

2月

広報にらさき 情報カレンダー



抜き取ってご利用ください

■ 蕨崎市役所

業務時間：8時30分～17時15分（月～金）

〒407-8501 蕨崎市水神1丁目3番1号

☎22-1111 FAX 22-8479

月	火	水	木	金	土	日																				
イベント・行事 【毎週月曜日】 児ことぶきルーム （蕨崎） 小学生対象 ※祝日は実施しません	相談等 【毎週月・火・水曜日】 ■学校教育相談（第3月曜除く） 9時30分～16時 市民交流センター相談室2 問：☎23-5653 【毎週月・木曜日】 ■母子健康手帳交付・妊婦・一般健康相談 9時30分～16時 保健福祉センター 【第1・2・3月曜日】 ■行政相談 13時～15時 市役所 102会議室 問：企画財政課（内線356） 【毎週火曜日】 ■消費生活相談 9時～16時 市役所 102会議室 問：商工観光課（内線215） ※祝日は実施しません 【随時・要予約】 ■家庭児童相談 予約：福祉課（内線179） ■市民栄養相談 予約：保健福祉センター ☎23-4310			蕨崎市立病院 〒407-0024 蕨崎市本町3丁目5番3号 ☎22-1221 <table><tr><th>診療科目</th><th>診療日</th><th>受付時間</th><th>休診日</th></tr><tr><td>内科</td><td rowspan="7">月曜～金曜</td><td rowspan="2">午前8時30分～ 午前11時30分</td><td rowspan="8">土曜・日曜・祝日・年末年始（12/29～1/3） ※急患はこの限りではありません。 ※当院は院外処方を行っています。 ※医師の日程変更による休診・代診については、お問い合わせください。</td></tr><tr><td>小児科</td></tr><tr><td>外科</td><td colspan="2" rowspan="6">※眼科 金曜 午前8時30分～ 午前11時</td></tr><tr><td>整形外科</td></tr><tr><td>眼科</td></tr><tr><td>脳神経外科</td></tr><tr><td>放射線科</td></tr><tr><td>リハビリテーション科</td></tr><tr><td>泌尿器科</td><td>木曜午前</td><td></td></tr></table>	診療科目	診療日	受付時間	休診日	内科	月曜～金曜	午前8時30分～ 午前11時30分	土曜・日曜・祝日・年末年始（12/29～1/3） ※急患はこの限りではありません。 ※当院は院外処方を行っています。 ※医師の日程変更による休診・代診については、お問い合わせください。	小児科	外科	※眼科 金曜 午前8時30分～ 午前11時		整形外科	眼科	脳神経外科	放射線科	リハビリテーション科	泌尿器科	木曜午前			
診療科目	診療日	受付時間	休診日																							
内科	月曜～金曜	午前8時30分～ 午前11時30分	土曜・日曜・祝日・年末年始（12/29～1/3） ※急患はこの限りではありません。 ※当院は院外処方を行っています。 ※医師の日程変更による休診・代診については、お問い合わせください。																							
小児科																										
外科		※眼科 金曜 午前8時30分～ 午前11時																								
整形外科																										
眼科																										
脳神経外科																										
放射線科																										
リハビリテーション科																										
泌尿器科	木曜午前																									
今月の無料法律相談 2月23日（木） 13時～16時 市役所 401会議室 一人30分以内 定員6名 ※予約受付 2月10日（金）8時30分～ 企画財政課（内線356）	今月の納税 納期限 2月29日（水） ※固定資産税 第4期 ※国民健康保険税 第8期 ※介護保険料 第6期 ※後期高齢者医療保険料 第8期 収納課 （内線161・163～166）	児なかよしトーク（蕨崎）1 10時30分～ 児防火教室（北西） 14時～ 児童クラブ員対象 講師：蕨崎消防署職員 ☑9～12カ月ママの会 13時30分～ 【要予約】 定員：10組 持ち物：マイカップ 休館：児	児海外ボランティアから見た子育て（甘利）2 10時30分～ 定員：15名 講師：久保弘恵氏 託児あり ☑パパ・ママ教室 13時30分～ Cコースの4回目 出産後の子育てについて話しましょう 休館：民（午前）	児なかよし広場（北西）3 11時～ ●老壮大学 13時～ 市民交流センター3階多目的ホール 「生涯現役泣き笑い人生」 日本司会芸能協会副会長 青空たのし 2月2日 ☑育休中ママの会 13時30分～【要予約】 定員：10組 持ち物：マイカップ 休館：児	2月3日 ☑クロクロ隊活動日 10時30分～ 支援センターをサポートしてくれるボランティアさん大募集！ ☑にらちびシアター 13時30分～ 2月のうた、手遊び、おはなしを楽しみましょう 休館：児	●蕨崎大村美術館 「岡田節子・桜井悦展」 3月11日（日）まで開催中 （詳細はP12）  休館：児 保 老																				
●公的年金所得者の確定申告作成相談会 6 10時～12時 市役所別館201会議室（詳細はP8） ●三税共同相談会 13時30分～16時 市役所別館201会議室（詳細はP8） 休館：園 文 支 民 幼 体	●特設人権相談 7 10時～15時 市民交流センター1階相談室1 担当：人権擁護委員（詳細はP18） ☑すくすく教室 対象：H23.7月生まれ（7カ月） 受付：13時～13時30分 離乳食指導や離乳食の試食を行います ☑パパ・ママ教室 13時30分～ Eコース2回目 赤ちゃん抱っこ体験や母乳栄養について行います	●健康アップ教室 8 9時30分～ 児なかよし広場（蕨崎） 11時～ ☑よちよち教室 対象：H23.3月生まれ（11カ月） 受付：13時～13時30分 ☑シェフのクッキング教室 10時30分～【要予約】 市民交流センター1階調理室（詳細はP14） 休館：児	●子育てサロン銀河鉄道 クッキング教室 9 10時～【要予約】 市民交流センター1階調理室（詳細はP15） 児作って遊ぼう～おひなさま～（北西） 10時30分～ 定員：15組 休館：民（午前）	児なかよしトーク（北東）10 10時30分～ ☑べいび体位測定 10時30分～ ☑にらちび写真館 13時30分～ 持ち物：カメラ 記念写真を親子でパチリ 季節の手づくりおもちゃも楽しめます	園おはなし会 11 10時30分～ 対象：幼児～小学校低学年（詳細はP12） ●第2回冬の星空観望会 18時30分～ （雨天・曇天中止） 穴山町ふれあいホール（詳細は裏表紙） 休館：児 保 老	●蕨崎大村美術館 「岡田節子・桜井悦展」 3月11日（日）まで開催中 （詳細はP12）  休館：児 保 老																				

13 ● 婚活夫婦を祝う会 14時～ 市役所 4 階大会議室  休館：国 文 支 民 幼 体	14 児 なかよし広場（甘利） 11時～ 乳 1 歳 6 カ月健診 H22.7月生まれ 受付：13時～13時30分 小児科医師・歯科医師の診察を行います 2月15日 支 6～8カ月児ママの会 13時30分～【要予約】 定員：10組 持ち物：マイカップ 休館：美	15 児 お誕生記念手形作り （2月生まれ）（葦崎） 10時30分～【要予約】 申込：8日（水）まで 材料費自己負担（330円） 幼 のびのび教室 H22.1月生まれ（2歳児） 受付：13時～13時30分 親子あそびや歯科相談を行います 休館：美	16 ● 確定申告受付開始 3月15日（木）まで （詳細はP6～P8） ● 武田の里ライフカレッジ 東京エレクトロン葦崎文化ホール 世界一受けたい日本語授業 杏林大学外国語学部教授： 金田一秀穂 支 県外出身ママの会 13時30分～【要予約】 定員：10組 持ち物：マイカップ 休館：民（午前）	17 児 なかよしトーク（北西） 10時30分～ 支 メルマガキャンペーン 10時30分～ メルマガ会員さんには手型 プレゼント！ 新会員さんも募集します 児 なかよし広場（北東） 11時～ ★夜間納税相談・収納窓口 18時～20時30分 市役所 1 階収納課 休館：保	18 2月17日 支 にらび写真館 13時30分～ 持ち物：カメラ 記念写真を親子でパチリ 季節の手づくりおもちゃ も楽しめます 休館：保	19 ● 市内一周駅伝競走大会 市営総合運動場 10時スタート ● 葦崎市体育祭総閉会式 13時～ 市営総合運動場体育館 休館：児 保 老
20 ● 健康夫婦を祝う会 14時～ 市役所 4 階大会議室  休館：国 文 支 民 幼 体 交	21 乳 4 カ月児健診 H23.10月生まれ 受付：13時～13時30分 小児科医の診察を行います 2月22日 支 0～5カ月児ママの会 13時30分～【要予約】 定員：10組 持ち物：マイカップ 休館：美	22 ● 健康アップ教室 9時30分～ 児 おはなし会（葦崎） 10時30分～ 講師：市立図書館 乳 3 歳児健診 H21.1月生まれ 受付：13時～13時30分 小児科医及び歯科医の診察 を行います 休館：美	23 国 だっこの会 11時～ 対象：乳幼児 （詳細はP12） 支 誕生会（2月生まれ） 13時30分～ 【要予約】 定員：10組 材料費自己負担（100円） 休館：民（午前）	24 幼 にこにこ子育て相談室 9時～【要予約】 児 子育てクッキング（北西） 9時50分～ 保健福祉センター 定員：15組 託児あり 材料費自己負担 支 ケロケロ隊活動日 10時30分～ 支 にらびまつり 13時30分～ 月に1度のセンターのお楽しみ会です 休館：保	25 ★休日納税相談・ 収納窓口 10時～16時 市役所 1 階収納課 ● 特設合同行政相談所 13時～16時30分 市民交流センター1階会議室5～7 （詳細はP18） ● 第3回減災フォーラム 13時30分～ 市民交流センター3階多目的ホール （詳細はP13） 休館：保	26 休館：児 保 老
27 ★夜間納税相談・ 収納窓口 18時～20時30分 市役所 1 階収納課 休館：国 文 支 民 幼 体	28 児 なかよしトーク（甘利） 10時30分～ 児 防犯教室（甘利） 15時20分～ 児童クラブ員対象 講師：葦崎警察署 休館：美 国	29 ● 税の無料相談会 10時～16時 市役所4階大会議室 （詳細はP8） 休館：民（午前）	1 ● 老壮大学修了式・大学祭 13時～ 市民交流センター3階多目的ホール 児 なかよし広場（北東） 11時～ 休館：保	2 ● 老壮大学修了式・大学祭 13時～ 市民交流センター3階多目的ホール 児 なかよし広場（北東） 11時～ 休館：保	 2月は省エネ月間です！ 冬の室温は 20℃以下 を目安にね！ 見てないテレビ や照明は OFF! お出かけ時は プラグを抜いて 待機電力を カット！ 関東電気保安協会 http://www.kdh.or.jp/	

凡例

- 交**：葦崎市民交流センター
開館時間：9時～22時
☎22-1121（代表） ☎22-1122
・地域情報発信センター（9時～19時）
・ふるさと偉人資料館 ☎21-3636/葦崎大村美術館
サテライトスペース（9時～17時）
（休館：月曜日・休日の翌日）
- 国**：葦崎市立図書館
開館時間：10時～19時（土日祝は9時～17時）
☎22-4946 ☎22-4950
- 支**：葦崎市子育て支援センター
開館時間：9時～17時
☎23-7676 ☎23-7678

- 児**：児童センター 開館時間：9時～19時
葦崎児童センター ☎22-7687
北東児童センター ☎23-5550
北西児童センター ☎22-1775
甘利児童センター ☎23-1535
- 美**：葦崎大村美術館
開館時間：10時～17時
☎23-7775
- 文**：東京エレクトロン葦崎文化ホール
開館時間：8時30分～17時15分
☎20-1155 ☎22-1919
- 老**：葦崎市老人福祉センター
開館時間：9時30分～16時30分

- ☎22-6944 ☎22-6980
- 幼**：葦崎市健康ふれあいセンター
ゆ〜ぶるにらさき
開館時間：10時～21時
☎20-2222
- 民**：葦崎市民俗資料館
開館時間：9時～16時30分
☎22-1696
- 体**：葦崎市営体育館
開館時間：9時～22時
（日曜日及び月曜日が祝日の場合
9時～17時）
☎22-0498

- 乳**：乳幼児の健診
場所 保健福祉センター
持物 母子健康手帳、バスタオル、
保険証、印鑑
- 子**：子育て教室
場所 保健福祉センター
持物 母子健康手帳、筆記用具など
- 育**：育児健康相談等
場所 保健福祉センター
持物 母子健康手帳

- 健**：健康づくり教室
場所 保健福祉センター
持物 各種健康手帳、筆記用具、
各教室にあった服装
（体操のできる服装等）
- 保**：葦崎市保健福祉センター
開館時間：
8時30分～17時15分
☎23-4310 ☎23-4316



学校給食をお家で食べよう！

心もからだもほっかほか 大根ピラフ

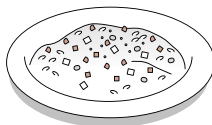


材料（5人分）

【A】	
米	2 合 (300g)
コンソメ	小さじ 1
塩	少々
有塩バター	小さじ 1 と 1/2 (6g)
【B】	
有塩バター	小さじ 1 と 1/2 (6g)
たまねぎ	60 g
大根	150g
にんじん	20g (1/10 本)
ベーコン	30g
おろしにんにく	小さじ 1/5
コンソメ	小さじ 1
塩	少々
こしょう	少々
黒いりごま	小さじ 1

作り方

- ①たまねぎ・にんじん・大根・ベーコンは、1.5cm角の色紙切りにする。
- ②【A】は全て一緒に炊く。（少し固めに）
- ③【B】のバターでたまねぎを透き通るまで炒める。大根・にんじんを加えて炒め、ベーコン・おろしにんにくを加えて炒める。コンソメ・塩・こしょうを加えて味付けする。
- ④②と③を混ぜ合わせ、黒ごまをふる。



一口メモ

冬の野菜大根を使った主食メニューです。
ベーコンのうまみを大根に染み込ませるイメージで作りました。



痛くて肩が挙がらない、夜中にズキズキして眠れない、後ろに手が回らない。
50歳以上になると肩の痛みを訴える方が増えてきます。

一般の方でも五十肩という病名はご存知なので、自己診断し、自然に治ると思っ

て放置する場合があります。しかし、なかなか治らないということで病院を受診し、MRI検査を行うと、肩のスジ（これを「腱板（けんぱん）」といいます）が切れていて、手術しなければ痛みがとれない場合があります。これを、腱板断裂（けんぱんだんれつ）といいます。

腱板断裂は、外傷で生じる場合もありますが、長年、肩に負担をかけ過ぎたことで起きたり、肩に異常な骨があることが原因であることもあります。ごく小さな断裂だと症状も軽く過ぎてゆく場合もありますが、肩にたくさん負担をかける方や、ある程度以上の大きさの断裂を放置すると、断裂部が大きくなって治療が困難になります。

年をとると足が弱くなるので、立ち座りや歩く時に体を手で支えることが多くなります。この時に肩が痛い



アドバイザー 荏崎市立病院
整形外科 医長 神平雅司

消費生活相談



市民のみかた
消費生活相談窓口
おかしいな！？と思ったら
今すぐ電話を
☎22—1111（内線215）

商工観光課に消費生活相談窓口が設置されています。資格を持った専門員の相談日時は、毎週火曜日9時～16時です。火曜日以外は、商工観光課窓口での相談も受け付けています。お気軽にご相談ください。

貴金属、呉服等の買取りにご注意

自宅を訪ねて来て、貴金属や呉服等を買取するという「訪問買取商法」の相談が多数寄せられていますのでご注意ください！！

この商法は、貴金属や呉服等の買取り業者が突然、心の準備の無い消費者の家を訪問して、家の中にある貴金属等を強引に買取するというものです。特に1人暮らしの高齢者などを狙って低価格での買取りを行うなど詐欺や恐喝まがいの業者が多く、問題となっています。

訪問買取りの問題点

- ① 買取の場合は、消費者と事業者が逆の立場になります。
「特定商取引法」という訪問販売のルールを決めている法律は当てはまらないので、訪問取引であっても、クーリング・オフ制度を使うことはできません。
- ② きちんとした契約書を渡されることは少なく、連絡先が分からなかったり、わかったとしてもすでに処分したと言われることもあります。
- ③ 適正な価格で取引されるかどうか心配です。

対処法

- ① 売る気がなければ、きっぱり断り、絶対家に入れないようにしましょう。それでもしつこい場合は、**荏崎市消費生活相談窓口☎22—1111（内線215）**に相談しましょう。
- ② 買取り業者は、必ず「古物商許可証」または「古物行商従業者証」を携帯しなければならないことになっています。たいてい首に許可証を下げています。業者名や電話番号等を確認したり書き留めておきましょう。
- ③ 処分したい場合は、事前に業者を調べ、品物を持ち込んで見積りを取るなどして、信頼できる業者を選びましょう。

■お問い合わせ

商工観光課商工労政担当（内線215）

荏崎市職員（看護師）を募集します。



採用職種	試験区分	採用者数	採用日	申込受付	試験日	資格要件等
看護師	中級	若干名	4月1日	2月3日（金）～17日（金）	3月9日（金）	看護師免許を有する人

※詳細は、市役所ホームページに掲載及び政策秘書課、市立病院事務局で配布しています『荏崎市職員（看護師）中途採用試験案内』をご覧ください。

■お問い合わせ

政策秘書課政策人事担当（内線325）

2月のごみ収集日程

対象地区	可燃	不燃	可燃粗大	不燃粗大	資源リサイクル
	原則週2回	原則月2回	年6回 (2月に1回)	年6回 (2月に1回)	月1回
葦崎 (祖母石・岩根を除く)	2日・6日 9日・13日 16日・20日 23日・27日	1日・15日	8日	—	7日
穂坂・藤井・中田・ 岩根			—	22日	14日
穴山・円野・清哲・ 神山・祖母石	3日・7日 10日・14日 17日・21日 24日・28日	8日・22日	1日	—	21日
旭・大草・龍岡			—	15日	28日

●自己搬入の日（毎月第4土曜日）

2月25日（土） 9時～11時

エコパークたつおか（☎22-3437）へ直接搬入

★運転免許証等により、葦崎市民であることを確認します。

★お店や事業所から出たものは搬入できません。

★可燃、不燃、可燃粗大、不燃粗大に分別して搬入してください。

★普通乗用車、軽自動車以外での搬入はできません。

●拠点資源リサイクル品の収集

・市役所裏駐車場（毎週土曜日）13時～16時

2月4日・11日・18日・25日

・やまとフジミモール店南側駐車場

・竜岡公民館グラウンド

（第2・4土曜日）13時～16時

2月11日・25日

※その他、月1回、各地区で定められた日時・場所で収集しています。

休日・夜間の救急医療連絡先

●**峡北消防本部テレホンガイド**

☎0551-22-8181

平日 午後5時15分～翌朝8時30分

土日祝 24時間対応

●**山梨県小児救急電話相談**

☎#8000（短縮ダイヤル）

毎日午後7時～午後11時

●**山梨県小児初期救急医療センター**

甲府市幸町14-6

☎055-226-3399

平日 午後7時～翌朝午前7時

土 午後3時～翌朝午前7時

日祝・12/29～1/3

午前9時～翌朝午前7時

※対応は、中学生までです。

外科的疾患の対応はできません。

文化ホールインフォメーション

◇ブルボンpresents Chisako Takashima 15th Anniversary

高嶋ちさ子12人のヴァイオリニスト「女神たちの饗宴」

2月3日（金） 19時開演・大ホール

デビュー15周年の集大成 感謝を込めて！「クラシックをより身近に」をテーマにヴァイオリニスト高嶋ちさ子が立ちあげた“観ても、聴いても、美しく、楽しいヴァイオリン・アンサンブル”楽しいトークもぜひお楽しみください。

【全席指定】3,500円

※未就学児入場不可

◇東京エレクトロン葦崎文化ホールネーミングライツ記念公演

さかなクンおもしろトークLIVE!!

2月19日（日） 14時30分開演

大ホール

環境省レッドリストで「絶滅種」に指定されていた「クニマス」の西湖での発見に貢献した“さかなクン”が葦崎にやってきます！お魚の豊富な知識と経験に裏打ちされたお話、そしてなんといってもそのキャラクターで大

人気！ぜひご家族でご来場ください。

【全席自由】入場無料（要入場整理券）

※葦崎市民および葦崎市に通園・通学・通勤する方、またはその家族が対象です。

◇東京エレクトロン葦崎文化ホール

ワークショップ発表会

3月11日（日） 14時開演・小ホール

当ホールで開催している落語ワークショップの参加者による発表会を開催します。一年の練習の成果をぜひご覧ください！プロの落語家も出演します。ご家族でお楽しみください。

【全席自由】500円

◇週末よしもと 葦崎 お笑い祭り

3月20日（火・祝） 11時30分開演

大ホール

【予定出演者】

ガレッジセール、FUJIWARA、ハイキングウォーキング、はんにゃ、椿鬼奴、楽しんご、チーモンチョーチュウ

※都合により変更になる場合がございます。

【全席指定】

前売りA席3,500円・B席2,500円

※当日各500円増し

※5歳以上有料、4歳以下膝上無料、お席が必要な場合は有料

■お問い合わせ

東京エレクトロン葦崎文化ホール

☎20-1155

☎22-1919

こがし号 老人福祉センターバス（2月巡回日程）

祖母石、一ツ谷、水神1～2、若宮、旭、日の出、

西町、富士見ヶ丘、中島、高河原 10日（金）・26日（日）

富士見、岩下、上の山 13日（月）・27日（月）

穂坂町、権現沢、上の原、上今井、原、長久保 14日（火）

穂坂町、日の城、三之蔵、三ツ沢上下、飯米場 15日（水）

穂坂町、柳平、宮久保、鳥の小池 16日（木）

藤井町全区 1日（水）・17日（金）

中田町全区・穴山全区 2日（木）・20日（月）

円野町全区 6日（月）・21日（火）

清哲町全区・神山町全区 7日（火）・22日（水）

旭町全区 8日（水）・23日（木）

大草町全区・竜岡町全区 9日（木）・25日（土）

●老壮大学 3日（金）

●第27回葦崎市社会福祉大会 24日（金）

巡回日程に変更がある場合は、区長を通じて連絡します。

■お問い合わせ 老人福祉センター

☎22-6944/☎22-6980