

インフォメーション Information

お知らせ

平成31年成人式のご案内

成人される皆さんの輝かしい門出をお祝いするため、成人式を実施します。

日時

1月13日(日)

受付 12時30分から
式典 13時30分から

場所

東京エレクトロニック
葦崎文化ホール・大ホール

・式典終了後、記念撮影、成人式実行委員会企画によるイベントを開催します。
※家族席もあります。

問い合わせ

教育課 生涯学習担当

(内線267)

空き店舗・空き事業所の有効活用を図りませんか?

市では、市内にある空き店舗や空き事業所を有効活用し、地域経済の活性化を図るため、現在使われていない店舗等を利用したいと考えている方にお貸しいただける方を募集しています。市ホームページ記事の「空き店舗・空き事業所情報」(http://www.city.nirasaki.lg.jp/)

docs/2018081400013)の情報を掲載し、広く情報発信を行いますので、登録を希望される方は、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ

産業観光課 商工労政担当

(内線216)

環境

「二つのエコ情報」発行

年3回(7月・11月・3月)ごみや資源物リサイクルに関する広報紙を全戸配布しています。11月号は、10月7日開催の「武田の里フェスタ・葦崎」で、「ごみ処理の有料化など」について来場者に行ったアンケート結果や、ごみ減量アクションプランの直近の状況などを掲載しています。詳しくは広報と一緒に配布された「二つのエコ情報」をぜひご覧ください。バックナンバーはホームページ(http://www.city.nirasaki.lg.jp/docs/2016072700012)に掲載しております。

問い合わせ

市民生活課 生活環境担当

(内線131・132)

保健・福祉

乳がん・子宮がん検診、人間ドック、脳ドックの受診券の受付は12月21日まで!

乳がん・子宮がんは早期に発見すれば治療が可能ながんです。自分のため、家族のために年に一度は検診を受けましょう。

対象者

- ・乳がん検診 25歳以上の方
- ・子宮がん検診 21歳以上の方
- ・人間ドック 葦崎市国民健康保険に加入する40歳から74歳の方で、平成30年度の総合健診を受診されていない方

脳ドック

50歳以上の方で平成29年度に脳ドックを受診されていない方

受付期間

12月21日(金)まで

受付場所

保健福祉センター

持ち物(受付時)

- ・健康保険証
- ・自己負担金

乳がん

1,000円

子宮がん

2,000円

(※70歳以上は無料)

問い合わせ

健康づくり課 健康増進担当

(保健福祉センター内)

☎23・4310

あなたのやさしさを!

献血にご協力ください

手術や治療で輸血を必要とする方が増加する一方で、少子高齢化の影響などにより、特に若い世代の献血者数が減少傾向となっています。献血は身近にあるボランティアです。多くの皆様のご理解とご協力をお願いします。

日時

12月21日(金)

10時～11時30分

12時45分～15時30分

会場

市役所庁舎東駐車場

問い合わせ

山梨県赤十字血液センター

☎055・2511・5891

葦崎市献血推進協議会

(保健福祉センター内)

☎23・4310

介護者のつどいを開催します

「介護者のつどい」は、介護者同士が集う場です。日頃の介護相談だけでなく、介護者ご自身の健康面にも目を向ける内容になっています。ぜひご参加ください。

日時

12月25日(火)

13時30分～15時30分

場所

市民交流センター

講師

二コリー階 会議室
介護者の健康について
訪問看護ステーション

ほつとほつと葦崎

齋藤 弓子所長

※希望者は個別相談可

※オレンジカフェ・虹(認知症カフェ)と合同開催

対象者

在宅介護をされている方、介護に興味のある方、介護関係者

定員

10名(要申込・先着順)

参加費

100円(カフェ利用料)

問い合わせ

長寿介護課 介護支援担当

(地域包括支援センター)

☎23・4313

☎23・4316

相談

冬のEye愛ひとみ相談会

お子さんの見え方について

不安を感じている方、成人されてから目に障がいを持ち悩んでいる方、視覚に課題があるお子さんを指導されている先生など、見え方や目のことでお悩みの方は、お気軽にご相談ください。

日時

12月8日(土)、9日(日) 10時～15時

※1件につき約1時間の相談

場所

山梨県立盲学校

(甲府市下飯田2・10・2)

内容 見え方や目のことについて全般。主に支援、教育、学習、進路についての相談。



【材料(4人分)】
 ・プレーンヨーグルト 1パック
 ・りんご 1個
 ・砂糖 大さじ6
 ・レモン汁 小さじ2

濃厚で美味しー! 「水切りヨーグルトのりんごソースかけ」
 ご存知ですか?
 ヨーグルトから出てくる水分は、乳清(ホエイ)というもので、たんぱく質やカルシウムが豊富に含まれ、味噌汁やスープに混ぜる、酢の代わりに活用するなど、用途は様々です。また、水切りをすることで酸味が和らぎ、ヨーグルトが苦手な方も食べやすくなります。

【栄養量(1人分)】
 エネルギー 73キロカロリー
 食塩相当量 0.4グラム
問い合わせ
 健康づくり課 健康増進担当
 ☎23・4310

知って! 食育ひろば — 食改推の簡単レシピ! —

【作り方】

- ①プレーンヨーグルトはキッチンペーパーを敷いたザルにあけ2時間くひと晩、水分を切る。(出た水分は活用できるので捨てない)
- ②りんごは2〜3mmの大きさに細かく切り鍋に入れる。
- ③砂糖・レモン汁を加え弱火で柔らかくなるまで煮て冷ましておく。
- ④器に水切りヨーグルト・りんごの甘露を盛り付け完成。

■対象 乳幼児から成人まで(本人、保護者、支援者等、どなたでも)

■参加料 無料

■申込 12月6日(木)までに電話で申し込みをお願いします。受付時間は平日9時から17時まで。

■申し込み・問い合わせ
 山梨県立盲学校(吉田)

☎055・226・3361
 ☎055・226・3362

募集

裁判員制度 訪問説明会(出前講義)

裁判官や裁判所職員などが皆さんの企業や学校、地域の集まりなどに出向いて、裁判員制度について説明し、裁判員裁判に関する疑問に分かりやすくお答えします。

■時間 1時間程度
 (平日10時〜17時の間)

■場所 希望の場所

■対象 県内の企業、学校、PTA、自治会等の団体等

■人数 概ね10名程度から

■費用 無料

■申し込み・問い合わせ

甲府地方裁判所事務局 総務課
 ☎055・235・1133
<http://www.courts.go.jp/kofu/>

募集

「国の教育ローン」(日本政策金融公庫)のご案内

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さん1人につき350万円以内を、固定金利(年1.78%〔平成30年11月12日現在〕)で利用でき、在学期間内は利息のみのご返済とすることができま。詳しくは「国の教育ローン」で検索していただくか、コールセンターへお問い合わせください。

■問い合わせ

教育ローンコールセンター
 ☎0570・008656
 (ナビダイヤル)
 ☎03・5321・8656

イベント

冬至は「ゆず湯」でぽっかぽか

韮崎市老人福祉センターで

は、12月22日の冬至にちなんで、ゆず湯を実施します。ゆず湯は血行促進および、神経痛、腰痛等を和らげる効果がありますので、ぜひご利用ください。

■実施期間

12月17日(月)〜22日(土)

■開館時間

9時30分〜16時30分

■入浴時間

9時30分〜15時30分

■問い合わせ

韮崎市老人福祉センター
 ☎22・6944

韮崎工業高等学校 太鼓部

コンサート(入場無料)

韮崎工業高校太鼓部は、年間35件以上の校外演奏をしているほか、今年度は山梨県代表として2つの全国大会に出場することができました。日頃、ご声援とご協力をいただいている皆さんへ感謝の気持ちを込めて活動の成果を発表します。

■日時 1月14日(月・祝)

13時30分開場 14時開演

■会場 東京エレクトロン

韮崎文化ホール・大ホール

■問い合わせ

山梨県立韮崎工業高等学校
 ☎22・1531
 (太鼓部顧問 佐藤)

(有料広告)

短期入所生活介護

ショートステイ 韮崎大

自宅にこもりきりになりがちな利用者様の孤立感の解消や、心身機能の維持・回復だけでなく、ご家族様の介護の負担軽減などを目的としてご利用頂けます。

お気軽にお問合せ下さい

〒407-0025 韮崎市栄1丁目7番46号
 Tel 0551-45-6452 Fax 0551-22-0634

●市の人口 11月1日現在	(前月比)
男 14,866人 (うち外国人255人)	24人減
女 14,947人 (うち外国人287人)	21人減
計 29,813人 (うち外国人542人)	45人減
世帯数 12,719世帯	7世帯減

●国民健康保険より

11月に韮崎市国民健康保険で支払った額(保険者負担額)は、141,622,843円(前年同月比0.96%減)で、1人あたりの保険者負担額は、20,606円(前年同月比3.34%増)でした。引き続き健康に気をつけ医療費の節約にご協力ください。