宴の「茶番」を演じるうちに、神社が祀る神が明治日本の軍神であることを知り…。現代の日本に居座る壮大な茶番を切り裂いていく一冊。

児童書

プラスチックプラネット
ジョージア・アムソン・ブラットショー：作
大山 泉：訳
日常生活でなくてはならない存在であるプラスチック。しかし、「分解しない」という特性が地球環境に大きな影響を与えている。今、何ができるのかを、SDGsの目標に沿って提案する。

12歳で死んだあの子は
西田 俊也：著
小学校卒業間際に病気で亡くなった鈴木育朗のお墓に行こう。中学生になった洋詩たちは、「鈴木に会いに行く会」を計画し、動き始めるが…。「死」って？「本当の友だち」って？揺れ動く子どもの気持ちを繊細に描く感動の一冊。

主な新着図書

小説	
図書室	岸 政彦
ランチ酒	原田 ひ香
希望の糸	東野 圭吾
愛してるって言えなくたって	五十嵐 貴久
クジラアタマの王様	伊坂 幸太郎
文学・エッセイ	
ブスの自信の持ち方	山崎 ナオコウラ
旅ドロップ	江國 香織
文豪たちの悪口本	彩図社文芸部：編集
児童・一般・その他	
くうきはどこに？	フランクリン .M. ブランリー
ぎりぎりいきもの事典	成島 悦雄
はじめての万葉集上下	萩原 昌好：編集
3歳からできるお片づけ習慣	伊藤 裕美
あらゆるストレスが消えていく50の神習慣	矢作 直樹

市制祭を開催します

市では、市制施行14周年記念式典・市制祭を次の日程で開催します。多くの皆様のご出席をお願いします。

- ▶日時：10/15(火) 9:30 受付開始 10:00 開式
 - ▶会場：市民会館ホール
 - ▶内容：市政功労章・感謝状の贈呈など。アトラクションも予定しています。
- 園政策秘書課秘書担当 内線 2413・2414

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人は、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、接続のお願いを行いますので、ご承知おさください。(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。

園下水道課管理担当 内線 2122～2124

下水道排水設備工事責任技術者認定試験のお知らせ

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、次の日程により実施します。

- ▶受付期間：9/18(水)～10/9(水)
- ▶講習会：10/29(火) 10:00～16:00
- ▶試験：11/24(日) 10:00～12:15
- ▶講習会・試験会場：県立男女共同参画推進センター(ぴゅあ総合) 甲府市朝気1丁目2番2号

▶申込先：(公財) 県下水道公社 笛吹市石和町東油川字北畑 417

※申込用紙は、次のところに用意してあります。

- ・山梨市役所下水道課窓口
- ・富士北麓浄化センター 富士吉田市下吉田東 4-26-1 ☎ 0555-22-2259
- ・峡東浄化センター 笛吹市石和町東油川字北畑 417 ☎ 055-263-2738
- ・釜無川浄化センター 南巨摩郡富士川町長沢 1790 ☎ 0556-22-8511
- ・桂川清流センター 大月市梁川町塩瀬 800 ☎ 0554-26-3401

園(公財) 県下水道公社事務局 ☎ 055-263-2738

山梨地域特定計量器(はかり)定期検査のお知らせ

計量法の規定により、2年ごとに実施する「はかり」の定期検査を行います。山梨地域内で使用している人は、いずれかの会場で検査を受けてください。

検査日	時間	会場
9/17(火)	10:00～12:00	八幡公民館
	13:30～15:00	JA フルーツ山梨 山梨支所共選所
9/19(木)	10:00～15:00	JA フルーツ山梨 加納岩支所
9/20(金)	10:00～15:00	JA フルーツ山梨 日下部支所
9/24(火)	10:00～12:00	JA フルーツ山梨 日川支所統合共選所
	13:30～15:00	JA フルーツ山梨 後屋敷支所共選所
9/26(木)	10:00～15:00	夢わーく山梨 地下駐車場

※12:00～13:00は検査できませんのでご注意ください。

持ち物：

①はかり・おもり・分銅など(付属しているおもりなどは全てお持ちください)

②印鑑
③検査手数料(現金のみ)

注意事項：

①取引や証明に使用している「はかり」は、全て検査を受けなければなりません。ただし、購入して間もない「はかり」については、検査が免除になる場合がありますので、県計量検定所までお問い合わせください。

②「はかり」は汚れをよく落とし、運搬するときはストッパーをして(ついていないときは「はかり」の台と皿の間に新聞紙などを入れて指針がゆれないように)お持ちください。

③電気式はかりについても定期検査の対象となります。

④250kg以上の「大型はかり」や精密で動かせないもの、数が15台以上の多数である場合は、所在場所(設置の場所)で検査することができます。県計量検定所までお問い合わせください。

⑤これまで検査を受けていない人は、この機会に必ず受検してください。未受検の状態でも取引などを行っている場合、法により罰則規定が適用となる場合があります。

園商工労政課商工労政担当 内線 2362、県計量検定所 ☎ 055-261-9130

はかりの定期検査手数料

種類・ひょう量又は感量の比	手数料(円)	主なはかり類
① 直線目盛のみのある指しはかり	250	指しはかり(感量0.1gのもの) 押はかり 定量的はかり
② 秤はかり		
③ 手動天びん(100kg以下)		手動天びん 等比型手動はかり
10,000分の1以上のもの	500	
10,000分の1未満のもの	1,000	
④ 電気式はかり		台手動はかり 指しはかり(感量0.1gのもの)
100kg以下のもの	1,400	
250kg以下のもの	1,800	
⑤ 上記以外のはかり		
100kg以下のもの	500	
250kg以下のもの	900	
500kg以下のもの	1,500	
⑥ 分銅又はおもり(1個につき)	10	分銅 定量的はかり 定量的おもり

(注) ひょう量とは、そのはかりではかることのできる最大の重さ(質量)です。

遊休農地の全体調査および利用意向調査を実施します

毎年農業委員会では、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、所有者の皆様のご理解とご協力をお願いします。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、農地中間管理機構との協議を勧告する場合があります。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、ご相談ください。

園農林課農地担当 内線 2215～2217

有害獣防護資機材等設置費補助金のご案内

農家の人が、鳥獣被害防止のために電気柵や金属網などを畑に設置する場合、また追い払い用エアガンを購入する場合、費用の一部を補助します。

- ▶補助内容：防護資機材の資材費の1/2を補助
- ※工事費は補助対象外です
- ※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

▶補助金の限度額：

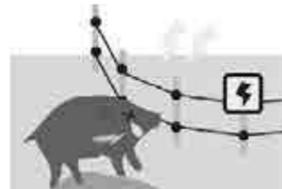
- ・電気柵 50,000円
- ・金属製柵 45,000円
- ・金属製網 30,000円
- ・金属製以外の網 12,000円
- ・追い払い用エアガン 16,000円

▶必要書類：

- ・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
- ※設置する前に申請し、交付決定を受けてください。

※小動物による農作物などの被害を防ぐため「アライグマ用捕獲檻」の貸し出しも行っています。被害にお困りの人は、お問い合わせください。

園農林課農林担当 内線 2213



食品ロスをしないためにできることから始めましょう！ =食品ロスとは、食べられるのに捨てられる食品のことです=

～食品ロスの現状～

- ❖食品ロス量は年間643万トン(平成28年度推計環境省)
- うち事業系は352万トン、家庭からは291万トン
- 家庭から出る生ごみのうち(平成29年度環境省)
 - ・10.3%「手つかず食品」
 - ・13.6%「食べ残し」
- ❖毎日大型(10トン)トラック1,770台分を廃棄
- ❖年間1人あたりの食品ロス量は51kg
- 1人あたりお茶碗約1杯分(約134g)を毎日捨てている計算になります。



～わたしたちができること～

- ❖買い物(必要な量だけを購入)
 - 事前に冷蔵庫内をチェック
 - 買い物は使う・食べられる量だけ
- ❖保存
 - 保存方法に従って、最適な場所に保管
 - 期限の長い食品を奥に、近い食品を手前に
 - 食べきれない、使い切れない食品はフードバンクへ
- ❖調理
 - 残っている食材から使う
 - 食べられる量を作る
 - 食材を上手に食べきる
 - 定期的に冷蔵庫・保管庫をチェック



～食品ロスをチェックしてみましょう～

まずは一週間、食品ロスを計量・記録してみませんか。QRコードから記録様式がダウンロードできます。



園環境課生活環境担当 内線 2252

各種証明書のコンビニ交付サービスが始まりました

園市民課市民担当 内線 1142～1144

8月1日(休)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〕、戸籍の附票(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。



8/1、セレモニーで証明発行する高木市長

i 皆さんのご声援をお願いします!!
第35回山梨市巨峰の丘マラソン大会

巨峰の丘マラソン大会実行委員会事務局
(観光課内) 内線 2149



今年で35回目を迎える巨峰の丘マラソン大会が、全国各地から約2,500人のランナーの参加のもと開催されます。起伏が激しく、巨峰畑の中を駆け抜けるコースがとても人気のある大会です。皆さんで大会を盛り上げましょう!!



開催日
9/15 日

メイン会場
笛川小学校 (スタート・ゴール)

スタート時間
9:30 5km コース
9:40 20km コース
9:50 10km コース

i アビリンピックやまなし 2019 (第39回山梨県障害者技能競技大会) 開催

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構
山梨支部高齢・障害者業務課 ☎ 055-242-3723

障害のある人たちが日ごろ培った技能を互いに競い合うことにより、その職業能力の向上を図るとともに、企業や社会一般の人たちが障害のある人たちに対する理解と認識を深め、その雇用の促進を図ることを目的に開催する大会です。一般見学・応援が自由にできますので、ぜひご来場ください! ※当日は併催イベントとしてパンの販売なども予定しています。
▶日程: 10/6 (日) 10:00 ~ 15:00

- ▶**競技内容**: ワード・プロセッサ、データ入力、表計算、オフィスアシスタント、ビルクリーニング、喫茶サービス
- ▶**会場**: ポリテクセンター山梨 (甲府市中小河原町 403-1) ※駐車場有
- ▶**大会詳細情報**: アビリンピックやまなし 2019 HP <http://www.jeed.or.jp/location/shibu/yamanashi/abilympic.html>



■市民バス「牧丘循環線」運休のお知らせ (9/15日)

巨峰の丘マラソン大会の開催により下記の便が運休になります。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

発時刻	運行経路 (牧丘循環線)
9:30	窪平発→杣口上行き
9:47	洞雲寺発→花かげの湯前行き
9:48	杣口上発→花かげの湯前行き
10:36	窪平発→洞雲寺行き
11:13	洞雲寺発→窪平行き

※市民バス「西沢溪谷線」から「牧丘循環線」への乗り継ぎも、上記の便については利用できませんのでご注意ください。
☎総務課行政担当 内線 2455

i 山梨南中学校・制服リサイクルバザーにご協力ください

山梨南中学校では、学園祭「友輝祭」(9/7(土)・8(日)実施)で、制服・体育着などのリサイクルバザーを実施します。まだまだ十分に使えるが、「子どもが卒業してしまい不要になった」「成長に伴い着られなくなった」制服や体育着などがありましたら、ぜひご寄付ください。

- ▶**収集品**: 制服、体育着、体育館履き、通学かばん、ネクタイやボタンなどの小物など南中で使用できるもの
※古い型の体育着は、取り扱いできません。
- ※寄付していただく品物については、子どもたちが気持ちよく使えるよう、洗濯した清潔なものをお願いします。なお、サイズ(M・Lなどの表示やウエストなど)を書いたメモを一緒にに入れていただくと助かります。

- ▶**収集期日および収集場所**: 9/5(木)までに、山梨南中学校に届けてください。
- ▶**リサイクルバザー実施日と場所**: 「友輝祭、体育の部」実施日(天候状況などにより9/7~10のいずれかに変更することがあります)の昼食時に校舎正面玄関東側で実施
☎山梨南中学校 ☎0173
担当 筒井・小林・石井

i 河川内樹木の伐採で発生する丸太の無償配布実施

県峡東建設事務所では、河川の維持管理のために伐採した樹木を無償で提供します。河川内の樹木は、洪水時に流れの支障となり、倒れた際は下流の橋などに悪影響を及ぼすなど、治水上問題となります。また、河川監視の際に視野が遮られたり、ゴミの不法投棄の温床となったりするため、伐採を行っています。伐採の際に発生する樹木(ハリエンジュなど)の丸太は、有効活用、処分経費削減のため、無償で提供します。事前の申し込みは不要ですので、配布を希望する人は、指定期間内に指定場所まで取りにきてください。詳細はHPに記載しています。

- ▶**配布期間**: 11/1(金)~12/31(火)
 - ▶**場所**: 日川(山梨市日川緑地)、金川(笛吹市御坂路さくら公園付近)、田草川(甲州市勝沼町小佐手1285-1)、境川(笛吹市境川町小黒坂2197-2)
 - ▶**条件**: 軽トラック2台分まで。指定場所まで取りに来られる人。商業目的でない。
- ☎県峡東建設事務所河川砂防管理課 ☎2712、FAX ☎2719

i 山梨市文化協会 文化祭 日程・会場

生涯学習課生涯学習担当
内線 2327



■山梨地区文化祭 (第58回)

- 【展示発表部門】
 - ▶**日時**: 10/11(金) 13:00~17:00
10/12(土)・13(日) 9:30~17:00、10/14(月・祝) 9:30~15:00
 - ▶**会場**: 市民会館
- | | |
|----|---|
| 3階 | 書道部・手芸部・写真部・華道部(12日~)・短歌部・川柳部・俳句部・古典文学部・詩部・茶道部(13日のみ) |
| 4階 | 盆栽部・写仏部・押し花部・美術部 |

【舞台発表・研究部門】

部	実施日	時間	場所
朗読部	10/13(日)	13:00~15:30	街の駅やまなし
詩吟部	10/19(土)	10:00~15:00	市民会館303会議室
洋楽部	10/26(土)	13:30~16:00	市民会館ホール
舞踊部	10/27(日)	13:00~16:00	市民会館ホール
郷土研究部	11/10(日)	9:00~12:00	山梨地区歴史探訪
民謡部	11/23(土・祝)	13:00~16:00	市民会館ホール
謡曲部	11/24(日)	13:00~16:00	加納岩公民館
邦楽部	令和2年3/22(日)	10:00~15:00	根津記念館

■牧丘地区文化祭 (第55回)

- 【展示部門】
 - ▶**日時**: 11/15(金) 13:00~17:00
11/16(土)~23(土・祝) 9:00~17:00、11/24(日) 9:00~12:00
 - ▶**会場**: 牧丘町総合会館
- 俳句部・短歌部・書道部・写真部・華道部・絵画部
(招待作品): 牧丘地区小中学生・そだち園・ひまわりの家...各作品

【文化の集い】

- ▶**日時**: 11/16(土) 12:30~16:30
 - ▶**会場**: 花かげホール
- 大正琴部・コーラス部・太鼓部・詩吟部・朗読部・邦楽部・創芸クラブ・茶道部(花かげホールロビー)・民謡部

■三富地区文化祭 (第40回)

- 【展示部門】
 - ▶**日時**: 11/1(金)~3(日・祝) 10:00~15:00
 - ▶**会場**: 三富基幹集落センター
- 書道部・絵画部・絵手紙部・短歌部・俳句部・華道部・写真部
(招待作品): 三富地区小中学生...作品

【発表部門】

- ▶**日時**: 11/1(金) 12:30~16:00
 - ▶**会場**: 三富基幹集落センター
- 詩吟部・舞踊部・民謡部・大正琴部・短歌朗唱

【囲碁大会】

- ▶**日時**: 10/19(土) 9:00~17:00
- ▶**会場**: 三富基幹集落センター

健 9/10 世界自殺予防デー
9/10～16 自殺予防週間

9月10日は「世界自殺予防デー」、9月10日～16日は「自殺予防週間」です。現代社会では誰もがこころの健康を損なう可能性があります。大切な人の命を守るために、一人一人が自分にできること「気づき・声かけ・傾聴・つなぎ・見守り」を心掛け、誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指しましょう。

- ◆生きるのがつらいと悩んでいる人、あなたの気持ちを聞かせてください。こころの健康相談統一ダイヤル 自殺防止電話相談 ☎ 0570-064-556
- ◆大切な人を自死で亡くされたご家族の相談は、県立精神保健福祉センター(福祉プラザ3階)で行っています。☎ 055-254-8644
- ◆精神保健福祉士、心理相談員による「こころの健康相談」を毎月開催しています。～あなたのこころのうちをゆっくり話してみませんか～自分自身の将来に漠然と不安や孤独を感じている、子育ての中でなぜか不安や焦りを感じてしまう、病人や高齢者を介護していて疲れを感じている、ショックな出来事や一人で抱えている悩みなどで気持ちが不安定だったり、仕事や生活意欲が持てない、など。このようなことで思い悩んでいる人はご相談ください。日程は広報などでご確認ください。

健康増進課健康支援担当
内線 1167～1169

i 2020年版やまなし県民手帳の予約を受け付けます

本県の郷土自慢、主要統計、ふるさとの祭り・行事などの情報を掲載。

- ▶サイズ：82mm×145mm
- ▶表紙：ワインレッドまたはスカイブルーのレザー調
- ▶価格：550円(税込)(差込用住所録 別売 80円)
- ▶申込方法・期限：9/19(木)までに下記欄へ電話で申し込んでください。
- ▶受取方法：10月中旬から市役所、各支所で代金と引き換えになります。

今年も発行部数限定のプレミアム版が同時発売！郡内織物をまとった装丁のプレミアム版が再び登場します。今回も予約なしの店頭販売限定となります。詳細は発行元にお問い合わせください。
発行元：(株)小國民社 ☎ 055-226-2125

商工労働課商工労働担当 内線 2362

健 市成人健康診査を実施します
会場は全て市の保健センターです

9月に予約受付をする成人健診の日程をご案内します。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しましょう。

日時	予約受付期間	対象地区	健診機関	送迎場所
9/19(木)	8/30(金)～9/9(月)	上岩下・小田屋・山根・矢坪・正徳寺・落合	厚生	山梨厚生病院
9/30(月)	9/6(金)～19(木)	市内全域	JA	—
10/2(水)	9/9(月)～20(金)	万力1・2・3区	厚生	万力2区公民館
10/3(木)	9/11(水)～20(金)	岩手地区	厚生	岩手公民館
10/7(月)	9/13(金)～26(木)	八幡地区	JA	石原なちこ体育館
10/8(火)	9/17(火)～27(金)	三ヶ所、上之割	厚生	後屋敷公民館
10/9(水)	9/19(木)～27(金)	鴨居寺、東後屋敷	厚生	後屋敷公民館
10/15(火)	9/24(火)～10/4(金)	七日市場、下井尻、小原東4・5・6区	厚生	—

- ▶事前予約：市保健センター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、検査項目などをお知らせください。
- ▶健診受付時間 ①8:30 ②9:00 ③9:30 ④10:00 受付終了10:30
送迎希望の方は、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。
①40～74歳の市国民健康保険加入者
②39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
・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、治療中または経過観察中でない人)
※9/19・30、10/3・7・9・15のみ実施。

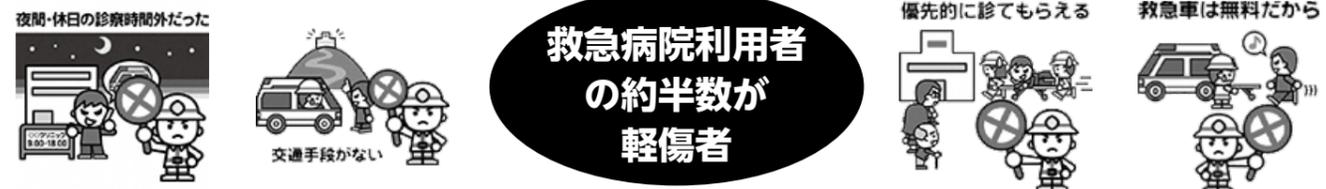
健康増進課
健康企画担当 内線 1162～1163
健康支援担当 内線 1164～1169



健 救える命があります
救急病院・救急車の適正利用のお願い

健康増進課健康企画担当 内線 1162～1163

峡東地域では、救急病院を利用している人の約半数が入院を必要としない軽症者という状況が続いています。軽傷の患者さんがあえて休日や夜間に救急外来を利用すると、緊急性の高い重症の患者さんの治療に支障をきたします。このままだと、救急医療を担う医師やスタッフの負担が増え、地域の救急医療体制が維持できなくなる恐れがあります。救える命を救うため、救急病院・救急車の適正利用に皆さんのご理解とご協力をお願いします！



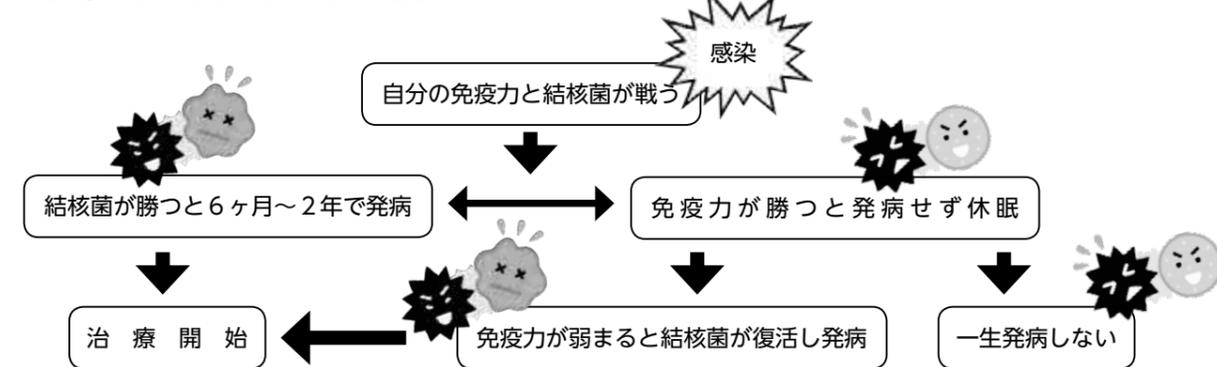
- ①日頃から健康チェック！早めの「診療時間内」受診
- ②具合の悪いときは「かかりつけ医」にまず相談
- ③必要なときには、ためらわず「119番」に電話

- 【夜間・休日の救急当番病院の紹介】
■山梨県救急医療情報センター ☎ 055-224-4199
■東山梨消防本部 ☎ 0119
【一口メモ】
万が一に備え、すぐに伝えられるようにしておきましょう。
・生年月日 ・治療中の病気、かかりつけ医、内服薬
・緊急時の連絡先 ・緊急時の治療の希望 など
- 【子どもの受診・相談について 小児初期救急医療センター】
受診について
■甲府市医師会救急医療センター内 ☎ 055-226-3399
※やけどやケガなどの外科的疾患は東山梨消防本部へ相談について
■小児救急電話相談 ☎ #8000 (短縮ダイヤル)
☎ 055-226-3369 (ダイヤル回線)

健 結核は昔の病気ではありません
年に1度は結核検診を

健康増進課健康支援担当 内線 1164～1169

▶結核とは？：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。咳やくしゃみによって空気中に飛び散った結核菌を吸い込むことで感染します。日本では今でも1日に46人が結核を発病し、6人が命を落としています。山梨県でも年間68人発見されています。そのうち約70%は65歳以上の人です。感染しても全員が発病するわけではなく、自分の免疫力(病気と戦う力)により発病を防ぐことができます。



- ▶結核を予防するには：
・自分の免疫力を低下させないことが重要です！バランスの良い食事、質の良い睡眠、適度な運動、禁煙、アルコールはほどほどになど規則正しい生活を心がけましょう。
・抵抗力の弱い赤ちゃんは結核に感染すると重症になりやすいので、BCGの予防接種が有効です。生後5か月～1歳までに接種しましょう。
- ▶年に1度は結核検診を受けましょう：結核の早期発見には、胸部レントゲン検査が役立ちます。特に65歳以上の人は毎年の受診をおすすめします。検査は、市の成人健診で受診することができます！健診の日程などについては、広報6月号と一緒に配布した健康カレンダーをご覧ください。

保 知っておきたい！ 国民健康保険の給付

■市民課国保年金担当 内線 1145～1148

病気やけがのときに国民健康保険被保険者証（保険証）を提示すれば、医療費の3割から2割の自己負担で医療サービスを受けることができることは皆さんもご存じのとおりです。それ以外にも国保ではさまざまなサービス（給付）を実施しています。詳細は、お気軽にお問い合わせください。

■出産育児一時金

被保険者が出産したとき1人につき420,000円（※1）まで支給される制度です。医療機関等への直接支払制度（※2）を利用することにより窓口で出産費用をできるだけ現金で支払わなくても済むよう経済的負担の軽減を図ることを目的とした制度になっています。妊娠期間が12週（85日）以上であれば、死産や流産を問わず支給されます。

▶申請に必要なもの：保険証、印鑑、医療機関等から交付される合意文書の写し、医療機関等から交付された費用の内訳が記載された領収・明細書の写し、出産費の領収証の写し、振込口座の分かるもの、死産・流産の場合は医師の証明書、マイナンバー通知カードなど（マイナンバー確認のため）

（※1）「産科医療保障制度」に加入する医療機関等で出産した場合に限ります。それ以外は404,000円になります。

（※2）出産育児一時金の請求と受け取りを、妊婦などに代わって医療機関が行う制度です。出産育児一時金が医療機関等へ直接支払われるため、退院時に窓口で支払うのは出産育児一時金を上回った場合のみになります。出産費用が出産育児一時金を下回った場合には申請により差額を支給します。

■葬祭費

被保険者が死亡したときに、葬祭を行う人（＝喪主）に5万円が支給されます。

▶申請に必要なもの：保険証、印鑑、会葬礼状や領収書、契約書などの葬祭を行ったことが分かる書類、振込口座の分かるもの

■高額療養費

1カ月（暦月）の医療費（保険適用分）の自己負担額が入院などで高額になり、法令で定められた限度額を超えた場合、超えた分の金額が高額療養費として支給されます。支給対象者には診療月から原則2カ月後に、はがきでお知らせします。自己負担限度額は被保険者の年齢、前年度所得額などにより変わります。

▶申請に必要なもの：該当する月の医療機関等からの領収書、保険証、印鑑、振込先の分かるもの、マイナンバー通知カードなど（マイナンバー確認のため）

■療養費

医師が治療上必要と認めたコルセットなどの補装具などを作ったとき、事故や急病でやむを得ず保険証を持たずに治療を受けたときなど、いったん全額自己負担していただきますが、申請・審査後、自己負担分（3～2割）を除いた額を払い戻す制度です。

▶申請に必要なもの：領収書、保険証、印鑑、振込先の分かるもの、補装具を作った場合は医師の診断書が意見書・装具装着証明書、靴型装具に係る支給申請書提出の際は患者が実際に装着する現物であることが確認できる写真、診療報酬明細書（事故や急病などでやむを得ず受診したとき）、マイナンバー通知カードなど（マイナンバー確認のため）

◆全サービス（給付）共通

全て申請が必要です。それぞれ基準日から起算して2年を経過すると、時効により給付が受けられなくなります。

■介護保険課介護保険担当 内線 1222～1225

介 低所得者の介護保険料の 軽減が強化されました

介護保険料の軽減は、平成27年度から、市民税非課税世帯のうち特に所得の低い人（介護保険の所得段階9段階のうち、第1段階に該当する人）を対象に実施されていますが、今年度、対象が拡大されました。拡大対象となったのは、所得段階の第1段階から第3段階に該当する市民税非課税世帯の人です。保険料の基準額（第5段階）80,040円に乘じる調整率の改正により、保険料が軽減されました。保険料の改正内容は以下のとおりです。

所得段階		調整率		保険料（年額）	
第1段階	・生活保護受給者 ・高齢福祉年金受給者で、世帯全員が市民税非課税の人 ・世帯全員が市民税非課税の人で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額の合計が80万円以下の人	0.45	→ 0.375	36,010円	→ 30,010円
第2段階	世帯全員が市民税非課税の人で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額の合計が80万円を超え120万円以下の人	0.75	→ 0.625	60,030円	→ 50,020円
第3段階	世帯全員が市民税非課税の人で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額が120万円を超える人	0.75	→ 0.725	60,030円	→ 58,020円

9月21日は世界アルツハイマーデー

認知症になっても安心して暮らせる社会を

「忘れても 一人ひとりが主人公」

2019年度世界アルツハイマーデー標語 出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会
認知症に関する相談は市地域包括支援センター ☎0294



暮 消費生活相談窓口だより



使用中に偽の警告表示！慌てて事業者に連絡しないで！

▶事例：パソコンでインターネットを使用していたら、突然大きな警告音が鳴り、画面にウイルス感染の表示が出た。驚いて表示されている電話番号に連絡すると、「ウイルスに感染している。3年間のサポート契約が必要」と片言の日本語で言われ、約5万円をカード決済した。遠隔操作で何か作業されたが、不審な気がしたので解約したいとメールで連絡したが、返信がない。

▶ひとこと助言：

・警告画面が表示されても、慌てて事業者に連絡したり、セキュリティソフトやサポートなどの契約をしたりしないようにしましょう。

・事例のような警告画面は偽の表示である可能性が高いと考えられています。その場合は画面を閉じましょう。

・「警告画面が偽かどうかの判断がつかない」「セキュリティソフトなどを契約しインストールしてしまった」「警告画面が消えない」などの対処方法については、独立行政法人情報処理推進機構（IPA）のホームページを参考にしたり、情報セキュリティ安心相談窓口にご相談したりしましょう。

・解約しようとしても、手続きがスムーズに進まないケースも見られます。困ったときは、お早めに消費生活センター（消費者ホットライン188）などにご相談ください。

▶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「最初の一歩」をお手伝いするものです。

■商工労政課商工労政担当 内線 2364

消費者ホットライン

☎188
（いやや）

介 山梨市市民後見人養成 フォローアップ講座開催

あなたも市民後見人の候補者になりませんか？市では、認知症、精神障害などの脳の障害によって物事を判断する能力が十分でない人を、法律的に保護・支援することができる市民後見人の養成フォローアップ講座を今年も開催します。

▶受講対象者：市内在住者で、次の全てに該当する人

- ①全ての科目を受講できること
- ②県立大学の養成講座を全て受講できる、または過去に修了証の交付を受けていること
- ③後見人養成研修を実施する団体に所属していないこと
- ④親族以外の人の後見人として活動をしていないこと
- ⑤フォローアップ講座修了後に実施する実地研修に参加できること
- ⑥平成31年4月1日現在で75歳未満であること
- ⑦民法第847条に定める後見人欠格条項に該当しないこと

▶研修日：10/24（木）・31（木）、11/21（木）、12/5（木）・12（木）、令和2年1/16（木）・30（日）

▶時間：13:00～17:00

▶会場：市役所西館5階504会議室

▶定員：20人 ▶受講料：無料

▶申込方法：「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、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。

▶提出期限：9/19（木）

■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

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：市民会館

▶日時：9/28（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（甲府市下小原町237-5山梨県不動産会館内）

☎055-243-4300

FAX055-243-4301

URL

http://yamanashi-takken.or.jp/

年 ますます便利な 「ねんきんネット」

「ねんきんネット」はこれまでの年金記録や、将来受け取る年金の見込額など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：さまざまな条件で、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を受けている期間などについて、今後納付する月数や金額の確認ができます。

▶電子版「ねんきん定期便」について知りたい：ハガキ版の「ねんきん定期便」を電子版（PDFファイル）でご確認いただけます。

▶年金振込通知書などの通知を確認したい：「年金振込通知書」などの各種通知書をご覧ください。

▶通知書の再交付申請をしたい：通知書の再交付申請を行うことができます。※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

▶URL：http://www.nenkin.go.jp/n_net/

▶ナビダイヤル：0570-058-555

■市民課国保年金担当

内線 1145～1148

牧丘支所住民生活担当

三富支所住民生活担当

i 令和元年9月市議会 定例会日程（予定）

9月定例会は、次の日程のとおり開催する予定です。（日程は変更となる場合があります。）

▶8/28（水）本会議（開会）

▶9/12（木）本会議（代表質問）

▶9/13（金）本会議（一般質問）

▶9/17（火）常任委員会（総務、建設経済、教育民生）

▶9/18（水）決算特別委員会

▶9/19（木）決算特別委員会

▶9/20（金）決算特別委員会

▶9/27（金）本会議（閉会）

※各日程とも10:00から開会です。

（決算特別委員会は9:00からです。）

■議会事務局議事担当 内線 1212・1213

募 成人大学講座 受講者募集 !!

生涯学習課生涯学習担当 内線 2326、FAX 2800
e-mail syogaigakushu@city.yamanashi.lg.jp

■【いきいき創年楽部】 テーマ「令和元年にはじめよう！新しい時代だから心もカラダもフレッシュに！！」

▶対象：50代以上の人を想定して企画していますが、どなたでも参加できます。
▶受講料：無料 ▶持ち物：筆記用具、飲み物、第3回は材料代1,000円
※初回に開講式、最終回に閉講式を行います。全5回の継続参加がお勧めです！

	日時	場所/定員	タイトル・講師・内容
1	10/17(木)	市民会館 404会議室	もっと軽やかに！知ってよかったファッション講座 講師：ブランディングアドバイザー 北川美香さん
	13:30～15:30	定員40人	大人世代の皆さんに似合うファッションや、ゆったり着られてきれいに見える方法を学びます。手持ちの服の着こなし方や、服をすてきに見える姿勢のコツなど、目からウロコです！もっと気軽にファッションを楽しみましょう！
2	11/7(木)	市民会館・ 万力公園	万葉歌碑と古代の山梨市～令和関連歌碑と賀歌に登場する山梨市～ 講師：生涯学習課文化財担当
	13:30～15:30	定員40人	万力公園内の令和にゆかりのある万葉歌碑を見学し、和歌や遺跡に登場する奈良・平安時代の山梨市について紹介します。
3	11/28(木)	夢わく山梨 料理実習室	からだおもしろのエイジングケアレシピ 講師：料理家、やまなし大使、てて！TV金曜日レギュラーコメンテーター 真藤舞衣子さん
	13:30～15:30	定員30人	詳しい内容は、裏表紙に掲載しています。
4	12/12(木)	市民会館 404会議室	今日からできる脳活！認知症新アプローチ☆ 講師：作業療法士 保坂和輝さん
	13:30～15:30	定員40人	脳トレ・介護予防体操などを専門家から学び、脳の若がえりを目指しましょう！合わせて、最新の認知症情報を紹介します。年を重ねても、いつまでも、安心して毎日を楽しむことができることをお伝えしたいと思います。
5	1/30(木)	市民会館 404会議室	毎日楽しく！リズム体操で若々しく安全安心に過ごそう！ 講師：健康安全郷育アドバイザー、やまなし大使 渡辺光美さん
	13:30～15:30	定員40人	これからも、ずっと健やかに若々しく、安全安心に過ごしたい。そんな気持ちを応援します。すぐに実践できる表情筋の鍛え方、簡単リズム体操を学んで、日々の生活に取り入れてください。もっともっと笑顔で毎日を楽しみましょう！

■【魅力発見楽部】 ゆるっとステップアップ講座 テーマ「気楽でいい、気軽でいい、新しい自分に会いに行こう。」

▶対象：高校生以上 ▶受講料：無料（第3回のみ材料代300円）
▶持ち物：筆記用具、飲み物、第2回はスマートフォン（十分に充電をしてお持ちください）
※全3回の継続参加がお勧めです！

	日時	場所/定員	タイトル・講師・内容
1	10/8(火)	街の駅 やまなし	自分の魅力を知って、写真をもっと楽しく！写り方ランクUPのルール 講師：ブランディングアドバイザー 北川美香さん
	19:30～21:30	定員20人	自分の魅力をたくさん知って、写真をもっと楽しみましょう。パーソナル・ブランディングアドバイザーの先生があなたの魅力を探お手伝いをします。表情づくりやポーズなども合わせて学び、楽しく気軽に、写り方ランクアップしませんか？
2	10/18(金)	街の駅 やまなし	ちょっとしたコツを覚えてみるみる変わる！ワンランクUP☆スマホカメラレッスン 講師：フォトグラファー：芦澤絢名さん
	19:30～21:30	定員20人	2時間でオシャレなスマホフォトが撮れるようになります！構図のポイントなどを学び、スマホカメラを使って撮影実習をしましょう。ちょっとしたコツさえ覚えたら簡単！みるみるランクアップが実感できます。
3	10/26(土)	万力公園	令和の記念のfield trip！万葉の歌をさがそう！ 講師：生涯学習課文化財担当
	10:00～12:00	定員20人	令和で話題となった万葉歌碑を見学してみませんか？地元の歴史や文化について学んで、もっと山梨市の魅力を感じましょう！プレイクタイムには、ピザと万葉集にちなんだ梅ソーダを味わいます。

■【全講座共通】

▶申込期間：8/26(月)～9/25(木)
▶申込方法：FAX・e-mail・ハガキに、氏名、年齢、住所、電話番号、参加希望の講座名を明記の上、お送りください。電話でも申し込みいただけます。どなたでも申し込みできますが、定員を超えた場合は、①いきいき創年楽部、魅力発見楽部それぞれ全講座に出席できる人、②市内在住の人を優先とし、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。

募 英会話ボランティア募集

市教育委員会では、小中学生が英語を実践的に話せるプログラムを始めます。外国人講師(ALT)や日本人英語助手(JTE)と一緒に子どもたちに英語を教えていただけの人を募集します。子どもたちの成長のお手伝いを一緒にしてみませんか。
▶実施内容：土曜日の午前中を基本に生活の中で英会話をする機会を子どもたちに提供する。ハイキング、街なか探検などのアクティビティを通して共に楽しく英会話を行う。主に市内で活動。近隣へ出かけることもある。
▶対象児童・生徒：小学5年生～中学生
▶実施期間：9月中旬～令和2年3月14回程度実施（次年度も継続予定）
▶募集ボランティア：高校生・大学生・社会人（国籍不問）で下記のスキルをお持ちの人。
・小学生～中学生と英会話ができる
・子どもと英語を使って遊べる（カードゲーム、ボードゲーム、鬼ごっこなど）
▶応募期間：一次募集 ～9/10(火)
▶活動時間：9:00～11:30（基本）生徒の集合時間の30分前に集まり、打ち合わせをします。活動内容によっては、時間が前後します。
▶申込方法：e-mail gakkokyoiku@city.yamanashi.lg.jpへお申し込みください。件名には「英会話ボランティア」と明記してください。
※英語は話せないが、活動を支援したいというボランティアも募集します。
生涯学習課学校教育担当 内線 2314

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。

対象	市祝金額
満88歳の人 昭和5年9月16日～ 昭和6年9月15日生	10,000円
新100歳の人 大正8年4月1日～ 大正9年3月31日生	150,000円

※満88歳は1年以上、新100歳は10年以上、山梨市に引き続き住所のある人が対象です。
▶支給方法：満88歳…9月中旬頃に市職員が訪問します。新100歳…9/14(土)に訪問します。
福祉課社会福祉担当 内線 1133

募 山梨県後期高齢者医療広域連合 川柳を募集

後期高齢者を対象に、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：「私の宝物」をテーマにした川柳
▶応募期間：9/1(日)～10/31(木) 必着
▶応募資格：山梨県後期高齢者医療制度の被保険者（75歳以上の人、一定の障害のある65歳以上の人）
▶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お書きください。
①郵送の場合 郵便はがきに、上記の必要事項を記載し、郵送してください。宛先〒400-8587山梨県甲府市蓬沢一丁目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 メール本文に、上記の必要事項を記載し、送付してください。メールの題名は「山梨県後期高齢者医療広域連合川柳応募」としてください。応募先アドレス kouho@yamanashi-iryokouki.jp
▶表彰：広域連合長賞（1名）…5千円相当の賞品、広域副連合長賞（1名）…3千円相当の賞品、広域連合議長賞（1名）…3千円相当の賞品、広域連合副議長賞（1名）…3千円相当の賞品、入選（10名程度）…千円相当の賞品
※受賞作品の決定、発表は12月頃を予定しています。

生涯学習課総務担当 ☎055-236-5671

i 秋季河川清掃を実施します

快適で美しい生活環境を確保するために、春に続き『秋季河川清掃』を実施します。
▶実施日・地区：9/22(日) 日下部・八幡・後屋敷・岩手
9/29(日) 加納岩・山梨・日川
※地区によって実施日が異なる場合があります。詳細は、各地区の区長または保健衛生委員に確認してください。
環境課生活環境担当 内線 2254

募 令和元年度 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9/16(月・祝)、2次10/15(火)～20(日)、3次11/22(金)～12/19(木)
▶受付：～9/6(金)

■一般曹候補生
▶資格：18歳以上33歳未満の人
▶試験：1次9/20(金)～22(日)、2次10/11(金)～16(木)
▶受付：～9/6(金)

■自衛官候補生
▶資格：18歳以上33歳未満の人
▶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：9/28(土)・29(日)
▶受付：9/5(木)～9(月)

●総合選抜
▶資格：高卒（見込み含）21歳未満の人
▶試験：1次9/28(土)、2次11/2(日)・3(日・祝)
▶受付：9/5(木)～9(月)

●一般
▶資格：高卒（見込み含）21歳未満の人
▶試験：1次11/9(土)・10(日)、2次12/10(火)～14(土)
▶受付：9/5(木)～30(月)

■防衛医科大学校医学科学生
▶資格：高卒（見込み含）21歳未満の人
▶試験：1次10/26(土)・27(日)、2次12/11(火)～13(金)
▶受付：9/5(木)～30(月)

■防衛医科大学校看護学科学科学生
▶資格：高卒（見込み含）21歳未満の人
▶試験：1次10/19(土)、2次11/30(土)・12/1(日)
▶受付：9/5(木)～30(月)

◆申込・問い合わせ
自衛隊山梨地方協力本部
甲府募集案内所
☎055-228-6427



国家を守る、公務員。

講 市民総合体育館・牧丘 B&G 海洋センター
各種教室

申し込み・問い合わせ
市民総合体育館 ☎ 5600
牧丘 B&G 海洋センター ☎ 4411

■楽しく効果がでる！健康運動教室～5回コース～

講座名	曜日	日時	場所	内容
やさしいヨガ	木	10/10・17・24・31、11/7 ① 13:30～14:15 ② 20:30～21:15	市民総合体育館	初めての人やハードな運動が苦手な人でも安心！全体的にやさしいクラス！
美活エクササイズ	木	10/10・17・24、11/7・14 19:30～20:15	市民総合体育館	無理のないストレッチ&有酸素運動で健康&美ボディに！
いきいき健康体操	金	10/11・18・25、11/1・8 10:00～11:00	市民総合体育館	ボール運動、青竹ビクスなどで、ゆっくり全身をほぐし、元気な身体を！
やさしいヨガ	金	10/11・18・25、11/1・8 11:15～12:00	市民総合体育館	調身・調心・調息を行い、身心を整えます。
ダイエット&スタイルアップ	金	10/11・18・25、11/1・15 20:00～20:45	市民総合体育館	カラダの部位の引き締め・有酸素運動ストレッチで運動不足解消！
ボディメイク&若返り	土	10/12・19・26、11/2・9 19:30～20:30	市民総合体育館	筋力をアップしながら、しなやかで美しいボディを目指す！
ピラティス	木	10/10・17・24、11/7・14 ① 19:15～20:00 ② 20:15～21:00	牧丘 B&G 海洋センター	身体の不調を改善！プロポーションのとれた身体へ！代謝アップ！

- ▶受講料：3,000円（税別）
- ▶申し込み：上記「申し込み・問い合わせ」へ事前に電話で申し込み。

■趣味が広がる！カルチャー教室

講座名	日時	場所	受講料/月	内容
色えんぴつ画	第1・3木曜（月2回） 13:30～15:30	市民総合体育館	3,500円（税別）	鉛筆画から始める絵を描く基礎講座！
小さな水彩スケッチ	第1・3木曜（月2回） 10:00～12:00	市民総合体育館	3,500円（税別）	少ない画材でポストカードなどに風景画を描き、三原色で描くなど初めての人でも安心
癒しのアロマストレッチ	第1・2・3金曜 13:30～14:30	市民総合体育館	3,000円（税別）	リフレッシュ効果の高いアロマオイルの香りに包まれながら、心身の疲れを癒します。
絵手紙	第2・4金曜（月2回） 13:30～15:30	市民総合体育館	3,000円（税別）	文字も、絵も、書くのが苦手な人にこそおすすめ！
リラックスアロマヨガ	第1・2・3土曜 10:00～11:00	牧丘 B&G 海洋センター	3,000円（税別）	リフレッシュ効果の高いアロマオイルの香りに包まれながらリラックス。
ベーシックヨガ	第2・4土曜（月2回） 19:00～20:00	牧丘 B&G 海洋センター	3,000円（税別）	心身の健康を目指し、無理のないポーズでゆったりと心地よく身体を動かして行く。
リコーダーアンサンブル	第1・3日曜（月2回） 14:30～16:00	牧丘 B&G 海洋センター	3,000円（税別）	みんなでアンサンブルを楽しもう。

- ▶申し込み：上記「申し込み・問い合わせ」へ事前に電話で申し込み。
- ※体験：各教室1回すべて無料
- ※入会金：2,000円⇒期間限定0円無料
- ※色えんぴつ画と小さな水彩スケッチ教室両方に入会すると、毎月の受講料が1,000円割引になります。
- ※何月からでも始められ、月単位でお休みできる休会制度があります。
- ※小さな水彩スケッチ教室では、初回のみ教材費として別途500円（税別）がかかります。

■カルチャー教室「講師募集」

さまざまなジャンルで活躍されている講師を募集しています。ユニークで存在感があり、注目を集めるような内容の講座などを歓迎します。会場は教室形式、または少人数制のスタジオです。設備的に不可能なもの（料理教室など）や、大きな音の出るもの、激しい運動などをご相談ください。新しい講座を提案いただける人や、自分の技術・資格を生かしたいという人、ぜひご応募ください。

▶募集会場・申し込み・問い合わせ：牧丘 B&G 海洋センター ☎ 4411

募 「やまなし生涯学習フェスティバル」
発表者など募集！！

生涯学習課生涯学習担当 内線 2326



市・市教育委員会・市生涯学習推進協議会では、生涯学習フェスティバルにおいて、日頃の取り組みの成果を発表したい個人・団体などを募集します。

- ▶開催日：令和2年2月22日(土)・23日(日・祝)
- ▶会場：市民会館
- ▶募集内容：

項目	日程	募集数	内容	備考
①音楽発表	22	5組程度	合唱や演奏などをステージで発表。持ち時間はステージ上での準備時間も含めて1組10分程度。	終日、ステージに反響板が下りている状態です。
②舞台発表	23	7組程度	演武やダンスなどをステージで発表。持ち時間はステージ上での準備時間も含めて1組20分程度。	終日、ステージに反響板の用意はできません。
③作品展示	22・23	7区画程度	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についてもご検討ください。
④ブース企画運営	22・23	両日3組程度	体験教室やバザーなどを会場内の会議室スペースなどで実施。 【実施例】朗読教室、手芸・切り紙などの教室、昔遊び体験、和楽器体験、ボードゲーム体験など。	※バザーについては、市内の社会教育関係団体か地域団体のみが参加できます。収益は団体運営資金が寄付金以外には使えません。
⑤飲食店	22・23 どちらか1日	2組程度	「食を通じて文化や健康づくりなどについて学ぶ機会」と「飲食をしながら休憩したり交流を深めたりする場所」を来場者に提供することを目的として、①お菓子やお弁当などの販売、②食を通じた学びを提供する。	

- ※日程は変更する場合があります。
- ※発表時間については調整のうえ決定します。
- ▶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としてください。
- ▶募集期間：8/26(月)～9/13(金)
- ▶応募方法：所定の応募用紙に必要事項を明記し、郵送、FAX、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。

募 海外の文化を学ぶ「親子 de 中国料理教室」
参加者募集！！

圏地域資源開発課まちづくり担当 内線 2373

- 市国際交流促進委員会では、「親子 de 中国料理教室」を開催します。中国料理“包子”のレシピや中国茶について紹介。食文化を通して、海外の文化や習慣を学べる楽しい教室です。
- ▶日時：10/12(土) 10:00～14:00（受付9:40～）
- ▶場所：夢わーく山梨 料理実習室
- ▶対象：お子さん（小学生～高校生）と保護者の1組で参加いただける人。保護者が市内在住または在勤の人限定。
- ▶募集人数：12組程度

- ▶講師：志村裕子（ちむらゆうこ）さん／中国出身
- ▶内容：包子の調理、中国茶体験など
- ▶参加費：1組1,000円
- ▶持ち物：エプロン、三角巾または髪留め、麺棒
- ▶募集期間：8/26(月)～9/20(金)
- ※応募多数の場合は先着順
- ▶申込方法：電話または直接、地域資源開発課にお申し込みください。

猫のしつけ方教室参加者募集

- ▶日時：9/21(土) 13:30～16:00
- ▶会場：市民会館 303会議室
- ▶参加料：無料
- ▶主催：県動物愛護及び管理連絡協議会 峡東支部
- ▶申し込み：☎ 2111（甲州市環境政策課）（山梨市環境課でも可）
- ▶注意：会場の都合上、参加者が猫を連れてくることはできません。

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

▶こちらは有料広告です

情報 やまなし

市役所 ☎ 0553 22 1111
 牧丘支所 ☎ 0553 35 3111
 三富支所 ☎ 0553 39 2121

催 根津記念館イベント情報

■特別企画展「妣田圭子・草絵塾生富士山展」

山梨市にゆかりのある妣田圭子さんの作品と妣田草絵塾の塾生による作品を展示します。

▶期間：9/4(水)～27(金)

▶場所：展示棟「八蔵」内企画展示室

■敬老の日65歳以上の皆さんを無料でご案内

敬老の日は65歳以上の皆さんの入館料を無料とします。この機会にぜひ根津記念館をお楽しみください。

※ご利用の際には保険証など年齢の分かるものをお持ちください。

▶実施日：9/16(月・祝)

■月見茶会と邦楽演奏会



庭園で月見をしながら抹茶を堪能できるお茶会を開催します。琴や尺八の調べの中で秋の夜長を楽しみましょう。

▶日時：9/14(土)18:00～20:30

▶参加費：お茶代1席500円(入館料込み)

▶協力：市文化協会茶道部裏千家、邦楽部
 ※雨天時は室内での開催となります。

■はじめての茶道教室

これから茶道を始めたいという人のための茶道教室です。初心者の人々大歓迎。みんなで楽しく茶道を学びましょう。

▶開催日：10/4・11・18・25、11/1・8(金曜日、全6回)

▶時間：19:00～20:30

▶場所：根津記念館青山荘和室(11/8のみ旧主屋)

▶参加費：3,000円(初回に徴収)

▶講師：市文化協会茶道部表千家流前嶋宗芳先生

▶申し込み：根津記念館へ電話、FAX、e-mail(nezu-kinenkan@city.yamanashi.lg.jp)で申し込み。

■根津記念館【月曜休館、開館時間9:30～16:30(受付16:00まで)】
 ☎②8250、FAX②8251

催 第34回下水道まつり

地域の皆さんの下水道事業に対するご協力に感謝するとともに、下水道の理解と関心を一層深めていただくため、9月10日の「下水道の日」に合わせて、毎年、下水道まつりを開催しています。今年は、峡東浄化センターが会場となります。どなたでも楽しみながら下水道のことが学べるように、たくさんの催し物を用意しています。ぜひご来場ください。

▶日時：9/7(土)10:00～14:00(雨天決行)

▶場所：峡東浄化センター(笛吹市石和町東油川字北畑417) 駐車場あり

▶催し物(予定)：

- ・下水道施設見学会、下水道探検ツアー
- ・ミニ下水道展(下水道リサイクル製品などの展示)、水質実験コーナー
- ・フワフワ、マイエコバック作りなどのイベント
- ・模擬店コーナーでの無料配布、販売
- ・おたのしみ抽選会、来場記念品プレゼントなど

※雨天時には、一部の催し物が中止となる場合があります。

▶主催：県、峡東流域下水道推進協議会(甲府市、山梨市、笛吹市、甲州市)、(公財)県下水道公社

■峡東浄化センター
 ☎055-263-2738

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。夏の疲れが抜けない人や季節の変わり目に不調を感じている人におススメです！ヨガの経験のない人や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。

▶日時：9/29(日)10:00～11:00

▶場所：市民総合体育館

▶テーマ：心身の疲れを癒す

▶講師：吉澤ゆき子さん

▶受講料：1,000円(税込)

▶持ち物：ヨガマット(無料貸出あり)、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 ☎②5600

催 循環システム体験事業「第1回山梨市環境フォーラム」



協働のまちづくり支援制度採択事業「循環システム体験事業」を開催します。年間複数回実施しますが、今回は「第1回山梨市環境フォーラム」です。講演会、映画上映、資料展示、油搾り体験のほか、楽しい芸人さんも登場しECO(エコ)曲芸を披露します。

▶日時：9/7(土)10:00～20:00

▶場所：街の駅やまなし

▶内容：

- ・10:30～12:30 講演会「循環型社会への移行」講師 小山宮佳江さん エネルギーを適正に使う循環型社会とは。市民の実践的な活動についての提案。
- ・13:00～13:30 ECO(エコ)曲芸かがみもち(丸一仙三・仙花)夫婦による曲芸で、もったいない精神を面白くお伝えします。
- ・14:00～16:00 講演会「海のない山梨から川ごみ・海ごみを考える」講師 日向治子さん 海ごみは、どこからくるのか、森林と川の関わり、マイクロプラスチックの現状について
- ・18:00～20:00 映画上映「ドキュメンタリー映画『地球交響曲第六番(ガイアシンフォニー)』

龍村仁監督作品。「すべての存在は響き合っている。」「音を聴いて、光を聴く」旅、それが地球交響曲第六番の旅です。

・11:00～16:00 ワークショップ油搾り体験(体験参加料300円)手動搾り機で菜種やえごまから油を搾って、お持ち帰りいただきます。

・10:00～16:00 展示コーナーリユース食器、「山梨マイクロプラスチック削減プロジェクト」資料の展示をします。

▶参加料：無料(油搾り体験のみ有料)
 ■果実の楽園まきばら協議会(竹川)
 ☎080-4325-3270
 e-mail info@makipara.com

講 エコハウスやまなしの教室

■有用微生物のお話とエコバック作り教室

環境に優しい有用微生物を家庭菜園や掃除、洗濯など家庭で活用する方法のご紹介とカレンダーやポスターなどを使ってオリジナルのエコバックを作ります。

▶日時：9/13(金)10:00～12:00

▶講師：渡辺節子さん

▶定員：15人

▶参加料：300円(材料費)

▶持ち物：メモ・筆記用具

▶内容：家庭で活用できる有用微生物のお話とエコバック作り

▶申し込み：9/1(日)から電話受付

(9:30～16:30、先着順、本人に限る)



■カラフルエコキャンドル作り教室

資源循環型の社会形成を目指す環境講座として、廃食油のリサイクル「カラフルエコキャンドル作り教室」を行います。手作りのキャンドルで秋の夜長を楽しんでみてはいかがでしょうか。

※使い終わった植物油、賞味期限切れの植物油のある人は、当日お持ちください。

▶日時：9/26(水)10:00～12:00

▶定員：10人

▶参加料：無料

▶持ち物：ジャムなどの空きビン・使用済み割りばし

▶申し込み：9/1(日)から電話受付(9:30～16:30、先着順、本人に限る)



◆開催場所・申し込み・問い合わせ

■エコハウスやまなし ☎②5001

i 第14回山梨市ソフトバレーボールフェスティバル大会

▶日時：9/14(土) 集合18:15

▶会場：市民総合体育館

▶クラス：1部・フリーの部(39歳以下・40歳以上入ってよい)、2部・トリムの部(コート内に40歳代・男女各1人、50歳代・男女各1人)

▶申込締切：9/6(金)(申込用紙は市民総合体育館に用意してあります)

▶参加費：1チーム2,000円

▶抽選：当日受付時に行います

▶主催：市ソフトバレーボール連盟

▶主管：市バレーボール協会

▶申し込み：田中由美子 ☎FAX②5035
 ■関口幸雄 ☎090-9141-8235

i 緑のカーテンコンテスト投票受付開始



力作が出そろい、いよいよ「緑のカーテンコンテスト」の投票が始まります。ぜひ、エコハウスやまなしにご来場ください。

▶投票期間：9/13(金)～10/7(月)9:30～16:00(水曜日は定休日)

▶募集部門：1 事業所・学校の部
 2 一般家庭の部

▶投票方法：応募いただいた作品を、9/13(金)から10/7(月)まで、エコハウスやまなしに展示しています。用紙に各部門1作品を記入し、投票してください。投票は1人1回までとさせていただきます。

※投票していただいた人にはエコな商品を差し上げます!

※表彰は11月下旬を予定しています。
 ■エコハウスやまなし ☎②5001

募 体力測定会にご参加を!! ～あなたの体力年齢は?～

体力測定会を開催します。瞬発力、持久力、柔軟性など、あなたの体力年齢を測定してみませんか?

▶日時：10/3(木)19:00～※1時間30分程度で終了します。

▶会場：市民総合体育館

▶対象：市内在住・在勤の20～64歳の人

▶内容：握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、20mシャトルラン

▶定員：先着100人

▶参加費：無料

▶持ち物：運動のできる服装、体育館履き、タオル、飲み物など

▶申し込み：参加申込用紙を記入の上、下記まで持参またはFAXで提出。(申込用紙は生涯学習課スポーツ振興担当窓口にて用意してあります)

▶その他：体力測定に関する保険は、市教育委員会が一括で加入させていただきます。測定値や体力年齢などの結果表は、後日郵送します。

■生涯学習課スポーツ振興担当
 内線2333、FAX②5357

講 夢わーく山梨の講座

■クラフトバンドでかご作り教室

クラフトバンドで、エコでキュートなオリジナルなかごを作りましょう。今回は、花結びという編み方で、おしゃれなかごに挑戦です。バンドの色は申込時にお選びください。

▶日時：9/18(水)・25(水)、10/2(水)13:30～15:30

▶会場：夢わーく山梨 会議室A

▶講師：内藤智子さん

▶参加費：1,800円(バンド代。バンドにより多少変わります)

▶定員：10人

▶持ち物：はさみ、洗濯バサミ、目打ち

■あなたが変わる「心と体の呼吸法講座」

日常生活で呼吸を意識したことがありますか?無意識にしている呼吸を意識を向けると、自分を見つめて「気づき」を得られ、本来の自分に戻っていく感覚が得られるのも呼吸法です。イライラやストレスを解消し、心を整える時間にしましょう。

▶日時：10/11(金)13:30～15:00

▶会場：夢わーく山梨 講習室

▶講師：呼吸法認定講師 仲澤宏一さん

▶参加費：無料 ▼定員：20人

▶持ち物：筆記用具

◆申し込み

9/3(火)から下記に電話か窓口で申込(平日9:00～17:00)

■夢わーく山梨 ☎②3111

i 第15回山梨市民親善ゴルフ大会



個人でもグループでも、奮ってご参加ください。女性・初心者も大歓迎!

▶日時：11/7(木)7:30スタート

▶会場：甲府国際カントリークラブ

▶参加資格：市内在住者・在勤者

▶競技方法：18ホールストロークプレー、新ペリア方式、同スコアの場合年齢上位

▶募集人員：40組(160人)

※申込方法などの詳細な内容については、10月号でお知らせします。
 ■生涯学習課スポーツ振興担当
 内線2331・2333



成人大学講座 Pick up

からだおもしろいの エイジングケアレシピ

発酵食品と旬の食材を使って、野菜たっぷり色あざやかな一汁三菜を作ります。

身体に嬉しい彩りごはんをお楽しみください。

成人大学講座には、他にも魅力的な講座がたくさんあります。詳細は広報紙 23 ページをご覧ください。

対象	50代以上の人を想定していますが、どなたでも参加できます。
定員	30人
費用	1,000円(材料代)
持ち物	筆記用具、飲み物
申込期間	8/26(月)～9/25(水)
申込方法	FAX・メール・ハガキに、氏名、年齢、住所、電話番号、参加希望の講座名を明記の上送付。もしくは電話でも可。 生涯学習課 生涯学習担当
申込 問い合わせ	☎ 0553-22-1111 (内線 2326) FAX: 0553-23-2800 Mail: syogaigakushu@city.yamanashi.lg.jp

※どなたでもお申し込みできますが、定員を超えた場合は①成人大学講座いきいき創年楽部全5回出席できる人②市内在住者を優先し、抽選で決定します。申し込み締め切り日以降案内通知を送送します。

11月28日(木)

午後1時30分～3時30分
夢わーく山梨料理実習室

料理家 やまなし大使
真藤 舞衣子さん

料理家。やまなし大使。フランスに留学後、東京の菓子店勤務を経て、東京・赤坂にカフェ『my-an』を開店。山梨に移住後、2014年山梨で『my-an』を再オープン。現在は執筆活動の他、金曜日レギュラーコメンテーターとして、YBS テレビ・ててて！TV内コーナー『真藤舞衣子さんのスマイルレシピ』に出演中。



2019.9

広報やまなし 2019.8.23発行(通巻175号)

■発行 山梨市 〒405-8501 山梨県山梨市小原西843 ☎ 0553 22 1111 (代表) FAX 0553 23 2800

■編集 政策秘書課広聴広報担当 ■URL <https://www.city.yamanashi.yamanashi.jp> ■e-mail info@city.yamanashi.lg.jp

twitter @yamanashicity facebook <https://www.facebook.com/yamanashicity>

「広報やまなし」2019年10月号は9月20日(金)発行予定です。

山梨市のホームページが、スマートフォンで閲覧できます！

QRコードはこちら

世帯と人口 (2019.8.1 現在) 人口 34,698人 (-40) 男 16,724人 (-12) 女 17,974人 (-28) 世帯数 14,676世帯 (-3)