

広報にらさき

# 情報カレンダー

## 8月

2024 Aug 葉月

診療科目	診察日	受付時間	休診日	内科専門外来	診察日	受付時間
内科・小児科・外科・整形外科・眼科	月曜 金曜	午前8時30分～午前11時30分 ※小児科の受付は午前11時までです。 ※眼科(午後) 予約が必要です(火曜休診)。	土曜・日曜・祝日・年末年始 ※急患はこの限りではありません。 ※当院は院外処方を行っています。 ※医師の日程変更による休診・代診については、お問い合わせください。	循環器	月曜～木曜	午前8時30分～午前11時
リウマチ科	月曜・水曜(午前のみ)・木曜	午前8時30分～11時30分・午後1時～午後4時		呼吸器	火曜・木曜	午前11時～午後1時
脳神経外科	火曜 木曜	午後1時30分～午後4時 午前8時30分～午前11時30分		腎臓	火曜	午後1時～午後4時
泌尿器科	火曜・木曜	午前8時30分～午前11時		血液・腫瘍	水曜	午後1時～午後4時
スポーツ外来	木曜	午後1時30分～午後5時		循環器	金曜	
皮膚科	水曜	午前8時30分～午前11時30分				

月	火	水	木	金	土	日	
<p>■学校教育相談 (毎週月～金曜日) 9時～16時30分 かがやき教室 (市教育支援センター) 問: ☎23-5653</p> <p>■母子健康手帳交付・妊婦・一般健康相談 (毎週月・木曜日) 9時30分～16時</p> <p>■無料法律相談 (毎月第4木曜日・要予約) 13時～16時 問: 財務政策課 (45-9223)</p> <p>■行政相談 (第1・4月曜日) 13時～15時 市役所1階102会議室 問: 財務政策課 (45-9223)</p> <p>■消費生活相談 (毎週火・水曜日) 9時～16時 ※6日はお休みです。 市役所1階102会議室 問: 商工観光課(45-9158)</p> <p>■子育て相談 (毎週火～土曜日・要予約) 9時～17時 問: ☎23-7676</p> <p>■家庭児童相談 (随時・要予約) 問: こども子育て課 (22-1118)</p> <p>■市民栄養相談 (随時・要予約) 問: 市民栄養相談 (毎月第2火曜日) 9時30分～16時 問: ☎23-4464</p> <p>※祝日は実施しません</p>			<p>今月の納税</p> <p>納期限(口座振替日) 9月2日(月)</p> <p>市県民税 第2期 国民健康保険税 第2期 介護保険料 第3期 後期高齢者医療保険料 第2期</p> <p>納税収納課 収納推進担当 (45-7043)</p>		<p>今月の無料法律相談</p> <p>8月22日(木) 13時～16時 市役所4階401会議室 1人30分以内 定員6名 年度内1人3回</p> <p>●予約受付日(窓口か電話) 8月13日(火) 8時30分～</p> <p>財務政策課 政策調整担当 (45-9223)</p>		<p>中央公園ミニSL運行日</p> <p>8/4, 11, 12, 18, 25 10時～12時・13時～16時 大人・子どもともに100円 (3歳未満は大人と同乗で無料)</p> <p>※天候等の理由により、予告なく運休する場合があります。</p>
<p>■市制施行70周年記念企画展「市制70周年記念 名品選華麗なる巨匠たち」～9月1日(日)</p> <p>■第15回企画展「南アルプスの山々とともに～市ゆかりの人物たち～」～令和7年3月23日(日)</p>	<p>■課題図書等の貸出 ～8月29日(木)</p> <p>■夏休み子ども企画「世界クイズ発見!」～8月29日(木)</p> <p>■開館時間 11時～18時 ～8月26日(月)</p>	<p>■「こ・わ・い」展示 8月1日(木)～8月29日(木)</p> <p>■「第11回市図書館を使った調べる学習コンクール」 8月6日(火)～8月29日(木)</p>	<p>■母乳がん検診 13時30分～15時</p> <p>■タヤけひろば 15時～</p> <p>休館: 民(午前)</p>	<p>■日本語教室 18時30分～20時30分 ニコリ会議室1階1・2・6</p> <p>■パパママ学級 [Bコースの3回目] 8時50分～</p> <p>■おはなし会 14時30分～ ニコリ2階会議室9</p> <p>休館: 児(市外) 保</p>	<p>■女性のがん(子宮頸がん)予防講演会 受付9時45分～</p> <p>■おはなし会 14時～</p> <p>休館: 児老保</p>		
<p>5</p> <p>休館: 保 支 図 文 民 体 園</p>	<p>6</p> <p>休館: 保</p>	<p>7</p> <p>休館: 保</p>	<p>8</p> <p>休館: 民(午前)</p>	<p>9</p> <p>休館: 保</p>	<p>10</p> <p>休館: 児(市外) 保</p>	<p>11</p> <p>休館: 児老保</p>	

### 還付金詐欺にご注意!

市役所が電話で税金等の還付について、ATMの操作を指示することはありません

※記載の内容が中止・変更となる場合があります。詳細は各施設にお問い合わせください。

■市役所 業務時間: 8時30分～17時15分(月～金) ※土日祝および年末年始を除く 〒407-8501 市水神1丁目3番1号 ☎22-1111 FAX 22-8479

<p>12</p> <p>休館: 児老保</p>	<p>13</p> <p>休館: 保 支 図 文 民 体 園</p>	<p>14</p> <p>休館: 保 民</p>	<p>15</p> <p>休館: 民(午前)</p>	<p>16</p> <p>休館: 保</p>	<p>17</p> <p>休館: 児(市外) 保</p>	<p>18</p> <p>休館: 児老保</p>
<p>19</p> <p>休館: 交 保 支 図 文 民 体 園</p>	<p>20</p> <p>休館: 保</p>	<p>21</p> <p>休館: 保</p>	<p>22</p> <p>休館: 民(午前)</p>	<p>23</p> <p>休館: 保 支 図</p>	<p>24</p> <p>休館: 児(市外) 保</p>	<p>25</p> <p>休館: 児老保</p>
<p>26</p> <p>休館: 保 支 図 文 民 体 園</p>	<p>27</p> <p>休館: 保</p>	<p>28</p> <p>休館: 保</p>	<p>29</p> <p>休館: 民(午前)</p>	<p>30</p> <p>休館: 保 支 図</p>	<p>31</p> <p>休館: 児(市外) 保</p>	

凡例	支	保	保	保	保	保	保										
支: 市市民交流センター「ニコリ」 開館時間: 9時～22時 ☎22-1121 (代表) FAX 22-1122 ・地域情報発信センター(9時～20時) ☎23-6886	保: ふるさと偉人資料館 ☎21-3636 ・市立大村美術館サテライトスペース(9時～17時・休館: 月曜日・祝日の翌日等)	保: 市立大村美術館 ☎23-7775 開館時間: 10時～17時(入館16時30分)	保: 市子育て支援センター 開館時間: 9時～17時 ☎23-7676 FAX 23-7678	保: 市立大村記念図書館※時間変更の場合あり 開館時間: 10時～20時(土日祝は9時～20時) ☎22-4946 FAX 22-4950	保: 児童センター 開館時間: (平日) 10時～18時 (土・学校長期休業中) 9時～18時 市立児童センター ☎22-7687 北東児童センター ☎23-5550 北西児童センター ☎22-1775 甘利児童センター ☎23-1535	保: 青少年育成プラザ「ミアキス」 ☎45-9919 開館時間: 15時～21時30分(土日祝は9時30分～21時30分)	保: 東京エレクトロン市立文化ホール 開館時間: 8時30分～17時15分 ☎20-1155 FAX 22-1919	保: 市老人福祉センター 開館時間: 9時30分～16時30分 ☎22-6944 FAX 22-6980	保: 市健康ふれあいセンター ゆ〜ぶるにらさき 開館時間: 10時～21時 ☎20-2222	保: 市民俗資料館 開館時間: 9時～16時30分 ☎22-1696	保: 市営体育館 開館時間: 8時30分～22時 (日曜日および月曜日が祝日の場合 8時30分～17時) ☎22-0498	保: 穂坂自然公園 4月～11月: 9時～17時 ☎37-4362	保: 市保健福祉センター 開館時間: 8時30分～17時15分 ☎23-4310 FAX 23-4316	保: 乳幼児の健診 持物: 母子健康手帳、バスタオル、保険証、印章	保: 子育て教室 持物: 母子健康手帳、筆記用具など	保: 育児健康相談等 持物: 母子健康手帳	保: 健康づくり教室 持物: 各種健康手帳、筆記用具、各教室にあった服装(体操のできる服装等)

※各施設の開館時間は変更になる場合があります。各施設にお問い合わせください。



市営新体育館建設現場

レポート vol.5

Report

空撮写真右（東）側では、体育館全体が立体的になり始め、左（西）側にある駐車場部分との境が明確になってきました。県道交差点を折れてすぐの屋外オープンスペースは「まちかどひろば」という施設の顔です。

その奥にある1階部分はトレーニングルームとなっていて、人気の有酸素マシンのほか、ウェイト系の機器を備え、専属スタッフによる個別指導にも対応予定です。

2階テラスは、開放感いっぱいの展望が期待できます。

■問い合わせ 教育課 スポーツ施設整備担当（内線272）



〈空撮〉

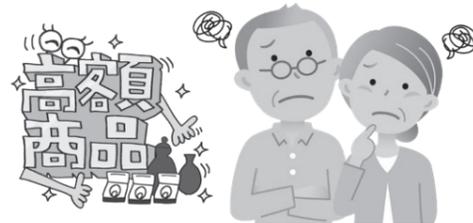


〈まちかどひろば完成予想図〉

市民の味方 消費者生活相談窓口  
おかしいな？と思ったらまずは相談

毎週火曜日・水曜日は消費生活相談員が市役所の102会議室で相談を承ります。

楽しい話や安売り目当てに  
通ったら…  
高額な商品を買うはめに



●「店員の話が楽しい」「食品が安く手に入る」などにひかれて、会場等に通り続けているうちに顔見知りになり、断り切れずに、高額な商品を契約させられることがあります。

★この手口は、高齢者の健康不安や日常的な寂しさなどにつけ込んで会場等に通わせ、最終的に高額な商品を購入させるものです。

周りの人は、日ごろから高齢者の様子に気を配りましょう。

～ 国民生活センターより～

困ったときは、  
**韮崎市消費生活相談窓口が188に**  
ご相談ください



**Q.** 手がしびれていて手根管症候群かもと言われました。どういった状態でどういう治療法などがあるのでしょうか？

**A.** 手根管症候群は、手首の手根管という細い通路が狭くなり、その中を通る正中神経が圧迫されることで起こる病気です。この病気は手首を多く使う作業や長時間同じ姿勢でいることが原因となることがあります。

症状としては、手や指のしびれや痛みがあり、特に親指、人差し指、中指に出やすいです。夜になると痛みやしびれが強くなることもあります。治療には、手首を安静にし、冷やしたり固定する器具を使ったり、理学療法を受けたりする方法がありますが、症状が改善しない場合は手術が必要になることもあります。

予防するためには、手首を無理に使わず、こまめに休憩を取り、手首を休ませることが大切です。症状に困ってしましたら近所の整形外科でも当院でもご相談いただけます。

アドバイザー 韮崎市立病院 整形外科 三井 康平 先生

※広報9月から「ごみ収集日程」を掲載しない予定です。今後は、市ホームページやごみ収集カレンダーでご確認ください。

8月のごみ収集日程	対象地区	資源リサイクル				自己搬入の日		
		可燃 原則週2回	不燃 原則月2回	可燃粗大 年6回 (2月に1回)	不燃粗大 年6回 (2月に1回)	地区	拠点	月1回
韮崎 (祖母石・岩根を除く)	1日、5日、8日、12日、15日、19日、22日、26日、29日	7日、21日	14日	-	6日	電岡公民館グラウンド	韮崎市役所庁舎裏駐車場西側 毎日 7時～19時 ※8月16日は花火大会のため中止します。順延となった場合は翌日も中止となります。 ※荒天時は中止となります。	第3土曜 17日
穂坂・藤井・中田・岩根	22日、26日、29日	7日、21日	14日	-	20日	※荒天時は中止となります。	第4土曜 24日	
穴山・円野・清哲・神山・祖母石	2日、6日、9日、13日、16日、20日、23日、27日、30日	14日、28日	7日	-	27日	※荒天時は中止となります。		
旭・大草・龍岡								

休日・夜間の緊急医療連絡先

● 峡北消防本部テレホンガイド  
☎22-8181  
平日 午後5時15分～翌朝8時30分  
土日祝 24時間対応

● 救急安心センターやまなし  
(症状の聞き取りや救急車要請の必要性の案内等)  
☎#7119 (短縮ダイヤル)  
☎055-223-1418 (ダイヤル回線)  
年中無休 24時間対応

● 小児救急電話相談窓口  
・山梨県小児救急電話相談  
☎#8000 (短縮ダイヤル)  
☎055-226-3369 (ダイヤル回線)  
・山梨県小児初期救急医療センター  
甲府市幸町14-6 ☎055-226-3399

受付時間(※共通)  
平日 午後7時～翌朝午前7時  
土 午後3時～翌朝午前7時  
日祝および12/29～1/3 午前9時～翌朝午前7時  
※対応は、中学生までです。外科的疾患の対応はできません。

子育て支援センター  
に★ちびインフォメーション

避難訓練 (参加費無料)

災害時の避難について、実際に体を動かして訓練をします。今回は、韮崎市女性消防協力隊「まもり隊」のみなさんに、防災についてのお話をいただきました。

■日 時 8月7日(水) 11時15分～

に★ちび公式ホームページ  
【URL】 <https://nirachibi.jp>

文化ホールインフォメーション

TOKYO ELECTRON NIRASAKI ARTS HALL

◆ 山梨県警察音楽隊  
ふれあいコンサートin韮崎  
8月10日(土) 13:15開場 14:00開演  
大ホール 入場無料 ※要入場券  
"県民と警察を結ぶ音の架け橋"山梨県警察音楽隊の演奏とカラーガード隊による旗振り演舞をどうぞお楽しみください。  
入場券についてはお問い合わせください。



◆ 韮崎市制施行70周年記念講演会

8月11日(日)  
12:30開場 13:30開演  
大ホール [入場無料] ※要入場整理券  
講師: 原 晋氏  
観覧対象: 小学生以上の韮崎市民  
観覧募集は締め切りました。



◆ 宝くじ文化公演  
韮崎市制施行70周年記念  
AROUND40 MEMORY  
CONCERT ～FOREVER～  
11月4日(月・祝) 15:30開場 16:30開演  
大ホール [指定席]  
一般前売2,500円/高校生以下1,500円(税込)  
辛島美登里、中西保志、澤田知可子、中西圭三、4人の豪華アーティストが名曲とともに贈るスペシャルコンサート!  
※この公演の入場料は、宝くじの助成により特別料金となっています  
※未就学児入場不可(託児可・要問合せ)



◆ 韮崎市制施行70周年記念  
ネーミングライツ記念  
デジタルテクノロジー入門体験イベント  
「ニラ・テク・ラボ」  
9月8日(日) 10:00～15:00  
[入場無料] ※詳しくはP●をご確認ください。

◆ 公式SNSで最新情報発信中!

各種SNSにて最新情報を随時発信中!  
友達登録をお願いします!



チケットのお求め・お問い合わせ

東京エレクトロン韮崎文化ホール  
☎20-1155 ㉚22-1919  
受付時間: 8時30分～17時15分  
休館日: 5日、13日、19日、26日

状況により公演が中止・延期となる場合がございます。ご来館前に、最新情報をホームページもしくはお電話でご確認ください。

こぶし号 老人福祉センターバス(8月巡回日程)

韮崎地区	7日(水)・16日(金)・27日(火)
穂坂町、権現沢、上の原、上今井、原、長久保	8日(木)・19日(月)・28日(水)
穂坂町、日の城、三之蔵、三ツ沢上下、飯米場、柳平宮久保、鳥の小池	1日(木)・9日(金)・20日(火)・29日(木)
藤井町・中田町・穴山町	2日(金)・13日(火)・21日(水)・30日(金)
円野町・清哲町・神山町	5日(月)・14日(水)・22日(木)
旭町・大草町・龍岡町	6日(火)・15日(木)・26日(月)
●シニアカレッジ	23日(金)

巡回日程に変更がある場合は、社協のホームページでお知らせしますので、ご確認ください。

■お問い合わせ  
老人福祉センター (☎22-6944/㉚22-6980)