

広報にらさき

情報カレンダー

12月

2024
Dec
師走

22-11-22-1

市立病院

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
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
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
相談等			※祝日は実施しません			
■学校教育相談 〔毎週月～金曜日〕 9時～16時30分 かがやき教室 (荏崎市教育支援センター) 問：☎23-5653 保母子健康手帳交付・妊婦・一般健康相談 〔毎週月・木曜日〕 9時30分～16時			■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) ■行政相談 〔第1・3月曜日〕 13時～15時 市役所1階102会議室 問：財務政策課(45-9223)		■消費生活相談 〔毎週火・水曜日〕 9時～16時 市役所1階102会議室 問：商工観光課(45-9158) 支子育て相談 〔毎週火～土曜日・要予約〕 9時～17時 問：☎23-7676	
■家庭児童相談 〔随時・要予約〕 問：こども子育て課 (22-1118) 保市民栄養相談 〔随時・要予約〕 保もの忘れ相談 〔毎月第2火曜日〕 9時30分～16時 問：☎23-4464						
※詳細はお問い合わせください。						
保ここにこ子育て相談 9時30分～15時 【要予約】 支出張！にら★ちびひろば @公園とパン 10時～ 【要予約】			支女性向け地域 減災リーダー育成 講習会 9時30分～16時 ニコリ会議室5・6 【要予約】		●人権相談 10時～12時 13時～15時 ニコリ会議室1・2 支避難訓練 11時15分～ 支ひろばde相談日♪(助産師) 13時～ 支赤ちゃんひろば 13時～	
休館：保支図文ゆ民体			休館：図		休館：美	
9			保3歳児健診 〔R3年11月生まれ〕 13時～ ※対象のご家庭にはお知らせ します。		●心身障がい児(者) 父母の会フリース ペース 10時～ ニコリ1階会議室6 支にらまるくらぶ 10時～ 【要予約】 支にら★ちび119番 11時15分～ 支1歳児バースデー 13時～ 【要予約】	
休館：保支図文ゆ民体			休館：図		休館：美	
			保ママのための ととのう(整う) ルーム 10時～ 【要予約】 支出張！ にら★ちびひろば @森の公園(雨天中止) 10時30分～ 【要予約】 支タヤけひろば 15時～ 支ひろばde相談日♪ (保育カウンセラー) 15時～		支食育講座(離乳食) 10時～ ニコリ1階調理室 【要予約】 支骨盤ケア教室 13時～ ニコリ1階和室 【要予約】 保乳がん検診 13時30分～ 【要予約】	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	
			14		15	
			休館：民(午前)		休館：民(午前)	
			12		13	

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。

■荏崎市役所
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 荏崎市水神1丁目3番1号
☎22-1111 FAX22-8479

16	保すくすく教室 (7か月児) [R6年5月生まれ] 13時～ ※対象のご家庭にはお知らせ します。	17	支 荏高生とおしゃべり 9時55分～ 【要予約】 支 ひろばde相談日♪ ①10時～(栄養士) ②13時～(助産師・栄養士・ 保育カウンセラー) 保 1歳6か月児健診 [R5年5月生まれ] 13時～ ※対象のご家庭にはお知らせ します。	18	●武田の里 ライフカレッジ 13時30分～ 東京エレクトロン荏崎文化 ホール・大ホール 支 妊婦さん&0歳児ひろば ①10時～(0～5か月児) ②13時～(6～12ヶ月児) 【要予約】 支 抱っこ・おんぶの日 ①11時15分～ ②14時30分～	19	●シニアカレッジ 13時～ 東京エレクトロン荏崎文化 ホール・小ホール 保 にこにこ子育て相談 9時30分～15時 【要予約】 支 にら★ちびデビューDAY 10時30分～ 【要予約】 支 爬虫類好き親子あつまれ 13時～ 【要予約】	20	ゆ イベント風呂 (柚子風呂) 図 朗読のつどい 14時～ ニコリ3階多目的ホール	21	ゆ イベント風呂 (柚子風呂)	22	
休館：交 偉 支 図 文 民 体		休館：民		休館：民(午前)		支 タヤけひろば 15時～		休館：児(荏崎以外) 保		休館：児 老 保			
23	ゆ クリスマスイベント (小学生以下お菓子 プレゼント) 保 4か月児健診 [R6年7・8月生まれ] 12時45分～ ※対象のご家庭にはお知らせ します。	24	ゆ クリスマスイベント (小学生以下お菓子 プレゼント) 支 にら★歩くらぶ 荏崎大村美術館 10時30分～ 【要予約】	25	支 出張！ にら★ちびひろば @フレンドリーたつこう 10時～ 図 だっこの会 11時～ 支 タヤけひろば 15時～	26	支 おおそうじ 10時～	27		28		29	
休館：偉 支 図 文 民 体		休館：民		休館：民(午前)				休館：支 図 児(荏崎以外) 民 老 保		休館：交 偉 支 図 児 民 文 老 民 体 保			
30		31	●年末年始の公共施設等の 休館日についてはP☎を 参照してください。	●穂坂自然公園 ふれあいセンター 冬季閉鎖 12月～3月 ※ただしトイレは使用可	●子どもの遊び場 (芝生広場開放) 中央公園芝生広場 冬季閉鎖 12月～4月	●第15回企画展 「南アルプスの山々と ともに～荏崎市ゆかりの人物 たち～」 ～令和7年3月23日(日)	●企画展「旅する絵画」 ～令和7年1月26日(日)	●「市制70周年記念」展示 ～12月27日(金)		●「花で結ぶ本」展示 11月30日(土) ～12月27日(金)			
休館：交 偉 美 支 図 児 民 文 老 民 体 保		休館：交 偉 美 支 図 児 民 文 老 民 体 保											

凡例	☞：荏崎市民交流センター「ニコリ」 開館時間：9時～22時 ☎22-1121 (代表) FAX22-1122 ・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 ・荏崎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) 美：荏崎大村美術館 ☎23-7775 開館時間：10時～17時 (入館16時30分) ☞：荏崎市子育て支援センター 開館時間：9時～17時 ☎23-7676 FAX23-7678	☞：荏崎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 FAX22-4950 児：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 荏崎児童センター ☎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 目：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)	☞：東京エレクトロン荏崎文化ホール 開館時間：8時30分～17時15分 ☎20-1155 FAX22-1919 老：荏崎市老人福祉センター 開館時間：9時30分～16時30分 ☎22-6944 FAX22-6980 ゆ：荏崎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 民：荏崎市民俗資料館 開館時間：9時～16時30分 ☎22-1696	保：荏崎市営体育館 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 穂：穂坂自然公園 4月～11月：9時～17時 ☎FAX37-4362 保：荏崎市保健福祉センター 開館時間：8時30分～17時15分 ☎23-4310 FAX23-4316	○乳幼児の健診 持物：母子健康手帳、バスタオル、 保険証、印章 ○子育て教室 持物：母子健康手帳、筆記用具など ○育児健康相談等 持物：母子健康手帳 ○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.9

Report

新体育館建設現場では中央公園側のサブアリーナに屋根の鉄骨がかけられ、2台稼働していた大型クレーンは残り1台となりました。

ウェルネスストリートは、メイン・サブのアリーナをはじめ、トレーニングルームやマルチスタジオなどすべての部屋に面する施設のメイン動線です。自然光が差し込む吹き抜けになっていて、利用者同士の交流や休憩ができるスペースが配置される計画です。

来月号では新年の幕開けにふさわしい新体育館特集を企画していますのでご期待ください。

■問い合わせ 教育課 スポーツ施設整備担当 ☎45-7257



空撮



ウェルネスストリート



Q. 内科で3週間程入院し、ほとんどベッド上で動けなかったのに膝の痛みが強くなりました。どうしてですか？

A. 骨も軟骨も壊されては修復されを繰り返しています。修復されるには酸素と栄養が必要です。骨には神経や血管があるのでそこから運ばれてきますが、軟骨には神経も血管

も存在しません。ではどうやって栄養をもらっているのでしょうか？実は軟骨は関節液から栄養をもらっています。正常な関節はごくわずかな関節液しかありません。その少ない関節液を、関節を動かすことによって隅々まで運んでいるのです。そのためほとんど動かさないでいると軟骨の修復が十分できず痛みの原因となります。また動かさないことで自分の体が関節液が足りないと認識し、滑膜という組織で関節液を過剰に作ってしまい関節に水が貯まり、痛みや発熱の原因となります。病气や怪我であまり動けない人でも動かせるところは動かして関節痛の予防をしていきましょう。



アドバイザー 荏苒市立病院
整形外科 小川 知周 先生

消費生活相談

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。

**きっかけは訪問購入？
犯罪まがいの深刻な
トラブルにご注意を！！**

●購入業者が自宅に来て物品
を買い取るという訪問購入
で、ふと目を離した隙にネ
ックレスやダイヤの指輪な
ど大切な貴金属が業者に持
ち去られたというトラブル
が寄せられています。



- ★突然訪問してきた購入業者は決して家に入れないようにしましょう。
- ★購入業者から電話がかかってきても、安易に訪問を承諾しないようにしましょう。
- ★購入業者の訪問を承諾した場合は、一人では対応しないようにしましょう。

～国民生活センターより～

**困ったときは、
荏苒市消費生活相談窓口か188に
ご相談ください**

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
- ・土曜・日曜・祝日 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

受付時間 (※共通) ・・・平日 午後7時～翌朝午前7時
・・・土曜 午後3時～翌朝午前7時
・・・日曜祝日および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。

●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

文化ホールインフォメーション

TOKYO ELECTRON NIRASAKI ARTS HALL

◆【ワークショップ】 レセプションист講座

12月15日(日) 14:00～16:00

大ホール 参加費：500円(税込)

募集：20名 対象：18歳以上

講師：角屋里子

おもてなしの心でお客様をお迎えし、
ご案内するレセプションistのお仕事
に、あなたも挑戦してみませんか？

申込期間：12月12日(木)まで

【電話、窓口】

※先着順・定員に達し次第締切

◆クリスマスロビー コンサート

12月22日(日) 14:00開演

エントランスホール

入場無料・事前申込不要

出演：CANDY (ピ

アノ、ウッドベース)

定番のクリスマス曲

をお楽しみくださ

い。ジャズファンに

もおススメです！

※座席のご用意には

限りがあります。



◆【親子ワークショップ】 アートワークショップ ぺたぺたリレーでカードづくり

2月24日(月・振休) 14:00～15:30

会議室 定員：親子30名(6歳以上)

参加費：1人500円(税込)

申込み：12月7日(土) 10:00より

講師：なおやマン

「表現すること」が重要視される現
代、コミュニケーションは相手の思い
を「受け取る」ことがとても大切で
す。ものづくりを通して、言葉を介さ
ずに相手の思いを「受け取ること」
「想像すること」「面白がること」を
体験してみましょう。

◆荏苒市制施行70周年記念公演 “MOS”ライブ～百折不撓～

3月9日(日) 14:00開場 15:00開演

大ホール

チケット：一般/4,000円

U25/2,000円 U12/500円(各税込)

※3歳未満膝上無料お席が必要な場合有料

※音響使用のため気になる方には耳あ

て等のご用意をお勧めします。

発売日：12月14日(土) 10:00より

出演：“MOS”、荏苒高校吹奏楽部
“MOS”とは、-Music Omotenashi
Sisters (ミュージック おもてなし シ
スターズ)-の略で、ブラス&ダンス
を融合させたブラダンというパフォー
マンスで世界を魅了する4人組管楽器
ガールズグループ。米オーディション
番組「America's Got Talent」では
セミファイナルへも進出し、日本のみ
ならず海外でも注目を集めている。
テナーサクスの Lotta(ロッタ)は荏
苒市出身・荏苒高校吹奏楽部OG。



チケットのお求め・お問い合わせ

東京エレクトロン荏苒文化ホール

☎20-1155 ☎22-1919

受付時間：8時30分～17時15分

休館日：2日、9日、16日、23日、29日～31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。

子育て支援センター に★ちびインフォメーション

妊婦さん&0歳児ひろば(要予約・参加費無料)

産後ママのくつろぎスペースで
す。身長・体重測定、子育て相
談ができます。抱っこやおんぶ
の方法についても知ることがで
きます。プレパパプレママ大歡
迎です！



■日時 12月19日(木)
妊婦さん&0～5か月児 10時～12時
6～12か月児 13時～15時

■場所 ニコリ2階に★ちびイベントスペース

に★ちび公式ホームページ

【URL】https://nirachibi.jp



こぶし号 老人福祉センターバス(12月巡回日程)

荏苒地区 9日(月)・17日(火)・26日(木)

穂坂町、権現沢、上の原、上今井、原、長久保

2日(月)・10日(火)・18日(水)・27日(金)

穂坂町、日の城、三之蔵、三ッ沢上下、飯米場、柳平

宮久保、鳥の小池

3日(火)・11日(水)・19日(木)

藤井町・中田町・穴山町

4日(水)・12日(木)・23日(月)

円野町・清哲町・神山町

5日(木)・13日(金)・24日(火)

旭町・大草町・龍岡町

6日(金)・16日(月)・25日(水)

●シニアカレッジ 20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。

■問い合わせ
老人福祉センター (☎22-6944/ ☎22-6980)