



武田の里・サッカーのまち

平成18年 2006 / 10月号

# 報にらさき



PUBLIC RELATIONS MAGAZINE "NIRASAKI"

No.705

## 目次 Contents

- 特集 ゴミ 排出する人 処理する人 …… P.02
- 国保は皆さんの健康を支える制度 …… P.10
- 武田勝頼公新府入城祭り …… P.16
- まちかどトピックス …… P.18
- くらしの情報 …… P.20
- 市民のひろば …… P.28



武田の里の魅力・再発見 Vol.6

川辺の憩いの空間 ふれあい公園

関連記事は19ページに掲載

(表紙：道の駅にらさき東側 ふれあい公園)

# 排出する ゴミ 処理する 人

生活を営むうえで、  
毎日出され続けるゴミ。  
あなたの手から排出されたゴミは、  
誰の手を介して処理されるか、  
想像してみたことがありますか？



パッカー車で収集される積み上げられたゴミ袋の山

## 例えば、買い物をする時に、 「タマゴの殻って何ゴミだっけ？」 というように…



向山 泰央 さん  
(有) クリーンワークサービス

普段何気なくゴミ収集所に持って  
いっている私たちのゴミ袋。  
収集にたずさわる方は、そのゴ  
ミの出し方をどのように見てい  
るのでしょうか。

できるだけスムーズに  
収集できるように

ゴミの回収をしている時、ガラ  
スや焼き鳥の串、バラの枝などの  
尖ったものが出されているのを、  
知らずにつかんで手に怪我をする  
ことがあります。「ガラスが入っ  
ています」というように、危険だ  
とわかる表示が書いてあるのを  
見ると、とてもありがたいです、  
安心して集めることができます。  
私たちも狭い道などでは、通行  
の妨げになる場合もあるため、で  
きるだけスムーズに収集し、ご迷  
惑をかけないようにと思っていま

すので、そういう気遣いや、収集  
場所で声を掛けていただいたりす  
ると、とても嬉しいですね。

ゴミ袋の口が開いていると  
転んで中身が出てしまいます

収集業務を通じて、私がゴミの  
出し方で気が付いた点としては、  
タイヤ・バッテリーなど、可燃・  
不燃ゴミとして回収できないもの  
は、処理場を持っていくことがで  
きないのでシールを貼っておくの  
ですが、そのまま放置されてしま  
うというようなこともあるんです。  
一方では、ゴミステーションをき  
れいに使っている人がいるのに、  
適正に出されなかったゴミのため  
にステーションが荒れていくのは、  
とても残念ですね。

それと、たまにゴミ袋の中身が  
ギョウギョウに入っていて、袋の  
口を開けたまま出す人がいますけ  
ど、収集場所で袋が積み重なった  
時に、転んで中身が出たり、臭い  
の元になったりするので、きちん  
としばって出していただきたいと  
思います。



電池の入れっぱなしや  
ガスボンベ等は注意してください

収集可能な家電などで、意外と  
電池が入りっぱなしのケースが多  
いです。これは危険なことなので  
気をつけてほしいのですが、以前  
電池で点火するストーブに電池を  
入れっぱなしで捨てた人がいまし  
て、ストーブに残っていた灯油に  
引火して、ゴミを収集するパツ  
カー車が火事になったことがあり  
ました。  
他にも、ガスボンベやスプレー  
缶などは、捨てるときに注意して  
ください。

靴は可燃ゴミ？  
不燃ゴミ？

可燃？ それとも不燃？ ど  
ちらに入れたらいいか、ちよつ  
と迷うモノってありますよね。  
靴は可燃ゴミに分別されますが、  
「靴底のゴムは燃えないんじゃない  
か？」と思い、不燃ゴミの  
袋に入れて出される方もいるよ

また、粗大ゴミについては、可  
燃粗大・不燃粗大と分かれている  
のですが、知らずに一緒に出され  
てしまうこともありますので、ゴ  
ミのことに、もっと興味を持って  
もらえれば、ありがたいです。例  
えば、買物をする時に、「タマゴの  
殻って何ゴミだっけ？」というよ  
うに、ゴミのことを身近に思っ  
ただけると、特に難しく考えな  
くても、ゴミを出す時のことが自  
然に考えられるのではないかと思  
いますね。もし収集所でお声を掛  
けていただければ、その日に集め  
られるものかどうかお答えしま  
すので、気軽に声を掛けてくださ

うです。  
ゴミの分別の区分は、各自  
治体によっても違いますので、  
迷った時には、市の「分別マニ  
アル」を

見て確認  
するのが  
ベストで  
す。



# 「私はルールを守ろう」 そういう考え方の人が、 一人、二人と増えていけば



中嶋 宏興 さん  
 峡北広域環境衛生センター 所長

**回収された可燃ゴミ・不燃ゴミが処理される峡北環境衛生センター。そこに運び込まれたゴミが引き起こす問題には、どんなことがあるのでしょうか？**

**機械の故障につながるルール違反特に危ないのはガスボンベ**

「出し方がわからない」とか、「分けるのが面倒くさい」ということから、「ゴミ出しのルール違反が出てくるのだと思いますが、そんなゴミの出し方が及ぼす影響について、ゴミを出す時にちよつと想像してもらいたいと思います。」

処理場で困っているのは、施設の機械の故障につながるようなゴミを、混入して出されることです。特に危ないのは、カートリッジ式のスプレッパやスプレー缶で、本来なら穴を空けて、指定された日

(スプレー缶の分別)に別に出さなければいけないことになっていますが、それを中身が入ったまま通常のゴミに混ぜて出してしまう人がいるんです。

これをゴミ処理の過程で、破砕機にかけるのですが、そこで圧縮されたボンベが破裂し、爆発を起こす——、そういうことが年に何回かあります。

**爆発が人を巻き込む大事故にガスが入ったライターも原因**

このガスボンベの類は、機械が壊れてしまっただけでなく、爆発力が大きいので、万が一、破片が飛び散ったりしたら、そこで作業している人間も巻き込む大事故につながりかねません。

それと、ガスが入ったままのいわゆる百円ライターですね。破砕される段階で中の液体が漏れ出し引火したり、ライター自体が何かの拍子に燃え出したりすることがあります。今年の4月以降でもこのライターが原因と思われる火災が2回発生しています。

ゴミ処理施設のラインは、すべての作業が一体となって稼働しているの、事故が起きるとそこから先の処理ができなくなってしまう。道路と同じで、途中が通行止めになってしまうたら、先に行けなくなります。しかも、ゴミ

処理のルートには、迂回路がないんです。

**ゴミの出し方の確認に分別マニュアルを見てください**

このような事故につながるものは、多額の修理費用がかかるので特に注意してもらいたいです。他のゴミについても、せつかく市で作成した「分別マニュアル」があるのですから、普段から目に付

## 本当にあった怖い話!?

処理場には、不燃ごみの異物を除去するコンベアのラインがあります。そこでチェックしていて発見されたものの中に、注射針が混入されていたということがありました。

医療系の廃棄物は、当然、家庭ごみとして排出してはいけません。それを隠して出すという、悪質なケースです。

作業をしている人に突った注射針が刺さると、単なるケガではなく、感染性の病気にかかる危険もあります。

ゴミ出しのモラルがまねく、恐ろしい結末——本当に、あつてはならないことです。



異物除去のラインでゴミの選別作業をする様子

くところにおいておき、50音順で資源物やゴミの出し方が書いてあるので、ゴミを出す時に見るという習慣をつけてもらえるといいと思います。

「自分一人くらいはいいだろう」という考えが、ゴミ出しのルール違反につながります。それが、「私は」というように、「私はルールを守ろう」という考えの方が一人二人と増えていけば、だんだん良くなっていく——。そう思います。

## このパトロール活動を続け、 良い意味での 地域の意識の高まりにつながれば



石井 正人 さん  
上円井区地域安全パトロール  
推進委員会 会長

**自分さえ良ければいいという考  
え方が引き起こす不法投棄。  
この理不尽な行為に対し、地域  
の結束をもって監視活動を始め  
た上円井区の人たちの心中は：**

**山林へのタイヤの不法投棄  
その処分費用は誰が負担？**

上円井区では、「地域安全パト  
ロール推進委員会」という団体をつ  
くり、ゴミの不法投棄の監視を  
はじめ、スクールガード、地域安  
全パトロールといった活動を行っ  
ています。そもそもこの活動を立  
ち上げるきっかけになったのは、  
地元の山林へのタイヤの不法投棄  
という事件があったからなんです。  
タイヤが捨てられた場所は、林  
道の沢になつてるところで、そこ  
からタイヤを引き上げる作業自体  
も大変でしたが、そのタイヤを処



パトロールのステッカーをつけ監視の打ち合わせをする区民

**自分たちの地区を守ろう  
監視活動に地域の目が光る**

理するためには処理料がかかる  
というのです。  
「ゴミを捨てられて片付けをし  
た上、さらに、その処分にかかる費  
用まで市や地区で負担するとな  
ると、これはもう環境美化とい  
った話ではなくなつてきます。」

また、そこが飲み水の水源にな  
つている沢だということもあり  
「自分たちの地区は自分たちで守  
ろう」ということになったのです。  
そのパトロールの際、監視活動  
をして地域の目が光つていくこと

わかるよう、車に貼るステッカー  
を区で独自に作製することになり  
、市や警察の協力を得ながら、広  
域的にパトロールが行えるよう、あ  
えて区の名前は入れない形をとる  
ことにしました。

**不法投棄は犯罪行為  
絶対に許すことはできない**

不法投棄は犯罪行為であり、絶  
対に許すことはできませんが、こ  
の活動を通じて、ステッカーをつ

**身勝手な不法投棄を  
させないために**

「ゴミの不法投棄は、近隣の迷  
惑を顧みない身勝手な行為であ  
るとともに、捨てられたものが  
自然に及ぼす影響など、市民の  
安全で快適な生活や自然環境を  
脅かす重大な犯罪です。」

不法投棄の罰則は、5年以下  
の懲役または1千万円（法人に  
は1億円まで加重できる）以下  
の罰金など、大変厳しい罰則と  
なっていますが、いまだに投棄  
する者がなくなりません。

投棄を防ぐためには、普段か  
ら住民が注意を払い、監視を行  
うなど、地域の目を光らせるこ  
とが最も有効な手だてです。



不法投棄防止看板設置の活動

けて車の運転をするようになって  
から、自分たちの日常的な意識も  
変わってきました。  
当初から、自分たちで「捨てら  
れないようにしよう」と自主的に  
始めたことなので、不法投棄防止  
の看板設置などにも、みんな積極  
的に取り組んでくれます。もとも  
と地域の結束が強い土地柄でした  
が、この地域安全パトロールの活  
動を続けることで、良い意味で  
地域の防犯意識の高まりにつな  
がっていければと思います。

## 回収の時に 資源ゴミが集まる過程を見ていると 「チリもつもれば」と実感します



高木 辰明 さん  
富士見二丁目 在住

不要になったモノを廃棄するのではなく、再び利用できる形に生まれ変わらせるリサイクル。その再生への出発点は、正しく資源ゴミを分けることです。

リサイクルが始まった頃と比べ5倍くらいの人が集まる

韮崎市でリサイクル事業をはじめた当時から、回収に関わっていますが、昔に比べると、きちんと分別をして出してくれる方が多くなりましたね。最初の頃は新聞と広告を分けないうま出す人もいて私も一緒になって、その場で分別をするような場面も数多くありました。

今ではその頃の大体5倍くらいの方が、リサイクルに集まるようになったので、とてもそんなことは出来ませんが、最近では多くの

みなさんが正しく分別して置いていってくださるので、もし、そのような人がいたとしても、先に並んだ資源物を見せて、「他の人がやっているのと同じように分けてください」とお話をするだけで、分別のやり方を理解してもらうことができます。

資源ゴミとして回収されれば新しい価値を生むことになる

現在、私がリサイクルを担当している拠点回収の場所では、買物と合わせて子どもと一緒に来る方が多いのですが、親のリサイクルに取り組む姿を見て、この子どもたちが大きくなった時には、もつと資源リサイクルに対する関心が高くなるんじゃないかと思えますよ。

資源ゴミとしてリサイクルにまわされるゴミの出し方を見ていると、その人の「心がけ」みたいなものがわかるような気がします。分別しないで出してしまうと、それはゴミの処理にお金がかかるだけのゴミで終わってしまいますが、資源ゴミとして回収されれば、新しい価値を生むことになります。

毎回、回収の準備からはじまって、だんだん資源ゴミが集ってくる過程を見ていると、「チリもつもれば」ということを、本当に実感します。

人とのふれあいが生まれ  
リサイクルの輪が広がっていく

回収は屋外での作業なので、夏場は暑かったり、大変な部分もありますが、人とのふれあいが生れるのが嬉しいですね。例えば分別の仕方がうまくない人がいても、

「次から正しくやってきてください」と話をすれば、次回はちゃんとそのとおりにできてくれます。また、長年やっていますと、常連さんと顔なじみになって、それがやりがいにもつながります。リサイクルの輪というものが、広がってきているなと感じますね。



富士見モール南側駐車場に集められた資源ゴミ

# 資源ゴミをリサイクルバックに入れ 回収場所に持っていく時、 孫も一緒に手伝ってくれます



佐藤 町子 さん  
中田町在住

資源物をリサイクルするには、家庭から出るゴミを分別する。市民の方々の協力が重要です。みなさん、普段の心がけて、どんなことをしていますか？

資源ゴミがすぐに分別できるようなリサイクルバックと袋を併用

資源ゴミは、量がたまつた時にまとめて出すようにしていますが月に一回は必ずリサイクルの場所に持っていきますね。孫も一緒に手伝ってくれます。

回収場所には、市でくれたリサイクルバックに入れていきますけど、一つの袋だけですと、ビンやペットボトルなどが一緒になってしまうので、すぐに分別できるように、家ではリサイクルバックと他の袋を併用して、資源物をストックしています。

## 蛍光灯や電池など 出し忘れた時は市役所を利用

今日は年2回の、電池と蛍光灯を回収してくれる日だったので、うっかり忘れて持ってきたのですが、普段の日でも市役所で引き取ってくれるので、そちらも利用させてもらっています。

ほかにも、白色トレイの回収を行っているスーパーに出したり、色々な機会にリサイクルにまわすように心がけています。

## 韮崎市のゴミの現状 「ゴミの分別・減量化・リサイクルの推進」

韮崎市の家庭から排出されるごみの量は増加の一途をたどっていましたが、平成17年度の可燃ゴミ・不燃ゴミの合計は7千270トンであり、「ゴミの減量化」が図られています。



一方資源物は、平成4年度から古紙類を市内全域で回収し、平成10年4月、容器包装リサイクル法に基づき、ビン類、ペットボトルの2品目を追加、さらに平成12年4月より、紙製容器包装、飲料缶、白色食品トレイ、古着の5品目を加え、平成17年度の収集量は、年間1千297トンに増加し、リサイクルの効果が確実に見られます。

### 一般廃棄物の収集量 (単位：トン)

	H15 年度	H16 年度	H17 年度
可燃ゴミ	6,343	6,433	6,415
不燃ゴミ	741	719	668
可燃粗大	72	79	88
不燃粗大	130	109	99
合計	7,286	7,340	7,270

### 資源物の収集量 (単位：トン)

	H15 年度	H16 年度	H17 年度
資源物	1,029	1,240	1,297
人口 (人)	33,038	33,240	33,132



# 僕たちの集めたペットボトルが 警備のおじさんのジャンパーになる… 初めて知りました！



古屋 佑樹 くん  
甘利北東小学校

警備職員のおじさんに感謝の気持ちを伝えようと、市内小中学校の児童生徒がペットボトルのリサイクルを行い、それでジャンパーをつくることに。

ゴミを減らすために  
普段から家でやっていること

4年生の時に工場見学に行つてリサイクルされたペットボトルが下敷きとかになるのを見たことがあります。でも、僕たちの集めたペットボトルが警備のおじさんのジャンパーにもなるなんて、初めて知りました。

夏休みに環境の学習でキッズ・SOのエコチェックシートに取り組んでみて、買物にお母さんが自分のバッグを持っていくことや、ペットボトルのリサイクルとか、ゴミを減らすために普段から家で



先生からペットボトルのリサイクル方法について話を聞く（甘利小学校）

**ペットボトルリサイクル大作戦**  
みんなが集めてくれたペットボトル（150kg）は  
こうして処理されていきました

ちょっとしたことでも  
大きな成果になると思います

もやっていることがたくさんあつて、楽しく勉強できました。

リサイクルをして新しいものができるのは、環境にも優しいこと

だし、今回集めたペットボトルのように、ちょっとしたことで一人ひとりががんばって取り組めば、それが大きな成果になると思います。

僕も、これからもゴミを減らせるよう、リサイクル活動をずっと続けていきたいです。



みんなのペットボトルが集まりました。



圧縮する機械にかけられます。



ペールというかたまりになり運ばれます。

# ペットボトルだけでなく 資源ゴミで良い製品をつくるためには 分別の段階できちんときれいに



依田 直備 さん  
(株)西商店山梨事業所 所長

どうしてキャップをとるのか？  
ボトルをつぶすのはなぜか？  
実はみんな意味があるんです。  
集めたボトルを処理してくれた  
業者の方に伺いました。

## ペットボトルのリサイクル 回収の時に気をつけるポイント

今回、市内の小中学校の児童生徒さんが集めてくれたペットボトルは、全体的に良い状態でした。

ペットボトルだけでなく、リサイクルにまわした資源ゴミから良い製品をつくるためには、できるだけ不純物がまじらない状態で回収すること、つまり分別の段階できちんときれいにされていること、それが徹底できているものほど良い製品ということになります。

回収の時、気をつける点としては、次のようなことがあります。

### 1 キャップをとる

キャップがついていると、空気が入ったままプレス機にかかってしまうため、圧縮されずに丸い形のまま残って出てきてしまいます。

### 2 中のものが乾く前に洗う

特にウーロン茶などは乾くと茶しぶのようにこびり付き、汚れが取れにくくなってしまいますため、飲んだらすぐに洗うほうがいいです。

### 3 ラベルは剥がす

ラベルはペットボトルとは別の材質でできているので、ボトルから外して出してください。

### 4 ボトルをつぶす

写真(前ページ)のプレス機では、機械に入れたペットボトルが7回押されて出てくるのですが、回収する際にあらかじめペットボトルがつぶしてあると、プレスした時、よりコンパクトにまとめられ運搬などリサイクルの効率が良くなります。また、ペットボトルをつぶす時に意外と気がつかない点ですが、せつかく洗ってきれいにしたペットボトルを、土の上で踏んだりして汚さないように、気をつけましょう。

私たちの生活は、近年、たいへん便利になってきました。一方、ゴミ問題や地球温暖化、オゾン層破壊など、地球環境の悪化の問題も生じてきています。

そして、この環境問題の多くは、私たちの日常生活と深く関わっています。

だからこそ、一人ひとりが環境問題に対する自らの責任を厳粛に受け止め、日常生活の中で資源・エネルギーを大量に消費することによって、ゴミが大量に発生するといった生活様式を見直し、できる限りゴミそのものを減らし、省資源とリサイクルを基本とした循環型社会の構築を目指す必要があるのです。

斐崎市では、平成14年度に環境基本計画を策定し、今日の環境問題の解決に向けた、私たちの役割や取り組みの方法を明らかにしました。

「ゴミの減量化やリサイクルを積極的に推進し、かげがえのない地球をはじめ、本市の豊かな自然を守り、快適に住み良いまちを創造し、将来の世代に引き継いでいくことが、いまを生きる私たちに与えられた責務であると言えます。」

私たちが日常生活を営む限り、毎日ゴミは出され続けます。そして、私たち一人ひとりが出すゴミを介して、収集・処理などに関わる人たちのやりとりも、ずっと続いていきます。

あなたの手を放れたゴミがたどっていく過程の中には、多くの人のやさしい笑顔がふれているでしょうか？ それとも……

収集や処理にたずさわる人たちも、日常の暮らしの中では「ゴミを出す人」です。

「ゴミを出す人と同じ目線で見たときに、なぜ？ どうして？」

「いつもどかしい気持ちと、ここまでしたら喜ばれるだろうなという感謝の気持ちが出差します。」

「『ゴミを排出する』から『ゴミを処理する』までの舞台裏には、多くの皆さんのメッセージが込められているのかもしれない。」

「自分ひとりぐらいはいいだろう!!」「私はルールを守ろう!!」  
あなたがゴミを排出する時、どちらのメッセージを込めますか？

# 国保は皆さんの健康を支える制度

だから、あなたと健康づくりの架け橋を目指します

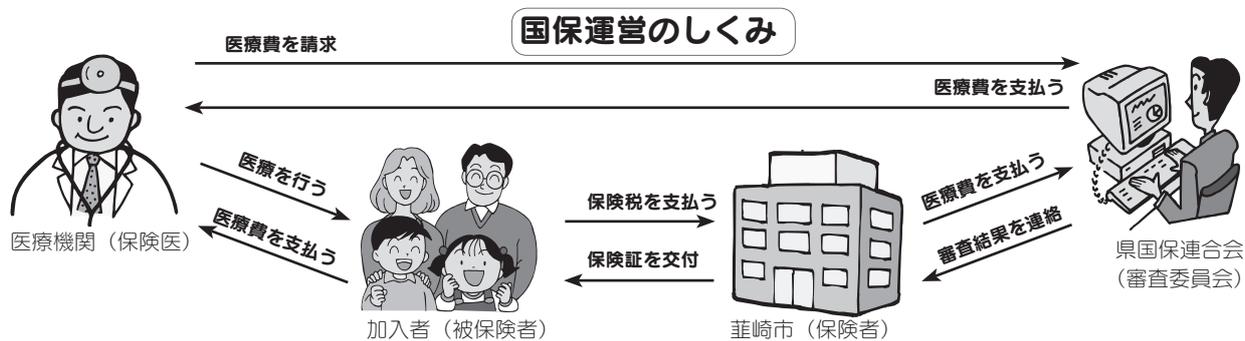
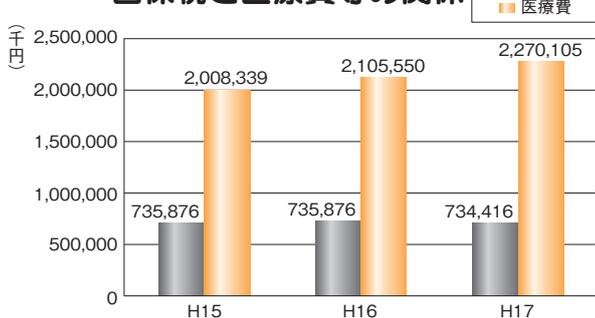


表1 国保税と医療費等の関係

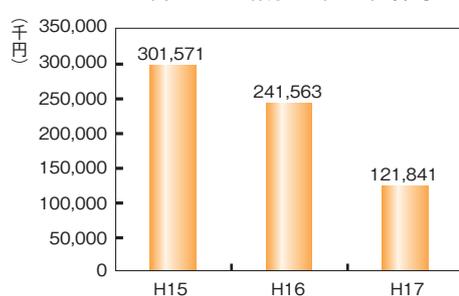


みなさんが医療機関等にかかったとき、窓口で医療費の3割（年齢によって1〜2割の場合もあります）を負担しますが、残りは国保から医療機関等に支払われ、その財源は国保税で賄われています。17年度に支払われた医療費を見ると、全体の32・4%が、

## 10月は国保強調月間

国民健康保険に加入されている方一人ひとりが支払う保険税が、どのように活用されているのかご存じですか？ みんなの健康を互いに支え合う制度として、国保加入者の方には、「給付を受ける権利」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、決められた納期限までに納めましょう。

表2 国保基金(貯金)の残高



国保加入者の方の保険税で賄われています。（表1）また、残りのうちの50%は、国などからの負担金があてられますが、約17%の収支不足分については、毎年基金を取り崩して財源を補っており、年々国保基金の残高も減少しています。（表2）このまま財源が不足すると、十分な給付が行えなくなるため、医療費の増加にもストップをかける必要があります。



## 出産育児一時金



出産した時に受けられる出産育児一時金の支給額が、引き上げられます。

**現行**  
1児につき 300,000円



**改正後**  
1児につき 350,000円

## 現役並み所得者の自己負担割合

70歳以上または老人保健で医療を受ける人のうち、現役並みの所得がある人は、医療機関に支払う自己負担割合が引き上げられます。



**現行** 2割負担



**改正後** 3割負担

### ■現役並み所得者

70歳以上の国保被保険者または老人保健で医療を受ける人のうち、課税所得が145万円以上ある人が同一世帯にいる人をいいます。

ただし、70歳以上の人の年収が、2人以上の場合は520万円未満、1人の場合は383万円未満であるときは、申請により「一般」世帯と同様になり、1割負担となります。

## 高額療養費（高額医療費）の自己負担限度額

同じ月内に、医療機関に支払った自己負担限度額の合計が高額になった場合、申請をして認められると、自己負担限度額を超えた分は高額療養費として支給されます。

### 70歳以上 現行

	外 来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)
一 般	12,000円	40,200円
現役並み所得者	40,200円	72,300円+ 医療費が361,500円を超えた場合は、 その超えた分の1%を加算 (4回目以降の場合は40,200円)
低所得Ⅱ	8,000円	24,600円
低所得Ⅰ		15,000円

### 改正後

	外 来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)
一 般	12,000円	44,400円
現役並み所得者	44,400円	80,100円+ 医療費が267,000円を超えた場合は、 その超えた分の1%を加算 (4回目以降の場合は44,400円)
低所得Ⅱ	8,000円	24,600円
低所得Ⅰ		15,000円

### ■低所得Ⅱ

同一世帯の世帯主および国保被保険者（老人保健で医療を受ける者の場合は世帯全員）が住民税非課税の者（低所得Ⅰ以外の者）。

### ■低所得Ⅰ

同一世帯の世帯主および国保被保険者（老人保健で医療を受ける者の場合は世帯全員）が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる者。

### 70歳未満 現行

	3回目まで	4回目以降 ※2
一 般	72,300円+ 医療費が241,000円を超えた場合は、 その超えた分の1%を加算	40,200円
上 位 所得者 ※1	139,800円+ 医療費が466,000円を超えた場合は、 その超えた分の1%を加算	77,700円
住 民 税 非課税世帯	35,400円	24,600円

### 改正後

	3回目まで	4回目以降 ※2
一 般	80,100円+ 医療費が267,000円を超えた場合は、 その超えた分の1%を加算	44,400円
上 位 所得者 ※1	150,000円+ 医療費が500,000円を超えた場合は、 その超えた分の1%を加算	83,400円
住 民 税 非課税世帯	35,400円	24,600円

■※1 基礎控除後の総所得金額などが670万円（平成18年10月からは600万円）を超える世帯。  
なお、所得の申告のない世帯も上位所得者とみなされます。

■※2 過去12ヶ月間に、1つの世帯での支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額。

## 所得区分が上がる人への経過措置（平成18年8月から2年間）

### ◎新たに「現役並み所得者」になった人

公的年金等控除の見直しおよび高齢者控除の廃止により、現役並み所得者になった人については、下記の場合、医療費が高額になったときの自己負担限度額が「現役並み所得者」ではなく「一般」の限度額となります。

■課税所得 145万円以上213万円未満の場合 ■年 収 520万円以上621万円未満（高齢者複数世帯）  
383万円以上484万円未満（高齢者単身世帯）

### ◎住民税非課税措置の廃止に伴う経過措置

高齢者に係る住民税非課税措置の廃止により、低所得世帯の世帯員のうち一部が課税になったが、課税者が合計所得金額125万円以下で平成17年1月1日現在65歳以上の人のみの場合は、同一世帯内の非課税者は申請により、医療費が高額になったときの自己負担限度額および入院時の食事代の標準負担額が「低所得Ⅱ」の限度額となります。

# 気分そう快！ にんにんに血液さらさら教室

## えがおで楽しむ 国保ヘルスアップ事業がスタート

国民健康保険の保健事業は、今年度より、「生活習慣病対策への重点化」、「きめ細かい保健指導の重視」、「地域の特性に応じた保健事業の展開」の3つを柱に、参加者一人ひとりが、自らの身体状況、食生活、運動習慣を認識し、問題点を把握した上で、生活習慣を主体的に改善することを目的に事業を展開しています。

その中で、専門講師や保健師等による指導体制を充実し、よりきめ細かい健康づくり支援を行う「ヘルスアップ事業」として、最近よく耳にする「メタボリックシンドローム」にスポットをあて、生活習慣病予備群と呼ばれる



方（糖尿病と高血圧）を中心に、「気分そう快！」にこここダイエット教室」とここに血液さらさら教室」を5ヶ月間の予定で企画し、参加の募集をしたところ、多数の希望者がありました。



8月24日（木）に行われた第一回目の開講式では、血圧測定や体力測定の後、講師の古田裕子先生による「糖尿病や高血圧のしくみとメタボリックシンドローム」と題した講演があり、みなさん熱心に聞き入っていました。

国保ヘルスアップ事業は、生活習慣病対策として、最も効果のある事業であり、今年度より4年間、国の補助事業として行われ、来年度以降ぜひご参加ください。

### ヘルスアップ事業の内容

- 身体・体力測定
- 血液・尿検査
- 基礎講座
- 食生活講習会
- 効果測定・健康講演会
- 水中・陸上ウォーク教室

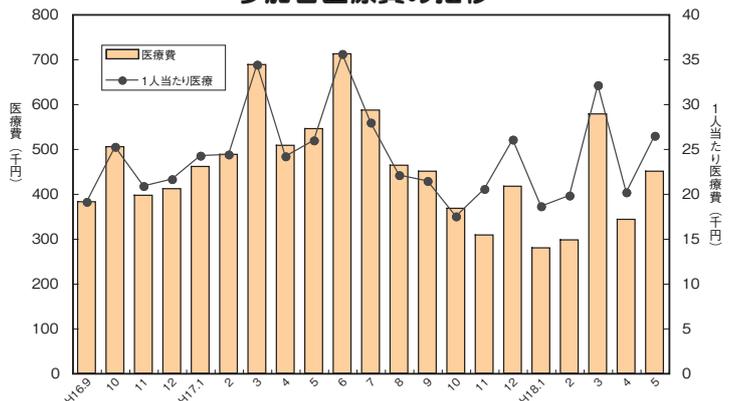
## 「水中ウォーキング教室」効果あり!?

平成16年9月から開始している水中ウォーキング教室も、おかげさまで、まる2年が経過しました。

下のグラフは、当時からの参加者30人の総医療費と1人当たりの医療費をグラフにしたものです。

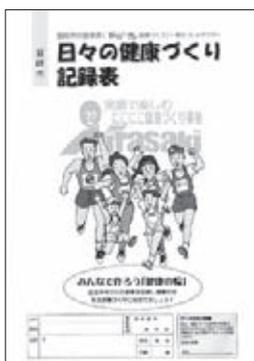
季節によって医療費は増減しますが、ちょうど1年を経過した17年10月頃から、前年度と比べ、医療費が減少しているのがわかります。

参加者医療費の推移



## 歩いて元気 にんにんに健康ウォーキング

興味はあるけれど、教室に参加する時間がとれなくて... という方はいませんか？  
市で作成した「ウォーキングマップ」を参考に、住み慣れたわが街を歩いて、心と体をリフレッシュすることから始めてみてはいかがでしょうか？  
「日々の健康づくり記録表」とあわせて活用してください。



# 国保の手続きQ&A



**国保に加入していましたが、会社の健康保険に加入しました。届け出が必要ですか？**



はい、国保の喪失の手続きが必要になります。  
 会社では、国保の喪失手続きは行ってくれないので、必ず加入世帯の世帯主の方が、**14日以内に届出**をしてください。  
 届出の際、窓口にお持ちいただくものは、次のとおりです  
 ○社会保険に加入したことのわかる証明書  
 (社会保険に加入した方全員の保険証など)  
 ○国保被保険者証  
 ○年金手帳  
 (国民年金の喪失手続きが必要です)  
 届け出をしないと、国保税が継続してかかってしまいます。また、そのまま国保で医療機関を受診された場合は、かかった医療費を返還しなければなりませんので、ご注意ください。



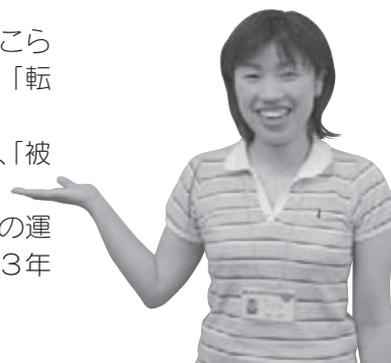
**年度の途中から、新しく国保に加入した場合、保険税の計算ってどうなるのですか？**

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、健康保険に加入していない方は、「退職した日の翌日」または「転入した日」から、国民健康保険の被保険者となります。

この場合、加入の手続をした届出日に関係なく、保険税の計算については、「被保険者となった日」から月割りで算定されます。

また、国保に加入されている被保険者間の負担の公平を図り、保険事業の運営に必要な財源を確保するために、加入届が遅れた場合については、最大3年間分さかのぼって保険税を支払っていただくようになっています。

忘れずに、**必ず14日以内に加入手続き**をしてください。



**「退職者医療制度」の対象として、届出が必要になってくるのは、どんな場合ですか？**



会社や事業所を退職すると、原則市町村の運営する国保になりますが、次に該当する方は、年金の受給権が発生し年金証書が届いたら、**14日以内に届出**をしてください。

- 被保険者 厚生年金や各種共済年金などの被用者年金の老齢（退職）年金を受けることができる方で、その加入期間が20年以上、または、40歳以後10年以上ある方
- 被扶養者 退職被保険者と同一の世帯に属する配偶者、その他3親等以内の親族で年間の収入が130万円（60歳以上の人や障害者は180万円）未満の方

一般の国保と一部負担割合の違いはありませんが、対象となる方が届出をしないしていると、元の勤務先が加入していた保険者が負担すべき医療費も国保の負担となってしまうので、必ず手続きをしてください。

■国保に関するお問い合わせ：市民課国保医療担当（内線127～130）

## 就学時健康診断 小学校に入学する子どもは必ず受診を

市教育委員会では、来年4月に小学校へ入学する子ども（平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれ）を対象に、就学前の健康診断を実施します。

次の学区区ごとの日程で検査を行いますので、決められた日に必ず受診するよう、お知らせします。

### 健康診断実施場所

東京エレクトロン 葦崎文化ホール  
（葦崎市藤井町坂井205）

### 通知および必要書類

対象となるお子さんをお持ちの保護者の方には、すでに通知と必要書類を送付し、必要事項の記入等をお願いしてありますが、まだ通知がお手元に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。

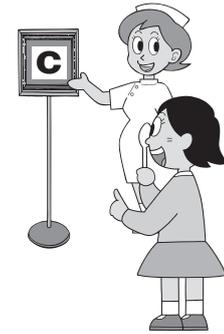
### お問い合わせ

葦崎市教育委員会  
教育課学校教育担当

（内線204・205）

### 健診日程

小学校区	日程及び実施時間	
葦崎北西小学校 甘利小学校	10月18日（水）	受付時間 午後1時～1時30分 （時間厳守でお願いします）
葦崎小学校 穂坂小学校 葦崎北東小学校	10月19日（木）	実施時間 午後1時～3時30分



■検査項目 内科・眼科・歯科・視力・聴力・言語・知能検査等

市では、葦崎警察署と連携し、車両による自  
主防犯パトロールを強化するため、昨年9月に  
青色回転灯を搭載した2台の公用車に加え、こ  
のたび新たに、白  
黒塗装のパトロー  
ル車を一台導入し  
ました。  
児童・生徒が登  
下校する時間帯を  
特に重点的にパト  
ロールし、地域の  
みなさんの防犯の  
取り組みとあわせ  
て、犯罪抑止のさ  
らなる強化へつな  
げます。



### 青色回転灯パトロール車を追加導入 地域の犯罪発生を抑止へ

## 葦崎市 市長選挙 葦崎市議会議員補欠選挙

投票日は11月19日（日）

葦崎市選挙管理委員会では、11月27日任期満了に伴う葦崎市長選挙を次のとおり実施することを決定し、同時に欠員が生じていた市議会議員2名の補欠選挙を実施します。

私たちの尊い権利であり、義務でもある大切な一票を無駄にしないよう、みんなそろって投票しましょう。

### 立候補の届出

- ・日時：11月12日（日）  
午前8時30分～午後5時
- ・場所：市役所4階大会議室

※立候補予定者への説明会等の日程は、事務局までお問い合わせください。

### 投票

- ・日時：11月19日（日）  
午前7時～午後8時
  - ・場所：従来どおり市内22投票所
- ※ただし、竜岡公民館は竜岡体育館に変更

### 開票

- ・日時：11月19日（日）  
午後9時15分～
- ・場所：葦崎市営体育館

### お問い合わせ

葦崎市選挙管理委員会事務局  
（市役所総務課内・内線333）

## 子ども110番の店

こわいとき、あぶないとき… このカンパンのお店へ

国の認証を受けた山梨県下860の自動車整備工場では、犯罪や不審者による様々な危険等から、子どもを守る緊急避難所として、「子ども110番のお店」を開設しています。「こんな時は看板のお店へ」と教えてあげてください。

- へんなおじさんに声をかけられたとき…
- くるまのせられそうになったとき…
- あとをついてきたとき…
- まいごになったとき…
- じこにあったとき…
- きゅうにからだのぐあいが悪くなったとき…



山梨県自動車整備振興会  
山梨県警察・山梨県

## 手当等の支払通知書を廃止

### 振り込みについては通帳でご確認を

これまで、各支払期に送付しておりました次の手当等の支払通知を、経費節減のため廃止しましたので、今後は、支払期に通帳でご確認くださいようお願いいたします。

手当名	手当額	支払期	通帳表示
児童手当 ※	第1子・2子 5,000円/月 第3子以降 10,000円/月	6・10・2月の 各10日	ニラサキン ジドウテアテ
児童扶養手当 ※	第1子 41,720～9,850円/月 第2子 5,000円/月 第3子以降 3,000円/月	4・8・12月の 各11日	ジドウ フヨウテアテ
■ 菲崎市重度心身障害児福祉手当	4,000円/月	7・11・3月	ジュウシン フクシテアテ
■ 障害児福祉手当	14,380円/月		ショウガイ フクシテアテ
■ 特別障害者福祉手当	26,440円/月	5・8・11・2月の 各10日	トクショウ フクシテアテ
■ 心身障害児童年金	身体1～2級 3,000円/年 身体3～7級 療育IQ35以下 4,500円/年	12月頃	シンショウジ ネンキン
■ 心身障害者年金	身体1～2級 2,000円/年 身体3～4級 療育A 3,000円/年 療育B 2,000円/年		シンショウ ネンキン

■お問い合わせ ・ ※の手当：子育て支援担当（内線174）  
・ 他の手当：社会福祉担当（内線177）

## 10月から制度が変わります 補装具の利用者負担

これまでの世帯の所得に依じた額から、補装具の交付・修理費の1割を負担していたことに変わります。

ただし、利用者の負担が増えすぎないように上限額が設定されます。

なお、本人または世帯員のうち、市民税所得割の納税額が50万円以上になる方がいる場合は、補装具の支給対象となりません。

対象	上限額
生活保護世帯の方	0円
市民税非課税世帯で 年収80万円以下の方	15,000円
市民税非課税世帯の方	24,600円
市民税課税世帯の方	37,200円

### ■お問い合わせ

福祉保健課社会福祉担当

（内線177）

## やまなし子育て応援カード

### 10月1日よりサービス開始

山梨県では、18歳未満の子どもが3人以上いる家庭を対象に、「やまなし子育て応援カード」事業を開始します。申請によりカードの交付を受け、協賛店舗等で利用していただくと、特典サービスを受けることができますので、ぜひご利用ください。

### ■申請・交付方法

■申請・交付方法  
■ 菲崎市に住所がある方は、市福祉保健課子育て支援担当窓口にて、申請用紙に記入・提出いただくと、その場で審査し交付します。

### ■協賛店舗・特典内容

■ 申請窓口か山梨県のホームページに掲載してあります。

URL <http://www.pref.yamanashi.jp>

### ■お問い合わせ

■ 県児童家庭課子育て支援担当

☎055-223-1458

■ 市福祉保健課子育て支援担当（内線181）

## 心身障害児(者)年金 受給申請はお済みですか

市では、独自の制度として心身障害者の方々に毎年一回心身障害児(者)年金を支給しています。次に該当する方で、申請期間中に福祉保健課社会福祉担当へ申請してください。

※毎年申請ではないため、既に申請済の方は手続不要。

### ■対象者

■ 対象者  
■ 10月10日～10月31日

■ お問い合わせ  
福祉保健課社会福祉担当

（内線176・177）

市では、独自の制度として心身障害者の方々に毎年一回心身障害児(者)年金を支給しています。次に該当する方で、申請期間中に福祉保健課社会福祉担当へ申請してください。

※複数該当する場合は、いずれか高額の適用になります。

### ■申請書類

■ 申請書類

■ 身体障害者手帳または療育手帳

■ 印鑑（認印可）

■ 通帳（本人名義の口座・児童において保護者名義 ※郵便局不可）

### ■申請期間

■ 申請期間  
10月10日～10月31日

■ お問い合わせ  
福祉保健課社会福祉担当

（内線176・177）

【表1】

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

## 障害者スポーツ大会 一緒にグラウンドゴルフを

第10回「障害者スポーツ大会」を開催します。（雨天中止）個人で参加の方は、10月16日（月）までにお申込みください。多数のご参加をお願いします。■日時 10月21日（日）10時～12時 ■場所 中央公園芝生広場 ■対象 市内居住で障害をお持ちの16歳以上の方 ■お申込み・お問い合わせ 福祉保健課社会福祉担当（内線175・176）



絢爛豪華に繰り広げられる戦国時代絵巻  
**武田の里まつり**  
**「武田勝頼公新府入城祭り」**

- 日時 **10月8日(日)** ※雨天中止  
**11:00~16:00**
- 会場 葦崎中央通り・本町通り
- 内容
  - ・軍団歴史時代絵巻行列
  - ・各種パレード(小学生・文化協会・四ッ打他)
  - ・武田の里お祭り広場(各陣屋の設置)
  - ・地域間交流・スタンプラリー・大抽選会
  - ・新) 学びの館(武田の歴史を文化村にてパネル展示)
- お問い合わせ 武田の里まつり実行委員会  
 (市役所産業経済課内: 内線230・231)

「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、武田の里まつり「武田勝頼公新府入城祭り」を、今年は、10月8日(日)に実施します。

当日は、本陣および各陣屋を配置した本町通り・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た中で、パレードや時代絵巻行列が行われます。

また、本陣と各陣屋(4箇所)では、武田家とゆかりのある都市との交流、好評の「武田の里スタンプラリー」、その他、ミニイベントなどを多数開催します。

ご家族、友人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。

**風林火山**の陣 会場案内図







広報では、武田の里にらさきで行われる行事や、あなたの身の回りの話題を募集しています。  
市役所総務課秘書室まちづくり推進担当  
☎ 22 - 1111 (内線 326)までご連絡ください。

### 「各地域がメイン会場となった防災訓練」

8月30日から9月5日までの防災週間にあわせ、東海沖地震発生を想定した市の総合防災訓練が、9月3日の日曜日に北西小学校を地震災害警戒本部として、実施されました。

今年は、地震予知情報発令時に各地区に連絡員を派遣し、その避難状況を把握するという新しい内容で、地区の防災訓練と連動した形で行われました。

各地区でも、災害発生時に起こりうる実際の場面に則した形で訓練が行われ、地域によっては、消防署の指導を受けながら、逃げ遅れなどの問題を想定し、要援護者を支援する救出訓練を行うなど、自主防災意識の高揚に努めていました。



### 「最強サポーターが勝利を呼んだ夜」

8月23日水曜日の夜、ピッチに立つ選手以上に緊張したイレブンがスタジアムの入場口で出番を待っていました。

この日、小瀬スポーツ公園陸上競技場で行われた、韮崎市のヴァンフォーレ甲府ホームタウンサンクスデー、Jリーグディビジョン1第19節：対鹿島アントラーズ戦は、過日抽選により選ばれた11人のエスコートキッズにとって、生まれて初めての大舞台。フェアプレイラッグとVFクイーンに先導され、小瀬のピッチへと選手と手をつないで入場すると、いきなりの大歓声に迎えられました。セレモニー終了後、花道を戻ってきた子供たちに声を掛けると、「すごい大きな声でびっくりした」、「緊張してドキドキした」と、興奮した様子で話しながら、マスコットのヴァンくんと仲良く握手していました。

すでにみなさんご存じのとおり、この日のVF甲府は、可愛い最強サポーターのバックアップで、強豪鹿島に2-1の劇的勝利を収めたのでした。



### 武田の里の魅力・再発見

あなたがツアーガイドだとして、観光パンフレットなどですでに紹介されている名所、名物、人・・・以外で、『武田の里にらさき』の魅力伝えるとしたら、**韮崎市**のどこにお客さんをご案内しますか？多くの市民の皆さんの目を見た、**韮崎市**の新たな魅力を広く一般に伝えるため、あなたが**お持ちの情報**を教えてください。

■情報の提供は  
まちづくり推進担当まで  
(内線325・326)

さて、皆さんの好きな「武田の里」の風景はどこですか？

どうかいいとまご知ってるけ〜？

「道の駅」をつなぐ銀色の歩道橋が見えるのをご存知だと思

今月の紹介者 今福田江さん



と、ちょうど中田町の真ん中あたりで、「ゆるゆるの真ん中」と「道の駅」をつなぐ銀色の歩道橋が見えるのをご存知だと思

#### 川辺の憩いの空間 ふれあい公園

まったく対照的な緑のエリアがあるのを知っていますか？道の駅の駐車場を奥の方に

「ふれあい公園」として、道の

うちの子ども達も、まっすぐ続く

駅を利用する人が東屋でお弁当を食べたり、近所の人が大の散歩をする姿があったりと、国道を一步入っただけとは思えないほど、のどかなスポーツトになっているのです。



### 「明るく輝く子どもの笑顔のために」



8月19日、市内小中学校・保育園・児童センターの各施設において、**韮崎市建設安全協議会のみなさん**が、社会奉仕作業として、壊れた箇所の補修や高木の剪定作業を行ってくれました。

この奉仕作業は、平成13年度から、市内の学校を対象に実施されてきましたが、今年は保育園と児童センターも、あわせて修繕をしていただきました。

すっきりと剪定された木の間から陽光が射し込み、子どもたちの笑顔**を明るく輝かせてくれること**と思います。

### 「自由に遊べる緑の広場」



9月2日、**竜岡保育園**の園庭に芝生広場がお目見えしました。

これは、教育施設等の緑化推進事業の一環として、芝生が人間の生活に与えてくれる**良い影響**を知ってもらおうと、**県造園建設業協会**の方々が、社会奉仕活動として実施してくれたものです。

普段の生活の中でも、なかなか本物の芝生の感触を楽しむ機会が少なくなっていますが、子どもたちが自由に遊べる緑の広場として、**楽しい笑い声**があふれるでしょう。



# くらしの 情報報

宝くじの助成金によりコミュニティ活動のための備品を購入しました。

市では、このほど財団法人自治総合センター「平成18年度コミュニティ助成事業」の助成を受け、掃除用具ロッカー、屋外放送機器、展示パネル、大釜セット、物置を市内の公民館に購入しました。地域のコミュニティ活動にご利用ください。



宝くじは豊かさ築くチカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。



## 育児の代行サービス

### 保育サポーター募集

市では、平成19年度よりファミリーサポートセンターを開設するのに伴い、育児代行のサービスをしていただける方を募集します。(定員30名、応募多数の場合は先着順)

#### ■サービス内容

幼稚園・保育園等への送迎や、急な用事で育児ができない場合に、保護者に代わって育児をしていただきます。サービスの内容については、

直接交渉し、有償でサービスを実施する形態になり、市では、サービスが円滑に行われるようサポートします。

#### ■登録要件

子育て経験者または保育士の資格を持つ方であれば、年齢・性別は問いません。

サポートとして登録するには、「保育サポーター養成講座」(受講無料)を受講し、「保育サポーター補償保険制度」(2年間で千円・自己負担)に加入していただく必要があります。すでに資格をお持ちの方は、補償保険制度に加入していただければ登録できます。

#### ■養成講座

※3日間通して、すべての講座を受講しないと修了できません。

- ・日時 11月7日～9日 9時～16時まで
- ・場所 市役所別館
- ・費用 無料(昼食は持参)

■お問い合わせ・お申込み  
福祉保健課子育て支援担当  
(内線181)

### 犯罪・事故の被害者ケアへボランティア支援員募集

山梨県犯罪被害者支援連絡協議会では、犯罪や不慮の事故等に遭われた被害者とそのご家族の方々が抱える悩みの軽減や心のケアを目的として、「被害者支援センターやまなし」の設立準備を進めています。

今後、被害者支援業務を実施するにあたり、「電話相談」及び「直接支援」に従事した

だけのボランティアの方を募集します。

#### ■募集期間

10月20日(月)～11月15日(水)

#### ■応募資格

年齢25歳以上(性別不問)で、心身ともに健康な方。  
被害者支援への関心と、ボランティア活動に理解と意欲があり、研修を受けることができる方。

※詳細は次の問い合わせ先まで。募集要綱を送付します。

#### ■お問い合わせ

犯罪被害者支援センターやまなし設立準備委員会事務局(山梨県警察本部警務課 犯罪被害者対策室内)  
甲府市丸の内1-6-1  
055-235-2121  
(内線2672)

2682～2684

### 安全の原点は「防火管理」から 甲種防火管理講習会

百貨店、旅館、病院等(特定用途)で延べ面積が三百㎡以上、収容人員30人以上の建物や、共同住宅、学校、工場、事務所等(非特定用途)で延べ面積が五百㎡以上、収容人員50人以上の建物については、防火管理者の選任が必要です。峡北消防本部では、次のとおり防火管理者の資格付与講習会を行います。詳細は、最寄りの消防署、分署、分遣所にお尋ねください。

#### ■講習会

11月14日(火)～15日(水)

#### ■場所

峡北広域環境衛生センター

#### ■お申込み

10月30日(日)～11月20日(木)  
※消防本部2階予防課で受付





**地域に貢献 社会に貢献 土地活用  
不動産鑑定士無料相談会**

10月は土地月間。限られた貴重な土地についての有効活用を考える機会です。  
土地についての悩みや相談事がある方は、相談会をご利用ください。

■日時 10月7日(土)  
午前10時～午後3時

■場所 県民情報プラザ1階

■お問い合わせ

山梨県県民生活課

☎0555-2233-1348

FAX0555-2233-1350

**暮らしに関わる書類の疑問**

**行政書士無料相談会**

遺言、相続、営業許可申請、農地転用、建設業許可申請、会社・NPO法人設立、帰化、在留許可申請、著作権など、

役所に提出する書類等について相談会を行います。

■日時 10月21日(土)  
午前10時～午後4時

■場所 市民会館3階和室

■お問い合わせ

山梨県行政書士会

☎0555-2377-2601

FAX0555-2375-6837

**雇用に関する悩みについて**

**社会保険労務士無料相談会**

個人・事業主の方で、労働に関する問題・手続き等の悩み・相談ごとをお持ちの方は、遠慮なくご相談ください。

■日時 10月11日(水)  
午前10時～午後4時

■場所 県民情報プラザ1階

■お問い合わせ

山梨県社会保険労務士会

☎0555-2533-4004

FAX0555-2533-8008

**1時間955円**

**山梨県最低賃金**

「山梨県最低賃金」は、平成18年10月1日より、現行の1時間651円から1時間

655円に、4円引き上げられます。

最低賃金については、山梨労働局か、最寄りの労働基準監督署にお尋ねください。

■お問い合わせ

山梨労働局賃金室

☎0555-2255-2854

**加入はお済みですか**

**労働保険 (雇用保険・労災保険)**

労働保険とは、雇用保険と労災保険(労働者災害補償保険)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を行わなければならないとされています。



加入手続等、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。

■お問い合わせ

ハローワーク 韮崎

韮崎市若宮1-10-11

☎22-11331

通用係(内線32番)

**◆市民栄養相談 (要予約)**

「食」に関する心配ごとや疑問の相談。  
※予約は保健福祉センター (☎23-4310)にて電話受付。

**◆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。  
毎週月曜日 10:00~15:00  
市役所にて

**◆行政相談**

国や県、市の行政などについての相談。  
第1・3・4月曜日 13:00~15:00  
市役所にて

**◆無料法律相談 (要予約)**

法律的な相談であればどんな内容でも可。  
10月の相談は、26日(木) 13:00~1人30分以内。  
※予約受付は10月10日(火) 9:00~、企画財政課(内線357)で電話受付。

**◆物忘れ相談**

物忘れや認知症予防・介護についての相談。  
毎月第2火曜日 9:30~16:00  
保健福祉センターにて

**◆家庭児童相談**

子どもや家庭に関する悩みの相談。  
毎週木曜日 10:00~16:00  
市民会館にて

**◆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。  
毎週月・火・水曜日 9:30~16:00  
市民会館にて

**◆結婚相談 (要予約)**

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。  
毎週火・金曜日 13:00~16:00  
市民会館1階結婚相談所にて(☎22-9711)



20歳の記念行事 成人式

平成19年の成人式を、次のとおり行います。



本市記念式典会場

■実施日  
平成19年1月7日(日)

■受付  
12時30分～13時15分

■式典  
13時30分～

■場所  
東京エレクトロン葦崎文化ホール・大ホール

対象者へのご案内は、12月上旬に郵送します。なお、転出等により現在葦崎市に住民票のない方で、成人式への出席を希望される方は、11月末日までに、ご連絡ください。

■お問い合わせ

葦崎市教育委員会  
教育課生涯学習担当

(内線2600)

「わがふるさと」の文化に触れる  
生涯学習フェスティバル'06

「語り継ごう！『わがふるさと』」をテーマに、宮澤賢治・保阪嘉内生誕110周年を記念した内容を企画しました。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11日(土)  
午前9時より受付

■場所  
東京エレクトロン葦崎文化ホール・大ホール

■内容  
◎実践発表  
「六山次第分館」  
「葦崎中学校」  
◎映画鑑賞  
「わが心の銀河鉄道」  
「宮澤賢治物語」

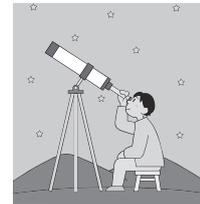
◎合唱発表  
「音楽物語『銀河鉄道』」  
「ショパンとカンパネラ」  
葦崎市民合唱団  
◎記念講演(仮演題)  
「賢治と嘉内」  
その友情と理想!

講師 歴史家・東京経済大学  
名誉教授  
色川大吉氏

■お問い合わせ  
教育課生涯学習担当  
(内線2600)

ライトタウンにらさき  
銀河を楽しもう

宮澤賢治の名作『銀河鉄道の夜』のヒントになつたとも言われる葦崎の夜空。そんなロマンチックな星空と一緒に眺めてみませんか。



■日時  
10月21日(土) 18時～

■会場  
穂坂町銀河鉄道展望公園

■内容  
・星空探訪  
・小学生ピアニストによる星空コンサート  
・まちの電灯がカウントダウンで消える?  
・銀河鉄道を探せ  
※夜間のイベントにつき、お子さんは引率者同伴でお願いします。

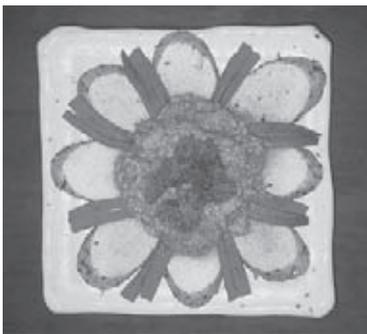
■お問い合わせ

葦崎市観光協会  
(産業経済課内・内線2300)

長芋の素揚げミートソース

すりおろしたり刻んだり、普段は生で食べることが多い長芋ですが、火を通すことででるねっとりとした甘さは格別です。

ミートソースをかけることで栄養価も高く、長芋はジアスターゼを多く含むため消化も良いので、子どもやお年寄りにもお勧めのメニューです。



○作り方

- (1)長芋をよく洗い、皮ごと7mm位の厚さにななめ切りにし、170度の油でキツネ色になるまで揚げる。
- (2)野菜はみじん切りにして、油をひいたらニンニクを入れ、玉ねぎ、しいたけ、ひき肉を炒めて、火が通ったら、トマト、塩、こしょう、トマトケチャップを加えて味をととのえる。
- (3)先の長芋の上にミートソースをのせ、いんげん、パセリをのせる。

レシピ提供：旭町食生活改善推進委員会



○材料(一人前)

・素揚げ			
長芋	100 g	油	7 g
・ミートソース			
赤身のひき肉	40 g	玉ねぎ	20 g
しいたけ	10 g	トマト	50 g
ニンニク	少々	ケチャップ	20 g
塩こしょう	少々	油	3 g
・付け合わせ			
パセリ	少々	いんげん	30 g
塩	少々		
総カロリー	253kcal	たんぱく質	13.2kcal
脂肪	11.8kcal	カルシウム	49kcal
塩分	1kcal		

### 子育て教室

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

#### ◆パパ・ママ学級（要予約）

赤ちゃん抱っこ体験、母乳栄養、母乳マッサージ  
Cコース2 10月17日（火）13：30～

#### ◆すくすく教室（7か月）

10月17日（火）  
受付時間 13：00～13：30  
対象：H18年3月生まれ

#### ◆よちよち教室（11か月）

10月24日（火）  
受付時間 13：00～13：30  
対象：H17年11月生まれ

#### ◆のびのび教室（2歳児）

10月25日（水）  
受付時間 13：00～13：30  
対象：H16年9月生まれ

### 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

#### ◆4か月児健診

10月27日（金）  
受付時間 13：00～13：30  
対象：H18年6月生まれ

#### ◆1歳6か月児健診

10月13日（金）  
受付時間 13：00～13：30  
対象：H17年3月生まれ

#### ◆3歳児健診

10月20日（金）  
受付時間 13：00～13：30  
対象：H15年9月生まれ

### 育児健康相談等

持ち物／各種健康手帳

#### ◆育児相談（要予約）

10月26日（木）  
9：30～16：00

#### ◆母子健康手帳交付・ 妊婦相談・一般健康 相談

毎週月～金曜日  
9：30～16：00

### 健康づくり教室

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

#### ◆健康トレーニング教室

毎週月曜日 13：30～15：30

#### ◆健康アップ教室（Bグループ）

10月5日、12日（木）19：30～

#### ◆体改善“にこにこ”講座（Cコース）

毎週月曜日 13：00～

#### ◆体改善“にこにこ”講座（Dコース）

毎週火曜日 9：00～

#### ◆禁煙教室

10月12日（木）受付時間 13：00～



■いずれも お問い合わせ・会場は、  
葦崎市保健福祉センター

（本町3-6-3）

☎23-4310

☎23-4316



おしえて

Dr.  
健康アドバイザー



? 「検診で骨密度を測ったところ、骨粗鬆症こつそしょうしょうとまではいえないが、同じ年齢の人の平均よりかなり低いと言われました。あまり薬は飲みたくありませんが、自分でカルシウムを多めにとっていれば大丈夫でしょうか？」（55歳女性）

◎自己判断で放置すると、様々な骨折の原因になります。

日本の潜在骨粗鬆症患者数は1000万人を超えていると言われていて、そのうち薬物治療を受けている人は約200

万人、すなわち20%の人しか治療をしていません。また薬を飲み始めても、約半数の人が半年以内に薬を飲まなくなっています。その一番の理由は「もういいかな。」という自己判断によるものです。骨粗鬆症自体症状はあまりありません。しかし大腿骨頸部骨折、脊椎圧迫骨折など様々な骨折の原因になります。圧迫骨折などは転倒しなくても起こり、背中が丸くなっていきます。女性の場合閉経を期に骨密度が悪くなります。閉経をむかえたら骨密度を測定し、悪ければ治療を始めたほうがいいでしょう。

◎怪我、病気をしてから考えるのではなく、予防に重点をおき自分の体を守っていくことが重要です。

治療薬としてはビスホスホネート製剤が最も効果的です。カルシウムやビタミンDなどはもちろん摂取したほうがいいのですが、骨量は増加しません。運動や日光浴でも同じです。すなわち骨密度を増加させるには薬を飲むしかありません。他に薬を多く飲んでる人などは更に薬が増えるとなるとかなり抵抗があると思いますが、今年の9月から1週間に1度だけ飲む薬もできました。医療費が高騰している昨今、怪我、病気をしてから考えるのではなく、予防に重点をおき自分の体を守っていくことが重要ではないでしょうか。



アドバイザー 葦崎市立病院  
整形外科医長 小川 知周

## 脳の健康づくり 元気になる教室

みなさんは、普段から「脳」を鍛えていますか? 「もの忘れ」はありませんか?

市では、65歳以上の方を対象に、脳の健康づくりを行う「元気になる教室」を開催します。

■日時 10月5日(木)・24日(火)・31日(火)

13時30分～15時

■会場 老人福祉センター

※老人福祉センターへは、「こぶし号」のバスを利用することができます。

### ■参加方法

会場にて直接参加可

■費用 1000円(施設利用)

※11月以降も定期的に開催し、日程は「こぶし号巡回日程」の欄で、お知らせします。

### ■お問い合わせ

保健福祉センター

TEL 231-4313

FAX 231-4316

## 石綿業務に従事していた方へ 特別無料健康診断

過去に石綿を取り扱う作業に従事し、石綿健康診断を受けていない方のうち、次の全

ての項目に該当する方には、無料で健康診断を実施いたします。

### ■受診資格

(1) 従事していた作業が特定作業(とぎらぐら)。

(2) 初回ばく露から10年以上経過していること。

(3) 以前石綿作業に従事していた作業場が廃業や倒産退職者に対する健康診断を拒否等の理由で石綿健康診断を受診できない状況にあること。

④ 石綿に係る健康管理手帳を所有していないこと。

### ■受付期間

11月1日(水)～17日(金)

### ■お問い合わせ・申請先

山梨市落合8660

TEL 0553-221-7898

FAX 0553-231-4051

## 糖尿病治療の現場から 糖尿病セミナー

糖尿病患者の方とご家族、糖尿病に興味のある方を対象にしたセミナーです。

■日時 10月29日(日)

9時45分～16時45分

■場所 ベルクラシック甲府  
■その他 費用・申込は不要

### ■お問い合わせ

山梨大学医学部第三内科

事務 堀内牧子

TEL 0551-273-9602

FAX 0551-273-19685



## 設立5周年記念事業

## ニユースポーツフェスタ

NPO 韮崎スポーツクラブでは、第5回スポーツ大会を開催します。

今年は、年齢や体力に関係なく誰でも楽しむことができる運動として、今話題の「ニユースポーツ」を体験していただきます。

日頃の運動不足解消と健康管理のために、参加してはいかがでしょうか!

なお、競技の途中で、当クラブ会員による模範演技(種目)を紹介いたします。

■日時

11月26日(日) 9時～12時

■場所

市営総合運動場体育館

■参加資格

市民・クラブ会員

■参加費 無料

■その他 運動のできる服装、室内靴を持参

## 今なら50%オフ!!

## スポーツクラブ会員募集

10月より、スポーツクラブ新規加入者に限り「半額キャンペーン」を実施します。

これから運動してみようとお考えの方は、今すぐお問い合わせください。

### ■特典

・正会員は、年間を通して、クラブが主催するスポーツスクール、スポーツサークル、スポーツ大会、イベント等、すべての事業に参加することができます。

・クラブハウスが無料で使用できます。(ミーティング、コミュニケーションスペース、軽食などもできます。)

■いずれも、お問い合わせ

NPO 韮崎スポーツクラブ

TEL 221-2255

FAX 221-0498

## こぶし号老人福祉センターバス(10月巡回日程)

祖母石、一ツ谷、水神、1～5丁目、若宮、旭、日の出、西町、富士見ヶ丘、中島、高河原(韮崎駅経由)	11日(水)・31日(火)
富士見、岩下、上の山(韮崎駅経由)	12日(木)・30日(月)
穂坂町権現沢、上の原、上今井、原、長久保	13日(金)
穂坂町日の城、三之蔵、三ツ沢上下、飯米場	16日(月)
穂坂町柳平、宮久保、鳥の小池	2日(月)・17日(火)
藤井町全区	3日(火)・19日(木)
中田・穴山町全区	4日(水)・23日(月)
円野町全区(一ツ谷経由)	6日(金)・24日(火)
清哲、神山町全区(一ツ谷経由)	5日(木)・25日(水)
旭町全区(一ツ谷経由)	26日(木)
大草・竜岡町全区	10日(火)・27日(金)
静心寮	18日(水)
老壮大学	20日(金)
障害者交流会	20日(金)
元気になる教室	5日(木)・24日(火)・31日(火)

日変更がある場合、区長を通じ連絡します。  
お問い合わせ 老人福祉センター (TEL 22-6944 / FAX 22-6980)

## 児童センターであそぼう

開館時間 月～土曜日 9:00～19:00  
0～6歳(未就学)児は保護者の同伴をお願いします。

韮崎児童センター  
(☎22-7687)

### ◆食育講座

10月 3日(火) 10:30～  
講師 山梨県栄養士会職員

### ◆親子であそぼう(お絵かき)

10月11日(水)  
～13日(金) 11:00～

### ◆作ってあそぼう

10月17日(火) 11:00～

### ◆寿ルーム(小学生対象)

毎週月曜日

北西児童センター  
(☎22-1775)

### ◆お話会

10月 6日(金) 10:30～  
講師 お話サークル「ききみみずきん」

### ◆家庭における乳幼児に対する救急法

10月20日(金) 10:30～  
講師 日本赤十字社山梨県支部職員

### ◆親子であそぼう(折り紙)

10月25日(水)  
～26日(木) 11:00～

### ◆防犯教室(小学生対象)

10月25日(水) 15:30～  
講師 韮崎警察署員

### ◆作ってあそぼう

10月27日(金) 10:30～

北東児童センター  
(☎23-5550)

### ◆手あそび・歌あそび

10月 5日(木) 10:30～

### ◆親子であそぼう(折り紙)

10月11日(水)  
～13日(金) 11:00～

甘利児童センター  
(☎23-1535)

### ◆防犯教室(小学生対象)

10月 4日(水) 14:30～  
講師 韮崎警察署員

### ◆お話会

10月13日(金) 10:30～  
講師 お話サークル「ピッピの会」

### ◆あそびの実践講習(5～8歳対象)

10月21日(土) 10:00～  
講師 「遊びのプロ」

### ◆自然とあそぼう

11月 2日(木) 10:30～  
講師 高山弘先生

## 韮崎・北東児童センター 合同行事

### ◆ボイスイリュージョン(暖話術)

10月24日(火) 10:30～  
講師: 飯室真奈美先生  
場所: 韮崎児童センター



行事のない日でも、各センターは開館してまですので、お子さんと一緒に遊びに来てください。

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ので、各児童センターにお問い合わせください。



## 子育て支援センターにいらっしゃい!

地域子育て支援センター  
(藤井保育園内 ☎23-7676)

開設時間 月～金曜日 10:00～12:00  
イベントのない日もお友だちが来てあそんでいるよ!

### □例月のイベント

◆子育てトーク(子育てについてお話ししよう)  
10月11日(水) 10:30～ ※来月は1日(水)

◆体位測定(お子さんの身長・体重を測ります)  
10月16日(月) 10:30～

◆誕生会に参加しましょう(お友だちと一緒に)  
10月26日(木) 10:00～

◆水曜ミニミニタイム(歌・手遊び・シアター)  
※4日・18日はお休みです

### □保育園開放・子育て相談

・保育園開放 毎週水曜日 10:00～12:00  
・子育て相談 面談 8:30～12:00  
電話相談 8:30～17:00

### □その他のイベント・講座

◆押し花教室(講師: 雨宮純子先生) ※要予約材料実費  
10月 4日(水) 10:00～11:30

◆交通安全教室(県警さかかせ号)  
10月 6日(金) 10:00～11:00

◆親子エアロビクス教室(講師: 斉藤晴美先生)  
10月10日(火) 10:30～11:30

◆簡単ビーズづくり(講師: 保阪綾先生)  
10月17日(火) 10:00～12:00  
※要予約材料実費

◆虫歯の予防について(講師: 堀内敏裕先生)  
10月18日(水) 10:00～11:30  
※フッ素塗布もしてくれます

◆公園であそぼう(御勅使南公園に集合)  
10月19日(木) 10:00～11:30  
※お弁当・飲み物持参

◆親子で楽しむ音楽会(東京エレクトロン韮崎文化ホール)  
10月20日(金) 10:00開場～11:30  
パルフェ ピアノ/フルート/キーボード アンサンブル

◆子育て用品フリーマーケット(藤井保育園)  
10月28日(土) 10:00～11:30  
※出店希望者 要予約

## 子育てサロン 銀河鉄道

「消防署を見学しましょう」

地域の安全を守り、市民の日常生活の見張り番ともいえる消防署を見学し、私たちにできる日ごろの心がけなどについて学ぶ機会にしませんか。(費用無料)

日時 10月11日(水) 10:30~11:30  
 場所 葦崎消防署 ※現地集合  
 (本町4-9-48 ☎22-3311)  
 お問い合わせ 銀河鉄道事務局 (☎22-1121)

## 『ALWAYS 三丁目の夕日』 映画上映会

■日時 10月14日(土)  
 午後7時~9時15分  
 ※開場6時30分

■お問い合わせ  
 教育課生涯学習担当  
 (内線2008)

■場所  
 市民会館5階大ホール  
 その他  
 入場無料、申込不要

※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。未成年の方は、ご家族と一緒にご来場ください。

■お問い合わせ  
 教育課生涯学習担当  
 (内線2008)

■歴史の偉業を感じて歩く  
 信玄堤ウォーク2006

■甲斐市信玄堤公園をスタート・ゴールとするコース。  
 □6.5kmコース  
 (開国橋を折り返し)  
 □12.0kmコース  
 (竜岡町将棋頭を折り返し)  
 □16.5kmコース  
 (白根将棋頭を回る)  
 ■日時 10月21日(土)  
 8時15分受付開始  
 9時30分スタート  
 お弁当、雨具等  
 10月19日(木) 締切

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

■お申し込み・お問い合わせ  
 山梨日日新聞営業推進局  
 ☎055-1231-3121  
 FAX 055-1231-3107

## 新刊情報 図書館流通センター「週刊新刊全点案内」1485号より



「**狐狸の恋 お鳥見女房**」  
 諸田 玲子 著 (新潮社)  
 珠世の夫、伴之助が2年余の影働きから命からがら帰還し、矢島家は一家そろっての平穏な暮らしを取り戻しかけていたが…。  
 珠世の情と機転に、今日も誰かが救われる。  
 お鳥見女房第4弾。



「**あかりをけして**」  
 A. ガイサート 作 (BL出版)  
 「8時になったらあかりを消して」と言われたコブタ。でも真っ暗な部屋では怖くて眠れない。  
 そこで、あかりが消えるまでに時間がかかる仕掛けを考え出した。  
 ページをめくると次々動く仕掛けを見て楽しんでください。

- (一般書)「**アメリカ第二次南北戦争**」 佐藤賢一 著 (光文社)
- 「**甦えるコウノトリ**」 菊池直樹 著 (東京大学出版会)
- (児童書)「**うんてんするのはだあれ?**」 レオ・ティマス 作・絵 (フレーベル館)
- 「**おじいちゃんちでおとまり**」 なかがわちひろ 作・絵 (ポプラ社)

◎図書は、リクエストや予約もお受けいたします。  
 ◎先にご案内の「リサイクル文庫」にご協力ください。  
 ◎ご返却が遅れている方は、どうかお早めにお返しください。

■10月の休館日 毎週月曜日・31日(火)  
 お問い合わせは、葦崎市立図書館  
 (☎22-1121 / FAX 22-2910)

## 今月のだっこの会

「**わらべ歌・手遊びなど**」  
 覚えて語りかけてください。  
 日時 10月26日(木)  
 10:30~  
 場所 市民会館3階 和室

## 今月のおはなし会

「**紙芝居・パネルシアター・工作など**」  
 絵本のよみきかせ、どんな作品を選びますか?  
 友だちを誘っておいでください。  
 日時 10月28日(土) 10:00~  
 場所 市民会館3階 和室

## 今月の朗読のつどい

朗読は「塩山やまびこ会」のみなさんです。  
 お楽しみに!

日時 10月7日(土) 14:00~  
 場所 市民会館4階 大会議室

「**民話 けちくらべ**」 (朗読 土屋一二三 さん)

「**お母ちゃんお母ちゃん 迎えに来て**」 奥田 継夫 作  
 (朗読 数野星子・萩原多津美 さん)

「**蜜柑**」 芥川 龍之介 作 (朗読 水上登志子 さん)

「**じねんじょ**」 三浦 哲郎 作  
 (朗読 古屋茂子・雨宮芙美子 さん)

「**冬の日 防衛庁にて**」 江国 香織 作  
 (朗読 依田富士美 さん)

※次回は11月4日(土)です。



# 市民のひろば

「市民のひろば」では、みなさんの明るい笑顔があふれる話題・情報・写真をお待ちしております。ご連絡は市役所まちづくり推進担当まで。

## 夢と感動を ありがとう ヒデ！ ～ 新たな旅立ちにエールを送る 24時間サッカー ～

「お疲れさま」「僕も日本代表になります」「韮崎にも来て」と、一緒に心のパスをつなげたみんなの熱いメッセージ、必ずヒデに届くと思います。

ヒデの旅は、今どの辺りに差し掛かっているんだろう？ その旅の途中で出会った僕らは、「背番号7」とサッカーに対するそれぞれの想いを、24時間の中で共有したくてピッチに立った――

7月26日から27日にかけて、ヒデの高校時代のチームメイトをはじめ、サッカー関係者、ファン、キッズが集まり、ヒデに感謝とエールを送るイベントを開催しました。



## わが家のアイドルこんにちは



竜岡町 福升 伸一郎・里美さん 宅  
ことの 琴乃ちゃん (H16年10月生まれ)  
～「優しく強く育ってね」～



竜岡町 野口 政幸・幸恵さん 宅  
そう太 颯太くん (H15年2月生まれ)  
～「さわやかな男の子に育ってね」～



清哲町 小林 秀人・愛さん 宅  
あおい 青空くん (H15年4月生まれ)  
ゆな 優奈ちゃん (H17年11月生まれ)  
～「仲良く元気にいつも楽しく！」～

『かかしにもサムライ魂』  
個性豊かな作品が勢揃い「平成かかしカーニバル」

秋の収穫を前に、田園を楽しく飾るユニークなかかし達が今年も集結。恒例の「平成かかしカーニバル」が、8月27日から9月18日まで、円野町で開催されました。

来年の大河ドラマ「風林火山」の放映をひかえ、信玄公の治水事業を再現した大賞作品をはじめ、今回も話題の人物・出来事を反映した力作が勢揃い。そしてサッカーでは、中田選手活躍の余韻も冷めやらず、あちこちに背番号7の姿が、ヒデのサムライ魂は、武田の里で息づいています。



### 市の人口 (9月1日現在)

男	16,396人	世帯数	12,226世帯
女	16,714人	前月比	0世帯
計	33,110人		
前月比	-10人		

### 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	134,234,048円	※1人当り	14,887円 (前月比 13.74%減)
老人保健	233,540,182円	※1人当り	60,331円 (前月比 6.89%増)