

広報

にらさき

10

2005 October
NIRASAKI

A PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

No.693 (平成17年10月号)

- 発行/韮崎市 〒407-8501 山梨県韮崎市水神一丁目3-1
- 編集/企画財政課企画財政室・印刷(株)サンニチ印刷・毎月1日発行
- TEL/0551-22-1111 FAX 0551-22-8479
- URL/http://www.city.nirasaki.lg.jp

もくじ

国保特集	P 2~
パブリックコメント制度を創設	P 6
武田勝頼公新府入城祭り	P 7
武田の里文化祭・入選者	P 9
くらしの情報	P12~

みんなのひろば	P15
図書館だより	P16
児童センターで遊ぼう	P17
健康カレンダー	P18
ズームアップ	P20

~楽しくコツコツ貯筋しよう~ いきいき貯筋クラブ

運動と仲間との集いが若返りの秘訣です。
デンマーク体操でみなさんも貯筋してみませんか？



(清哲会館にて)

いつも笑顔で健康づくり

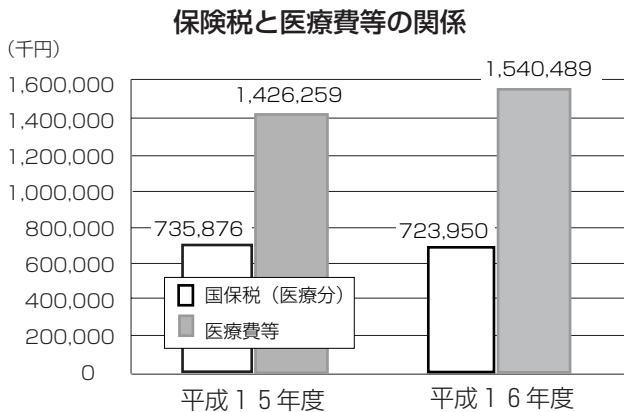
10月は
国保強調
月間です。

～あなたの健康を国保がつくる、国保が守る～

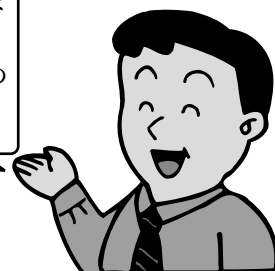
皆様一人ひとりが支払う保険税が、どのように利用されているかご存じですか？ 皆様が医療機関等にかかった時に医療費の一部負担金（3割）を支払いますが、残り（7割）は国保から支払われています。その支払う財源が保険税で賄われています。

医療費は年々増大しており、保険税が不足すると、十分な給付が提供できなくなります。

国保に加入している方は、「給付を受ける権利」があると同時に「保険税を支払う義務」があります。保険税は忘れずに納期限までには納付しましょう。



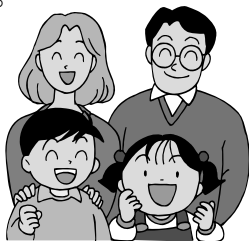
医療費の47.0%（H16）（前年対比△4.6%）が皆様の支払う保険税で賄われています。年々保険税の収入と医療費の差は広がっています。



保険税の決まり方

その年に予測される医療費から、国などからの補助金と自分達が病院などで支払う一部負担金の額を差し引いた分が保険税として賄うべき総額となります。

この総額を保険税として加入世帯の所得、資産、世帯の加入者数などに応じて振り分け公平に負担するように決められます。



区分	所得割 (加入者の所得税)	資産割 (固定資産税額)	均等割 (1人あたり)	平等割 (1世帯あたり)
医療分	6.5%	30%	16,500円	18,000円
介護分	0.8%	5%	6,000円	5,000円

(例) 夫 43歳、妻 42歳、子 10歳、3歳

(夫の所得300万円、妻の所得50万円、固定資産税額6万円)

医療分

所得割 3,500,000円 - 660,000円 = 2,840,000円 × 6.5% = 184,600円
 資産割 60,000円 × 30% = 18,000円 ※基礎控除 330,000円 × 2人 = 660,000円
 均等割 16,500円 × 4人 = 66,000円
 平等割 18,000円

介護分

所得割 2,840,000円 × 0.8% = 22,720円
 資産割 60,000円 × 5% = 3,000円
 均等割 6,000円 × 2人 = 12,000円
 平等割 5,000円

合計

〈医療分〉 〈介護分〉
 268,600円 + 42,700円 = 311,300円
 (医療、介護分それぞれ100円未満切捨て)

〈介護第2号被保険者（40歳以上65歳未満）の方が対象〉

※40歳以上65歳未満の方（第2号被保険者）は、介護保険料も合わせて納めます。

※保険税の限度額は、医療分53万円、介護分8万円です。

年度途中で加入したり、やめたりした方の保険税ってどうなるの？

退職して会社の健康保険の資格がなくなったり、他市町村から転入してこられた方で、他の健康保険に加入していない方は、届出日にかかわらず、退職した日の翌日又は転入した日から、国民健康保険の被保険者となりますので、必ず14日以内に加入手続きをしてください。

この場合、保険税も届出日に関係なく、被保険者と

なった日から月割りで算定されます。（加入月は課税されますが、資格喪失月には課税されません。）

また、被保険者間の負担の公平を図り、国民健康保険事業の運営に必要な財源を確保するため、加入届が遅れた場合でも保険税は最大3年間分さかのぼって納付していただきます。

**保険税の納付書は1年に2回お送りしています。
(国保の納税通知書は、5月と8月の2回に分けて送付されます)**

保険税の税率や所得割（前年中の所得額を基礎として算定されます）は保険税の通知書を送付する5月の時期にはまだ決定されていません。そこで、暫定的に前年度の保険税のおおよそ1/3の額を保険税として納めていただきます。（仮算定）（2回に分けて納付）

8月には、その確定した税率、所得額をもとに算定し当該年度の保険税を確定し、5月に送付した暫定の保険税を差し引いた額で通知します。（本算定）（4回に分けて納付）

保険税は世帯主の方の名前で送付されます。

国保では一人一人が被保険者ですが、加入は世帯ごとになります。もし世帯主本人が会社の健康保険に加入していて、国保の加入者ではない場合でも、保険税の納付義務は世帯主にありますので通知書は世帯主にお送りします。

（各納期限）

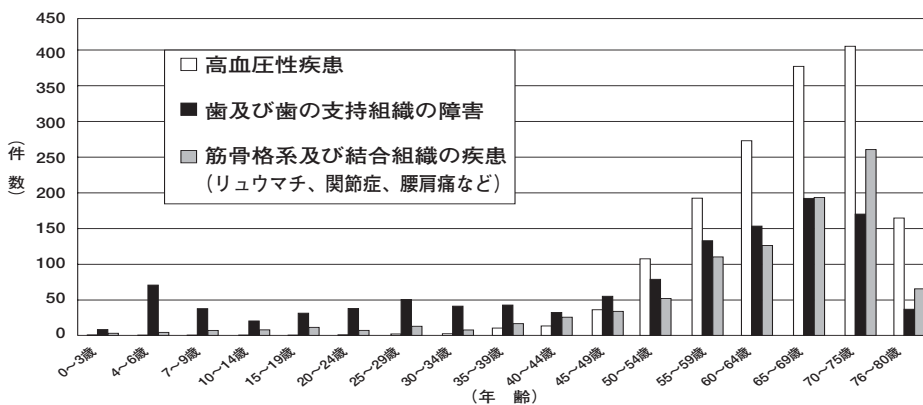
第1期	5月31日	第4期	10月31日
第2期	6月30日	第5期	11月30日
第3期	8月31日	第6期	1月31日

お問い合わせ
税務室市民税係（内線152・153・154）

疾病の状況

（国保加入者が平成17年5月に医療機関にかかった入院外の疾病原因（上位3））

高血圧性疾患の件数が一番多く、特に50歳以上においてその伸びが顕著になっています。また、歯及び歯の支持組織の障害では、高齢層ではもちろん、若年層において発症しています。

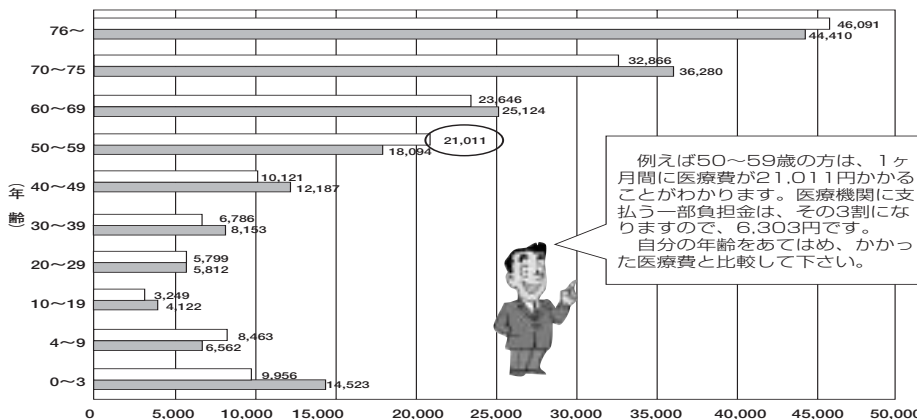


実践しよう健康づくり

50歳前後から疾患が増加することがわかります。高齢になっても自立し、心身ともに質の高い豊かな生活を送るためにも、「栄養」・「運動」・「休養」の調和を図るなど生活習慣を見直すことが大切です。「にこにこ健康づくり教室」では、そんな思いを持っているあなたにぴったりの健康づくりをサポートしています。

一人当たり医療費

（一人当たり1ヶ月間にかかった医療費）



例えば50~59歳の方は、1ヶ月間に医療費が21,011円かかることがわかります。医療機関に支払う一部負担金は、その3割になりますので、6,303円です。自分の年齢をあてはめ、かかった医療費と比較して下さい。

ゆるゆるにこにこなまきよりお知らせ
9月3月の毎週
水曜日 午前中
木曜日 午前中
水曜日 午後2時まで
プールにつきましては、一般の利用は出来ませんのでご協力下さい。

毎日歩いて健康づくり

～ウォーキングの輪・友達の輪～

知っていますか？老化は足から始まります。日常生活が便利になったことで、現代人は慢性的な運動不足になりがちです。そこで国保医療係では無理のない運動や体操で、楽しく健康づくりが出来る事業を各種開催しています。その中のひとつ、「ウォーキング教室」は平成17年6月から10月までの計6回にわたって行っており、毎回80名以上の方が参加するほど人気の教室です。

この事業は、体育指導員、食生活改善推進委員、NPO 葦崎スポーツクラブのご協力をいただいております。

内容は、毎日ウォーキングを実践しながら、自分で記録をつけることによって、どのような効果が出たかを評価していくというものです。

現在、スタート時に行ったウォーキング教室から早いものでもうすぐ4ヶ月が経とうとしています。参加された方にどのような良い効果が出たか、途中経過についてお知らせします。



ウォーキングは体にいいこといっぱい！

高血圧を予防します

筋肉のすみずみまで血液が行きわたり、血液の循環が良くなるため、高血圧の予防になります。

糖尿病を予防します

血糖値の上昇を防ぎます。血液中の血糖の消費量が高まることにくわえ、血糖値を下げるインスリンの働きも盛んになるためです。

肥満を予防します。

歩くことは、体の脂肪を燃やす有酸素運動。また加齢や運動不足による基礎代謝の低下を抑えるので、太りにくいからだづくりができます。

骨折を予防します

骨を丈夫にし、骨を支える筋肉も鍛えられます。高齢の方でも転びにくい下半身を作り、寝たきりの原因となる大腿骨の骨折の防止に役立ちます。



仲間といっしょに楽しく歩いて、ストレス解消！

現在市では、楽しめるウォーキングマップ（歴史、史跡巡り、森林浴、絶景スポットコースなど）各町2コースを作成しております。各戸配付をいたしますので、いろいろな活動に利用しましょう。

ウォーキング教室参加者の声



みんな笑顔で、やる気満々でがんばりました。



さあ元気にイチ、二、イチ、ニ！

57
歳

女性

沢田先生にウォーキングの基本をご指導いただき、足の運び方、腕の振り方、呼吸法等、本当に“目からウロコ”でした。また記録をつけるようになって、体重は2kg位、体脂肪も1～2%減少しました。血圧も少しづつ下がっています。そして何よりも同じ目的を持った友達と知り合えたことが嬉しいです。

ウォーキング教室に参加して本当に良かったと思います。始めは歩くのが億劫でしたが、だんだん慣れるにつれて、歩くことが楽しく感じるようになってきました。また、歩く度にシャツやズボンを妻に洗濯してもらい、妻の協力も絶対に必要だと痛感しました。妻に感謝しています。

70
歳・
男性

毎日40～50分を目標に歩きました。以前は動かないことで身体が非常に固く、肩こり、腰痛、便秘に苦しみました。しかし現在は、その様な症状はなくなり、身体も軽く、疲れもなくなりました。ウォーキングの目標も少しづつですが達成しています。目標を持った生活をする事の喜びを知った気持ちです。

69
歳

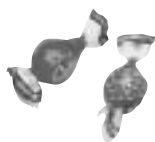
女性

●これがあると安心・便利

ペットボトルホルダー
こまめに水分を
補給しましょう。



アメ玉、おまんじゅうなど



果物

リンゴなどの果物には、塩分(ナトリウム)を体内から放出するカリウムが豊富です。

糖尿病予備軍と診断されている人や血糖値を下げる薬を飲んでいる人は、甘いものを携帯するとよいでしょう。血糖値が下がりすぎるのを防ぎます。

国保医療系では、来年度もウォーキング教室を予定しています。その際は、広報等でお知らせしますのでぜひご参加下さい。

●歩くときの注意

- ★汗をかいて水分が体内から出ると、血液の粘度が上がってしまいます。歩く前にはまず水を1杯。歩いているときもこまめに水分補給をしましょう。
- ★外が寒いときは身支度をしっかりと。急激な温度変化は禁物。
- ★かなり血圧が高い人は、医師に相談してから歩きましょう。
- ★血糖値を下げる薬を飲んでいる人は空腹時に歩くのは禁物です。バナナを1本食べたり、ジュースを1杯飲むなど、おなかに何か入れてから歩きましょう。
- ★血糖値が高い人は、医師に相談してから歩きましょう。

「いきいき貯筋クラブ」
後期参加者募集中

いよいよ11月から後期の貯筋クラブがスタートします。前期では「体が軽くなった」「仲間と一緒になので体操が続けられる」「仲間との出会いがうれしい」などの感想があり、体も心も若返った方がたくさんいます。後期は5会場を実施します。みなさんでコツコツ貯筋してみませんか？

内容 おたっしや健診21・デンマーク体操(健康体操)など

会場 穂坂町、穴山町、円野町、中田町、旭町 各地区公民館 これらの地区以外の方も参加可能です。

日程 月1回5ヶ月コース

初回開催日(2回目以降の日程は1回目にお知らせします) 穂坂町(11月4日) 穴山町(11月7日) 円野町(11月11日) 中田町(11月14日) 旭町(11月18日)

時間 午前9時30分～11時30分(初回のみ9時～)

持ち物 水分補給できるもの(ペットボトル、水筒など)、ある方は室内用運動靴

体操ができる服装で参加してください。

申込み・お問い合わせ 荑崎市在宅介護支援センター

☎ 23-4313

あなたの声をお聞かせください。 パブリックコメント制度を創設

市では、「市民との協働のまちづくり」をキーワードに、「市民提案カード」等により、市民の皆さんの声を施策に反映させるための仕組みづくりを進めてきました。

しかし、より一層、公正で透明性の高い行政運営を進めるため、市民の皆さんに行政運営に参画していただき、市民と行政が一体となった行政運営を行う必要があります。このため、計画の段階から市民の皆さんの意見を伺い、各種施策などに反映させるための仕組みとして「パブリックコメント制度」を創設しました。

今後、市で基本的な計画などをつくる時には、市ホームページ、市役所の情報公開コーナー、各担当課窓口などでその素案を公開しますので、皆さんのご意見をお寄せください。

パブリックコメント制度とは

「パブリックコメント制度（市民意見提出制度）」とは、市が、市民生活に広く影響を及ぼす市の基本的な政策（計画や条例）などを決める際に、事前にその案を公表し、その案について市民の皆さんから意見を求めるとともに、寄せられた意見を施策に生かせるか検討し、その結果と市の考え方を公表する制度です。

詳しくは、市ホームページ

(<http://www.city.nirasaki.lg.jp>)をご覧ください。

問合せ 企画財政室（内線322・323）

皆様のご意見を募集します ○パブリックコメント募集

案 件 名	蕪崎市行政改革大綱(素案) について
意見募集期間	平成17年9月22日(木)～10月23日(日) 午後5時まで
意見募集内容	市では、より一層簡素で効率的な行財政運営を行っていくために「新行政改革大綱」を策定することといたしました。 今後は、この大綱を基本に市民の皆さんとともに、福祉の向上と個性的で魅力的なまちづくりに取り組んでいきます。 この大綱(素案) について、市民の皆さんの意見を募集します。
提出方法	郵便・ファクシミリ・電子メール、又は直接企画財政室の窓口へ提出してください。 ※様式は任意ですが、住所・氏名・連絡先は必須 (これらの明記のないものは、受付出来ません。)
公表内容	蕪崎市行政改革大綱(素案)
公表場所	市ホームページ・情報公開コーナー(市役所1階)・企画財政室(市役所3階)
提出・問合せ先	〒407-8501 (住所記載不要) 企画財政室(内線322・323)・FAX22-8479 E-mail kikaku@city.nirasaki.lg.jp

指定管理者を募集します

市では、平成18年4月より指定管理者制度を導入します。そこで、次の施設について希望者を募集します。
 平成15年6月の地方自治法改正により、公の施設の管理を民間事業者などに行わせる指定管理者制度が設けられました。この制度は、公の施設の効率的な管理や利用者へのサービス向上を図りながら財政の健全化に資することが目的です。
 いずれの施設も、応募にあたり募集説明会及び現地見学会に必ず参加していることが、条件になります。

蕪崎市文化ホール

募集要項の配付期間	10月 7日(金)～11月 4日(金)
募集説明会及び現地見学会	10月14日(金) 午後1時30分 蕪崎市文化ホール 会議室
応募受付期間	11月 7日(月)～11月11日(金)
募集要項の配付、問合せ先	市教育委員会生涯学習推進室 (内線221・222)

蕪崎市老人福祉センター 大草デイサービスセンター 穴山デイサービスセンター

募集要項の配付期間	10月 7日(金)～11月 4日(金)
募集説明会及び現地見学会	10月18日(火) 午後1時30分 蕪崎市老人福祉センター 会議室
応募受付期間	11月 7日(月)～11月11日(金)
募集要項の配付、問合せ先	福祉保健課福祉室 (内線136・137)

「武田勝頼公新府入城祭り」

10月9日（日）開催



武田の里まつり「武田勝頼公新府入城祭り」を本年は、10月9日（日）に実施します。

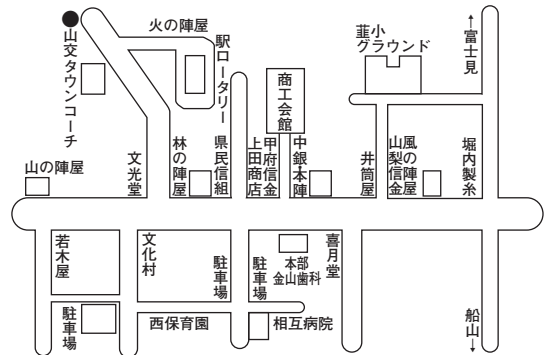
本陣・各陣屋を本町通り・駅前中央通り沿いに配置し、「新府城」・「武田勝頼公」にスポットをあてた市民総参加型の一大イベントとして、本年も開催します。

当日は、本町通りと駅前中央通りが交通規制区間となり、戦国時代風に見立て、

パレードや時代絵巻行列、また、本陣を始め、各陣屋（4ヶ所）では、武田家と初縁のある都市との交流、昨年大好評だった「武田の里スタンプラリー」、その他各ミニイベントなど多数実施します。

ご家族、お友達おそろいで歴史とロマンに彩られた私たちのふるさと「武田の里」を一日満喫してみませんか。

日	時	10月9日（日）11：00～16：00
会	場	本町通り・駅前中央通り
パ	レ	市内小中学校他各種団体・時代絵巻行列・愛知県新城市設楽原鉄砲隊・信玄ロック隊
歩	行	各商店会・各種団体出店・フリーマーケット等
本	陣	武田勝頼公軍団入（出）陣式
陣	屋	スタンプラリー・お楽しみ大抽選会等
問	い	武田氏関係都市交流広場・太鼓披露等
合	わ	商工観光室観光係（内線243）



就学時健康診断のお知らせ

教育委員会では、来年4月小学校へ入学される者（平成11年4月2日～平成12年4月1日生れ）を対象に健康診断を実施します。保護者の方は対象者を必ず受診させますようお願いいたします。

なお、保護者の方には、既に通知を送付してあります。通知が届いていない場合は、教育委員会までご連絡をお願いします。

1 日時等

小学校区	日程及び実施時間等	
北西小学校区 甘利小学校区	10月19日（水）	受付時間 午後1時～1時30分まで (時間厳守でお願いします)
葦崎小学校区 穂坂小学校区 北東小学校区	10月20日（木）	実施時間 午後1時～3時30分

2 場 所

葦崎市文化ホール（葦崎市藤井町坂井205番地）

3 検査項目

内科・眼科・歯科・視力・聴力・言語・知能検査等

問合せ先

学校教育室（葦崎市教育委員会）（内線212・214）

市では、このほど財団法人自治総合センター「平成17年度コミュニティ助成事業」の助成を受け、折りたたみテーブル・椅子、移動ステージ及びベンチを購入しました。

地域のコミュニティ活動にご利用ください。



宝くじの助成により折りたたみ椅子等を購入しました。

「不法投棄防止監視協力員」募集!

ごみを平気で捨てる心無い者が後を絶たない現状に、市では、市民ボランティアによる「不法投棄防止監視協力員」の登録制度を定め、廃棄物の発見時に通報をお願いするとともに、不法投棄防止および早期発見による投棄者への処罰を含む迅速な対応を計画しています。

★不法投棄防止監視協力員の登録資格は、次のとおりです。
1. 葦崎市民であること。(市外への転出のときは抹消します。)

2. 満20歳以上の者。

3. 登録期間は2年とし再登録を妨げない。(本人の申し出又は職権により登録を抹消することができる。)

4. 活動に熱意があり、自ら範を示せることができる。

5. 協力員としてふさわしくない者は、登録することができない。

6. 協力員としての活動に関わる報酬、費用弁償、補償等は、一切支払わない。

★活動内容

① 日常生活の中で、市内における不法投棄物及び不法投棄を発見したときは、市役所市民生活課環境室に連絡する。

② 不法投棄の防止に関する普及啓発を行うこと。

○ 一般公募及び地区推薦

○ 募集定員 100名

○ 募集期間 10月1日から10月31日まで

○ 申し込み 葦崎市役所環境室ホームページ

<http://www.city.nirasaki.lg.jp/html/> 又は環境室窓口にて申請書へご記入ください。なお、詳細については環境室までお問い合わせください。

お問い合わせ 環境室 廃棄物対策係(内線123)

障害者福祉のお知らせ

心身障害児(者)年金 受給申請

市では、心身障害者の方に独自の制度として、毎年一回心身障害児(者)年金を支給しています。まだ申請がお済みでない方は、申請期間中に福祉室障害者福祉保護係へ申請してください。

なお、毎年申請ではありませんので、既に申請のお済みの方は手続き不要です。

対象者

① 毎年度

10月1日

(基準日)

において

表1に該

当する18

歳以上で、

市内に住

所を有す

る在宅の

方。

② 毎年度

10月10日

(基準日)

において

表2に該

当する20

歳未満で、

保護者共

に市内に

住所を有

表1

手帳の種類	等級	金額
身体障害者手帳(赤)	1級・2級	4,500円
	3級・4級	2,000円
療育手帳(紺)	A	3,000円
	B-1	2,000円

表2

手帳の種類	等級	金額
身体障害者手帳(赤)	1級・2級	4,500円
	3級～7級	3,000円
療育手帳(紺)	IQがおおむね35以下の者(B-1以上)	3,000円

※複数に該当する場合は、いずれか高額のものになります。

申請書類 申請書・身体障害者手帳(赤)又は療育手帳(紺)・印鑑(認印可)・通帳(本人名義の口座・児童に) 局不可) 申請期間 10月11日(火) 10月末日

第9回障害者スポーツ大会開催

今年、第9回を迎える「障害者スポーツ大会」が10月29日(土)(雨天中止)に葦崎市営総合運動場(市営グラウンド)で開催されます。障害をお持ちの方々がスポーツを通じて、明るくたくましく日常生活を送れることを目的として開催されます。多くの皆様のご参加をお願いします。

種目 グラウンドゴルフ(午前10時開会)

参加資格 市内に居住する16歳以上で障害をお持ちの方

※団体以外、個人で参加希望の方は10月21日(金)までに申し込み願います。

申込み・お問い合わせ

福祉室障害者福祉保護係

(内線134・135)

障害を持った方への 理解を深めよう

県立あけぼの医療福祉センターでは、障害を持った方への理解を深めた方を対象に、意見交換の場を設けます。

障害を持った方へのボランティア体験を聞き、その後グループに分かれて「ボランティアってなんだらう」と言うテーマで意見交換を行います。

ボランティア体験を発表してくださる方、これからボランティアを行いたいと思っている方、また、障害を持った方への理解を深めたい方は、ぜひご参加ください。

日時 10月29日(土)午後1時30分～午後4時30分

場所 県立あけぼの医療福祉センター 会議室

申込み・お問い合わせ

あけぼの医療福祉センター

1 障害児(者) 地域療

育等支援事業担当 堀内

22-6111(内線22)

2)

忘れていませんか？ あなたのからだの点検 総合健診

市では、日頃健康診断を受ける機会のない方を対象に、市内各地区で総合健診を行っています。ご都合のよい会場を受診してください。また、10月16日(日)は混雑が予想されますので、10月18日(火)の市文化ホールもご利用いただけますようお願い致します。

健診日程

健診会場	開催日	受付時間(地区別)	
徳坂 コミュニティーセンター	10月 14日(金)	8:00~9:00	三之蔵・柳平・三ツ沢 上今井・長久保・原
		9:00~10:30	宮久保・飯米場・鳥の小池 権現沢・上の原・日の城
保健福祉 センター	10月 16日(日)	8:00~10:30	未受診者(市内全域)
大草公民館	10月 17日(月)	8:00~9:00	羽根・西の割・町屋
		9:00~10:30	若尾
市文化ホール	10月 18日(火)	8:00~10:30	未受診者(市内全域)

70歳以上の方は、全ての健診が無料で受けられます。

- 申込み方法 各実施日に、各会場で直接お申込みください。(問診票は、各会場に用意してあります。)
- 受付時間 午前8時~10時30分
- お問合せ 健康推進室 保健予防係 ☎23-4310

● 受診上の注意事項

胃がん検診と肝がん検診を受診される方は、受診日の前日の午後9時以降から健診が終了するまで、飲食等をしないでください。薬の服用については、かかりつけ医とご相談ください。
全ての検査を同日に受診してください。

検査項目

基本健康診査・歯科検診・胃がん検診・肝臓がん検診・大腸がん検診・前立腺検診・肺がん検診・(新)肺がんCT検診・骨粗しょう症検診・乳がん・子宮がん検診の予約
検査内容・個人負担金に關しましては、広報7月号、各戸回覧を参照いただくか、左記までお問い合わせ下さい。
お問い合わせ 健康推進室 保健予防係 ☎23-4310

麻しん・風しん 予防接種はお早めに

平成18年4月1日より予防接種法施行令の一部が改正され、麻しん・風しんの接種方法が変わります。それに伴い、現在の問診票は平成18年3月31日までしか使用できなくなります。既に問診票をお持ちで、未接種のお子様は体調の良い時に、早めに接種してください。

☆ 注意点

- 平成18年4月1日以降は麻しん・風しん混合ワクチンの接種となり、麻しん・風しん単独接種は法定外となります。
- 今まで、麻しんあるいは風しんの単独接種をどちらか一方でも接種されたお子様は、平成18年4月からの麻しん・風しん混合ワクチンは接種対象となりません。

※今まで麻しん(あるいは風しん)を受けた1歳以上7歳6ヶ月未満のお子様は、平成18年3月31日までに風しん(あるいは麻しん)の予防接種を、必ずこの期間に接種してください。

平成17年度肺がん・結核レントゲン検診

● 各地区巡回検診日程

検診会場	開催日時
徳坂町 柳平公民館 徳坂コミュニティーセンター 日の城公民館 三ツ澤公民館	10月 19日(水)
	9:30~10:10
	10:30~11:30
	13:30~14:10
大草町 若尾公民館 大草公民館 町屋公民館 保健福祉センター	10月 21日(金)
	9:30~10:20
	10:40~11:30
	13:30~14:10
保健福祉センター	10月 22日(土)
	9:00~11:30
	13:30~15:00

石綿(アスベスト) 関連のお知らせ!

市では、石綿(アスベスト)について、市民のみならず不安に対応する窓口を設置しました。

【健康に関する相談窓口】
健康推進室

(保健福祉センター)
☎23-4310

【住宅等に関する相談窓口】
建設室建築営繕係
(内線267・268)

結核は、早期の発見又は治療をすれば、決して怖い病気ではありません。症状等がなくても、年一回は必ず胸部レントゲン検診を受けましょう。
昨年度より総合健診時に受診が可能になりました。また、各地区を巡回する検診も行いますので、各検診会場を受診してください。
● 対象者 市内にお住まいの40歳以上の方で、勤務先・学校や医療機関などで胸部レントゲン検診を定期的に受けていない方(妊娠中又は妊娠しているとと思われる方は除く)
● 検診料金 無料
● 受診方法 受診票に必要事項を記入の上、必ず検診会場受付に提出してください。なお、受診票は検診会場にも用意してあります。
※年度内に一回の受診になります。(総合健診)のときに「肺がん結核レントゲン検診」を受診した方は、地区に巡回したときに受診出来ません。
お問い合わせ 健康推進室 保健予防係 ☎23-4310

ミツバチ腐蛆（ふそ） 病検査のお願い



ミツバチの腐蛆病の発生予防及び蔓延防止のため、腐蛆病検査を実施しています。ミツバチを飼育されている方は市役所若しくは西部家畜保健所までご連絡ください。

連絡先
農林室農務係(内線237)
西部家畜保健所 ☎22-0771

転入・転出等の届出の際に 本人確認を実施しています

第三者が、本人になりすまして虚偽の住民異動届を行う事例が全国的に増加しております。このような事態を未然に防止するために、住民異動届出の際には、身分証明書等の提示をしていただき届出者本人を確認していますので、ご協力をお願いいたします。

1. 身分証明書等の提示をしていただく届出
「転入届」「転居届」「転出届」「世帯変更届」
 2. 届書を提出するときは、本人確認のため、運転免許証・パスポート・住民基本台帳カードなど、顔写真付きの官公署発行の身分証明書をお持ちください。
 3. 官公署発行の身分証明書をお持ちでない場合も届出はできますが、届出の際には、社員証・年金証書・保険証・預金通帳など本人名義の書類を複数お持ちください。
 4. ご本人の確認ができなかった方に、後日届出があったことを郵便でお知らせする場合があります。
- ※戸籍届出(婚姻届・協議離婚届・養子縁組届・養子離縁届・転籍届)の際も本人確認を実施しています。
- お問い合わせ 市民室市民係(内線112・113)

「都市計画マスタープラン」 策定に向けた 『アンケート実施』 のお知らせ

市ではご案内のとおり、現在「葦崎市都市計画マスタープラン」の策定(見直し)に向けた取り組みを進めています。

策定にあたり、計画づくりの段階から皆さんのご意見を取り入れていくために、今月中にアンケート調査を実施いたします。

対象者は無作為に男女の各年齢層から抽出いたします。内容は都市計画から見た、今の葦崎市や皆さんの周囲の状況について、選択回答や意見などをうかがうものです。

アンケート用紙がお手元に届いた場合は、調査の趣旨をご理解頂き、ぜひご協力いただけますよう、お願いいたします。

お問い合わせ 都市計画室都市開発係(内線273)

「第11回 ブリーズ美術展」～峡北の美術家たち～

峡北地域は、豊かな自然・静かな環境・雄大な景観に魅せられ、多くの美術家の活動の場となっています。

今年も、峡北地域の特性を活かし、芸術分野で活躍している峡北在住の美術家たちの優れた作品を一堂に集めた「第11回ブリーズ美術展」を葦崎市文化ホール美術展示室で開催します。

絵画、彫刻、陶芸、書道等ジャンルを越えた一流の作品を是非ご鑑賞ください。

開催期間 11月16日(水)～11月30日(水)(月曜休館)

開催時間 午前10時～午後5時

(但し、土日及び祝日は午後7時まで)

開催場所 葦崎市文化ホール美術展示室

入場料 無料

主催 峡北広域行政事務組合(主管 ふるさと振興課)

後援 峡北圏域内各市町・各市町教育委員会・

山梨日日新聞社・山梨放送

問い合わせ 峡北広域行政事務組合

ふるさと振興課 ☎20-1354 ☎23-2012

*今回も葦崎市文化ホール館長岸ユキさんの作品も特別出品の予定です。

調査票の記入はお済みですか？

- 10月1日現在で平成17年国勢調査が行われています。
- 国勢調査は日本に住んでいるすべての人が対象となります。
- 10月上旬に、国勢調査員が、皆さんのお宅へ調査票を受け取りにうかがいます。
- 国勢調査員をはじめとする調査関係者には、守秘義務があり、調査の内容は保護されます。

調査票が届いていないときは、企画財政室開発調査係(内線324)にご連絡ください。





甲府都市圏交通実態調査 にご協力をお願いします

甲府都市圏の交通特性を把握するため、山梨県は韮崎市をはじめとした14市町村で、10月から11月にかけて人の動きに関する交通実態調査を行います。

この調査は、皆様が日頃の生活の中で、自動車、バス、鉄道などを利用してどのように移動しているか、人の動きの実態について調査するもので、今後の都市交通施策に活用する基礎資料を得るために行うものです。

対象 市内から無作為に選んだ約1,000世帯（対象となった世帯には、事前にハガキで連絡します。）

内容 平日のある1日に「どんな目的で、どんな交通手段で、どこに移動したか」などの方法 調査員が対象となった世帯を訪問して調査票へのご記入をお願いし、後日、調査

員が回収に伺います。

お問い合わせ 県土木部都市計画課 ☎055-223-1715

行政書士 無料相談会開催

遺言、相続、契約書、会社設立などの公の機関に提出する書類などに関する相談会を開催します。

日時 10月15日（土）午前10時～午後4時
会場 市民会館4階会議室
相談者 山梨県行政書士会

甲府北支部会員
※予約の必要はありません。
お気軽にどうぞ。

お問い合わせ 山梨県行政書士会 ☎055-237-2601

社会保険労務士 無料相談会開催

個人・事業主の方で、労働問題、年金・健康保険について、手続や請求方法などについての相談等の、労働に関する悩み、相談ごとをお持ちの方は遠慮なくご相談にご来場下さい。専門の社会保険労務士が相談に応じます。

※相談者の秘密は厳守いたします。
日時 10月16日（日）午前10

時～午後3時

会場 オギノリバーシティー ショッピングセンター（田富町）
お問い合わせ 山梨県社会保険労務士会事務局 ☎055-253-4004

中小事業所で働く方 無料健康相談

国からの委託事業により「地域産業保健センター」を設置いたしました。

医師による、中小事業所で働く方の健康相談を無料で行います。

- 健康診断結果の見方
- 生活習慣病の予防
- メンタルヘルス・テクノストレスのケア等
- 利用希望者は、電話・FAXにてご連絡下されば、最寄りの医療機関を紹介いたします。
- 申込み・お問い合わせ 甲府・中巨摩・北巨摩地域産業保健センター（韮崎市本町2-19-3 本町クリニック内）
☎・FAX 22-8741

労働保険の加入手続きはお済みですか

10月は労働保険適用促進月間です。

労働保険とは、雇用保険と労災保険とを総称した言葉で

あり、労働者を一人でも雇用している事業主は、原則として加入手続きを行わなければならないとされています。

加入手続きなど詳しいことは、ハローワーク韮崎までお問い合わせください。

☎22-1331 内線32番

働く女性に役立つ 法律の勉強会

日時 第1回 10月18日（火）午後1時30分～3時 第2回 10月19日（水）午後1時～2時30分 ※各回定員30名
場所 山梨労働局（甲府市丸の内1-1-11）

内容 男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、パートタイム労働法
申込み・お問い合わせ 山梨労働局雇用均等室
☎055-225-2859

法務局なんでも 無料相談所

法務局では、登記、戸籍、供託、人権擁護及び成年後見登記に関する事務等、住民の皆様方の生活に深く関係する事務を取り扱っております。

これらに関する事で、疑問に思っていること、不明な点、お知りになりたいこと等

日 月 火 水 木 金 土						
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

くらしの情 報

行事の詳しい内容は主催者にお問い合わせください。

10月17日(月)から23日(日)は行政相談週間
市の行政相談委員は石川公村さん(穂坂町)です。
市では、行政相談を定期的に行っています。行政相談委員はあなたの身近な相談相手です。行政に関して困ったことや知りたいことなど、どんなことでもけっこうですのでお気軽にご相談ください。
開催日 毎月第1～3月曜日
*祝祭日等により変更になる場合があります。
開催場所 市役所一階防災会議室
お問い合わせ 企画財政室企画政策係(内線322・323)

行政相談週間

がございましたら、法務局の職員、公証人がお答えする相談所を開設いたしますので、ご利用下さい。
日時 10月16日(日) 午前9時～午後3時30分
会場 甲府地方法務局4階会議室
※秘密厳守、事前予約等の手続は不要です。
お問い合わせ 甲府地方法務局 ☎055-252-7153

まちづくり学習会開催

私達のまちの美しく豊かな自然環境を守りながら、それを活かすまちづくりをすすめていくために・・・。
日時 10月12日(水) 午後2時30分～4時
場所 市民会館4階大会議室
内容 「地球環境と私たちの暮らし」
講師 五風十雨農場代表 向山邦史氏
申込み・お問い合わせ 市中央公民館 ☎22-1121

葦崎市生涯学習フェスティバル'05

「つたえよう! 学びのころ」をテーマに今年も生涯学習フェスティバルを開催します。ご家族、お友だち、ご近所の方々お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。
日時 11月13日(日) 午前9時～受付
場所 市文化ホール・大ホール

内容
○実践発表 「中田中條分館」
「葦崎北西小学校」

○朗読劇「葦崎の民話」発表

市内小学校児童

○記念講演
テーマ 「脳は若返る」
講師 浜松医科大学名誉教授 高田 明 和 氏
○芸術鑑賞
吹奏楽団 甲斐ウエストウインドアンサンブル
「あの日うたった歌」
問合せ 生涯学習推進室社会教育係(内線223)

成人式のお知らせ

平成18年成人式を次のとおり行います。
日時 平成18年1月8日(日) 受付 午後12時30分～1時15分
式典 午後1時30分
場所 市文化ホール・大ホール
案内状は、11月中旬に郵送します。なお、転出等により現在市内に住民票のない方は、成人式出席を希望される方は、ご連絡ください。
お問い合わせ 市教育委員会生涯学習推進室(内線223)

甘利山下草刈り

ボランティア募集
甘利山の草花を守るために、いっしょに下草刈りをしてくれる方を募集します。

日時 10月22日(土) 23日(日) 29日(土) 30日(日)

時間 午前9時～午後3時までの都合のよい時間(30日は午前中のみ)
集合場所 甘利山つつじ苑前
場所 甘利山山頂付近
持ち物 帽子、手袋、昼食
その他 動きやすい服装で参加してください。保険代として当日100円負担をお願いいたします。刈り払い機のある方が持参下さい。燃料支給します。
連絡先 甘利山倶楽部事務局 小林 ☎22-6682

秋の夜長、懐かしの名画を観ませんか?

イタリア映画『ひまわり』(字幕スーパー)を無料上映します。
戦争によって翻弄された男女の愛を描いた名作として、人々の心に深い感銘を刻みました。また、美しい音楽は、その感動に彩りを添え多くの涙を誘いました。
秋の夜長のひとときに、友達、ご夫婦で懐かしい名画をお楽しみください。
日時 10月15日(土) 午後7時～9時(開場6時30分)
場所 市民会館5階大ホール
無料、申込み不要です

※市民会館の駐車場には限りがありますので、市役所駐車場他をご利用ください。

お問い合わせ 生涯学習推進室
(内線223)

山梨県最低賃金が1時間651円になりました。

平成17年10月1日より現行の1時間648円から1時間651円に3円引き上げられます。

最低賃金についての問い合わせは、山梨労働局賃金室(☎055-225-2854)または最寄りの労働基準監督署にお尋ねください。

防火管理講習会を開催します。

開催日 11月10日(木)～11日(金)

場所 峡北広域環境衛生センター(エコパークたつおか) 申込み受付 10月24日(月)～28日(金)までの間、峡北消防本部2階予防課で受付します。

なお、定員70名になり次第締め切ります。詳細については、最寄りの消防署、分署、分遣所にお尋ね下さい。

受講料 3、500円

信玄堤ウォーク2005

あなたも武田信玄公の治水事業の偉業に思いをはせながら歩いてみませんか。

スタート・ゴールは甲斐市信玄堤公園、コースは、開国橋折り返しの6.5km、御勅使川沿いに竜岡町将棋頭折り返しの11.5kmさらに白根将棋頭を回る16.5kmの3コースです。

日時 10月29日(土)
午前8時15分受付開始 9時30分スタート(小雨実施・雨天中止)

申込方法 電話・FAX・ハガキでお申し込みください。住所、氏名、年齢、電話番号、コースを記載又は連絡して下さい。

(小学生以下又は障害者の方は保護者同伴) 持ち物 お弁当・雨具等 申込み先

山梨日日新聞営業推進局
☎055-231-3133
☎055-231-3107
市建設室庶務係
内線266228479
締切 10月27日(木)

文化ホール・チケット情報

※4月1日から建物内禁煙となりました。ご協力お願いします。

◆アムステルダム・ルッキ・スターダスト・カルテット
10月12日(水) 19:00開演/大ホール 全席自由 3,000円
1986年にデビュー・レコード「リコーダーの神技」での驚異的な演奏で話題となり、早くも6度目の来日となるリコーダー四重奏団。昼の部は市立小学校5、6年生の芸術鑑賞教室として開催されます。☎20-1155 市文化ホール

◆親子のためのキャンディーコンサート「はちまん正人ピアノコンサート」
10月16日(日) 14:00開演/エントランスホール 全席無料
(要入場整理券・8月17日より当館にて配布開始)

昨年度ブリーズコンクールにおいて特別賞を受賞したピアニスト、はちまん正人のコンサート。☎20-1155 市文化ホール

◆井上あずみwith四重奏 ファミリーコンサート
11月6日(日) 14:00開演/大ホール 全席指定 1,800円
*2歳以下膝上無料

公演内容 「となりのトトロ」「天空の城ラピュタ」「魔女の宅急便」、世代を超えて愛され続ける名曲の数々をピアノ、バイオリン、チェロ、ギターの美しい演奏にのせておとどけします。
☎20-1155 市文化ホール

◆NHK「のど自慢」公開生放送
11月20日(日) 大ホール
公演内容 NHK「のど自慢」が久しぶりに韮崎で開催されます。ゲストは西城秀樹、石川さゆり。出場、観覧希望の方はお問合せください☎20-1155 市文化ホール

お問い合わせ 韮崎市文化ホール (☎0551-20-1155)
(月曜休館) 詳しくはホームページで<http://www.nirasaki.net>

NHK「のど自慢」出場・観覧応募方法について



【出場】 往復はがきでのお申し込みが必要です。
お問い合わせ
NHK甲府放送局 ☎055-222-1314

【観覧】 往復はがきに必要事項を記入の上お申し込み下さい。
入場無料。

(記入事項)
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
(あて先)〒407-0002 韮崎市藤井町坂井205
韮崎市文化ホール「のど自慢」観覧係
(締め切り)平成17年10月25日(火) 必着
*応募多数の場合は、抽選で入場整理券をお送りします。
*入場整理券1枚で1名入場できます。
*放送がありますので乳児のご同伴・ご入場はご遠慮願います。

観覧用

観覧用

郵便番号	郵便番号
名住所	名住所
電話番号	電話番号

「のど自慢」観覧係	行
〒407-0002	藤井町坂井205
韮崎市文化ホール	



毎月第1日曜日は、男女共同参画の日
10月の標語
**男女を問わず、
 明るい自治会創ろうよ**

ヴァンフォーレ甲府ホームゲーム 観戦ご招待のお知らせ!

ヴァンフォーレ甲府の全県ホームタウン化を記念
 しまして、招待事業が行われます。試合会場で応援
 しましょう。

日時/場所 11月19日(土) ヴァンフォーレ甲府
 vs モンテディオ山形 小瀬スポーツ公園陸上競
 技場 午後2時キックオフ(開門 午後0時30分)

申込み方法 申込みを希望される方は、窓口で申込
 用紙に必要事項(住所・氏名・電話・年齢層・性別)
 を記入していただき、招待券を受け取ります。

※電話FAX等の受付はできません。

※定員になり次第終了

※個人の場合は6枚、団体の場合は30枚まで申込
 み可

受付期間 10月19日(水)～11月18日(金) 午前9
 時～午後5時 ※土日・祝日の受付はありません。

申込窓口・お問い合わせ 企画財政室企画政策係
 (内線322・323)

韮崎市スポーツ吹矢大会 参加者大募集

腹式呼吸をしながら吹矢で的に集中する...。
 適度な緊張感とストレス解消を味わえるスポーツ
 吹矢に挑戦してみませんか?

市体育指導委員会では、多くの市民の皆様によ
 ortsに親しんでいただくため、スポーツ吹矢大
 会を次のとおり開催いたします。

初めての方でも気軽に楽しむことができます。
 是非、参加してみませんか?

日時 10月22日(土) 午後1時30分～
 申込期限 10月20日(木) まで
 会場 市営総合運動場体育館
 参加費 無料
 申込み・お問い合わせ スポーツ振興室
 ☎22-0498

NPO 韮崎スポーツクラブ会員募集

現在当クラブでは、20種類のスクール事業、15
 種目のサークル事業やクラブ登録チームがあり、
 イベント等も実施し、ストレス解消や健康づくり、
 仲間づくり、青少年の健全育成等を目標に、スポ
 ーツ振興を図っているとあります。(詳しい内容に
 ついては気軽にお問い合わせください)

体験等も気軽にできますので、市営体育館事務
 局へお越しください。

また、私も韮崎スポーツクラブを知らなかつ
 たという方に朗報です。

当クラブに10月以降、はじめて入ろうとする場
 合には、通常の1/2の年会費で加入することが
 できるようになりました。

この機会に何かスポーツをしてみたいとお考え
 の方、運動不足気味な方、私たちの仲間となり一
 緒にスポーツしましょう!

お問い合わせ 韮崎スポーツクラブ ☎21-2255

ライトダウンにらさき2005 銀河を楽しむつどい

日時 10月10日(月・祝) 開会午後7時*雨天中止
 会場 穂坂町銀河鉄道展望公園(広域農道沿い)
 内容 「秋の星空めぐり」星座と月のお話
 「銀河鉄道と私たち」宮沢賢治の世界
 「宇宙から、地球を見つめて」など
 お問い合わせ 韮崎市観光協会 ☎22-1111
 (内線243)



俳句 (協力 文化協会俳句部)

鬼灯ほぼつきのとくに朱き日女の子あ生る 田村 正子
 七里岩続く断崖薄紅葉 知見寺すゝむ
 秋風や開け放つ子のぬない部屋 上野きんや
 道の神草に溺る、野分のわきかな 保坂 静と
 借り畠何も蒔かざり九月果つ 上野 和賀

川柳 (協力 文化協会川柳部)

生きがいとくれる黄色の千枚田 秋山千代男
 余生なお磨き小さな夢を織る 望月よしの
 思春期の余震に怯え耐える母 藤巻 朱実
 子らのため骨身惜しまぬ寡婦の歎 沢野 道夫
 変り身の速さが武器のカメレオン 浅川のぼる

みんなの広場に、サークルやいろいろな活動など、紹介したいものをおよせ下さい。写真に紹介文を添えて送って下さい。また、俳句、川柳などの作品も募集しています。



■ 22-1121 ■

☆ 新着図書 ☆

(図書館流通センター「週刊新刊全点案内」1433号より)

一般書

- ◆「もしヌに風船をつないだら…？」 M・ブレイン他 著
「もし、指を電気のコンセントに突っ込んだら…どうなる？」
などといった疑問に、科学的に答えた本。現実的に起こりうるこ
ともあれば、ありそうもない空想に科学を駆使して答えます。
- ◆「かたみ歌」 朱川湊人著
東京・下町のアカシア商店街。ある時はラーメン屋の前で、ま
たある時は古本屋の片隅で。ちょっと不思議な出来事が、傷つ
いた人々の心を優しく包んでいく。懐かしいメロディーと共にノ
スタルジックに展開する7つの奇跡の物語。
- ◆「天命」 五木寛之著
人は天命を知り、天命に生きる。もっとも善良でもっとも愛し
た人がなぜまっ先に死ななければならなかったのか。受入れがた
い不公平な死をどう乗り越えて生きていけばよいか。

開館時間 午前9時～午後5時

★休館日のおしらせ

3 (月) ・ 10 (月) ・ 17 (月) ・
24 (月) ・ 28 (金) ・ 31 (月)

児童書

- ◆「災害・状況別防災絵事典」 山村武彦監修
地震でエレベーターに閉じ込められた、買い物中に地震が起き
て火事になった、下校中に台風が来て強い風が吹いてきたなど、
災害が発生した時どうするかをたくさんの絵を使って解説する。
- ◆「おつきさまってなあに？」 S・A・アンダーソン作
キツネ、ミズアオガ、カエル、ネズミにフクロウ。それぞれの
思う月が違って大さわぎ！みんなは、博士に聞いてみることに。
…さて答えはでたかな？夜を明るく照らしてくれる月のおはなし。
- ◆「プライディさんのシャベル」 レスリー・コナー文
1800年代半ば、プライディさんは、納屋につるしてあったシャ
ベルをもって、ヨーロッパからアメリカに移住しました。シャ
ベル1つで人生を豊かに切り開いていった女性の物語。
※この他にもたくさん入荷しております。予約もお受けいたしま
すので多数ご利用ください。

《本と雑誌の青空リサイクル市》

日時 10月9日(日)午前11時～午後4時

会場 蕪崎市本町通り (祭り会場歩行者天国内)

今年も、「武田勝頼公新府入城祭り」に参加します！あ
なたのお持ちの本や雑誌をリサイクルしませんか？当日、
交換したい本をお持ち込み下さい。(事前に図書館に搬入
して頂いても結構です。)絵本や児童書、特に大歓迎で
す！集まった本は、各々無料でお持ち帰りいただけます。
大勢のご参加をお待ちしています。

★朗読のつどい 10月1日(土)午後2時～ 市民会
館4階大会議室

内容「竹取物語」、「月夜のみみずく」ヨーレン作、「青春
とは」サムエル・ウルマン詩 「木霊みようと」吉本直
志郎作 朗読は「増穂すずらん」の皆さんです
お楽しみに！ なお、次回は11/12(土)です

★今月のだっこ会 10月19日(水)午前10時
30分～ 市民会館3階和室

★今月のおはなし会 10月22日(土)午後 2時
～ 市民会館3階和室

材料 (4人分)

- いんげん..... 8本
- 人参..... 1本(中)
- ブロッコリー..... 1/2株
- かぼちゃ..... 1/4個
- れんこん..... 5cm

- A
- ヨーグルト..... 大さじ6
 - カレー粉..... 小さじ1
 - 大豆水煮..... 大さじ3
 - 塩こしょう..... 少々

一人当たりの栄養価
エネルギー..... 194kcal
脂質..... 2.0g
塩分..... 0.8g

- 作り方
- ① 野菜はそれぞれ食べやすい大
きさに切りゆでておく。
 - ② Aの大豆を軽くつぶし、材料
を混ぜ合わせる。
 - ③ ①の野菜を皿に並べ②を上
にかける。

協力 穂坂町食生活改善推進員会



* 一口メモ *

野菜には、ビタミンC、
ミネラル、食物繊維が、
たっぷり含まれていま
す。「市販のドレッシン
グ」でも良いので、毎日
食べて元気なからだを作
りましょう。

マイクッキング
ゆで野菜の大豆ヨーグルトソース

No.31

児童センターで遊ぼう!

* 親子で遊ぼう (折り紙) *

北西 10月 4日 (火) ~ 7日 (金) AM11:00~

* 親子で遊ぼう (お絵かき) *

甘利 10月11日 (火) ~14日 (金) AM11:00~

北東 10月18日 (火) ~21日 (金) AM11:00~

葦崎 10月25日 (火) ~28日 (金) AM11:00~

* ビバ縁故節 *

北東 10月 4日 (火) AM10:30~

※ 講師・・・石川 千夏 先生

* 親子ふれあい体操 (センター職員) *

北東 10月 6日 (木) AM10:30~

※ 持ち物・・・バスタオル

* ホットケーキ作り *

葦崎 10月12日 (水) AM10:30~

※ 要予約 ※ 材料費自己負担

* 食育の話 *

葦崎 10月19日 (水) AM10:30~

※ 講師・・・山梨県栄養士会

* 作って遊ぼう *

甘利 10月 7日 (金) AM10:30~11:30

北西 10月21日 (金) AM10:30~11:30

※ 要予約 材料費自己負担

* ビデオシアター *

北東 10月25日 (火) AM10:30

* 子育て講習会「ビーズネックレス作り」 *

甘利 10月27日 (木) AM10:30~

※ 講師・・・保坂 由美 先生

※ 要予約 材料費自己負担

* 親子交通安全教室 (市交通指導員) *

北西 10月28日 (金) AM10:30~

小学生対象

* 防犯教室 *

甘利 10月 5日 (水) PM3:00~

※ 講師・・・葦崎警察署員

* 防火教室 *

葦崎 10月 5日 (水) PM3:00~

※ 講師・・・葦崎消防署員

* お話会 *

葦崎 10月17日 (月) PM3:00~

※ 講師・・・ポラン

小学生の行事は「パソコンを楽しもう」など他にもあります。各児童センターに問い合わせ下さい。

児童センターの開館日・開館時間が変わりました。

開館時間・・・月曜日～土曜日 AM9:00～PM7:00

0～6歳 (未就学) 児を持つ保護者 (母・父・祖母・祖父など) 同伴をお願いします。

北東児童センター ☎23-5550 甘利児童センター ☎23-1535

北西児童センター ☎22-1775 葦崎児童センター ☎22-7687

子育て支援センターに いらっしゃいませんか?



* 子育てトーク

10月12日 (水) ・11月2日 (水) AM10:30~ (支援センター)

* 「押し花教室」

10月 5日 (水) AM10:00~11:30 (市文化ホール)

※ 講師・・・押し花サロン ぶどうの花 雨宮 純子 先生

※ 要予約・材料費自己負担

* 園庭で遊ぼう

10月 7日 (金) AM10:00~ (藤井保育園園庭)

* 「第4回 親子エアロビクス教室」

10月11日 (火) AM10:30~11:30 (藤井保育園遊戯室)

※ 講師・・・斉藤 晴美 先生

※ 持ち物・・・室内シューズ

* 公園で遊ぼう

10月18日 (火) AM10:30~ (御勅使南公園)

※ 現地集合 ※ 持ち物・・・お弁当・おやつ・飲み物・敷物

* 誕生会に参加しましょう

10月20日 (木) AM10:00~ (支援センター・藤井保育園遊戯室)

* 体位測定

10月21日 (金) AM10:30~ (支援センター)

* 歯の健康について

10月26日 (水) AM10:30~ (藤井保育園 遊戯室)

※ 講師・・・堀内歯科医院 堀内 敏裕 先生・歯科衛生士

※ 持ち物・・・歯ブラシ・タオル・洗濯ばさみ ※ 要予約

* スクラップブック

10月27日 (木) ・28日 (金) AM10:00~ (支援センター)

※ 講師・・・新海 由里子 先生

※ 要予約・・・親子16組 材料費自己負担

※ 持ち物・・・子どもさんの写真 1~2枚

* 高校生との交流会

11月2日 (水) PM 1:25~ (葦崎高校)

※ 要予約 ※ 詳細はセンターにて

* 子育てパパママ講座

11月5日 (土) AM10:30~ (支援センター)

※ 講師・・・新津小児科 カウンセラー 川辺 修作 先生

※ 要予約

☆利用時間 月曜日～金曜日 AM10:00~

12:00

保育園開放日 毎週水曜日 AM10:00~

12:00

子育て相談 (面談 AM8:30~12:00)

(電話相談 AM8:30~PM5:00)

☆問い合わせ

葦崎市地域子育て支援センター (藤井保育園内)

☎23-7676(FAX兼用)

10月の健康カレンダー

教室

持ち物
・各種健康手帳
・筆記用具
・教室に応じて体操のできる服装

	実施日	時間	備考	会場
パパ・ママ学級 (Cコース2)	18日(火)	13:30~	母乳栄養について 赤ちゃん抱っこ体験	保健福祉 センター (市立病院隣) (☎23-4310)
機能訓練教室	35,7,12,14,17,19,21,24, 26,28,31日,11月24日	13:30		
すくすく教室	18日(火)	13:00	対象:H17年3月生まれ	
よちよち教室	25日(火)	13:00	対象:H16年11月生まれ	
のびのび教室	26日(水)	13:00	対象:H15年9月生まれ	
体改善 "ここにこ"講座	Cコース11,18,25日,11月1日 Dコース12,19,26日,11月2日	9:00	要予約	

健康相談

持ち物
・各種健康手帳

	実施日	時間	備考	会場
母子健康手帳交付 一般健康相談	毎週月・木曜日	9:30 } 16:00		保健福祉センター (市立病院隣) (☎23-4310)
育児相談	27日(木)	9:30 } 16:00	要予約	

乳幼児の健診

持ち物
・母子健康手帳
・バスタオル
・保険証
・印鑑

健診名	対象児	健診日	受付時間	会場
4ヵ月児	H17年6月生まれ	28日(金)	1日~15日生まれ 13:00~13:20 16日~31日生まれ 13:30~13:50 ※上記の時間にこられない方も14:00 までには受付を済ませてください。	保健福祉センター (市立病院隣) (☎23-4310)
1歳6ヵ月児	H16年3月生まれ	14日(金)		
3歳児	H14年9月生まれ	21日(金)		

予防接種

持ち物
・母子健康手帳
・問診票

接種名	対象児	接種日	受付時間	会場
ポリオ	生後3ヶ月~7歳6ヶ月未満の者	11月2日(水)	13:30~ 14:30	韮崎市営体育館 (☎22-0498)

医療Q&A「インフルエンザワクチン」

Q…インフルエンザの予防注射の効果はあるのでしょうか、また接種を受ける場合、いつ頃受けければよいのでしょうか？(72歳男性)

A…インフルエンザは、いろいろな型があります。以前の予防接種は、この型が合致しているかどうか分からなかったため、予防効果が今一つでした。現在は、研究も進み流行する型を予想して、ワクチンが作られています。厚生労働省の研究によると、ワクチン接種を受けないでインフルエンザにかかった健康な65歳以上の高齢者の場合、もし接種をしていたら約45%の人の発症を阻止し、約80%の死亡を阻止する効果があったとしています。また日本臨床内科学会は0-15歳では、1回接種、2回接種それぞれで、発病予防効果は68%と85%、16-64歳では55%と82%と報告しています。65歳以上の高齢者や基礎疾患(呼吸器疾患、循環器疾患、糖尿病、腎不全、免疫不全など)のある60-64歳の方、幼児ではワクチン接種をお勧めします。ワクチン接種による重症化の予防に有効な免疫レベルは接種2週間頃より上昇し、その持続期間はおよそ5ヶ月となっていますので、毎年シーズン前にワクチン接種を受けることが必要です。インフルエンザは、早い年では12月より流行し始め、本年のように3月まで流行する可能性があるため、11月中に接種を受けるのが良いと思います。

内科医長 藤巻信也



10月の巡回日程

日程に変更がある場合には、地区長を通じて連絡します。

こぶし号

老人福祉センターバス

5水	清哲町・神山町全区
6木	旭町全区
7金	大草町全区
11火	竜岡町全区
12水	祖母石・一ツ谷・水神町 1～5丁目・西町・若宮町・旭町・日の出町・富士見ヶ丘・中島町・高河原
13木	富士見1～3丁目・岩下・上の山
14金	穂坂町権現沢・上の原・上今井・原・長久保
17月	穂坂町日の城・三之蔵・三ツ沢 上・下・飯米場
18火	穂坂町柳平・宮久保・鳥の小池
19水	静心寮
20木	藤井全区
21金	老壮大学
24月	中田町・穴山町全区
25火	円野町全区
26水	清哲町・神山町全区
27木	ひとり暮らし老人交流交歓会
28金	旭町全区
31月	大草町全区
11/1火	竜岡町全区
2水	祖母石・一ツ谷・水神町 1～5丁目・西町・若宮町・旭町・日の出町・富士見ヶ丘・中島町・高河原
4金	富士見1～3丁目・岩下・上の山

心配ごと相談

生活・身の上等の日常生活の悩みに関する相談。

実施日	場所	時間
毎週月曜日	市役所	10:00～15:00

子どもの相談

子どもの教育など子育てに関する悩みの相談。

実施日	場所	時間
毎週木曜日	市民会館	10:00～16:00

結婚相談

結婚相手の紹介や相談に応じ、幸せな家庭が築けるよう協力します。

(要予約)
22-9711

実施日	場所	時間
毎週火・金曜日	結婚相談所 (市民会館1階)	13:00～16:00

行政相談

国や県、市の行政などについての相談。

実施日	場所	時間
第1・3・5月曜日	市役所	13:00～15:00

学校教育相談

学習・いじめ・不登校など学校教育に関する悩みや不安の相談。

実施日	場所	時間
毎週月・火・水曜日	市民会館	9:30～16:00

無料法律相談

法的な相談であればどんな内容でも可。1人30分 10月の予約受付は10月11日AM9:00～電話受付

(要予約)

企画財政室
(内線322・323)

実施日	場所	時間
27日(木)	市役所	13:00～16:00

市民栄養相談

『食』に関することで、心配なことや聞いてみたい事がありましたら、いつでも栄養士が相談に応じます。(あらかじめ相談日時を電話予約して下さい。)

相談場所 保健福祉センター ☎23-4310

物忘れ相談

物忘れや認知症予防・介護についての相談に応じます

実施日	場所	時間
毎月第2火曜日	保健福祉センター	9:30～16:00

今月の行事等

各種税等の納期限

市県民税(普徴) 第3期

国民健康保険税 第4期

介護保険料 第4期

10月31日(月)

5日(水)	社放研すずらん	PM 1:30	市民会館
9日(日)	社放研もみじ	PM 8:00	藤井公民館
〃	図書館古本リサイクル市		本町通り
11日(火)	社放研ほほえみ	PM 8:00	竜岡公民館
18日(火)	社放研あすなる	AM 10:00	市民会館
20日(木)	武田の里婦人大学	PM 1:30	市民会館
21日(金)	老壮大学	PM 12:30	市民会館
28日(金)～30日(日)	武田の里文化祭		文化ホール
	総合健診結果報告会(保健福祉センター)		
28日(金)	9月19日受診者		
11月1日(火)	9月25日受診者		

市民憲章(昭和44年10月制定)

1 自然を愛し、美しいまちをつくりましょう。

1 勤労を尊び、豊かなまちをつくりましょう。

1 教養を高め、文化のまちをつくりましょう。

市の花 つつじ(昭和43年10月制定) 市の木 こぶし
市の鳥 チョウゲンボウ(平成元年4月制定)



市内小中学校への奉仕活動
 8月22日、葦崎市建設安全協議会の方々が、市内小中学校の破損個所の修理や高木の剪定作業等の奉仕活動を行っていただきました。



平成かかしまつり

第12回目を迎えた平成かかしカーニバルが8月28日～9月19日の間、円野町県道沿いの田園で開催されました。期間中は世相を反映した、ユニークなかかしを見学に大勢の方が訪れました。



パトロールを開始
 青色回転灯を搭載した公用車によるパトロールを始めました。犯罪を未然に防ぐための抑止効果や、防犯意識の向上が期待されます。



◀ 応急救護訓練の様子

防災訓練

9月1日の防災の日、「東海沖地震」を想定した防災訓練が甘利小学校をメイン会場に行われました。自主防組織の消火訓練を始めバケツリレーや、応急救護訓練など、本番さながらの訓練が行われました。

**わが家の主役
 写真を募集しています**

わが家の主役



素直な優しい子に
 育ててね。

桃花（ももか） ちゃん

平成16年12月24日生

清哲町

海野 暁・裕子さん長女



篠原章重さん（95歳 穴山町）



堀内千代子さん（95歳 本町二丁目）

いつまでも健康でいてください

敬老の日を前にした9月8日、市長が市内の長寿者を訪問して、記念品を贈り、民生委員さんをまじえて長寿のお祝いをしました。

市の人口（9月1日現在）

男16,417人 女16,715人 計 33,132人 前月比+29人
 世帯数 12,048世帯 前月比+11世帯

健康に気をつけ医療費の節約にご協力ください。

9月中に市が支払った医療費をお知らせします。

国民健康保険 129,997,554円（前月比16.23%増）*1人当り 14,451円
 老人保健 236,330,449円（前月比 5.60%減）*1人当り 58,066円