

広報

# にらさき

# 11

2005 November  
NIRASAKI

A PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

No.694 (平成17年11月号)

- 発行/葦崎市 〒407-8501 山梨県葦崎市水神一丁目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

市制施行51周年記念式典	P 2
葦崎市生涯学習フェスティバル'05	P 3
葦崎市の財政事情を公表!	P 4~
くらしの情報	P 12~
みんなのひろば	P 15

図書館だより	P 16
児童センターで遊ぼう	P 17
健康カレンダー	P 18
ズームアップ	P 20



## 福祉の日記念まつり

10月1日、市中央公園において、第19回福祉の日記念まつりが開催され、大人も子供も運動や、催し物を楽しみました。

# 市制施行51周年記念式典

市制施行51周年記念式典が、市役所4階大会議室で10月10日行われました。

記念式典の席上、これまで市政に多大な功績を残された方々に対し、市長より表彰状・感謝状が贈られました。(順不同・敬称略)

## ☆功労表彰

興石 薫(竜岡町)  
 深谷 卓(若宮一丁目)  
 河西 孝雄(穴山町)

## ☆善行表彰

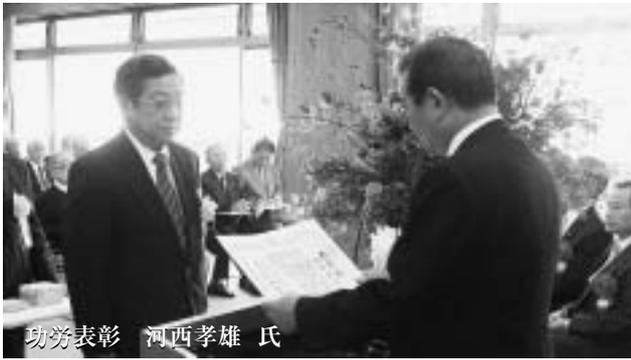
木田十三雄(藤井町)  
 平賀 四朗(藤井町)  
 日下 光令(円野町)  
 山寺嘉一郎(本町二丁目)

## ☆しらかば表彰

嶋津 尊人(穴山町)

## ☆感謝状

葦崎交通安全協会  
 葦崎ライオンズクラブ  
 国際ソロプチミスト葦崎  
 葦崎ロータリークラブ  
 葦崎市商工会 建設業部会



功労表彰 河西孝雄氏

# 武田の里祭り 武田勝頼公新府入城祭り

10月9日(日)は、恒例の「武田勝頼公新府入城祭り」が本町通り・駅前中央通りを会場に、各種パレードや時代絵巻行列などが開催されました。今回の時代絵巻行列では山梨中央銀行の皆さんと、「小さな旅」参加者の方々が各武将に扮し、威風堂々の行進をされました。



凜々しい子供武者行列



今年、勝頼公に鮎川龍巳さん、北条婦人に向山奈緒美さん、信勝公には小澤岳大くんが扮しました。



歩行者天国の各所で様々なイベントが行われました。



火縄銃の迫力にみんなびっくり!!

# 《 蕪崎市生涯学習フェスティバル'05 》

「つたえよう！ 学びのこころ」  
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

○オープニングコーラス  
市民合唱団

○実践発表

「中田町中條分館」  
「蕪崎北西小学校」

○朗読劇「蕪崎の民話」発表

市内小学校児童  
藤井町坂井の昔話

「へビの嫁になった娘」

○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 ウィンド アンサンブル  
「あの日あった歌」

お問い合わせ

生涯学習推進室社会教育係(内線223)

第2回 ふるさと歴史再発見ウォーク  
**武田発祥の地ウォーク**  
◆武田の発祥地を探索してみよう!◆

武田の里「にらさき」、武田八幡宮や白山城などをめぐってみましょう!

文化財だけではなく、昔ながらの道や古くからの水田景観を歩きながら体感して、武田の歴史に触れてみてはいかがですか?

身近な場所にも面白い場所はたくさんあります。車で走ってはわかりませんよ!

歩くから気が付く小さな発見を体験してみませんか?

日時 11月23日(水)  
集合時間 8時30分 解散時間 午後3時(徒歩スピードにより変動、目安です)

集合場所 願成寺駐車場(約30台分)

定員 45名(要申込み。定員になり次第締め切り。)

ウォークルート  
願成寺駐車場↓武田信義館跡↓わに塚↓武田八幡宮↓白山城(昼食)↓白山神社↓大慈寺↓願成寺駐車場

参加費 50円(保険料・当日徴収いたします。)

受付期間 11月7日(月)～11月21日(月)  
(平日の午前9時～午後5時)

お申込み 市中央公民館 ☎22-11121

## 武田の里 にらさきサッカーフェスティバル

### —シニアの部— 開催

「サッカーのまち」「にらさき」が、生涯サッカーの普及と蕪崎市の尚一層のサッカー文化発展を願い、県内外の60歳以上の選手で構成されるチームを招待し、シニアの部を開催いたします。

本市在住、本市出身の選手も出場します。

サッカー歴50年を誇る選手の活躍をご覧いただくとともに、あたたかいご声援をお願いいたします。

会期 平成17年11月5日(土)・6日(日)

5日(土) 開会式 11時00分～ リーグ戦 12時00分～

6日(日) リーグ戦 9時30分～ 表彰式 15時30分～

会場 開会式 蕪崎中央公園陸上競技場

競技 蕪崎中央公園陸上競技場・芝生広場

表彰式 各ブロック別会場

出場チーム 山梨60雀SC(山梨県)、八王子GOールドマン(東京都)、湘南ペガサス60(神奈川県)

栃木大昭SC(栃木県)、信州感々SC(長野県)、羽衣FC(静岡県)、四日市FC(三重県)

問い合わせ: 蕪崎市営総合運動場体育館内

武田の里にらさきサッカーフェスティバル実行委員会事務局

TEL・FAX 0551-22-0498

# 韮崎市の財政事情を公表！

財政事情の公表は、市の財政がどのような状況にあり、どのような状況にあるかを市民の皆様によく知っていただくため、毎年六月と十一月、広報により公表しているものです。

地方自治法第二四三条の三及び本市の財政事情の作成及び公表に関する条例に基づき、平成十七年九月三十日現在における本市の財政事情を次のとおり公表する。

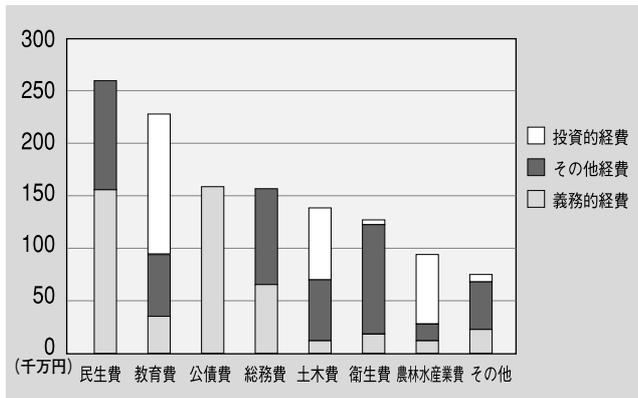
平成十七年十一月一日  
 市長 小野修一

決算審査の結果  
 市長 成島主計  
 同 清水清

平成十七年八月十八日  
 市長 成島主計  
 同 清水清

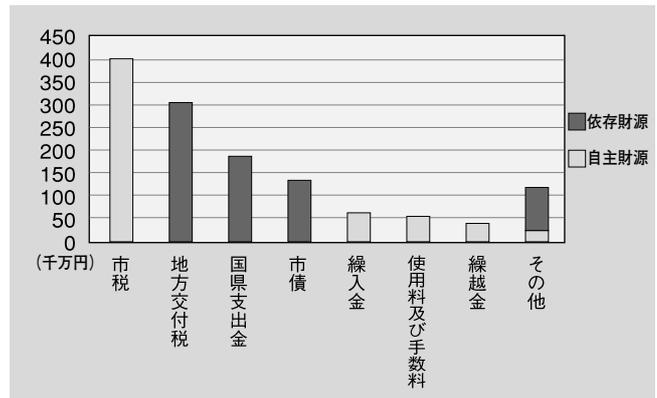
今回公表する歳入出決算額等は平成7、8年度分減税補てん債に係る借換債（517,500千円）を控除した額である。

歳出総額 123億6千万円



投資的経費・・・学校や道路といった社会資本を整備するための経費  
 その他の経費・・・積立金、施設の維持経費、団体補助金  
 義務的経費・・・人件費（報酬・給与等）、扶助費（児童手当・生活保護費等）、公債費（借入金返済）

歳入総額 126億6千万円



依存財源・・・国や県に頼らなければ収入できない財源：55.2%  
 自主財源・・・本市が自主的に収入できる財源：44.8%

本市の平成16年度決算においては、国が推進する三位一体改革の影響を受けたこともあり特定財源が減少した（△335,152千円）。市財政の根幹である地方税は決算額の減少が2年ぶりに改善されたが、本格的な回復には至っていない。このような財政状況下においても徹底した経費節減と計画的な財政運営に努め、韮崎小学校全面改築などの大型プロジェクトを完了させ、穴山駅ふれあい公園整備など新規事業をも開始した。

## 特別会計・企業会計決算

（単位：千円）

特別会計	歳入	歳出	地方債現在高	企業会計	収入	支出	企業債現在高
国民健康保険	2,392,594	2,376,387		市立病院 収益的	2,323,481	2,307,147	1,794,100
老人保健	2,564,377	2,564,377		資本的	206,189	399,143	
簡易水道	22,035	22,035	70,725	* 資本的収支財源（当年度分消費税及び地方消費税資本的収支調整額458：過年度分損益勘定留保資金192,496）			
下水道事業	1,483,039	1,482,989	8,267,338	水道事業 収益的	846,738	840,015	3,791,327
介護保険	1,387,414	1,379,272		資本的	119,764	351,793	
介護サービス事業	15,510	15,510		* 資本的収支財源（当年度分消費税及び地方消費税資本的収支調整額5,144：過年度分損益勘定留保資金232,029）			
恩賜林保護財産区	5,508	5,278					
甘利山財産区	1,325	1,287					

## 主な行政サービス費用

（単位：円）

主な行政サービス費用	1人あたり	1年前1人あたり	増減
行政サービス総計	373,000	380,586	△7,586
（うち普通建設事業）	(84,048)	(85,170)	(△1,122)
（うち借入金返済）	(47,911)	(46,469)	( 1,442)
（うち貯金の積立）	(13,178)	(21,282)	(△8,104)
国保医療サービス費総計	198,695	193,699	4,996

\* 国保医療サービス総計については、被保険者1人あたり

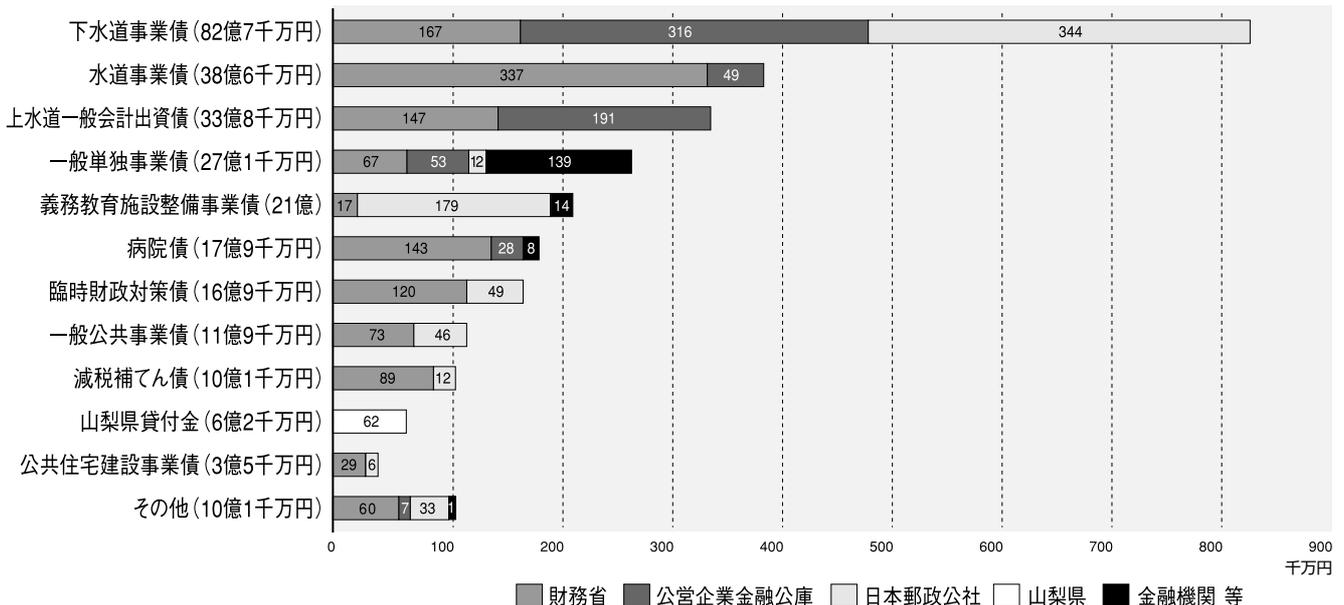
## 主な市税の負担概況

(単位：円)

市民税（個人）市民1人あたり	31,924	国民健康保険税 被保険者1人あたり	65,584
固定資産税（個人）市内1世帯あたり	90,136	入湯税 市民1人あたり	313
都市計画税（個人）都市計画区内1世帯あたり	8,240		

平成16年度において、入湯税は小型動力ポンプ積載車の消防団への配備と市内消火栓の新設改良費に都市計画税は下水道や街路整備の借入返済に利用いたしました。

## 韮崎市債平成16年度末現在高279億8千万円の事業別・借入先別状況



韮崎市全体での借入金は平成15年度末（275億2千万円）と比較して4億6千万円増加し279億8千万円となりました。このうち一般会計分140億6千万円分については地方交付税等によって約6割が財源補てんされるなど市の実質的負担は軽減されますが、現在高の上昇は注意すべき状況です。

公共事業のための借入金については将来にわたって後世の住民にも経費（返済金）を負担していただくという「世代間公平の考え方」に基づいています。

## 予算の補正の状況 平成17年度上半期

(単位：千円)

区分	当初予算額	繰越額	補正額	予算現額	
一般会計	11,210,000	6,046	629,623	11,845,669	
特別会計	8,211,736		8,444	8,220,180	
内訳	国民健康保険	2,467,067		1,728	2,468,795
	老人保健	2,660,824			2,660,824
	簡易水道	22,544			22,544
	下水道事業	1,532,764			1,532,764
	介護保険	1,490,508		6,716	1,497,224
	介護サービス事業	16,360			16,360
	恩賜林保護財産区(7会計)	14,847			14,847
	甘利山財産区	6,822			6,822
	市立病院	2,527,182			2,527,182
	水道事業	1,255,622		15,085	1,270,707
合計	23,204,540	6,046	653,152	23,863,738	

# (連結) バランスシートの公表

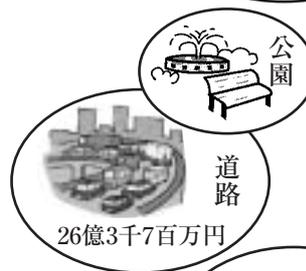
韮崎市では、平成12年度からバランスシートを導入し、平成13年度決算から一般会計に病院・上水道の企業会計と、下水道・簡易水道・国民健康保険・老人保健・介護保険・介護サービス事業の特別会計を加えた韮崎市全体のバランスシートを作成しています。

平成16年度についても、第5次長期総合計画に基づいた区分による韮崎市全体の連結バランスシートを市民のみなさまに公表します。

(単位：百万円[一人当たり単位千円])

貸 方			
勘定科目	16年度	15年度	15年度
		市民一人当たり	
<b>[負債の部]</b>			
<b>1.負債</b>			
(1) 美しい自然と共生するまちづくり	18,219	565	18,162
(2) 多彩な産業が発展するまちづくり	1,073	33	1,074
(3) 誰もが安心できるまちづくり	3,013	94	3,199
(4) 豊かな人間性とふれあいを育むまちづくり	2,622	81	2,471
(5) 市民と行政が協働するまちづくり	3,056	95	2,611
地方債小計	27,983	868	27,517
(6) 退職給与引当金	3,189	99	3,034
(7) その他	493	16	335
負債合計	31,665	983	30,886
<b>[正味資産の部]</b>			
<b>1.国・県支出金・一般財源等</b>	45,356	1,407	44,732
正味資産合計	45,356	1,407	44,732
負債・正味資産合計	77,021	2,390	75,618

施設等をつくる財源として市が借り入れたお金の残額です。



平成15年度発行  
した地方債(借金)  
の主なもの

学校や道路等を建設するために使ったお金のうち、国・県からの補助金(有形固定資産と同様に減価償却をしています)や税金などです。

市民1人当たりの地方債(借金)残高は86万8千円となり、昨年度決算時と比較して1万7千円増加しました。

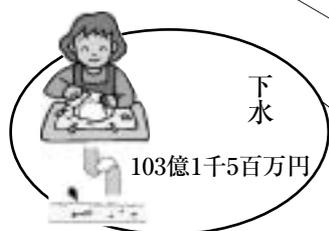
資産については、有形固定資産で4万円、現金等を含む資産合計では、5万3千円の増加です。主な増加は下水道の整備や韮崎小学校の改築によるものです。



# 平成16年度蕪崎市全体の

## 市民にわかりやすい 財政運営をめざして

学校、道路、公園、住宅などの総額です。毎年、価格の見直し（減価償却）をしています。土地は買ったときの値段です。



平成16年度新たな有形固定資産の主なもの



借 方			
勘定科目	16年度		15年度
		市民一人当たり	
<b>[資産の部]</b>			
<b>1.有形固定資産</b>			
(1) 美しい自然と共生するまちづくり	30,575	949	30,140
(2) 多彩な産業が発展するまちづくり	5,830	181	5,918
(3) 誰もが安心できるまちづくり	7,418	230	7,546
(4) 豊かな人間性とふれあいを育むまちづくり	17,511	543	16,555
(5) 市民と行政が協働するまちづくり	3,455	107	3,576
有形固定資産合計	64,789	2,010	63,735
<b>2.投資等</b>			
(1) 投資及び出資金・貸付金等	4,640	144	4,508
(2) 基金	3,329	103	3,585
投資等合計	7,969	247	8,093
<b>3.流動資金等</b>			
(1) 現金・預金	2,647	82	2,832
(2) 未収金			
①市税	414	13	382
②その他	1,135	36	500
(3) その他	67	2	76
流動資産合計	4,263	133	3,790
資産合計	77,021	2,390	73,618

各施設等を建設するために積み立てた基金や関係団体へ出資したお金、市民への貸付金などです。

市が保有している現金・預金や税金、使用料の未収金などです。

### 第5次長期総合計画に基づいた区分

- ①美しい自然と共生する快適なまちづくり  
市道、都市公園（中央公園、釜無川河川公園等）、市営住宅、上下水道など
- ②多彩な産業が発展するまちづくり  
農道・水路・林道・市民農園等農林業施設と銀河鉄道展望公園等観光施設など
- ③誰もが安心できるまちづくり  
保育園・児童センター・デイサービスセンター等福祉施設、市立病院・保健福祉センター等保健施設、各地区の消火栓・消防車等消防関係施設など。「ゆーぶるにらさき」もここに入ります。
- ④豊かな人間性とふれあいを育むまちづくり  
小中学校の校舎、体育館など教育関係施設や文化ホールなど
- ⑤市民と行政が協働するまちづくり  
市役所庁舎、市民会館や各施設を結ぶ情報化設備など

# 土地・建物を売ったときは確定申告が必要です

土地・建物などの資産を売って得た所得は「譲渡所得」として、確定申告をしなければなりません。また、資産を交換した場合（金銭の授受がない場合）にも、確定申告をしなければ税法上の特例は受けられません。その確定申告をスムーズに済ませるためにも確定申告の前に『譲渡内容のお尋ね』を済ませましょう。

## 譲渡所得のお尋ね調査に おいでください

譲渡所得には多くの特別措置があり、大変複雑で確定申告の期間中は申告会場が混雑しますので、譲渡所得の相談をお受けすることができません。

市では、土地・建物等を譲渡又は、交換した方を対象に、確定申告の準備調査として「譲渡内容のお尋ね」を行います。この「譲渡のお尋ね」を受けていない方は、2月から行われる市の「確定申告相談・受付」ではお受けできませんので、ご注意ください。

日時 11月25・28・29日  
会場 市役所一階防災会議室

対象者 土地・建物等を譲渡

しったり交換された方  
（市から通知しますが、通知の有無にかかわらず譲渡のあった方はおいで下さい）

持ち物 売買契約書、売りに係る費用の領収書、印鑑

## 譲渡所得の税金は

譲渡所得に対する税金は「分離課税」という方法で、他の所得とは区別して計算します。また土地・建物を売った年の1月1日までの所有期間により、次のように取り扱いが分かります。

### ◆長期譲渡所得

所有が5年を超える場合  
税率 譲渡所得金額の15%



（所得税）及び5%（住民税）

### ◆短期譲渡所得

所有が5年以下の場合  
税率 譲渡所得金額の30%（所得税）及び9%（住民税）  
問い合わせ 税務室市民税係  
（内線152〜154）

## 家屋を取り壊された方へ

固定資産税は、毎年1月1日現在に所在する家屋に課税されます。従って、年の途中で家屋を取り壊した場合でも、その年は課税される事となりますが、翌年からは課税されなくなります。

そのため、家屋を取り壊した場合には、速やかに固定資産税係へ「家屋滅失届」を提出してください。（登記所にて家屋の滅失登記をされた方は必要ありません）  
なお、用紙は税務室の窓口か市ホームページからダウンロードできます。

## 住所、納税義務者等が変わった方へ

固定資産税の納税義務者の方で住所の変更や納税通知書の送付先変更、また納税義務者がお亡くなりになられた等の場合には届出が必要ですので、税務室までご連絡ください。

また、未登記の固定資産を売買等により所有権が移った場合にもご連絡をお願いします。  
お問い合わせ 税務室固定資産税係（内線157・158）

## 自賠責保険・共済の期限は切れていませんか？

自賠責保険・共済は、万一の交通事故の際の基本的な対象賠償を目的として、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられている保険・共済です。特に車検制度のない250cc以下のバイク（原動機付自転車・軽二輪自動車）は、期限切れ、かけ忘れにご注意を！

自賠責制度の詳しい内容は、

<http://www.jibai.jp> へ



## 高齢者インフルエンザ予防接種

10月20日～1月31日まで

高齢者がインフルエンザにかかると普通の風邪に比べて気管支炎や肺炎を併発し、重症化することがあります。また、風邪と初期の症状が似ているのでインフルエンザを早期に見分けるためにも予防接種を接種しましょう。インフルエンザにかかった方の75%は予防接種で感染を免れることができますとされており、非常に有効的な予防接種になります。

一般的には65歳以上の方には1シーズン1回の予防接種で効果がありますが、毎年変化しながら流行するため流行が予測されるウイルスに対応した予防接種を受けておくことが必要です。

●対象市民  
・接種日現在65歳以上の方（対象者には、予診票を郵送します。）  
・接種日現在60歳以上65歳未満の方で心臓や腎臓、呼吸器等の機能に障害のある方  
\*実施期間中に65歳の誕生日を迎える方は、誕生日の前日から対象になります。

●実施期間 10月20日から平成18年1月31日まで

### ●接種医療機関

市指定の医療機関（市より送付した案内書又は保健予防係でご確認ください）です。

### ●接種費用

指定医療機関により予防接種料金が異なりますが、2、500円までは市が負担します。2、500円を超える差額については、医療機関の窓口において個人でお支払いいただきます。なお、実施期間以外の日や、指定医療機関以外で接種した場合は、接種費用は全額自己負担となります。

### ●接種手続

お送りした『予診票』に必要事項を記入のうえ、健康手帳及び健康保険証等（身体障害者手帳）をお持ちになり、指定医療機関にあらかじめご予約のうえお出かけください。  
\*『予診票』を紛失された方には、保健福祉センターにおいて再交付いたしますので健康保険証をお持ちの上おいでください。

### ○問合せ先

■ 葦崎市保健福祉センター内（市立病院北側）  
健康推進室 保健予防係

☎ 23-4310

人権擁護委員が新たに委嘱されました。

人権擁護委員は、法務大臣が委嘱した民間のボランティアの人達です。

人権相談会を開催したり、電話などで市民の皆さんからの人権相談を受けるなど、積極的に活動を行っています。

### 新任委員

秋山 泉（中央町）

### 現任委員

- 水上邦子（清哲町）
  - 浅川末子（竜岡町）
  - 小林芽子（本町二丁目）
  - 森きみ子（穴山町）
  - 秋山純子（大草町）
  - 古井明男（富士見ヶ丘 一丁目）
- なお、佐々忠三（中央町）さんは、今回退任されました。  
長い間、ご苦勞さまでした。

## 11月は児童虐待防止推進月間です！

児童虐待への対応が地域に根付き、効果的に実施されていくためには、援助関係者を含む各界各層の幅広い国民の理解をふかめていくことが不可欠です。このため、児童虐待防止法の施行月である11月の一ヶ月を「児童虐待防止推進月間」と定め、急増する児童虐待問題に対する社会的関心の喚起を図ります。

### ○児童虐待とは

- ・身体的虐待（殴る、蹴る、やけどを負わせる、溺れさせる等）
- ・性的虐待（性的行為の強要、性器や性交をみせる、ポルノグラフィの被写体にする等）
- ・ネグレクト（家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、車の中に放置する、保護者以外の同居人による虐待を放置する等）
- ・心理的虐待（言葉による脅し、無視、兄弟間の差別扱い、子どもの目の前で配偶者（事実上の配偶者も含む）に暴力を振るう等）をいいます。

### ○子どもを虐待から

守るための5か条

- ①「おかしい」と感じたら迷わず連絡（通告）（通告は義務）権利 児童相談所・福祉事務所に連絡下さい。あなたの秘密は守られます。）
- ②「しつけのつもり…」は言

い訳（子どもの立場で判断）

- ③ひとりでは抱え込まない（あなたにできることから即実行）
- ④親の立場より子どもの立場（子どもの命が最優先）
- ⑤あなたの周りでも起こりうる（特別なことではない）

児童虐待は、子どもの心に深い傷を残して人格形成に大きな影響を与えますが、親自身も傷つき、自己嫌悪に陥り、周囲と孤立してしまいがちです。「虐待だ」とむやみに責め合わず、子どもが良い環境で育てられるよう社会全体で支援していきましょう。  
近隣の方でも親御さんでも、いつでもご相談ください。

連絡先 県中央児童相談所  
☎ 055(254)8617  
福祉室児童福祉係  
(内線133)

# 蕪崎市職員を募集します

採用職種 薬剤師・理学療法士・看護師  
 試験日時 一次試験：12月11日(日) 午前9:00～  
 試験内容 教養試験・適性検査・作文  
 試験会場 受験者数に応じ会場を決定し、受験者に通知します。  
 受験資格・採用人員 下表をご覧ください。  
 受験申込等 右記必要書類を添えて総務室職員係に申込みください。  
 (代理人・郵送による申込可)  
 申込受付期間 11月1日(火)～11月21日(月)  
 午前8:30～午後5:15(土・日曜日は除きます)  
 ●お問い合わせ 総務室職員係(内線317)  
 \*採用試験結果については、本人に限り開示します。

**必要書類**

①採用試験受験申込書  
 (総務室職員係で配付、郵便請求は返信同封に限り可・市HP上で入手可)  
 ②最終学校卒業証明書(写し)  
 又は卒業見込証明書  
 ③免許・資格証明書(写し)  
 (免許資格を採用要件とされている職種の受験者)

## 試験区分

採用職種	試験区分	予定人員	性別	年齢要件	学歴・資格等要件	住所要件	その他要件
医療職	薬剤師	1名	不問	S50.4.2～ S58.4.1生	薬剤師資格を有する者	無し	・地方公務員法第16条に該当しない者
	理学療法士	2名		S50.4.2～ S59.4.1生	理学療法士資格を有する者		
	看護師	3名		S50.4.2～ S61.4.1生	看護師免許を有する者(見込を含む)		

昭和59年4月2日以降に生れた者で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した者、若しくは平成18年3月末までに卒業見込みの者も受験できるものとする。

## ご注意ください。住民異動届

住民異動届(転入・転居・転出・世帯変更届)は、世帯主か異動する本人からの届出しか法律で認められておりません。これ以外の方が届出をする場合には、委任する方が自書押印した委任状が必要になります。委任状をお持ちにならないで、届出にすることが多い事例は「子の異動届を世帯主でない母が届出する場合」や「親の異動届を世帯主(子)の配偶者が届出する場合」等がありますので、注意してください。

### 委任状について

各種届出や住民票・戸籍・税証明書等の交付申請の際、ご本人が来庁できない時に代理人に委任する場合には、委任状が必要になります。夫婦や親子であっても必要な場合があります。

- 委任状は、トラブル防止の観点から、委任する方が必ず全てを自書し押印のうえ、窓口に来られる方に持たせてください。
- 委任状の様式は特に定まっていません。委任された方(窓口に来られる方)の住所・氏名、委任する事項(詳細に)、委任する方(本人)の住所・氏名・押印・生年月日・連絡先電話番号を、明記してください。
- 委任状に不備がありますと、窓口で時間が掛かったり書き直して再度来庁をお願いする場合がありますので、注意してください。
- 委任状は、市民係窓口に着いてから

ります。また蕪崎市のホームページ上にも様式が掲載してありますので、ご利用ください。

- 委任状が必要かどうか、書き方がわからない場合等は事前にお問い合わせください。

### 印鑑登録証(カード)について

印鑑登録証明書は、カードがなければ発行することはできません。一度交付されたカードを紛失等しますと、悪用される恐れもあり、また再発行(有料)の手続きをとらなければなりませんので大切に保管してください。

なお、登録証明書はカードを持参していただければ、どなたが来庁されても発行できますが、窓口で申請書(住所・氏名・生年月日)を記入していただきますので、ご承知おきください

### 問い合わせ

市民室市民係(内線112・113)

# 環境だより

資源物は  
資源物ステーションへ

## 住宅用太陽熱高度利用システム補助制度について

補助対象者 集熱器の総面積75㎡までのソーラーシステムを設置される方。  
補助金額 集熱器の総面積に応じた補助金が受けられます。  
（※補助金額はソーラーシステムの形式により差が生じます。）  
補助額の目安  
6㎡で約 10万円  
75㎡で約125万円  
※住宅以外の建物に設置する場合も対象となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ先・財団法人新エネルギー財団 太陽熱利用部  
☎03(5275)9566  
ホームページ  
<http://www.nefor.jp>

## ごみと資源物の出す場所は違います



ごみは、  
1. 決められたごみを  
2. 決められた日と時間までに  
3. 決められた場所へ  
分別の（可燃・不燃）徹底  
もえるごみ・もえないごみをしっかり分けること。  
★リサイクル活動推進中  
資源物のごみステーションでは収集しません  
新聞・雑誌類・飲料缶・ビン類・ペットボトル・ダンボール等は資源物ステーションへ  
★ごみステーションは、地区で維持管理しています。地域の方々の手によって清掃されています。地区役員の指示に従い正しい排出にご協力をお願いします。  
お問い合わせ 環境室廃棄物対策係（内線123）

## 犬・猫のフンは飼い主が処理しましょう！

最近、「田畑に犬・猫のフンをされて困る」、「道路上にフンをしたままで困る」といった、犬・猫のフンに対する苦情が多数寄せられています。犬の散歩をする時は、フンを処理できる道具を持参し、必ず持ち帰って自家処理しましょう。また、猫にはトイレを用意し、清潔に保ちましょう。  
お問い合わせ 環境室環境保全係（内線122）

## 「犬のしつけ方教室」が開催されます！

○これから犬を飼おうと思っている方  
○犬のしつけができなくて困っている方  
○犬について興味がある方  
内容「犬のしつけ方」について講演及び実演  
講師 オールドッグセンター 所属 公認訓練士  
※参加費無料  
（飼い犬の同伴はできません！）

開催日時	開催場所	問い合わせ・申し込み
11月11日（金） 午後2時から	北巨摩合同庁舎1階 101会議室	葦崎保健所 衛生課 ☎ 23-3071
11月22日（火） 午後2時から	B&G財団白根海洋センター（南アルプス市）	小笠原保健所 衛生課 ☎ 055-282-1158

## 野焼きは禁止されています！

庭先や田畑、河川敷などで家庭ごみを、ドラム缶や一斗缶・ブロック積・簡易焼却炉・穴掘り等により焼却しているのが見受けられます。家庭でビニール系のごみを燃やすとダイオキシン等の有害物質が発生します。絶対燃やさないで下さい。  
違法な野焼きは、罰則や懲役に処せられる場合がありますので、きちんと分別し、ごみステーションに出しましょう。  
※例外になっているものについても、むやみに焼却してもよいという訳ではありません。安易に焼却せずに、生活環境を第一に考えて焼却以外に適切な処理方法を考えましょう。  
※例外になっているものについても、煙害等の苦情があれば、改善指導の対象です。  
お問い合わせ 環境室廃棄物対策係  
（内線123）

## 武田の里 婦人大学受講生へ お知らせ

都合により12月講座と2月講座が入れ替わります。  
12月「いつも笑顔を大切にしますか？」  
講師 沢田亜矢子氏  
2月「盗られるものが金品だけでなくた今・・・」  
講師 梅本 正行氏  
お問い合わせ 生涯学習推進室（内線223）

# くらしの 情報



## 市の施設を無料開放します

第20回県民の日に伴って、市の施設を無料開放します。

期日 11月20日(日)

開放施設・時間 葦崎市営運動場 午前9時～午後5時 / ゆーぶるにらさき(休憩室(個室)を除く全館) 午前10時～午後6時(5時30分受付終了)  
※開放施設・時間に注意してご利用下さい。

市総合運動場 ☎20-0498  
ゆーぶるにらさき ☎20-2222

## 体験教室 「親子ふれあい クッキング」開催

日時 12月11日(日) 午前9時30分～正午

場所 市民会館4階料理講習室

内容 「デコレーションケーキをつくらう」

定員 親子12組

費用 親子一組1,000円

持ち物 三角巾・エプロン・持ち帰り容器

申込み 12月6日(火)まで  
に市中央公民館

(☎22-1121)へ

葦崎保健所で実施している「一般健康相談」(クリニック)が廃止になります。

県出先機関の再編予定に伴い、北巨摩合同庁舎の改修工事が行われるため、毎月第1、第3月曜日に実施していた「一般健康相談」(クリニック)は今年の12月から廃止になります。なお、保健所での受診を希望の方は、以下の場所へ実施していますのでご利用ください。

甲府保健所

第1、3火曜日 受付午後1時

☎055-237-1381

石和保健所

第2、4水曜日 受付午後1時

☎055-262-1935

小笠原保健所

第2、4水曜日 受付午後1時

☎055-282-1157

※受付はすべて事前予約になっています。

お問い合わせ

葦崎保健所 ☎23-3056

税務署からのお知らせ

11月11日～17日

「税を考える週間」

「税を考える週間」の一環として、にらさきショッピングセンターにおいて、11月9日(水)～17日(木)税についての作文の展示を行います。これを機に、税の仕組みや目的について考えてみませんか。お問い合わせ 甲府税務署 税務広報広聴官 ☎055-233-3111 (内線320)

全国農林統計協会から贈る  
農業日誌及び農家暦  
平成18年度版  
予約受付中

農業日誌 明日の農業に役立つ最新の農業技術満載! 農作物新品种の紹介等

予約特価1,400円

ファミリイ日誌 花作り、野菜作りなど役に立つ農業情報はもちろん家計簿、贈答品等みんなが便利に使える「家族の1冊」

予約特価1,400円

新農家暦 暦として、農家の実用ハンドブックとしてその他使い方もいろいろ、読んで得する記事で満載です。

予約特価460円

申込み・お問い合わせ  
産業経済課農林室農務係  
(内線237)

職場でのトラブルを  
ご相談下さい

職場内での労働関係のトラブル解決は、簡易・迅速な個別労働紛争解決制度(無料)をご利用下さい。

詳しくは、山梨労働基準局 総務部 企画室 ☎055-225-2851又は、最寄りの労働基準監督署まで。

11月は  
ゆとり創造月間

11月はゆとり創造月間に併せ、賃金不払残業解消キャンペーン月間も実施しており、11月23日には、全国一斉無料相談ダイヤル  
☎0120-897-933(はやくなくさすサービスセンター)

を設置し、労働基準法に違反するサービス残業等についての電話相談を行います。

詳しくは

山梨労働局労働基準部監督課

☎055-225-2853

甲府労働基準監督署

☎055-224-5611

# カレンダー - 11

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	24	25	26
27	28	29	30			

## 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。

### 「やまなし女性のチャレンジ」シンポジウム

テーマ 「就職・再就職・NPO活動・起業・・・社会へチャレンジするあなたへのメッセージ！」

開催日時 11月11日(金)午後1時30分～3時30分

開催場所 山梨県立男女共同参画推進センター びゅあ総合 甲府市朝氣1-2-2(厚生年金会館となり)

対象者 社会へのチャレンジを始めようとする県内女性200人

参加申込方法 当日参加もできますが、できるだけ事前にお電話でお申し込みください。  
☎055-223-1358

### 配偶者からの暴力防止啓発講演会

11月12日(土)～25日(金)までの2週間は女性に対する暴力をなくす運動の実施期間です！

配偶者からの暴力(ドメスティックバイオレンス)は、犯罪となることもある重大な人権侵害です。被害者を保護し、支援するために、そして配偶者からの暴力のない社会

を実現するために、今、私たちが知っておかなくてはならないことを学びましょう。

開催日時 11月22日(火)午後1時30分～3時30分

開催場所 山梨県立男女共同参画推進センター びゅあ総合 甲府市朝氣1-2-2(厚生年金会館となり)

開催内容 講演「ドメスティックバイオレンスのない社会をめざして」講師 戒能民江氏(お茶の水女子大学生活科学部教授・学部長)

参加申込方法 当日参加もできますが、できるだけ事前にお電話でお申し込みください。  
☎055-223-1358

### 生涯学習ボランティアバンクに登録を！

あなたの体験・学習成果・趣味を生かして「生涯学習ボランティアバンク」に登録して、指導者として活躍しませんか。

例えば、パソコンで年賀状の作成やインターネットの使い方を教えてくださる方、体操指導を指導していただける方、戦争体験を生徒に語ってくださる方等々、特にジャンルにこだわらず「ボランティアとして活動してみたいな」と意

欲のある方を募集します。申込み・お問い合わせ 峡北教育事務所(担当 跡部) ☎23-3007

### 16ミリ映写機操作 技術認定講習会

2年に一度のチャンスです。あなたも1日だけの講習で操作資格が取れます。

日時 12月10日(土) 午前8時30分～午後5時

会場 北杜市須玉町ふれあい館

定員 30名程度(応募多数の場合は抽選)

対象 韮崎市・北杜市・小淵沢町・旧双葉町に居住、勤務している15歳以上の方

受講料 1,500円  
申込み・お問い合わせ 峡北教育事務所 ☎23-3007

### 合同就職面接会 「ステップ・アップ 山梨」開催

独立行政法人雇用・能力開発機構は山梨労働局/ハローワーク、山梨県、(財)山梨県雇用促進協会と共催で、合同面接会「ステップ・アップ山梨」を開催します。

参加企業と就職を希望される方(大学卒業予定者含む)の就職面接会の他、企業の方を対象にした従業員の能力開発等の相談コーナーを設けます。  
日時 11月9日(水) 午後1時～5時(受付12時30分より)  
会場 アピオ甲府  
開催内容 合同就職面接会(ハローワーク就職相談、キャリア相談、情報提供・相談コーナーを併設)  
お問い合わせ 独立行政法人雇用・能力開発機構山梨センター業務課雇用管理係 ☎055-242-3061

福祉の日バザーにご協力ありがとうございました。ごさいました。

福祉の日実行委員会より市民のみなさまにお礼申し上げます。

みなさまのご協力により3,002点の品物が集まりました。当日の売上金361,100円は、福祉基金に積み立てさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

## 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。ご協力をお願いします。

### ◆ 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

「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 午後12時15分～

NHK「のど自慢」が久しぶりに葦崎で開催されます。ゲストは西城秀樹、石川さゆり。NHK総合放送にてご覧下さい。☎ 20-1155 市文化ホール

### ◆ 溝口肇 コンサート

12月11日(日) 17:00開演/大ホール ◆全席指定 4,800円 \*未就学児入場不可

公演内容 誰もが一度は耳にしたことのあるの名曲の数々を世に送り出している溝口肇。じんわりと心に染み込むコンサートをお楽しみ下さい。\*共催: UTYテレビ山梨 ☎ 20-1155 市文化ホール

### ◆ 第11回武田の里音楽祭

12月23日(祝) 14:30開演/大ホール ◆全席自由 700円

武田の里音楽祭合唱団のジュニアと一般が、江上孝則指揮によるN響団友オーケストラの演奏をバックに歌う音楽祭。クラシック音楽等になじみのない方にも楽しんでいただける葦崎市文化ホール恒例の事業。☎ 20-1155 市文化ホール

### ◆ 吉田兄弟コンサート

平成18年2月11日(祝) 18:00開演/大ホール ◆全席指定 前売一般 5,000円 前売会員 4,700円 当日 5,500円

\*未就学児入場不可

津軽三味線の伝統的奏法をしっかりと守りつつ、果敢にも津軽三味線サウンドの可能性に挑み続けている吉田兄弟によるコンサート。\*共催: 甲府音協 ☎ 20-1155 市文化ホール

### ◆ 森山直太郎コンサート

平成18年2月15日(水) 19:00開演/大ホール ◆全席指定 5,775円 \*未就学児入場不可

11月発売のシングル「風花」が10月放送のNHK連続テレビ小説「風のハルカ」の主題歌に決定した、聴く者の心に染み入る楽曲を世に送り続ける唯一無二のシンガーソングライター、森山直太郎によるコンサート。☎ 20-1155 市文化ホール

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

公証役場事務長  
逮捕監禁致死事件

(被疑者の年齢は平成17年1月現在)  
地下鉄サリン事件 地下鉄サリン事件



現在のイメージ画  
平田 信 39歳 183cm

現在のイメージ画  
高橋 克也 46歳 173cm

現在のイメージ画  
菊地 直子 33歳 159cm

▼ 葦崎警察署だより ▲  
オウム特別手配被疑者の発見にご協力ください!  
地下鉄サリン事件が敢行されてから10年以上の年月が経過しましたが、犯人は未だ逃走中です。全国の警察はもちろんのこと、山梨県警察・葦崎警察署では、犯罪史上最も凶悪な犯罪を風化させないた

めにも全力を挙げて犯人の検挙に取り組んでいます。事件に関して些細な事でも結構ですので、ご連絡を下さい。  
葦崎警察署 ☎ 22-0110  
フリーダイヤル ☎ 0120-006024  
オウム24時間

# みんなの ひろば

## 葦崎スポーツクラブバドミントン大会

期 日 11月13日(日) 午前8時40分開会式  
午前9時競技開始

会 場 市営総合運動場体育館(メイシアリーナ)  
パ ー ト 小中学生の部・初級者の部・中級者の部  
※種目はダブルスのみなので、必ず二人一組でお申  
込ください。

※男子、女子、混合は問いません。

参加資格 葦崎市に在住もしくは勤務先のある方

参加費 一組 2,000円

(高校生以下は一組1,000円)

※申込時もしくは大会当日にお願いします。

※スポーツクラブ会員は無料です。

申込締切 11月9日(水)

申込場所 〒407-0024 本町四丁目9-2

市営総合運動場内 葦崎スポーツクラブ事務局

☎21-2255 FAX 22-0498

e-mail nirasupo@gaecoon.ne.jp

※申込書は体育館事務室にあります。FAX、e

mailにてお申込みの方は、氏名、連絡先、

参加のパート区分を必ず明記してください。

### 光ファイバサービスの誘致活動のお知らせ

私たち「にらさき光ネット推進会」では、葦崎市全域で高速情報通信(光ファイバ)サービスが使えるよう誘致活動を行っています。

第一期の誘致活動の結果、釜無川右岸地域6町の来年2月からの光ファイバサービスが決定されました。今回、第2期推進地域として下記地域の誘致活動を行います。この地域一帯である程度まとまった数の仮申込を条件にサービスが開始されます。

インターネット環境に不満を持っている方・これから始めようと思っている方。この機会に誘致活動にご協力くださいますようお願いいたします。

料金その他詳しくは、事務局までお問い合わせください。

\*第2次推進エリア…藤井町・中田町・穴山町・穂坂町・祖母石・一ツ谷・栄・岩下・上ノ山地区

問い合わせ…にらさき光ネット推進会事務局(葦崎市商工会内) ☎22-2204 FAX 22-9500

E-mail nirasaki@shokokai-yamanashi.or.jp

URL http://www.shokokai-yamanashi.or.jp/~nirasaki/

### おたんぼくびんど 高齢者疑似体験しよう

お子様と一緒に一日体験してみませんか。

日 時 11月19日(土) 午前9時50分～正午

場 所 市民会館4階

対象者 小学1年生～中・高校生

申込み・お問い合わせ

ガールスカウト山梨第9団

☎22-0344(小池) ☎22-1155(山寺)

☎23-5222(平沢) ☎25-2164(上野)

## 文芸コーナー

### 俳句 (協力 文化協会俳句部)

田螺振る曲りし腰を更に曲げ

知見寺す、む

秋の岳雲の上の雲逆走す

東條しげる

最悪な今日の運勢胡桃割る

上野 妙子

言ひ足りぬ思ひもありて天の川

保坂 静と

神無月雑兵の墓石ひとつ

上野 和賀

### 川柳 (協力 文化協会川柳部)

老いてなお身体をきたえ髪を梳く

大柴とみ子

妻の衣をピンクに染めたブドウ棚

小林おさむ

物差しの甘さ気付かぬエゴイスト

藤巻 朱実

減反へ二足の草鞋うまく履く

野澤 道夫

清濁を飲んで羽ばたく政治劇

浅川のぼる

毎月第1日曜日は、

男女共同参画の日

11月の標語

みんなが学ぼう地域の

男女共同参画

広報にらさき9月号 新農業委員名簿の 志村 治 様の住所について錯誤があり大変ご迷惑をおかけいたしました。次のおとり訂正いたします。(正) 下祖母石

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。紹介文に写真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」1441号より)

一般書

◆「声のふしぎ百科」 鈴木誠史著

家庭や街に溢れている音声に関わるトピックを中心に、声がヒトの産物として作られる原理、声の性質や声に関わる種々の技術を平易に解説。「声（音声）」にまつわる研究と雑学的知識の集大成。

◆「凍」 沢木耕太郎著

最強のクライマー・山野井夫妻を襲った一瞬の魔。生きて帰るために、宙吊りになった妻の頭上で追られた究極の決断とは。フィクション、ノンフィクションの枠を超え、圧倒的存在感で屹立する、ある登山の物語。

◆「さようなら、私の本よ！」 大江健三郎著

国家の巨大暴力に対抗するため、個の単位の暴力装置を作る繁と、人類の崩れの「徴候」を書きとめる古義人。「おかしな2人組」の、絶望から始まる希望を描く長編小説。

児童書

◆「ちかい家族とおい家族」 今西乃子著

だれでも、家族が一番大切なんだ。子どもとわかれ、妻とわかれ、ひとり家族を思う…。ボランティアで診察しているクリニックを中心に、東京・山谷の青テントで暮らすオッチャンたちを追ったノンフィクション。

◆「さよなら地底人」 高科正信作 荒井良二絵

ともだちの陽子ちゃんは、妖精を見たんだって！ わた

開館時間 午前9時～午後5時

★休館日のお知らせ

3 (木) ・ 7 (月) ・ 14 (月) ・ 21 (月)  
23 (水) ・ 28 (月) ・ 30 (水)

しのおにいちゃん、地底人を知ってるって！ほんとかなあ？ わたしはまだ、妖精にも、地底人にも会ったことがない！ 万寿は地底人に会えるのでしょうか？

◆「わたしはとべる」 M・ブレア絵 R・クラウス文

少女は歌います。小鳥のように「わたしはとべる」。牝牛のように「わたしももう」。草原の動物や虫たちと、少女は歌いつづけます。1951年刊行以来、全米で親しまれてきたクラシック絵本。

※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。

★朗読のつどい 11月12日(土) 午後2時～

市民会館4階大会議室 ※次回は12月3日(土)です。

内容

「書くことと生きること」石垣りん作(朗読 津金孝子)

「羅生門」芥川龍之介作(朗読 柴山裕子)

「聖の青春」大崎善生作(朗読 清水 一)

\*朗読は“葦崎なみの会”の皆さんです。お楽しみに！

★今月のだっこの会 11月16日(水) 午前10時30分～

市民会館3階和室

★今月のおはなし会 11月26日(土) 午後2時～

市民会館3階和室

材料(4人分)

- 鶏ささみ……………2本
- 大根……………15cm
- みょうが……………2個
- 大葉……………5枚
- しょうが……………1片

- A
- すだち、かぼす、ゆずなどの搾り汁……………大さじ4
  - しょうゆ……………大さじ2
  - 白ゴマ……………大さじ1
  - 塩……………少々
  - 酒……………少々

一人当たりの栄養価

- エネルギー……………65kcal
- 脂質……………1.6g
- 塩分……………1.4g
- タンパク質……………11.15g
- カルシウム……………54.18mg

- ① 鶏ささみに塩、酒を振り、電子レンジで5〜6分加熱して冷ましておく。
- ② 大根、みょうが、しょうが、大葉をせん切りにして水にさらしておく。

作り方



大根とささみのサラダ

マイワケサラダ

協力 葦崎町食生活改善推進員会

\* 一口メモ \*

これからの季節、新鮮な大根がたくさん採れます。大根、ゴマはカルシウム、鉄分を豊富に含みビタミン、ミネラルも摂ることが出来ます。

風邪の予防に是非作ってみてはいかがでしょうか。「ゴマドレッシング」でも良いでしょう。

- ③ ②の野菜の水を切り、鶏ささみと一緒に皿に盛る。Aの材料を合わせたドレッシングをあえてゴマを散らす。

No.32

# 児童センターで遊ぼう!

**\*親子で遊ぼう(お絵かき)\***  
 北西 11月8日(火)~9日(水) AM11:00~  
**\*親子で遊ぼう(折り紙)\***  
 甘利 11月15日(火)~18日(金)  
 AM11:00~  
 北東 11月22日(火) AM11:00~  
 葦崎 11月30日(水) 12月1日(木) 2日(金)  
 AM11:00~

**\*作って遊ぼう\***  
**小麦粉粘土** (要予約・材料費自己負担)  
 葦崎 11月9日(水) AM10:30~  
 北東 11月17日(木) AM10:30~  
 北西 11月18日(金) AM10:30~  
**ホットケーキ作り** (要予約・材料費自己負担)  
 甘利 11月30日(水) AM10:30~

**\*親子ふれあい体操(センター職員)\***  
 葦崎 11月16日(水) AM10:30~11:30  
 持ち物 バスタオル

**\*てあそび うたあそび\***  
 甘利 11月8日(火) AM10:30~11:30

**\*お話し会\***  
 北東 11月24日(木) AM10:30~11:30  
 ※講師……ききみみずきん

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して下さい。

**\*幼児安全法講習会\***  
 北西 11月25日(金) AM10:30~11:30  
 ※講師……日本赤十字社

**\*家庭教育支援総合推進事業「子育て講座」\***  
 葦崎 11月29日(火) AM10:30~11:30  
 ※演題「子どもを伸ばす知恵」  
 ※要予約・託児有り  
 ※講師……横森 岑子 先生

**小学生対象**  
**\*さちかぜ号\***  
 甘利 11月2日(水) PM3:00~  
 ※講師……山梨県警察  
**\*レクゲーム\***  
 葦崎 11月7日(月) AM10:00~  
 ※講師……愛宕山こどもの国職員  
**\*避難訓練\***  
 甘利 11月15日(火) PM2:30~  
 ※協力……葦崎消防署  
**\*防犯教室\***  
 北西 11月16日(水) PM3:00~  
 ※講師……葦崎警察署

開館時間 月~土曜日 午前9時から午後7時まで  
 0歳~6歳(未就学)児は、保護者同伴でお願いします。  
 放課後児童クラブ 月~金  
 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 いろいろしゃいませんか?



- \*子育てトーク  
11月2日(水)・12月14日(水) AM10:30~(支援センター)
- \*第3回 親子カウンセリング教室  
11月4日(金) AM10:00~(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
- \*子育てパパママ講座(要予約)  
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
- \*フラワーアレンジメント  
11月8日(火) AM10:00~(支援センター)  
※講師……蓮月古流 松巳齊 雨宮 理節 先生  
※要予約・材料費自己負担 ※持ち物……花ばさみ
- \*簡単ビーズアクセサリー作り  
11月10日(木) AM10:00~(支援センター)  
※講師……ビーズインストラクター 保坂 綾 先生  
※要予約・材料費自己負担 ※持ち物…空き箱又は空き缶
- \*親子ふれあい体操 (児童センター合同事業)  
11月12日(土) AM10:30~(市営体育館)  
※講師……こどもの城 指導員 ※要予約 11月4日(金)まで  
※持ち物……室内シューズ
- \*七五三のお宮参りに参加しましょう  
11月15日(火) AM10:00~(當麻戸神社)
- \*誕生会に参加しましょう  
11月16日(水) AM10:00~(支援センター・藤井保育園 遊戯室)

- \*ふれあい遊び  
11月18日(金) AM10:30~(藤井保育園遊戯室)
- \*園児の遊戯を見学しましょう  
11月22日(火) AM10:00~(文化ホール・大ホール)
- \*体位測定  
11月24日(木) AM10:30~(支援センター)
- \*小児鍼教室  
11月29日(火) AM10:30~(支援センター)  
※講師……大内 幸恵 鍼灸師  
※持ち物……ティースプーン ※要予約
- \*第2回 手作りおやつ教室  
11月30日(水) AM10:00~(保健福祉センター・栄養指導室)  
※講師……保育園栄養士 横森 千代子 栄養士  
※要予約……親子20組・材料費自己負担  
※持ち物……エプロン・三角巾・スリッパ・飲み物  
子どもさんと一緒に作れる方は、エプロン・三角巾・スリッパ
- \*体位測定  
12月2日(金) AM10:30~(支援センター)
- \*クリスマス会 (児童センター合同事業)  
12月6日(火) AM10:30~(市文化ホール・小ホール)  
※講師……ピッピの会 ※要予約・プレゼント代自己負担
- ☆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)

# 11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	Dコース① 21日(月) Cコース③ 26日(土)	13:30~ 9:00~	妊産婦の食事・妊婦体操 沐浴実習・呼吸法	保健福祉センター (市立病院隣) (☎23-4310)
機能訓練教室	2,4,7,9,11,14,16,18,21, 25,28,30日12月25日	13:30		
すくすく教室	8日(火)	13:00	対象：H17年4月生まれ	
よちよち教室	15日(火)	13:00	対象：H16年12月生まれ	
のびのび教室	16日(水)	13:00	対象：H15年10月生まれ	

## 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	24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7月生まれ	25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4月生まれ	11日(金)		
3歳児	H14年10月生まれ	18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10日(木)	13:30~14:30	葦崎市営体育館 (☎22-0498)

### 医療Q&A「スポーツを始める前の注意点」

Q 55歳の男性です、このところ運動不足を感じて何かスポーツをはじめようと思っています、注意する点があったら教えてください。

A スポーツをすることは血圧やコレステロールが下がり、肥満も改善します。健康作りのために大変良いことです。一方スポーツが原因となるケガや病気も多く見かけます、そのいくつかを紹介し、その予防についてお話しします。

アキレス腱とは腓腹筋、ヒラメ筋という二つの筋肉が踵(かかと)についている腱(けん)の部分を言います。断裂の直接の原因は筋収縮がうまくコントロールされないためです。その原因として準備運動不足や疲労、飲酒、過緊張状態で運動すると起こりやすいと言われています。肉離れは普段トレーニングをしていない人が急に運動した時にふくらはぎに多くみられます。ふくらはぎの筋肉が柔軟性を失っていて、筋肉自体が切れてしまいます。その要因として準備運動不足、疲労、過緊張などが考えられます。

予防対策は、普段から心掛けることは筋肉の柔軟性を保つことと筋力強化をすることです。スポーツ種目に応じたストレッチや筋力強化トレーニングを行い、特に中高齢者の方はふくらはぎの筋肉を十分に手入れして下さい。

運動をする際は軽いランニングでウォーミングアップをおこない、準備運動として柔軟体操やストレッチを行ってから本番にいききたいですね、また整理運動をすることで翌日に疲れを残しにくくなります。特に寒い季節には十分な準備体操や体温の調節などに気を付け、楽しく運動を続けてこそ健康づくりに効果奏するものです。

市立病院 理学療法士 伊神 直子





## 11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。

4 金	富士見 1～3丁目・岩下・上の山
7 月	穂坂町権現沢・上の原・上今井・原・長久保
8 火	穂坂町日の城・三之蔵・三ツ沢上・下・飯米場
9 水	静心寮
10 木	穂坂町柳平・宮久保・鳥の小池
11 金	藤井全区
14 月	中田町・穴山町全区
15 火	円野町全区
16 水	中田町敬老会
17 木	清哲・神山町全区
18 金	旭町全区
21 月	大草町全区
22 火	在宅障害者ふれあい交歓交流会
24 木	竜岡町全区
25 金	老壮大学
28 月	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・高原原
29 火	富士見 1～3丁目・岩下・上の山
30 水	穂坂町権現沢・上の原・上今井・原・長久保
12/1 木	穂坂町日の城・三之蔵・三ツ沢上・下・飯米場
2 金	穂坂町柳平・宮久保・鳥の小池
5 月	藤井全区
6 火	中田町・穴山町全区

## 各種税等の納期限

国民健康保険税 第5期

下水道事業受益者負担金第3期

11月30日(水)

### 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・2・3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 11月の予約受付は11月10日 AM 9:00～電話受付

(要予約)  
企画財政室  
(内線322・323)

実施日	場所	時間
24(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

- 2日(水)社放研すずらん PM 1:30 市民会館
- 8日(火)社放研ほほえみ PM 8:00 竜岡公民館
- 9日(水)社放研もみじ PM 8:00 藤井公民館
- 11日(金)～13日(日)文化祭(作品展示) 文化ホール
- 13日(日)生涯学習フェスティバル AM 9:30
- 15日(火)社放研あすなろ AM 10:00 市民会館
- 17日(木)武田の里婦人大学移動学習 AM 7:00 葦崎駅前
- 25日(金)老壮大学 PM 12:30 市民会館

総合健診結果報告会(保健福祉センター)

- 22日(火) 10月14日受診者
- 24日(木) 10月16日受診者
- 25日(金) 10月17日受診者
- 28日(月) 10月18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)



## 山梨県消防団操法大会

10月16日、田富町の消防学校において、ポンプ操法の県大会がおこなわれました。

◀ 選手宣誓をする韮崎市消防団員



## 放流キッズ大作戦

10月6日、北西小4年生が、あまごの稚魚を釜無川に放流し、川や人との関わりやその恵みについて学びました。



## スクールガード・リーダーを委嘱

元都留警察署長の清水夏男さん(本町一丁目)を「スクールガード・リーダー」(地域学校安全指導委員)に委嘱しました。

わが家の主役  
写真を募集しています

## わが家の主役



元気いっぱい育ててね  
晴真(はるま)くん  
平成17年3月27日生  
大草町若尾  
安部祐司・綾さん長男



◀ ぶどうの皮飛ばしレースの様子

## 穂坂名産まつり

第10回目を迎えた穂坂名産まつりが9月19日、市勤労青年センターで開催されました。多くのイベントや、出店が出て大勢の人で賑わいました。

## 100歳おめでとうございます!!



10月4日、中央町の小澤ひめよさんがめでたく100歳を迎えられ、小野市長が100歳のお祝いに伺いました。  
歌を歌うことや、人が訪ねてくることを楽しみにしているそうです。