

広報



やまなし

8

2017

vol.150

特集
うまれる



Contents

- P.02 特集 うまれる
- P.12 市政のうごき
- P.14 まちのわだい
- P.16 お知らせ・いきいき通信
- P.18 各種相談・安全安心
- P.20 図書館
- P.22 キッズ
- P.23 第12回山梨市総合体育祭り
- P.24 情報やまなし
- P.34 職員採用試験のお知らせ

市立産婦人科医院・初めての「うまれる」
なかま 名嘉真 美加さん 朝飛くん (平成29年6月2日誕生)

特集 うまれる

「うまれる」と聞いて、あなたは何を思い出しますか？

真っ先に思い浮かぶのは、命が生まれる。出産ではないでしょうか？ 誰もが母親から生まれ、そして大人へと成長していきます。

そんな当たり前に思える、生まれるための環境は著しく変化しています。ここ10年ほどで診療所の分娩取り扱いの中止や分娩可能な病院の集約化が進み、

産婦人科が減少しました。

現在、県内で妊娠から出産までを担う有床医療施設は、15施設（7病院・8診療所）。2004年の統計時には、24施設（14病院・10診療所）ありました。

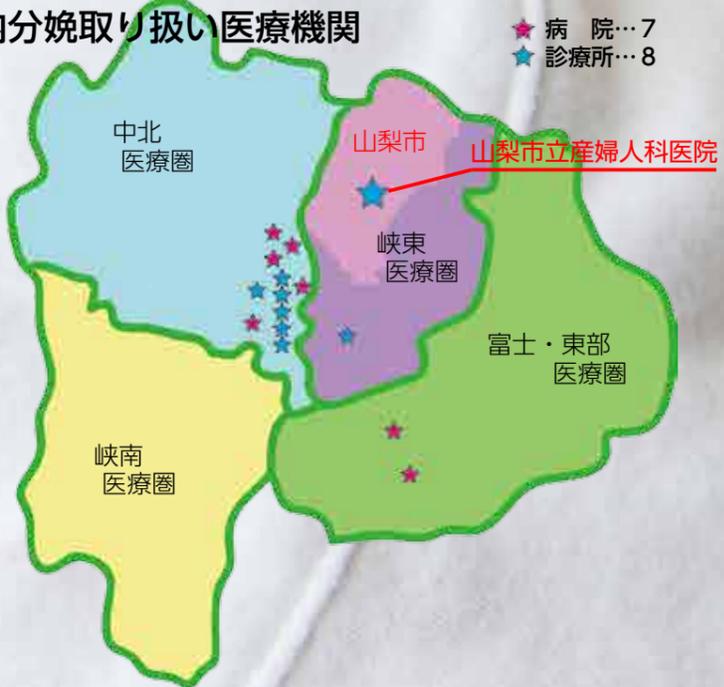
また、山梨県は山間地が多いという地域特殊性もあり、産婦人科診療施設の都市部への偏在という問題も抱えています。県内27市町村のうち有床施設があるのは7自治体で、多くが県の

中央部に集まっています。産婦人科診療施設のない市町村に在住している人たちは、時間をかけて県内都市部や県外へ通院するケースも少なくありません。

このような状況の中、市では6月に市立産婦人科医院をオープンしました。

「うまれる」という言葉をキーワードに、子育てをめぐる環境について考えていきたいと思えます。

県内分娩取り扱い医療機関





理事長・院長 中村雄二 さん

産婦人科医として働き30年。1997年には山梨市に中村産婦人科医院を開業。2017年6月1日山梨市立産婦人科医院の開院にあたり、東雲会として運営を受託。

中村院長のロングインタビュー！

激務の中、普段はなかなか聞けないこと聞いてきました！

それなら私も地域のためにがんばろう！！って。
山梨市が本気になったから。

Qなぜ産婦人科医に？

私が医学部生だった当時、30年前にはすでに産婦人科を希望する人が少なかったのです。精神的にも肉体的にも大変だという理由が大きかった。しかし誰かがやらなければならぬ。それなら私が産婦人科医になろうと(笑)あまり深く考えずに挑戦してみました。

Q実際、産婦人科の現場はどうですか？

大きな病院には、さまざまな問題を抱えた患者さんが来ます。中村産婦人科医院は個人医院だったので、開業してから診察する方の9割には問題がありません。しかし、何らかの異常があったときに見つけられる・見逃

さないということの大切さ。私たちの役割はここにあると実感しています。

妊娠では未知の経験をするわけですから、みなさん不安を抱えます。しかもインターネットでは、膨大な情報が掲載されており、不安になる情報も溢れています。不安を抱えている患者さんと向き合い話をしていくことで、不安に思っていたことが一つ一つ解消していく。いかに安心できるように正しい情報を伝えていくか、そこはこの仕事の面白いところですね！「安心しました！」と言って患者さんが笑顔になってくれることが、とにかく嬉しいです。コミュニケーションの力は重要だと思っています。

もちろん嬉しいことだけではなく、大変なことも多いです。例えば、患者さんやその家族も自分の子どもは問題なく生まれると思っている。それが当たり前だと。何かが起きた時に、医療側に原因や責任を求められることもあります。しかし、医者には神様ではないのです。一般の方が出産に対して持つイメージとのギャップを埋めるのには、考えさせられることも多いです。

Q伝えたい想いは？

2ページの県内産婦人科の配置図を見てください。山梨市と周辺地域にとって産婦人科って必要なんです。

ただ人口が減少する中、産婦人科を変わらずに継続していくのはそんなに簡単なことではありません。子どもが生まれなくなれば、経営が赤字になることだって予想されます。今だからこそ話せますが、実際に駅の南口整備にあたり、市外への移転を考えていました。

しかし、そこで何が起きたか？山梨市がね、本気になったんですよ。「夢をもって子育てできるまちにしたい、将来のために何とか産婦人科に残ってほしい」と。それならば、公設民営で

できないかと提案しました。広く周辺地域から患者さんと呼べるくらい立派な施設になるなら、私も応分の負担をし、地域のためにがんばろう！となったのです。私もこの地域ですと医療を提供してきた立場です。患者さんの利便性などを含めて考え、地域に産婦人科を残す重要性も理解していました。こうして、この市立産婦人科医院のスタートがあるのです。これが



スタッフ一丸となり、サポートします！

らこそできる体制です。出産・育児だけでなく、がん検診、更年期障害や婦人科系の悩みなど、さまざまなライフステージにおいて途切れなくサポートすることで地域に貢献したい、そんな思いで市立産婦人科医院の運営を受託しています。

全国初の
公設民営！

うまれる×医院

H29.
6.1

山梨市立産婦人科医院 オープン！



平成29年6月1日、市立産婦人科医院が山梨市に「うまれ」ました。全国初の「公設民営方式」となるこの医院。「公設民営方式」とは、市などをはじめとする地方公共団体が施設を設置し、その運営を民間に委託する方式のことです。

市が建設した産婦人科医院。その運営を受託したのは、中村産婦人科医院を開院していた東雲会です。この地域に将来にわたって継続した産婦人科医療を確保し、人々の健康・妊娠出産育児を支援するために、うまれたこの施設。

山梨市民のみならず、峡東地域・山梨県に生活する女性がライフステージのすべてにおいて、常に健康で自分の理想を追い求め、自分らしくいきいきと輝くことができる環境、そして安心して子どもを産み育てることができる環境を整備すること。そのためには、行政だけの力ではなく、多くのみなさんの理解と協力も必要です。

未来を担う子どもたちと多くの女性をサポートする市立産婦人科医院。ここからたくさんの方の幸せが「うまれて」いきます。



市の未来を考え、なにが必要か。積極的な挑戦！

「うまれる」、そして子育て、教育の環境づくりへの取り組みは、未来を担う人づくりの基盤として重要であると考えています。市の未来を考え、子どもたちの明るい声が響くまちにしたい。そのためにはまず、なにが必要か。市立産婦人科医院は、本市はもとより、峡東地域の周産期医療を支える、中心的な役割を担う施設となる。そのことから、開設を決断しました。本年6月1日、無事オープンすることができ、関係者の皆さんにはそのご理解とご協力で深く感謝しています。

「公設民営」という、山梨市が全国初となる取り組みにも挑戦しました。

市にうまれた「本気」で積極的に挑戦し、「誇れる日本を、ここ山梨市から」という市の将来像に近づいていく。そんなまちづくりをこれからも進めていきます。

山梨市長 望月清賢



うまれる×サポート 産前・産後ケア



お母さんへのケアが、 子どものケアにつながる

幸せいっぱいなのははずの妊娠・出産。しかし、意味もなく涙が出る。誰も悪くはないけれどイライラしてしまふ…。などの気分が不安定になる状態、いわゆる「マタニティブルー」に悩むお母さんは少なくありません。

生まれたばかりの赤ちゃんをケアするお母さん。しかし、そのお母さんが悩んでいたときの、お母さんへのケアは…？

お母さんをケアすることが、子どもをケアすることへとつながっていく。そんな風に考えると、産前産後ケアはとても大事なことで分かります。

市では、「安心して子供を生み育てる環境」を整えるため、厚いサポートを続けてきました。昭和50年代から続く産前2回、産後2回の助産師訪問。その後、保健師に引き継がれ、お母さんと子どもは継続的なサポートを受けられる仕組みとなっています。

「うまれる」ということ、そのサポートについて、見ていきましょう。

ママたちとランチに行ったり、悩みを共有できたり、イベントに足を運ぶようになってから付き合いも増えました。

「そうだよね」

自分でも不思議に思う程、感情が不安定になり、周りの何気ない言葉に敏感になってしまふこともあります。あの頃はただただ「そうだよね」と共感してほしかったのかも知れません。家庭では、「できることは、俺が全部やるから休んで！」と言ってくれた夫に支えられました。

子育てを笑顔で！

薫が成長した今、産後とは違うイライラで感情的になってしまふこともあります。「絶対に怒らない母親になる！」と思っていました。が、実際の子育てはなかなか思っているようにはいきません。

しかし、実際に子育てしてみて、さまざまな面で支えてくれるサポートがあることもわかりました。

これからもうまくリフレッシュしながら、笑顔で子育てをすることができれば、と思っています。

ママの気持ちインタビュー 産前・産後、揺れ動く気持ち、ママの本音を聞いてきました！

結婚を機に、生まれ育った静岡から山梨市に引っ越してきた谷沢麻子さん。息子薫くん（2歳）の妊娠・出産、育児を通して伝えた想いとは…？

なんで泣いていたのかな

親も仲の良い友達もいない環境で、妊娠初期から体調が悪く、実家に帰っていました。妊娠中は1日中動けないなんてことは当たり前で、つわり・だるさから泣いてしまうことも。

産後2日間は子どもが生まれた幸せと体調不良から解放される！という想いで満たされていました。しかし、出産後も体調不良は落ち着きませんでした。身体はふわふわ宙に浮いている感じ。運転もできず一生車に乗れないのかもしれない、このままでしつかり子育てできるのか：頭の中を駆けめぐ

る不安。一日中そればかり考えていました。

あの頃は、なんであんなに泣いていたのだろう？と夫と話すこともありません。

普段でも目に見えない体調不良は理解してもらえないこともあり、まずよね。ホルモンバランスの急激な変化などから起こる体調不良は、個人差も大きく出産を経験したママですら理解してもらえないこともありました。

不安を話せる場所・ひと

生後4カ月まで、実家にいたので、両親学級にも参加できず出遅れた感じがしました。

つどいの広場「たっち」に通い始めたのは、薫が5カ月になってからです。とにかく、たっちの存在は大きかったです。スタッフさんや保健師さんがとても親切にしてくれ、相談にものってくれました。感謝の気持ちは、一言では言い表せません。

心に少し余裕ができてからは、できる限りイベントなどにも参加するようにもなりました。そこで知り合ったママたちに悩みを打ち明けると、「うちもそうだったよ」とうちの子だけじゃないんだと、安心したのを感じています。

子育てサポート年表

不妊治療サポート

妊娠を望み、不妊治療中の夫婦をサポートします。不妊医療費1/2上限15万円を助成。1年度に1回、通算7年間申請が可能です。

妊娠

妊娠が分かったら

母子手帳交付
広報やまなしで交付日を確認
交付日に行けない人は電話を！

妊婦期から使えるサービス

やまなし子育て応援カード

47都道府県で割引などのサービスが受けられるカードです。子育て支援課の窓口で申請してね！協力店はQRコードを。

おもいやりパーキング

「思いやり駐車区画」の駐車場に、本当に思いやり駐車区域を必要としている人が利用できるような制度です。妊婦だけでなく障害がある人、高齢者、けが人などで歩行が困難な人も利用できます。

通院サポート

妊婦健診費用6千円×14回分を補助
HTLV-1抗体検査補助
クラミジア抗原検査補助
妊婦歯周疾患検診受診票交付（無料）

パパも子育てに参加する

パパの育児意識向上！ 両親学級

パパも参加できる両親学級では、パパが沐浴の仕方を学んだり妊婦体験をして、育MENを目指します！多くのプレパパの参加をお待ちしています！

育てる男が家族を変える。社会が動く。育MENプロジェクト

子育て中のママの声「全部してくれなくていいんです。子どもと10分遊んでくれたり、お疲れさまで一言言ってくれば」



出産

新人パパママ産前サポート

産前助産師訪問2回
両親学級全4回
子育て用品のサポート
ベビー用品の無料レンタル

子どもが生まれたら

出産費用の助成
出産費のうち支給額最大42万円を助成
市役所での手続き
出生届け提出

※14日以内に出生届の提出を！
※市外の市町村への提出も可能です
児童手当の申請

※15日以内に提出をしてください
医療費のサポート

15歳までの医療費を助成
※未熟児は養育医療助成が受けられます
赤ちゃんの健康ケア

乳児一般健診受診券1枚目交付
子育て用品のサポート
子育て用品1万円分の購入券を進呈

第3子以降サポート
第3子以降出産祝い金20万円を支給

山梨市子育て優遇カード発行
※市内の温泉やプールが無料になります
パパママ産後サポート

助産師訪問2回

電話で育児相談ができます

産前産後ケアセンター ママの里

助産師が24時間365日、妊娠中や出産後の体や心のこと、育児に関する悩みなどの相談に対応します。
☎055-269-8110

子育て相談総合窓口 かるかも

身体・健康・食事・友達関係・性格・発達・学校関係など子育てに関する悩みなどの相談に対応します。
☎055-228-4152、4153

引っ越してきたママ・引っ越したママにインタビュー 山梨市の子育てサポートってどう？

他市⇒山梨市

山梨市は保健師さんや助産師さんの訪問が多いな！と。前の市は助産師訪問が1回だったので…。訪問が多いと相談にのってもらいやすかったり、心配事を話せるのでうれしいです。

今は市からベビー用品を借りています。ベビーバスやベビーベッドは、小さいときにしか使わないので、借りられるのもうれしいサービスです。家では育児学級で保健師さんから教えてもらった手遊びで子どもと楽しく遊んでいます！現在、子育てに専念していますが、今後仕事に復帰する予定なので不安はありますが頑張りたいです。

磯部千夏さん かえでちゃん

山梨市⇒他市

マタニティライフは、ママ友とマタニティフォトを撮ったり、出かけたりと比較的楽しめましたが、やっぱり出産・育児は不安でした。そんなとき、山梨市の担当保健師のYさんが健診の後に時間をとってくれて、相談にのってくれたことが印象に残っています。山梨市の話しやすい雰囲気が好きでした。

子どもが保育園に通う前はよく「たっち」に行っていたので、土日も開所してくれたら嬉しいなと思います。

わが子には保健師さんにしてもらったように、困っている人に手を差し伸べられるような人になってほしいです。

佐野ありささん じょうくん



赤ちゃん和妈妈のためのデイケア

リラックスペース「ふわふわ」

いよいよ8月22日スタート！

「ふわふわ」は、妊婦・産後4カ月までの母親と赤ちゃんが安心して交流できる場です。保健師、助産師、専任スタッフが、個別または集団で母乳や育児の相談に応じます。

- 日時 毎週火・木曜日 午後1時～4時
- 場所 市立産婦人科医院 多目的ホール
- 対象 山梨市に住民票がある妊婦、母親と産後4カ月までの乳児
- 費用 無料
- 持ち物 母子手帳、おむつセット、バスタオル
- ◎今後いろいろな教室を開催していきます



産後のママの体と心をサポート！

宿泊型産後ケア

宿泊型産後ケアとは、出産後の育児支援を目的とし、母親と赤ちゃんと一緒に過ごせる宿泊型ケア施設のことです。産後の不調や育児不安がある母親とその赤ちゃんを対象に、宿泊し、心身のケアや育児サポートなどを受けることができます。

- 利用できる人 山梨市に住民票がある母親と産後4カ月までの乳児 産後の不調や育児に不安がある 医療を必要としない人
- 利用回数 1回に3泊まで
- 申し込み 山梨市役所東館1階 健康増進課健康支援担当

NEW

市立産婦人科医院

- 場所 山梨市上神内川172 ☎20-1230
- 利用料金 1泊2食5,100円(昼食別途1,200円) ※非課税世帯などは減免措置があります ※基本料金34,000円のうち28,900円を市が補助します

産前産後ケアセンターママの里

- 場所 笛吹市石和町窪中島587-112 ☎055-268-3575
- 利用料金 1泊2食6,100円(昼食別途900円) ※非課税世帯などは減免措置があります ※基本料金33,900円のうち27,800円を県と市が補助します

産後の母親と赤ちゃんを応援します！

産後は特に不安になります。「体調が悪いまま家に帰るのは不安だな…。誰にも頼れない時間はどうしよう…」そんな産後の不調や不安がある母親とその乳児を対象に、『宿泊型産後ケア』を開始しました。他の産院で出産した母親と乳児も対象になるこのケアは、病院に宿泊しながら、助産師や看護師からの心のケアはもちろん、授乳や

沐浴、抱き方などの基本的な育児技術を教えてもらうことができ、周囲に頼れる・聞くことができる人がいない母親には大きな魅力です。

基本的な入院日数5日と産後ケア滞在日数3日の最長合計8日間の間に、母親が少しずつゆつくりと赤ちゃんや育児生活になれ、家庭に戻れるよう、市や市立産婦人科医院がサポートします。



子どもと一緒に出かけよう！市内のあそび場

つどいの広場「たっち」

「たっち」は、乳幼児とその保護者が気軽に集い、打ち解けた雰囲気の中で交流を深めることができるあそび場です。子育てアドバイザーが相談に応じます。市役所東館1階、牧丘支所1階の「ほのBuono!」にて持参したご飯を食べることができます。

- 日時 月～金曜日(牧丘:火・木・金) 午前10時～午後3時 ※7・8・9月は午後4時まで
- 場所 たっち山梨:市役所東館1階 たっち牧丘:牧丘支所1階
- 対象 乳幼児とその保護者



市内3つの児童センター

児童センターは、自主的な活動やセンターの行事への参加などを通して心身共に健やかで健康的な子どもの育成を目的としたあそび場です。山梨児童センターでは「子育て支援総合コーディネーター」が子育ての相談に応じます。(相談は、月～木曜日、午前10時～午後4時)

- 日時 月～土曜日 正午～午後6時 ※山梨児童センターのみ～木曜日は午前10時から
- 場所 加納岩児童センター 下神内川182 ☎23-2429 日下部児童センター 小原東717 ☎23-0383 山梨児童センター 正徳寺1273-1 ☎23-5661
- 対象 0歳から18歳未満の子どもとその保護者

初めての出産の場合、子が0歳であれば、親としての経験年齢も0歳です。「母親だから。親だから」と身構えず、わが子と一緒に成長していきましょう。

1カ月

1カ月児サポート

赤ちゃんのパパママサポート市の保健師による2カ月児訪問 ◎今後長く付き合っていく地区担当保健師とじっくりお話ししましょう

3カ月

3カ月児サポート

赤ちゃんの健康ケア 3カ月児健診 育児学級 子育て応援学級全3回 ◎同年代の子どもとママのサークル 食事のサポート 前期・後期離乳食教室全2回

5カ月

5カ月児サポート

わが子の命を守るためのサポート 小児科医による子育て教室 小児救急法講習会



つどいの広場「たっち」内でのサポートも可能です！

家族の味方！ファミリーサポートセンター

ファミリーサポートとは、子育てを「手助けしたい人」と「手助けしてほしい人」が会員となり、子育てを互いに支えあいます。対象 おおむね生後3カ月～満12歳 料金 午前9時～午後5時は、 平日1時間 市内700円 市外900円 休日1時間 市内800円 市外1,000円 ※時間外は1時間につき100円増 ※市が1時間あたり200円を負担します ◎子育て支援課の窓口で申し込みが必要

地域で応援！保育サポート講習会

提供会員のための講習会を年1回開催しています。会員になってみたい人は、ぜひご参加ください！日程は広報やまなし10月号に掲載予定です。

サポートいろいろ

病児・病後児保育



子育てと就労の両立支援の一環として、病気の回復期に至っていない期間、または回復期にある子どもに医療機関の専用スペースで一時的に保育を行います。★要登録

保育園での一時預かり



保護者の病気や冠婚葬祭・育児疲れなどの事情で家庭での保育が一時的に困難な場合に、保育園で子どもを預かります。★保育園に直接申し込み

1歳以降

幼児の健康ケア

- 1歳6カ月児健診
- 2歳児健診
- 3歳児健診
- 5歳児健診

11カ月

11カ月児サポート

赤ちゃんの健康ケア 乳児一般健診受診券2枚目交付

7カ月

7カ月児サポート

赤ちゃんの健康ケア 7カ月児健診

詳しい内容は子育てハンドブックをご覧ください！

子育てハンドブック

子育てハンドブックは、子育て支援課、健康増進課、つどいの広場「たっち」、児童センターなどに設置しています！

一家に一冊！

うまれる×思い みんなの声

「うまれる」ということを体験した人、またそのサポートに関わる人たちが、子育ての中で、いろいろな感情がうまれてきます。飾ることない、ありのままの想いを聞きました。



県外出身ですぐ近くに頼れる人がいません。ずっと一緒にいてどうしてもイライラしてしまうことがあるので、気分転換にママ向けの講座などがあればいいなと思います。その際には、子どもを預かってくれたら、ママにも気持ちに余裕ができるのかな?と思います。子どもとは意思疎通ができるようになり、話をするのが楽しいです。ママの気持ちに寄り添ってくれる優しいところを伸ばしていきたいです。

内田ゆかりさん
ひまりちゃん

2カ月の入院生活、双子ということでの不安もありましたが、生まれた時はとても感動しました!

まだしゃべりませんが、双子同士で笑いあっていて、私もつられて笑ってしまいました! 自分の睡眠時間がとれないときにぐずると、強く言うてしまうことがあります。怒ってもしようがないのは分かっているんですけどね…



雨宮芽生さん はるとくん ゆいとくん

家賃補助など子育てにもっと金銭的な補助があるとありがたいなと思うことがあります。最近、ゆうとが立てるようになりとても嬉しかったです。知らない人のところにも自分からどんどん近づいていって、愛想をふりまくのでかわいくて仕方ありません。来年1月には職場に復帰するので、二人の時間を大切にしています!



河野とも子さん ゆうとくん

妊娠～子育てでは、悩みは必ず生まれるものです。訪問では、ママの意見を尊重し、寄り添いながら妊娠中と産後の身体づくり・心づくりなどを一緒に考えています。時間を共有し、相談できる関係づくりは大切です。抱えているものに個人差があり、出産1人目なのか2人目なのかでも悩みは全く違って来ますよ! その中でも、個人の性格や生活を踏まえて、その人にとって最適な方法を伝えられるようにしています。

助産師

私が頑張ればいい、何とかすればいいという人も多いのですが、全てができるから偉いというわけでもありません。悩んだとき、困ったときはぜひ相談を! ママが、女性として自分を大切に思えるように、自分の力を信じられるようにサポートしています。

広瀬美香さん
鈴木由起さん

姉のゆうかが妹と一緒に横になり、ちゅーしているところを見ると嬉しくなります! 時にはヤキモチを焼いて妹を叩いてしまうことも…。これを注意するときには、強い言葉になってしまうこともあり、心が痛いです。まずは上の子を優先してあげるように、日々心がけています。

広瀬愛さん ゆうかちゃん



孫2人は、とにかくかわいい“宝物”です。日ごろから声かけしているからか、下の子が「僕はかわいいお孫ちゃん、宝物だよ!」と自分で言っていて、笑ってしまいました。昔は得られる情報が少なく、いい意味で子育てしやすかったのかなと思うこともあります。近くに頼れる人がいない中、今のお母さんたちは、本当にがんばっていると感じますね。口出しせずに、頼られたときに助ける! をモットーにしています。



孫) かいくん なおみちゃん 四條みどりさん

出産後、母乳トラブルがありミルクと混合になってしまいました。周囲の友だちがみんな完全母乳だったので、なんで自分だけ…という悩みを強く感じていました。

子どもは昨日できなかったことがすぐできるようになり、天才!と思うことも(笑)人間ってすごいなぁと日々感じています。ゆいとがいきなりダンスや面白いことをしてくれるので、自然に笑顔になっています☆



武井研人さん 由季さん
ゆいとくん

つどいの広場
「たち」
子育てアドバイザー

10年以上、山梨市の子育ての場づくりに関わっています。その中での人との出会いが私の元気のもとです!

「たち」では、雰囲気大切に、一人で来たママにも優しく声をかけています。核家族化が進んでなかなか相談できる人がいない…と悩むママも少なくありません。子どもを遊ばせたい、気になることがあって相談したいなど、なんでも構いません。気軽に「たち」を利用してくださいね! 私も2歳の孫がいますが、「たち」でも楽しくおばあちゃんの役目をさせてもらっています!



飯嶋美紀さん

幸せがうまれる まぢへ

「うまれる」と聞いて真っ先に思い浮かぶ「命が生まれる」。命が生まれるための環境である産婦人科医院、市の本気、先生の気持ち、サポート体制、さまざまな想い、願い…たくさんものうまれていきます。

何か「うまれる」ためには、大きなエネルギーが必要です。子どもに優しい・子育てに優しい環境を整えていくこと。それは、パパ・ママの力だけではなく、多くの人たち・周りの理解が大きなエネルギーとなります。

変化する時代の中で、子どもを取りまく環境、子育てのスタイルなども変化しています。しかし、変わらない子どもたちの笑顔は、大事な宝物です。

これからも子どもたちの笑顔、そしてたくさんの方々の幸せがうまれるまぢを目指していきます。

問い合わせ

健康増進課 健康企画担当

(内線 1162 ~ 1164)

健康支援担当

(内線 1165 ~ 1169)



ドイツウエイトリフティ
ング連盟と覚書を締結



6月13日、ドイツのウエイトリフティング連盟よりフランク・マテンクスポートとミハイターとミハイ

ル・ハーターU20代表監督が東京オリンピックの事前合宿候補地として市内を視察に訪れました。この日は、市長を表敬訪問した後、練習拠点などを視察しました。

明けて14日、市役所で視察の報告が行なわれ、「合宿地として山梨市を最優先に検討する」との覚書に市長とフランクさんが署名をしました。

市では今後、連盟と調整を続け、基本合意を目指し、東京オリンピックを機会とした活性化に取り組みます。

●生涯学習課スポーツ振興担当
(西館3階、内線2333)

市内郵便局と協定を
締結しました



6月23日、市と市内郵便局は、災害時の協力支援と日頃の安全安心な街づくりのための見守り活動に関する協定を締結しました。

これは、大規模災害が発生した場合、市と市内郵便局が相互に協力しあう内容と、郵便配達員が業務中に高齢者や子供の異変に気付いた場合や、道路や橋などの損壊を確認した場合には市に連絡し、情報を提供していただくという内容の協定となっています。

締結式では、望月市長から「市民の安全安心を確保するのが市の役目。今回の協定が力強い支えとなります」と、感謝のあいさつがありました。

●総務課危機管理対策担当
(西館4階、内線2447)

市学校給食センター
起工式を開催しました



6月24日、市では、市給食センターの工事安全祈願祭と起工式を挙行了しました。式には関係者約50人が

出席。神事などが行なわれ望月市長が「児童生徒の健全な成長のために給食が果たす役割は重要。センターの新設で地産地消を実践し、食の安全・安心を確保したい」と式辞を述べました。

市給食センターは、正徳寺地内に建設します。

敷地面積は約7千平方メートル、鉄骨2階建て。最新の設備を備えた施設で、災害時には食料の供給拠点としても活用することができま

す。平成30年9月の稼働を目指しています。

●学校教育課学校教育担当
(西館3階、内線2312)

監査委員を
任命しました



6月26日、市役所において監査委員の任命式が行なわれました。監査委員は地方自治法により設置が義務付けられている執行機関の一つで、市の財務に関する事務が適正に執行されているか、市が補助金などの財政的援助を行なっている団体でその補助金などが適正に使用されているかなどについて、市長から独立した立場でチェックを行ない、公正で効率的な市政運営の確保に資することを職務としています。任期は4年です。

今回は、監査委員に任命されたのは、大村 正治さん(三ヶ所)です。

●監査委員事務局(総務課内)
(西館4階、内線2449)

台湾でトップセールスを
実施しました



市とJAFルーツ山梨では、特産果実の販路拡大と農家所得の向上を目指し、消費宣伝活動を各地で実施

しています。

7月2日から4日にかけて、輸出の振興や販路の確保および有利販売のため、台湾において宣伝プロモーションを展開しました。

台中市、台北市のスーパーマーケットやデパート、高級果物専門店や大手輸入会社で、シャインマスカットをはじめとした市の特産品ブドウのトップセールスを行ないました。

市と特産品のさらなる知名度向上のため、市では各地でPR活動に努めていきます。

●農林課農林担当
(西館2階、内線2212)

下水道事業審議会・委員紹介

市では、7月10日に下水道事業審議会を開催しました。委嘱状の交付後、望月市長から矢崎会長に「下水道料金の見直しについて審議会の意見を伺いたい」と諮問書が手渡されました。同審議会は、10月末までに5回程開催し、答申をいただく予定です。



下水道事業審議会委員 (◎会長、○会長職務代理)

氏名	備考
雨宮 巧	区長会副会長
飯嶋 美紀	男女共同参画推進会議副会長
上矢 敏郎	元市代表監査委員
大宮山 磐	都市計画審議会会長
大村 彰 (○)	区長会副会長
小林富美子	商工会女性部長
新谷 一男	商工会長
津島 理加	食生活改善推進委員会会長
正岡 芳子	消費生活協力員会長
矢崎 欣一 (◎)	区長会会長

(50音順、敬称略)

問い合わせ 下水道課管理担当 (西館1階、内線2122)

選挙管理委員会・委員紹介

任期満了により、新しい委員が選任されました。任期は平成29年7月1日から、平成33年6月30日までの4年間です。

選挙管理委員会委員

	氏名 (地区名)
委員長	宮川 榮 (北)
委員長職務代理	平澤 尚志 (大野)
委員	宮原 孝男 (牧丘町北原)
委員	佐々木 文男 (西)

(敬称略)

問い合わせ 選挙管理委員会事務局 (西館1階、内線2101)

宝くじ助成金・公民館エアコン整備

南区では、高齢者から子どもまでが交流する地域コミュニティの拠点である南自治公民館に、エアコンを設置しました。この事業は、宝くじ社会貢献広報活動の一環である、「コミュニティ助成事業」(宝くじ助成金)を活用して整備されました。



問い合わせ 総務課行政担当 (西館4階、内線2449)

三富支所・七夕など各種展示！

市役所三富支所では、来庁者や公民館利用者の皆さんに短冊を書いていただき、七夕の飾り付けをしました。「いつまでも元気でいこう！」などと、それぞれの願いが書かれた短冊が訪れる人の目を楽しませていました。



また、三富支所では地域の皆さんが作成した吊るし雛や絵手紙、俳句などの展示や、昭和の時代のうちわコレクションの展示（8月末まで）なども行なっています。ぜひ、お気軽にお立ち寄りください。



つつじ幼稚園児の七夕飾り！

7月3日、市役所庁舎に、つつじ幼稚園園児が七夕の飾り付けをしました。年長組の12人が、全園児分の願い事が書かれた短冊などを、大きな笹に一生懸命取り付けて完成。飾り付けは7日まで展示され、市役所を訪れた人を楽しませてくれました。



七夕の夕暮れに水辺で乾杯！

七夕当日の7月7日、「第2回 万力の水辺で乾杯!! ミズベリング in 山梨市」が、笛吹川万力公園せせらぎ広場にて開催されました。山梨市ど根性ガエル活用プロジェクトチームの主催によるこのイベントは、水辺の新しい可能性を創造するミズベリングの取り組みの一環として行なわれたものです。

水辺で一体感を作り出すため、お気に入りの青いものを持ち会場に集まった約200人の参加者で、午後7時7分に一斉に乾杯しました。



嬉しいサクランボのプレゼント！



6月15日、山梨保育園で、サクランボのプレゼントが行なわれました。

これは、笛吹川フルーツ公園を運営する山梨市フルーツパーク株式会社が、園児に果物を味わってもらおうと企画したもの。フルーツ公園で収穫された地元の名産品の贈り物を、園児たちは笑顔で受け取り「ありがとう！」と元気いっぱいにお礼をし、おやつの時間においしく味わっていました。



みんなの掲示板

第17回鼓川温泉灯ろうまつり

日時 8月6日(日) 午後3時～8時
 会場 西保スポーツ広場、鼓川温泉周辺
 内容 各区出店・カラオケ大会・盆踊り・鼓川一座講演・スイカ割り・ダンスパフォーマンス・甲府消防記念会によるはしご乗りなどがあります。
 主催 鼓川温泉灯ろうまつり実行委員会
 問い合わせ 鼓川温泉灯ろうまつり実行委員会
 ☎ 090-2451-8447

第12回夏まつり

日時 8月13日(日) 午後5時30分～9時
 会場 街の駅やまなし
 内容 毎年恒例の夏まつり！地域活性化を目的とし、フラダンス・ベリーダンス・ウクレレなどの発表と模擬店の出店があります。
 主催 やまなし朝の市の会
 問い合わせ 朝の市の会

フィールドミュージアムウォーク

日時 8月13日(日) 午前10時15分～午後3時(予定)
 内容 西沢渓谷を終点の不動滝まで歩きます。1周約3時間半予定。登山の装備と雨具、軽食、飲み物を持参してください。申込不要。経費100円(保険代) 集合場所 西沢渓谷入口市営駐車場(現地集合解散) 問い合わせ フィールドミュージアムウォーク事務局 ☎ 090-3210-1620 (今月から集合時間・集合場所が変更になります)

万力公園フリーマーケット

日時 8月20日(日) 午前9時～午後4時
 場所 万力公園
 内容 農産物や手作り品、遊休品のフリーマーケットです。出店者も募集しています。出店：物販2,000円・飲食3,000円。詳しくはお問い合わせください。
 問い合わせ 万力公園フリーマーケットの会事務局
 ☎ 080-2044-1919



こんにちは！
お元気ですか？

いきいき通信

●介護保険課介護予防推進担当（東館1階、内線1180～1182） ●地域包括支援センター（東館1階） ☎③0294

楽しくやるじゃん！認知症予防講座を開催します！

認知症に関する正しい知識を学び、予防を実践する教室です。予防に大切な「健康な体づくり」「脳を鍛える生活」をするために、水中運動や認知機能トレーニングを行ないます！

全9回「認知症予防トレーニング講座」

★認知機能活性化プログラム

認知症やその予防について、正しい知識を身に着けます（5回）

★運動プログラム

認知症や骨粗しょう症予防に効果があり、浮力を利用するので膝や腰に負担が少ない水中運動を行ないます（4回）



頭・体・心楽しく刺激して、仲間たちと楽しみながら認知症予防に取り組みましょう！



【ご利用対象者】 市内在住の65歳以上の人
全9回通しで参加できる人

【日時・場所】

★認知機能活性化プログラム

9/21・28、10/5・12、11/30（予定）

午前10時～11時30分

山梨市役所西館5階502会議室

★運動プログラム

10/23・30、11/6・13（予定）

午前9時～10時30分

ブルーアース山梨（山梨市鴨居寺561）

【定員】 20人（先着順）

【参加費】 無料

【申し込み】 8月1日（火）から

午前9時～午後5時15分

地域元気あっぷ教室 8月

会場	開催日	時間
街の駅やまなし	8日（火）・22日（火）	10:00～11:30
老人健康福祉センター	2日（水）・23日（水）	9:30～11:00
日下部公民館	9日（水）・30日（水）	9:30～11:00
後屋敷公民館	8日（火）・22日（火）	13:30～15:00
日川公民館	10日（木）・24日（木）	13:30～15:00
山梨公民館	2日（水）・23日（水）	9:30～11:00
岩手公民館	10日（木）・24日（木）	13:30～15:00
水口高齢者ふれあいプラザ	23日（水）	13:30～15:00
北公会堂	25日（金）	13:30～15:00
牧丘町コミュニティセンター	9日（水）・30日（水）	13:30～15:00
三富基幹集落センター	10日（木）・24日（木）	10:30～12:00

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牧丘病院のスタッフが対応します。

日時 毎週火曜日
午前9時～正午

会場 東館1階
情報公開コーナー



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 8月3日（木）、16日（水） ※要予約

山梨県柔道整復師会による体操教室 8月

会場	開催日	時間
市保健センター	1日（火）・18日（金）	13:30～15:00

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（毎回20分）します。
放映時間 午前9時30分～、午後4時30分～

高齢者の介護、健康、暮らしにかかわる心配事は「地域包括支援センター」にお気軽にご相談ください。

「認知症ほっとスペース」のお知らせ 8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。※要予約
対象 認知症の人を介護しているご家族

開催日	時間	会場
10日（木）	13:30～15:00	グループホーム めだかの学校
19日（土）	14:00～15:30	街の駅やまなし 会議室A（日下部記念病院）

熱中症に注意しましょう！

Beware of
heat exhaustion!

問い合わせ
健康増進課健康支援担当
（東館1階、内線1166～1169）

本格的な夏が到来しました。暑さが厳しい夏は熱中症患者が増える季節でもあります。熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます。一人一人が正しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけあって熱中症による健康被害を防ぎましょう！

熱中症の予防のために

室内では…

扇風機やエアコンで温度を調整
遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
室温をこまめに確認
暑さ指数（WBGT値）も参考に。



※WBGT値とは、熱中症の危険度を判断する数値で環境省のホームページに観測値・予想値が掲載されています。

外出時には…

日傘や帽子の着用
日陰の利用、こまめな休憩
天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える。



こまめに水分を補給する

室内でも外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクや経口補水液（水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの）などを補給する。



からだの蓄熱を避けるために

通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する。
保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす。



特定外来生物「ヒアリ」にご注意ください！

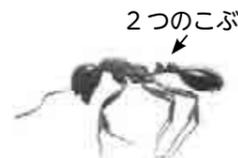
ヒアリを見つけたら連絡してください！

ヒアリ（別名：アカヒアリ）は、漢字で「火蟻」と表されます。赤茶色の小型のアリで、腹部は濃く、黒っぽい赤色。胸部と腹部をつなぐ腹柄に2つのこぶがあり、体長は2.5mmから6mmと大きさにばらつきがあり、土でアリ塚を作って住むことも特徴です。（日本にはアリ塚を作るアリはいません。）

毒性が強く、人体への被害などを及ぼすことから、外来生物法により「特定外来生物」に指定されています。南米中部原産のアリですが、現在ではアメリカをはじめ、環太平洋諸国に定着しています。

日本では海外からコンテナなどで運ばれ、発見されていますが、中国・台湾などでは定着しているため、日本への侵入を警戒する必要があります。

発見されましたら、環境課、峡東林務環境事務所に連絡していただきますようお願いいたします。



ヒアリに刺された時は？

【症状】

軽度→刺された部位の痛みやかゆみ（刺された瞬間は激しい痛みがあるが、やがてかゆくなる）
中度→じんましん（部分的、または全身にかゆみを伴う発疹）
重度→呼吸困難、血圧低下、意識障害（重度のアレルギー反応「アナフィラキシー」）

▶刺された直後は、20～30分程度は安静にして体調に変化がないか注意してください。軽度の症状のみで悪化するようすがなければ、ゆっくりと病院を受診しても大丈夫です。

▶容体が急変した時は、救急車を要請するなど、すぐに医療機関を受診してください。受診の際は「アリに刺されたこと」「アナフィラキシー（重度のアレルギー反応であること）の可能性」を伝えてください。

ハチ毒アレルギーの人、アナフィラキシーの危険がある人は、アレルギー反応を緩和するために、アドレナリン自己注射キット「エピペン」や、軽～中度の症状に効果的な抗ヒスタミン剤の内服を用意しておくことができます。事前に医師に相談してください。

問い合わせ

環境課生活環境担当（西館3階、内線2253、2254）

問い合わせ

健康増進課健康支援担当（東館1階、内線1165、1166）

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

夏の交通事故防止県民運動 7月21日～8月20日

学校や職場の夏休みとなるこの時期は、いつも以上に交通事故への注意が必要です。

- ▶歩行者
道路を横断するときはしっかりと止まり、左右の安全を確認してから渡りましょう！
- ▶自転車利用者
友だちと一緒に移動するときは一列で左側走行を！道路を横断するときは他人任せでなく、自分の目で確認しましょう！
- ▶車両運転者
『飛び出す』子どもに注意！遠出するときは無理のない運転を心がけましょう！

飲酒運転違反増加中！ 飲んだら乗らない！！

今年1月から4月に飲酒運転違反で検挙された件数は県内で90件（前年比+8件）に上ります。また飲酒運転が絡む事故も後を絶ちません。山梨市でも飲酒運転違反が非常に多い状況です。

お酒を飲んだら車や自転車に乗らず、家族の送り迎えや代行を頼み、絶対にハンドルを握らないようにしましょう。



【問い合わせ】 総務課行政担当（西館4階、内線2448）



「こんにちは、日下部警察署です。」 問い合わせ ☎22 0110

募集 あなたの力を山梨県警に！ 警察官採用募集中

- ▶募集人数
警察官A（大卒）：男性10人程度、女性2人程度、
武道指導2人程度
警察官B（A以外）：男性23人程度、女性6人程度
- ▶受付期間 7月24日（月）から8月18日（金）
※電子申請は8月10日（木）まで
- ▶1次試験 9月17日（日）

採用試験の案内、申し込みは日下部警察署へ！
興味がある人、質問がある人も気軽に日下部警察署へご連絡ください。

大切な街、大切な人を守る
やりがいのある仕事！
地域、刑事、生活安全など
幅広い分野で、あなたの
力を発揮できます！



各種相談



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18日(金) 午後1時30分～4時 市役所2階203会議室	総務課行政担当 (西館4階、内線2443)
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。	8月19日(土) 午後2時～6時(受付は5時まで) 市民会館3階展示室	まちづくり政策課 まちづくり担当 (西館4階、内線2456)
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：8月4日(金) 午後1時30分から3人程度 ◆精神保健福祉士：8月30日(水) 午前9時30分から4人程度	福祉課障害福祉担当 (東館1階、内線1137) 健康増進課健康支援担当 (東館1階、内線1167) 介護保険課介護予防推進担当 (東館1階、内線1181)
特設人権相談	人権問題について相談に応じます。いじめ、近隣トラブル、配偶者から暴力、セクハラ、東日本大震災に起因するものなど、人権問題に関する悩みごと・困りごと・心配ごと。	8月10日(木) 午前10時～午後3時 市民会館4階402・403会議室	福祉課社会福祉担当 (東館1階、内線1133)
子育て相談	子育て支援サービスの情報提供や子育てに関する相談に、専任の子育て支援総合コーディネーターが応じます。	月曜日～木曜日(祝日を除く) 午前10時～午後4時 山梨児童センター	山梨児童センター (地域子育て支援センター) ☎23 5661
教育相談	しつけ・親子関係・学力・いじめなど教育に関する相談に、青少年カウンセラーが対応します。予約制。	毎週水曜日(祝日を除く) 午前10時～午後4時	生涯学習課生涯学習担当 (西館3階、内線2327)
不動産相談	不動産全般に関する相談。	8月21日(月) 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。	8月23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)	8月12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 (西館3階、内線2326) 市民会館☎23 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8時45分～午後5時15分 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) ☎23 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)
司法書士の日記念相談会	不動産の相続や売買など登記に関することをはじめ、成年後見に関すること、遺言に関すること、借金に関することなど、さまざまな相談に応じます。※無料、要予約	8月3日(木) 午後1時～4時 山梨県立図書館1階イベントスペース	山梨県司法書士会 ☎055-253-6900
鼻の日無料相談会	耳鼻咽喉科の病気(特に鼻の病気)に関する相談。	8月6日(日) 午後1時～4時 イオンモール甲府昭和3階ブリッジスペース	日本耳鼻咽喉科学会山梨県 地方部会事務局 ☎055-273-9765

9:00~19:00
TEL: 0553-22-9600
E-MAIL: lib@city.yamanashi.lg.jp

山梨市立図書館 Yamanashi City Library

お知らせ information

休館日 8月7日(月)、14日(月)、15日(火)、21日(月)、28日(月)
31日(木)・・・館内整理日
※11日(金・祝)山の日も通常どおり午後7時まで開館しています。

山梨市立図書館 雑誌スポンサー制度のお知らせ

市立図書館では、今年の10月から雑誌スポンサー制度を実施します。雑誌のスポンサーになってくださる皆さんを募集します。企業や商店など、団体はもちろん、個人でもお申し込みいただけます。

■雑誌スポンサー制度とは

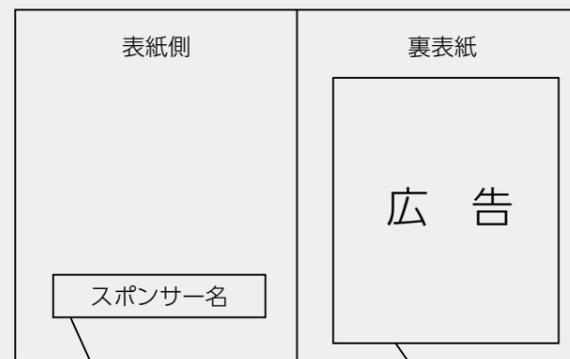
対象となる雑誌代をスポンサーの皆さんにご負担いただき、その雑誌の最新号(館内雑誌コーナーに配架しています)に広告を掲載してもらうことで、スポンサーの事業活動などの推進と図書館資料の充実を図る制度です。

■提供雑誌について

図書館で購入している雑誌一覧の中からご希望の雑誌をお選びいただき、図書館が指定する市内の納入業者に雑誌代をお支払いいただけます。雑誌の納品は業者が行ないます。

■広告掲載

提供雑誌の最新号の表面にスポンサー名、裏に広告を掲載できます(広告内容により掲載できない場合があります)大きさは以下のとおりです。



大きさ: 縦 3cm、横 13cm以内
位置: 中央下部
スポンサー名の下に雑誌スポンサー制度により提供された旨を明記
サイズ: 雑誌の大きさを超えない範囲

■申込方法

「山梨市立図書館雑誌スポンサー制度申請書」に必要事項をご記入いただき、以下の必要書類とともに図書館へご提出ください。

- ①事業概要、営業沿革などがわかる書類(会社案内、パンフレットなど)
- ②掲載を希望する広告の図案および原稿
- ③納税証明書(市内の人は省略可)

■募集期間

7月25日(火)～8月31日(木)まで

■提出方法

図書館までご持参いただくか、ご郵送ください。

※雑誌の一覧、申請用紙などは図書館ホームページからダウンロードしていただくか、図書館までお越しいただけますようお願いいたします。



問い合わせ・申し込み先

○山梨市立図書館
電話: 0553 ② 9600 FAX: 0553 ③ 3506
メール: lib@city.yamanashi.lg.jp

イベント event

大人の上映会

性別も、年齢も、境遇も異なったさまざまな客が訪ねる「深夜食堂」。カウンター内で生まれるさまざまなドラマ…。人気コミックの映画化作品を上映します!ぜひ、おこしく下さい

日時: 8月26日(土) 午後2時から
場所: 市民会館 303 会議室
料金: 無料
上映作品: 「深夜食堂」



8月のおはなし会

時間はいつでも 午前10時30分～11時

- チェリー
8日(火) 乳幼児向け
- ぐれーぷ
13日(日) 幼児向け
22日(火) 乳幼児向け
- くれよん
26日(土) 幼児向け



おすすめ recommended

一般書



探偵さえないなければ
東川 篤哉: 著
関東随一の犯罪都市と噂される鳥賊川市では事件もたくさん起こるけど、探偵もたくさんいるのです。ひょっとしたら、探偵がいなければ事件も起こらないのかも…。安定感抜群のユーモアミステリ5編を収録した傑作集。



アキラとあきら
池戸 潤: 著
片や零細工場の息子。片や大手海運会社の御曹司。ふたりのアキラが出会い、それぞれの人生が交差したとき、かつてない過酷な試練が降りかかる。人生を賭した戦いがはじまった。
WOWOW 連続ドラマ W の同名ドラマ原作。

児童書



どうぶつ たがねむるとき
イジー・ドヴォジャーク: 作
麒麟、ラッコ、ニシキヘビ、アザラシ、シロクマ、ヤマネにラクダ…。動物たちはどんな風に眠るのかな? どんな夢をみるのかな?
動物のいろいろな眠り方をやさしく教えてくれる、チェコの美しい絵本。



よるのおと
たむらしげる: 著
男の子が池のほとりを歩いておじいさんの家につくまでのほんの数秒。その間におこる小さなドラマと、そこにひろがる豊かな世界を描く。
ページをめくることがひとつの体験だということが感じられる絵本。

主な新着図書

日本の小説	
掟上今日子の裏表紙	西尾 維新
最果ての街	西村 健
デンジャラス	桐野 夏生
ドクター・デスの遺産	中山 七里
5まで数える	松崎 有里
文学・エッセイ・手記など	
蘇る変態	星野 源
穢れの町	エドワード・ケアリー
苦渋 100%	尾崎 世界観
その他・一般	
沖縄のこしたい店	
忘れられない味	中村 雅之
鳥類学者だからって、鳥が好きだと思うなよ。	川上 和人
5分後に驚愕のどんでん返し	エプリスタ
ヨチヨチ父	ヨシタケ シンスケ
およげ! いぬやまくん	きむら ゆういち

第12回 山梨市総合体育祭り

総合開会式 日時 9月3日(日) 午前8時40分
会場 小原スポーツ広場
(雨天時は、市民総合体育館)

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。

※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 2331・2333)

種目	会場	開催日	開始時間	
陸上競技	小原スポーツ広場	9月3日	開会式終了後	
野球	予選	8/22～9/1	午後 8時 (ナイター)	
	3決・決勝	9月3日	午前 10時	
ソフトボール	一般 予選	8/22～9/1	午後 8時 (ナイター)	
	一般 決勝	9月3日	午前 10時	
	壮年	8/22～9/1	午後 8時 (ナイター)	
	実年	8/4～8/15	午後 8時 (ナイター)	
テニス	甲州市 勤労青年ホーム (レックセンター)	8月27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3日	午前 9時	
バレーボール	家庭婦人	市民総合体育館 アリーナ	9月3日	午前 9時
	一般男女			
ソフトバレーボール	山梨北中学校 体育館	9月3日	午前 9時30分	
卓球	牧丘B & G海洋センター	9月2日	午前 10時	
バドミントン	山梨南中学校 体育館	9月3日	午前 9時30分	
柔道	市民総合体育館 武道館	9月3日	午前 9時	
剣道	牧丘B & G海洋センター	8月20日	午前 9時	
弓道	市民総合体育館 弓道場	9月3日	午前 9時30分	
ゲートボール	市民総合体育館 軽スポーツ広場	9月3日	午前 10時	
相撲	甲府市 小瀬武道館 相撲場	9月2日	午後 7時	
つなひき	市民総合体育館 アリーナ	9月2日	午後 7時30分	
射撃	実施済	実施済	—	
ボウリング	笛吹市 ラウンドワン	8月26日	午後 6時30分	
グラウンド・ゴルフ	小原スポーツ広場	8月26日	午前 9時	
水泳	市屋内温水プール	8月6日	午前 9時30分	

公募 予告

やまなし生涯学習フェスティバル 発表者などを公募します！

小学生からお年寄りまで、多くの市民の皆さんが参加して、感動と笑顔があふれた生涯学習フェスティバル。今年度も、右記の日程で開催します！

フェスティバルに向けて、歌や踊り、作品づくり、その他さまざまな活動の成果を発表してくれる個人・団体を公募します。内容の詳細は広報9月号に掲載します。

開催日：

平成30年2月24日(土)、25日(日)

会場：山梨市民会館

応募期間：9月4日(月)～15日(金)

公募内容：ブース企画運営、作品展示、合唱発表(24日)、舞台発表(25日)

問い合わせ 生涯学習課生涯学習担当
(西館3階、内線 2326)

子どもと子育てのページ Kid's World

第18回子どもフェスティバル 開催のお知らせ【8月5日(土)】

家庭、地域社会が連携して、安心して子どもを生み育てる環境づくりを推進するため、「第18回やまなし子どもフェスティバル～PPAPなつまつり～」を開催します。みんなで楽しい夏の思い出を作りましょう。

日時 8月5日(土)
午前10時～午後2時30分
会場 山梨市民会館(全館)

問い合わせ
子育て支援課子育て支援担当
(東館1階、内線 1155・1156)



内容
縁日ひろば、パトカーや消防車などの展示、水消火器体験、絵本の読み聞かせ、おもちゃの交換会、リユース品コーナー、前髪カット、フォトカレンダー作り、親子ふれあい遊び、親子人形劇、バルーンアート、親子歯科相談、ベビーマッサージ、手作りおやつを試食会、ポップコーン・わたがし・かき氷の配布、子育て展示コーナー、子育て相談、授乳室、休憩コーナーなど…他にも楽しいブースが盛りだくさんです！

お忘れなく！

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について

●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、8月分以降手当を受給できるかどうかを確認する現況届を受け付けます。該当者には、届書を郵送しますので、添付書類とともに8月22日(火)までに手続きをください。また、手当の支給開始から5年経過された人には、「一部支給停止適用除外事由届出書」の提出も必要ですので、現況届と併せて提出してください。この届出がない場合、8月分以降の手当額が1/2になりますので、注意してください。

●ひとり親家庭医療費助成制度更新申請書

資格者証の有効期間は8月31日までです。引き続き受給資格があるかの確認をするために、制度を利用している人には更新申請書を郵送しますので、8月22日(火)までに添付書類を添えて更新申請の手続きをください。

※提出がない場合は受給資格を失いますのでご注意ください。

過去に所得税納付義務があり認定されなかった人で平成28年中の所得において所得税納付義務がない場合には、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 子育て支援課子育て支援担当
(東館1階、内線 1155)

情報やまなし

市外局番は 0553 です

☎ 市役所²² 1111 牧丘支所³⁵ 3111 三富支所³⁹ 2121

気象災害から命を守るために 気象警報が生まれ変わります！

気象庁では、平成 29 年出水期から、気象警報の 4 つの改善を行ないます。

- ① 5 日先までの大雨警報などの発表の可能性を【高】【中】の 2 段階で提供します。
- ② 警報・注意報の発表時に、最大 24 時間先までの危険度の予想を色分け表示して提供します。
- ③ これまで大雨・洪水警報などの発表基準に用いていた雨量に代えて、災害発生との結びつきが強い「指数」（土壌雨量指数、表面雨量指数、流域雨量指数）を用いるようにします。これにより、よりの確な警報・注意報を提供します。



- ④ 大雨・洪水警報が発表されたときに、どこで実際に危険度が高まっているのかを地図上に色分け表示します。これらの改善した情報は、気象庁ホームページでご覧いただけます。警報・注意報などが発表された時には、いつどこで災害発生の危険度が高まると予想されているのかをご確認いただき、早めの安全確保行動を心掛けてください。

問い合わせ 甲府地方気象台 (☎ 055-222-9101)

牧丘地域 地区一斉清掃実施

快適で美しい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5日(土)～9月10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、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 次のものは市環境センターへの搬入はできません。区での処理をお願いします。

- ・木の枝（太さ15cm以上および長さ1m以上の物）
- ・草、汚泥

- ごみ処理施設への直接搬入
- ・山梨市環境センター ☎²² 1555
 - ・搬入日 火曜日～日曜日
午前9時～午後4時
 - ・搬入できない日、月曜日・祝日
- ※ごみの持ち込みに際して事前に市環境課へ電話連絡してください。また、居住地の確認をさせていただきます（運転免許証・健康保険証などを持参してください）。

巨峰の丘マラソン大会に向けての連絡

9月17日に行なわれます巨峰の丘マラソン大会には、県内外から多くの人が参加されます。訪れた皆さんに牧丘地域の美しい自然や景色を堪能していただくために、地区一斉清掃が終了したあとも、引き続き各地区の美化活動にご協力をお願いします。

問い合わせ 牧丘支所住民生活担当 (☎³⁵ 3111)

山梨市勤労者福利厚生資金

市内在住または在勤の人を対象に、必要な資金の貸付を行なっています。申込は中央労働金庫甲府支店です。ぜひご利用ください。

- 貸付対象者
- 次のいずれかに該当し、保証機関の保証を受けられる人
- ① 市内に1年以上居住し、事業所に勤務している人
 - ② 市内の事業所に1年以上勤務している人
- 貸付限度額 100万円
貸付期間 60カ月以内
貸付利率 1.37%
(利率は変更になる場合があります)
- ※貸付を受ける際には、金融機関および保証機関の審査があります。

問い合わせ
中央労働金庫甲府支店 (甲府市相生 2-7-17、☎ 055-225-3431)



市民課からの お知らせ

問い合わせ 市民課市民担当 (東館 1階、内線 1102、1142～1144)

忘れていませんか？ マイナンバーカードの 受け取り



マイナンバーカードを申請後、市役所に取りに来ていない人は、市民課市民担当窓口で受け取り手続きをしていただくようお願いいたします。

なお、マイナンバーカードは原則本人受領です。代理人が受領の場合については市民担当までお問い合わせください。

●マイナンバーカードの受領方法

持ち物
▶ 個人番号カード交付・電子証明書発行通知書 兼 照会書 (はがき)
▶ 通知カード ※持参できない場合には市民担当までお問い合わせください。
▶ 印鑑
▶ 来庁した人の本人確認書類
次のうち1点 運転免許証・パスポート・住民基本台帳カード・在留カード・障害者手帳など、公的に発行された顔写真入り証明書
上記をお持ちでない人は、次のうち2点 健康保険証・介護保険証・年金手帳・公的年金証書・学生証・在学証明書など、公的に発行された顔写真が入っていない証明書

- ※住民基本台帳カードをお持ちの人はご持参ください。
- ※マイナンバーカードを申請し、まだ受け取りに来ていない人には、後日郵送にて手続きについての文書を発送する予定です。

電車を利用して県外の大学などへ 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？

市では、平成 29 年 4 月から県内でも先進的に、市内に居住したまま県外の大学などへ電車を通う学生に対し、定期券購入にかかる費用の補助制度をはじめとしています。補助を受けるには申請が必要ですので、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
- ▶ 平成 29 年 4 月 1 日以降において、市から県外の大学などへ鉄道で定期券を利用して通学をする人 (回数券は対象外です)
- ※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。
- ※大学などとは、学校教育法に規定する大学院・大学・短期大学・高等専門学校などをいいます。

補助対象期間

- ▶ 補助対象者が通学する大学など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)

申請手続きについて

- 【申請時に必要となる書類】
- ▶ 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 (補助金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、その関係がわかる書類
- ▶ 意向調査の回答書
- ※「交付申請書」および「意向調査の回答書」の様式は、市ホームページに掲載しています。
トップページ → 「暮らし」 → 「住宅・交通」 → 「山梨市公共交通利用通学者支援補助制度」

定期券



問い合わせ まちづくり政策課政策調整担当 (西館 4 階、内線 2453・2454)

情報やまなし

市外局番は 0553 です

市役所²² 1111 牧丘支所³⁵ 3111 三富支所³⁹ 2121

介護・福祉

戦没者等のご遺族の皆さんへ

第十回特別弔慰金の請求期限が近づいています。平成30年4月2日までにご請求ください。請求期限を過ぎると、第十回特別弔慰金を受ける権利が無くなりますのでお早目にご請求ください。

■支給対象となる人

①平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を獲得した人

②戦没者等の子

③戦没者等の1・父母 2・孫 3・祖父母 4・兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係があったことなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

④上記①から③以外の戦没者等の三親等内の親族（甥・姪など）

※戦没者等の死亡時までに引き続き1年以上の生計関係があった人に限ります。

■支給内容

国債名称
第十回特別弔慰金国庫債券 い号
額面 25万円（5年償還）

問い合わせ・請求窓口

福祉課社会福祉担当

（東館1階、内線1132）

障害福祉に関する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に支給

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51,450円、2級は（中度）34,270円。

※所得制限など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歳未満の人に支給

障害の程度

おおむね身体障害者手帳1級程度（内科的疾患も含む）、療育手帳A-2a程度、または同程度以上の精神障害など。

手当月額

14,580円

※所得制限など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歳以上の人に支給

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の精神障害など。

手当月額

26,810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10日（休）から9月8日（金）までの間に「所得状況届」（前年の所得状況）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ので、詳しくは問い合わせください。

問い合わせ

福祉課障害福祉担当

（東館1階、内線1139）

介護保険負担割合証の発送について

7月末に、自己負担割合を示す「介護保険負担割合証」をすべての要介護（要支援）認定者に発送します。この負担割合証を介護保険被保険者証と一緒に保管し、8月以降に介護サービスを利用するときは、必ず2枚一緒にサービス事業者や施設にご提出ください。

また、有効期限が平成29年7月31日になっている古い負担割合証は、ハサミを入れて破棄してくださいよう、お願いします。

問い合わせ

介護保険課介護保険担当

（東館1階、内線1172～1175）

牧丘町デイサービスセンターの業務終了について

牧丘町デイサービスセンターは、平成8年度の事業開始以来、市民の福祉向上のためサービスを提供してまいりましたが、利用者の皆様のご理解をいただくなか、6月30日をもって業務を終了しました。

これまでのデイサービスセンターの運営に対する利用者ならびに関係する皆様のご理解ご協力に感謝し、今後も市民の皆様の福祉向上のため取り組んでいきます。

問い合わせ

介護保険課介護保険担当

（東館1階、内線1172～1175）

お知らせ

山梨市親元就農支援補助金のお知らせ

農業従事者の高齢化および後継者不足が進む中、本市農業における将来の担い手の確保、育成を図るため、親などの後継者として就農した人に対して補助金を交付します。

◆事業対象者

次に掲げる要件を全て満たす人

- ①農業の子か孫である人
※農業者とは、現在農業をしており、主に農業により生計を立てている人
- ②市内に住所を有し、かつ市内で農業経営を行なう人
- ③年間農業従事日数が150日以上（おおむね1日8時間従事）となる人
- ④就農日における年齢が45歳未満の人
- ⑤平成26年度から29年度までの間に、新たに事業主として確定申告を行なう人または行った人
- ⑥農地中間管理機構を通じて、農地の利用権の設定を受けられる人
- ⑦市税等の滞納が無い人

◆事業の内容 月額5万円を就農日から最長3年間交付

◆申請手続き

申請を希望する人は、事前に農林課農地担当までお電話をお願いします。補助金の対象となるかを確認させていただき、申請書類などをお渡しします。

※平成27年分、28年分の確定申告書の写しを確認させていただきます。

◆募集期間 8月1日（火）～25日（金）

◆その他

- ①補助金交付期間中および交付終了後3年間は、農業以外の職業を主としないこと。
- ②補助金の交付終了後、引き続き3年以上市内に居住および営農を継続し、3年間は就農実績を市に提出すること。
- ③就農の怠慢、品行不良などにより補助金の交付が不適当であると認められたときは、補助金の全部または一部を返還してもらう場合があります。
- ④申請内容を審査し、予算状況から総合的に判断し補助金交付の可否を決定します。

問い合わせ 農林課農地担当（西館2階、内線2216）



お知らせ



広報やまなし 2017.8-27

▶こちらは有料広告です

山梨市商工会リフォーム会会員
ミナト瓦工業
塩山下於曾 399-10 TEL0553-32-1447

8月は経済産業省主唱の
電気使用安全月間です！

快適ライフは電気安全から！

濡れ手は×
使わない時スイッチOFF!

関東電気保安協会
<http://www.kdh.or.jp/>

人も、会社も、元気にしよう！

中退共の退職金制度

「中退共」は国がサポートする中小企業のための退職金制度です。

安全 国の制度だから安心
掛金の一部を国が助成します。

有利 掛金は全額非課税
手数料もかかりません。

簡単 社外積立で管理が簡単
退職金試算額などもお知らせ。

詳しくはホームページをご覧ください 中退共 検索 <http://chutaikyoo.taisyokukin.go.jp/>

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL (03)6907-1234

広報やまなし 2017.8-26

保険・税

国民年金制度ってどんなもの？

国民年金制度についてのよくある質問にお答えします！

国民年金の加入者って？

日本に住んでいる 20 歳から 60 歳までの人は、全員が国民年金に加入します。加入者は、職業などによって次の 3 つのグループに分かれており、それぞれ手続きや保険料の納付方法が違います。

第 1 号被保険者

20 歳以上 60 歳未満の自営業者、農林漁業者、アルバイト・無職の人、学生など。加入手続きは市役所で行ないます。保険料は日本年金機構から送られる納付書で納めます。口座振替やクレジットカード払いもできます。

第 2 号被保険者

65 歳未満の会社員（厚生年金）や公務員（共済年金）など。加入の手続きは勤務先で行ないます。保険料は勤務先を通じて給与から差し引かれます。

第 3 号被保険者

第 2 号被保険者に扶養されている 20 歳以上 60 歳未満の配偶者。加入の手続きは第 2 号被保険者の勤務先を通じて行ないます。保険料は個人で納める必要はありません。第 2 号被保険者の加入している年金制度で負担します。

国民年金ってどのようなときに受け取れるの？

①老齢年金

被保険者が 65 歳になったときに支給されます。

②障害年金

被保険者が重度の障害となったときに支給されます。

③遺族年金

被保険者が死亡したときに遺族に支給されます。

上記の①②③はともに基礎年金、厚生年金、共済年金と種類があり、それぞれ受け取るための要件が違います。しかし、いずれも毎月の保険料を納付していないと、全く受け取れないおそれがあります。

老齢年金だけでなく、障害年金や遺族年金は、若い人にも関わりのある大事な制度です。まだ先のことと思わず、きちんと保険料を納めましょう。

国民年金の保険料を納めることができないときはどうしたらいいの？

経済的に保険料を納められない人のために、国民年金には全額免除や一部免除、納付猶予、学生納付特例などの制度があります。保険料免除・猶予制度を受けている期間中にけがや病気で障害や死亡など不慮の事態が発生した場合、障害年金や遺族年金を受け取ることができます。保険料が納められないときは、必ずこれらの制度を利用できるかご相談ください。



問い合わせ
市民課国保年金担当
(東館 1 階、内線 1145 ~ 1147)
牧丘支所住民生活担当 ☎³⁵ 3111
三富支所住民生活担当 ☎³⁹ 2121

国民皆保険制度について

「国民皆保険制度」と呼ばれる日本の医療保険制度は、国民みんなが何らかの公的医療保険（国民健康保険、協会けんぽ、共済など）に加入し、日頃から加入者が所得に応じた保険料を出し合うことで、病気やケガをした時にかかる医療費の負担を軽くすることを目的とした世界に類をみない助け合いの制度です。保険証があれば、全国どこの医療機関でも受診でき、一定割合の自己負担額（3 割～1 割）を支払えば全ての国民が高度な医療を公平に受けられます。

外国の医療制度は、国によって制度がずいぶん違います。たとえば、イギリスでは、まずあらかじめ登録した診療所の総合医の診察を受け、そこで紹介状をもらわなければ病院には行けません。アメリカでは、約 6 人に 1 人が無保険で、自分が加入した保険会社の登録医療機関でしか受診できず、救急車は有料です。

他国と比較しても、私たちは日本の公的医療制度によって非常に手厚く医療が保証されていることがわかります。

医療費を大切にするために心がけたいこと

▶「かかりつけ医」「かかりつけ薬局」をもちましょう。
「かかりつけ医」「かかりつけ薬局」とは、日常的な病気はもちろん、健康についてなんでも相談できる身近なお医者さん、薬局のことです。病歴や体質、検診結果などを把握しているので、総合的な健康管理をしてもらうことができます。



▶時間外受診は避けましょう。
緊急時以外は、診療時間内にお医者さんにかかるようにしましょう。時間外診療は、多額な「割増料金」がかかります。

▶重複受診（はしご受診）を避けましょう。
同じ病気で同時期に複数の医療機関を受診することをいいます。複数の医療機関への受診はそのたびに初診料が発生し、検査や治療、薬などが重複し、患者自身への体の負担にもなります。

▶紹介状なしに大病院に行かないようにしましょう。
定率の自己負担額とは別に定額負担として初診時に 5,000 円以上。再診時に 2,500 円以上（歯科の場合は 3,000 円以上、再診時 1,500 円以上）の窓口負担が必要となります。

保険証は正しく使いましょう

国保の資格がないのに保険証を使って受診した場合、その間の医療費を市に返還しなくてはなりません。山梨市の国民健康保険以外になった場合は、早めに脱退の手続きをしてください。

▶お医者さんに症状を具体的に伝えましょう。
自覚症状や病歴など、自分の症状をしっかりと伝えるためにあらかじめメモを用意するなどし、医師としっかりコミュニケーションをとりましょう。

▶領収書・明細書は保管しましょう。
領収書や明細書があれば、治療内容がわかり、医療費の確認にも役立ちます。

▶定期健診を受け、日頃から健康管理に努めましょう。
病気を早期に発見すれば重症化予防につながり、治療期間も短く、医療費も少なくて済みます。

▶ジェネリック医薬品で節約しましょう。
ジェネリック医薬品は先発医薬品の特許期間が切れた後につくられた、有効成分・用途・効能が先発医薬品と同等でかつ安価な医薬品です。ジェネリック医薬品に切り替えることにより、医療の質を落とさずに自己負担を軽くすることができ、医療費の抑制にもつながります。※ジェネリック医薬品は違う製薬会社から何種類も出ている場合もあります。有効成分や効能は同じですが、形状や添加物などに違いがありますので、薬剤師とよく相談して選択しましょう。



問い合わせ
市民課国保年金担当
(東館 1 階、内線 1145 ~ 1147)
牧丘支所住民生活担当 ☎³⁵ 3111
三富支所住民生活担当 ☎³⁹ 2121

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④ 2121

平成 29 年度 山梨市ママさん バレーボール教室



主催 市家庭婦人バレーボール連盟
 日時 8月26日(土)
 午前8時30分～午後3時15分
 会場 市民総合体育館
 内容
 9人制バレーボール講義・実技指導講義「バレーボールの楽しさ＝思いやりの心」講師 山梨中央銀行女子バレーボール部前監督 小池一仁さん
 参加者
 市家庭婦人バレーボール連盟に登録している人。また、市内在住の一般・高校生。※見学は自由。
 参加費 無料
 服装
 受講者の皆さんはユニフォーム、一般・高校生は運動のできる服装
 持ち物 体育館履き・タオル・水分補給のできるもの
 問い合わせ
 市家庭婦人バレーボール連盟・古宮
 ☎・FAX ② 1744

市民総合体育館の運動教室・体験会

暑さを乗り切る体作りを！初心者向けの楽しい運動教室で体力アップ！誰でも参加できます。市民総合体育館では健康運動教室体験会を行います。ぜひご参加ください！9月からは10回コースも始まります！（全10回・1講座6,480円【税込】）
 （会場はいずれも市民総合体育館です。）

【骨盤エクササイズ】

骨盤のゆがみ、腰痛改善に効果的！
 日程 8月1日、8日、22日、29日（いずれも火曜日）
 ①午前10時～10時45分
 ②午後7時15分～8時

【リラックスヨガ】

呼吸法と基本のポーズで内側から美しく。
 日程
 8月5日、26日（いずれも土曜日）、
 午前10時～11時



市民総合体育館のカルチャー教室・体験会

カルチャー教室の体験会です。月謝制のカルチャー教室は年間通して開催しています。（何月からでもはじめられます）。入会金2,160円（税込）※月単位でお休みできる休会制度もあります。

【太極拳】

ゆっくりと基礎代謝を高め、健康増進&免疫力アップ！
 日程 第1・2・3火曜日、午後1時30分～3時
 第1・2・3木曜日、午前10時～11時30分

【社交ダンス】

年齢を問わず、楽しみながら美しい姿勢と健康を維持！
 日程 第1・2・3水曜日、初級 午後7時30分～8時10分
 中級 午後8時20分～9時10分

【癒やしのアロマストレッチ】

やさしい香りにつつまれながら、心と体をリラックス&リフレッシュ！
 日程 第1・2・3金曜日、午後1時30分～2時30分

申込・問い合わせ
 市民総合体育館 ☎② 5600

市屋内温水プール 夏祭りイベント

7月18日(火)～8月27日(日)

～夏だ！プールだ！楽しく遊ぼう！～

期間中ゲームなど楽しいイベント盛りだくさん！また、日曜日には特別ゲストイベントを行ないます。ラムネ・アイスなどの販売もあります！詳細については、お問い合わせください。

問い合わせ 山梨市屋内温水プール ☎② 5211



広報やまなし 2017.8-31

試してみてね 食育レシピ Vol.71



「ナスのカレー丼」

エネルギー 310kcal
 たんぱく質 15.2g
 脂質 12.3g、塩分 1.1g
 ※栄養表示は1人分

※今月は、三富地区の食生活改善推進員さんからのレシピです。

材料（4人分）

ご飯…4杯分、ナス…3本、玉ねぎ…1個、合いびき肉…200g、カレー粉…大さじ2、トマト缶（カット）…1缶、ヨーグルト（無糖）…200g、砂糖…大さじ1、塩…大さじ1/2、サラダ油…大さじ2

調理方法

▶①ナスは1cm幅に切り、玉ねぎは薄切りにする。▶②サラダ油を熱したフライパンでナス、玉ねぎをしんなりするまで炒めて取り出す。▶③②のフライパンにひき肉を入れ、パラパラになるまで炒める。▶④カレー粉を加えてなじんだらトマト缶、ヨーグルト、砂糖、塩を入れ混ぜ、約3分間煮る。▶⑤②のナス、玉ねぎを戻し入れてさっと煮てご飯にのせる。▶ポイント：カレー粉を使っていることで少ない塩でもしっかりした味付けになります。

楽しい おいしい なごみのまち山梨市を目指して

■市では、日曜日が家族や仲間との時間が取りやすいと考えて、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月は6日です。みんなで楽しく食事をしましょう！



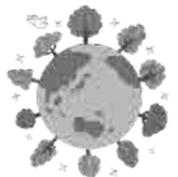
エコハウスからお知らせ

申込・問い合わせ
 エコハウスやまなし ☎② 5001

牛乳パックで紙すき体験教室

牛乳パックからオリジナルの紙すきハガキを作ってみませんか？好きな色や葉っぱなどを入れて自分だけのハガキ作りを体験してみましょう。夏休み期間中、休館日以外は毎日開催しています！暑中・残暑見舞いも今年は手作りハガキで送っちゃいましょう！
 日時 8月1日(火)～31日(木) 午前9時～午後4時
 会場 エコハウスやまなし
 講師 エコハウススタッフ
 参加費 無料

対象年齢 3歳以上（小学校3年生以下の児童は、保護者同伴で参加をお願いします）
 定員 10～20人（1教室あたり）
 ※材料がある限り実施します。
 持ち物 牛乳パック（飲み終わった空パック、洗って乾かし切り開いてください）
 内容 牛乳パックを使って、ハガキ作り体験を行ないます。



手作りリップクリーム教室～ヨモギとミツロウで作ろう～

身近な野草の一つ、ヨモギ。ハーブの女王と呼ばれ、万能野草といわれるくらいさまざまな効果を持っています。保湿力にすぐれ、乾燥肌改善に効果的なヨモギとミツロウを使ってリップクリームを作ります。夏の疲れをヨモギの力で癒やしてみませんか？
 日時 8月29日(火) 午前10時～正午
 会場 エコハウスやまなし

講師 岡田 のぞみさん
 参加費 500円 定員 15人
 持ち物 なし
 内容 ヨモギとミツロウから手作りの薬用リップクリームを作ります。
 申込 エコハウスやまなしで8月1日(火) 午前9時から電話受付。（先着順・本人に限ります）



使用済みハブラシの回収にご協力ください！

市では、「ライオン山梨の森」の森林整備を協働で行なっているライオン株式会社と取り組む「ハブラシ回収プログラム」に参加しました。この活動は、使用済みハブラシを回収し、リサイクル加工により新しい製品に生まれ変わらせる取り組みです。回収量に応じてポイントがたまり、プランターと交換できたりボランティア活動へ寄付できたりします。ごみの減量化にもつながりますので、多くの市民の皆さんのご参加をお願いします。

回収可能なハブラシ 家庭で使われている市販のハブラシ（どのメーカーでも可）▶掃除に使用したハブラシも受け入れ可能です。※電動歯ブラシなど一部回収不可のものがあります。詳細はお問い合わせください。
 回収方法 乾かしてからビニール袋に入れて、エコハウスやまなしに設置してある回収箱に入れてください。
 問い合わせ
 環境課生活環境担当（西館2階、内線2252～2254）

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④ 2121

CYCLOG ワインリゾート in 山梨 2017

参加者募集中

自転車とスマホアプリで行なう、新感覚のオリエンテーリングです。5時間の部と7時間の部で、それぞれポイントを競います。ママチャリクラスもあり、どなたでもご参加いただけます。ご応募お待ちしております！

日時 11月12日(日)

午前9時スタート予定

申し込み・詳細は

シクログ

検索!



問い合わせ 観光課観光企画担当 (西館1階、内線2149)

山梨市花かげホール開館20周年・NHK甲府開局80年記念

「古楽の楽しみ」公開収録について

山梨市とNHK甲府放送局では、山梨市花かげホール開館20周年・NHK甲府放送局開局80年を記念して、NHK-FM番組「古楽の楽しみ」公開収録を実施します。バロック時代の、クラシック音楽を中心に、素敵な生演奏の世界をたっぷりとお楽しみいただけます。観覧ご希望の方は以下の要領でお申し込みください。

日時 9月9日(土)

開場 午後2時 開演 午後2時

30分 終演予定 午後5時

会場 山梨市花かげホール
(山梨市牧丘町窪平 453-1)

観覧申込

観覧は無料ですが、入場整理券(1枚で2人まで入場可)が必要です。郵便往復はがきに必要な事項を明記の上、お申し込みください。

<往信用裏面>

①郵便番号 ②住所 ③名前

④電話番号

<返信用表面>

①郵便番号 ②住所 ③名前

宛先 404-0013

山梨市牧丘町窪平 453-1 山梨市花かげホール「古楽の楽しみ」係
締切 8月17日(木)必着

※未就学児の入場はご遠慮ください。

※応募多数の場合は、抽選のうえ、当選者には入場整理券(1枚で2人ま

で入場可)を、落選者にはその旨を伝える案内を発送します。

※「返信用裏面」は抽選結果を印刷しますので白紙のままお送りください。

※「消せるボールペン」の使用はご遠慮ください。

※インターネット売買サイトなどでの入場整理券の売買は固くお断りします。転売を目的とした申し込みであると判明した場合は、抽選対象外とします。また、売買が確認された場合は入場をお断りします。

※応募の際にいただいた情報は抽選結果の連絡のほか、受信料のお願いに使用させていただくことがあります。

問い合わせ

花かげホール ☎⑤ 4888

(午前9時~午後5時、月曜休館)

NHK甲府放送局

☎055-255-2148

(平日 午前10時~午後6時30分)

大嶽山那賀都神社 オカリナコンサート

国内外で活躍するオカリナ奏者・佐藤一美さんのオカリナコンサートを開催します。響き渡るオカリナの音をお楽しみください。

日時 8月6日(日) 正午~午後1時

会場 大嶽山那賀都神社境内

出演 佐藤一美(オカリナ)、前田圭代(キーボード)、小針寛史(パーカッション)、小針美津子(オカリナ)演奏曲

コンドルは飛んで行く、となりのトトロ、アナと雪の女王、ショパンのノクターン、ベートーベンの運命、荒城の月 ほか

料金 無料

問い合わせ 大嶽山那賀都神社

☎③ 7010

市ソフトバレーボール連盟 審判講習会

日時 8月22日(火)

受付 午後7時30分~

会場 山梨北中体育館

講師 県ソフトボール連盟・佐藤県審判長 ほか

内容

審判講習会を開催します。今後もいくつもの大会が行なわれます。各チームにおかれましては、都合をつけていただき、2人以上の参加をお願いします。9月には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。要項は、次号でお知らせします。

問い合わせ

雨宮 正英 ☎・FAX ③ 4134

根津記念館イベント情報

【月曜休館 ☎② 8250 FAX② 8251】

開館時間 9:30~18:30 (受付18時まで)

■根津記念館でまなぶ夏休み

期間 7月19日(水)~8月31日(休)

・期間中は高校生以下入館無料

根津嘉一郎翁について学んだり、昔の家のようすを見たり、草花の観察をしたり…夏休みの自由研究にもご活用ください。

・根津記念館クイズラリー

館内でクイズの答えを探してプレゼントをゲット!

■秋のおこと体験教室 参加者募集

日本の伝統楽器おこを習ってみませんか。初心者の方、小中学生も大歓迎です。みんなで楽しくおこを習いましょう。参加希望者は、根津記念館まで電話またはFAXにてお申し込みください。

開催日

9月9日、23日、10月14日、28日、11月11日、25日 (いずれも土曜日・全6回)

■特別企画展

こどもたちの引揚げ~引揚げ漫画家作品展

子ども時代を中国・満州で過ごした漫画家たちが、満州での生活や、終戦後の引揚げなど自らの体験を描いた作品を紹介します。今年の夏は、漫画を通して、別の角度から戦争について学んでみませんか?

日時 7月15日(土)~9月3日(日)まで

場所 展示棟「八蔵」企画展示室

協力 平和祈念展示資料館

漫画家 赤塚不二夫、上田トシコ、

北見けんいち、ちばてつや、古屋三敏、森田拳次、山内ジョージ、山口太一など(敬称略)



時間 午後1時30分~3時

場所 根津記念館旧主屋

受講料 1,000円(初回に徴収)

定員 10人

※定員を超えた場合市内在住者優先

講師 市文化協会邦楽部

募集締め切り 8月31日(木)



笛吹川フルーツ公園 もも・ぶどうの日

日時 8月5日(土)、6日(日)

午前10時~午後3時30分

会場 笛吹川フルーツ公園

くだもの工房前特設会場

内容

▶山梨特産「もも・ぶどう」の味覚体験

※果実が無くなり次第終了。

①午前11時30分~ ②午後2時

30分~ 各回先着100人

▶ご当地蛇口(ジュース)

①ピーチ 午前10時30分~ ②

グレープ 午後1時30分~ 各回

先着100人 どちらかを選択。

▶サッカーふわふわコーナー

▶ビー玉ゲームコーナー

▶地産地消コーナー

▶シャボン玉遊びコーナー

▶夏休み宿題応援!木工教室

参加料 100円

問い合わせ

笛吹川フルーツ公園管理事務所

総務企画担当 ☎③ 4101

2017 牧丘三富 納涼夏まつり

おやじバンド(Y・KIDS)、フラダンス、紅富士太鼓がやってきます。楽しいひとときをお過ごしください。

日時 8月6日(日)

午後3時~8時(少雨決行)

場所 花かげホール、ホール前庭

内容

①模擬店コーナー

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時から1回。

※入場整理券を8月4日(金)~5日(土)午前9時~午後5時に花かげホールで配布。(定員で終了)

③おやじバンド(Y・KIDS)

午後5時50分~

④フラダンス 午後6時30分~

⑤紅富士太鼓 午後7時10分~

問い合わせ・申込

牧丘三富納涼夏まつり実行委員会

(市商工会内 ☎⑤ 2250)

ふれあいコンサート in まきおか

日時 8月26日(土) 開場 午後1時30分 開演 午後1時30分~3時30分

会場 花かげホール

内容 ①県警察音楽隊、カラーガード隊によるコンサート ②日下部警察署員による防犯講話 ③パトカー・白バイの展示・試乗

入場料 無料

座席指定 保育園児および家族についてはエリア指定。その他の人は全席自由。

募集方法 8月1日(火) 整理券配布 午前9時~ 電話受付午前10時~

▶一人4枚まで

※電話申込の人は整理券を8月22日までに受け取りにきてください。

主催 牧丘地内警察官駐在所ふれあい連絡会

共催 日下部警察署・山梨市

問い合わせ・申込

牧丘支所 ☎⑤ 3111

平成 29 年度 山梨市職員採用資格試験

1. 試験区分・職種・採用予定人員・受験資格

試験区分	試験職種	採用予定人員	受験資格
上級	事務	3人程度	昭和62年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた者
	事務 (身体障害者対象)	1人	昭和62年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた者で、自力による通勤ができ、介護者なしに職務の遂行が可能な者で、身体障害者手帳の交付を受けている者
	保健師	1人	昭和62年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた者で、保健師免許を有する者又は平成30年において最初に実施される保健師国家試験により当該免許取得見込みの者
	栄養士	1人	昭和62年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた者で、管理栄養士の免許を有する者又は平成30年において最初に実施される管理栄養士国家試験により当該免許取得見込みの者

※次の事項のいずれかに該当するものは、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（準禁治産者を含む。）
- ・禁錮以上の刑に処せられ、その執行が終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者
- ・日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに加入した者

※市職員として採用後、山梨市内に居住することが望ましい。

2. 試験日・試験会場

【第1次試験】 9月17日(日) 受付：午前8時30分から9時
山梨市役所（小原西843）

【第2次試験】 第1次試験合格者に通知します。

3. 試験科目

【第1次試験】 <全職種> 教養試験、専門試験、事務適性検査

【第2次試験】 <全職種> 小論文、個別面接、職場適応性検査

4. 試験方法

【第1次試験】 <教養試験> 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(大学卒業程度)
<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2次試験】 <小論文> 出題されるテーマに対する文章による表現力などの試験

<個別面接> 公務員としての資質、適正および人柄などを見るための個別面接

<職場適応性検査> ストレス耐性を調べ、職場での適応性を判断する検査

問い合わせ

秘書人事課人事給与担当

(西館4階、内線2415・2416)

5. 受験手続

【提出書類】 試験申込書・受験票・身体障害者手帳の写し(身体障害者対象試験の申込者)

※試験申込書・受験票は、市のホームページからダウンロードできます。

試験申込書・受験票を郵便で請求する場合、封筒の表に「職員採用資格試験申込用紙請求」と朱書きし、120円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(A4判の入る大きさ)を必ず同封してください。

※第1次試験合格者は、次の書類提出が必須です。

- ①最終学校の卒業証明書または卒業見込証明書
- ②資格・免許証明書などの写し
- ③健康診断書

【申込方法】 窓口・郵送・インターネットのいずれか。

<窓口> 秘書人事課人事給与担当へ提出書類を直接お持ちください。

<郵送> 秘書人事課人事給与担当へ提出書類を郵送してください。封筒の表に「試験申込」と朱書きし、必ず書留郵便にしてください。

<インターネット> 「やまなしくらしねっと」で手続きしてください。詳細は、市のホームページ参照。

【申込受付期間】

<窓口・郵送> 8月1日(火)から18日(金) (土日・祝日は除く)
午前9時から午後5時まで

※郵送の場合、8月18日(金)までの消印に限る。

<インターネット> 8月1日(火)から14日(月)

【受験票の交付】

9月1日(金)までに到着するよう郵送または送信します。受験票が到着しない場合は、お問い合わせください。

迅速・正確な対応

適正さと寄り添う心

丁寧かつ迅速に！

集え！精鋭

私たちと一緒に山梨市の未来を作りませんか？
若手の先輩職員が仕事をやる上で、
何を大切にしているか聞きました！

明るく楽しく前向きに

適切な判断と対応

優しく誠心誠意

第12回 笛吹川源流 まつり

8/20(日)
道の駅みとみ

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)



ゲスト
びゅーち
ふるず

10:00 開会式
10:30 郷土芸能：山梨市 甲州笛吹太鼓
11:15 ブラスバンド演奏
13:00 ゲストイベント：びゅーちふるず
13:45 郷土芸能：秩父市 秩父瑞穂太鼓会
14:30 ゲストイベント：伸太郎
15:00 閉会式



MC 伸太郎



テント
魚のつかみ取り！
11:00・12:00・13:00・14:00
各定員 20名※整理券配布



メイン舞台
10:30 郷土芸能：山梨市 甲州笛吹太鼓
13:45 郷土芸能：秩父市 秩父瑞穂太鼓会



テント
10:00~
地域特産品コーナー
地域観光PRコーナー
ちびっこゲームコーナー
利き水コーナー 10:30~14:30
11:00- 源流そば処開店



雁坂トンネル
ミステリーツアー
受付 10:00~13:00
各定員 15名※整理券配布



広瀬ダム
ボート乗船コーナー
受付 10:00~13:00
各定員 20名※整理券配布

市からのお知らせ



電話詐欺に注意！
不審な電話は 110 番通報！

～県民総ぐるみで電話詐欺を撲滅！～

電話でお金の話が出たら
詐欺を疑いましょう！



2017.8

広報やまなし 2017.7.21 発行 (通巻 150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 22 2800

■編集 秘書人事課広聴広報担当 ■URL <http://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」2017年9月号は8月23日(水)発行予定です。

山梨市のホームページが新しくなり、
スマートフォンで閲覧できるようになりました！

QRコードはこちら



世帯と人口 (2017.7.1 現在) 人口 35,659 人 (-31) 男 17,159 人 (-12) 女 18,500 人 (-19) 世帯数 14,631 世帯 (-9)