	- Alv					
月	火	水	木	金	±	E
図がれすきっずくらが (にら★ちびは休館日) 10時~11時30分 にら★ちび(2階) ママとキッズのための楽し い時間です。 対象:1歳半~就園前の子 と母 参加費:100円 定員:10組 【要予約】	図きっずひろば 10時~14時 にら★5び(2階)【予約不要】 対象:1~2歳くらいまで の子と保護者 図おそうじ大作戦 13時~【予約不要】 にら★5び(3階) 個のびのび教室 保健福祉センター 受付:13時~ 対象児:平成28年9月生まれ	図妊婦さん& 0歳児ひろば 10時~14時にら★5び(2階) 保1歳6か月児健診 保健福祉センター 受付:13時~ 対象児:平成29年3月生まれ 図ファミサポ説明会 10時30分~11時30分 にら★5び(3階)【要申込】 対象:韮崎市在住の0歳児 から小学生の保護者	図トワイライトひろば 17時~19時 にら★ちび(2階) 【予約不要】 黄昏泣きがつらい、赤ちゃんと二人きりで不安、相談にのってほしい 園帰りにもお気軽にお立ち寄りください。【予約不要】	図子育てワンポイント アドバイス 10時30分~11時30分 にら★ちび(2階) 認定カウンセラー・川辺修 作先生を囲んで、子育てに ついて話してみませんか? 定員:20組【要予約】 図避難訓練 11時~11時30分 にら★ちび(3階) (P16参照)【予約不要】	6	●武田の里フェスタ • 韮崎 11時~15時
休館:偉支図文ゆ民体穂	休館: 🗵	休館: 罠	休館:昼(午前)		休館: 匠(韮崎以外) 匠	休館: 児 智保
体育の日 8	 図 3 歳児健診 保健福祉センター 受付:13時~ 対象児:平成27年9月生まれ 図えいごdeおはなし会 13時15分~13時30分 韮崎市立大村記念図書館 対象:乳幼児 【申込不要】 	図妊婦さん& 0歳児ひろば 10時~14時 にら★ちび(2階) 日替わりカフェは「ブログ キャンペーン」 【予約不要】 ●特設人権相談 10時~15時 ニコリ1階 会議室	図助産師さんと おしゃべり にら★ちび(2階) 6~12か月児 10時30分~11時30分 0~5か月児 13時~14時 オイル代:200円 定員各12組 【要予約】 助産師:加茂友香さん	 保にこにこ子育て相談 9時30分~15時保健福祉センター【要予約】 ママのための食育講座 13時30分~15時ニコリ1階調理室対象:離乳食をはじめている6か月児からの保護者 	図ファミサポ説明会 10時30分 ~11時30分 にら★ちび(3階) 対象:韮崎市在住の0歳児 から小学生の保護者 【要申込】	● 秋の武田の里まつり (武田八幡宮祭典) 14 10月13日 図おはなし会 韮崎市立大村記念図書館 14時~14時30分 おはなしが終わった後、 皆で折り紙作りをします 対象:幼児~小学校低学 年【申込不要】
休館: 児老保	休館:偉 支 図 ミ 文 ゆ 民 体 穂	休館: 偉 美 民	休館:圓(午前)	定員:10名 【要予約】	休館: 児(韮崎以外) 侶	休館: 児老保
15 休館: 交債支図文ゆ民体 想	図うじゅっこ 「うじゅママ♪ 森あそび」 10時15分~14時 うじゅうの森 定員:未就園児の親子5組 参加費:1,500円	図妊婦さん&	図ブログキャンペーン 18 10時~11時 にら★ちび(3階) 【予約不要】 図おたまじゃくし フリーマーケット 10時~12時 多目的ホール(ニコリ3階) (P17参照) 図トワイライトひろば 17時~19時 にら★ちび(2階)【予約不要】 休館:図 (午前)	図骨盤ケア教室 13時~14時 (にら★ちび(2階) 講師:山本由紀助産師 託児料:500円 (2人目 200円) 定員:10人【要予約】 ※託児付き	図バルーンアート 13時~15時 にら★ちび(3階) 楽しいワークショップです。 講師:サリー & タケさん 【予約不要】 図朗読のつどい 14時~15時 ニコリ 2階会議室 9 対象:成人一般、学生、目の 不自由な方など 【申込不要】 (P16参照) 休館:児(韮崎以外) 優	図よりみちアート 13時~15時 にら★ちび(3階) 「切り株サンタを作ろう」 材料費:300円 講師:羽中田桂子さん 【予約不要】 図実践講座 「おはなし会とわらべうた」 13時30分~16時 ニコリ2階イベントスペース 【要申込】 休館: 児野保

保4か月児健診 保健福祉センター 対象児:平成30年6月生まれ 受付:13時~13時15分 小児科医師の診察を中心に行います。

10月23日

支 1 歳バースデー にら★ちび(2階) 13時~ 14時 参加費:100円 定員:10組【要予約】

10月17日

24

保すくすく教室 保健福祉センター 受付:13時~

対象児:平成30年3月生まれ **保パパママ学級** 保健福祉センター 受付:13時15分~ Cコースの2回目【要予約】

還付金詐欺にご注意!

市役所が電話で税金等の還付について、 ATMの操作を指示することはありません

10月23日 支韮崎高校へ行こう 13時20分~ 14時10分 菲崎高校 集合:ニコリ1階 エレベーター前 13時

対象:未就園児と保護者 10組 【要予約】

支にら**★**ちび 森の公園くらぶ (雨天中止)

10時~11時30分 韮崎中央公園 集合:韮崎中央公園 S L 前 10時 持ち物:着替え一式、タオ

23

30

ル、水分、防寒着、 帽子 定員:15組【要予約】

豉妊婦さん& 0歳児ひろば

10時~ 14時 にら★ちび(2階) 日替わりカフェは「3階の __ にら★ちびへ行こう」 【予約不要】

豉U-3親子サッカー 25 フェスティバル (にら★ちびは休館日) 10時~11時30分 グリーンフィールド穂坂 (P17参照)【要予約】

図だっこの会 11時~ 11時30分 韮崎市立大村記念図書館 わらべ歌、絵本の読み聞か せ、手遊びなど 対象:乳幼児【申込不要】

休館: 図 园(午前)

保にこにこ 図図書館祭り 26 子育て相談 9時30分~ 15時 保健福祉センター 【要予約】

13時~ 14時 にら★ちび(2階) 参加費:100円

定員:10組【要予約】 ●老壮大学 13時~ 15時 ニコリ3階多目的ホール

休館: 児(韮崎以外) 侶

韮崎市立大村記念図書館

古本市、人形劇、バリアフ

9時~ 16時

リー落語

(P16参照)

「地域経済の仕組み」 28 図放送大学公開講座 13時30分~ 15時 ニコリ2階会議室9

(P16参照)【申込不要】 ●子どもの遊び場 中央公園芝生広場 開放 9時~15時 (P13参照)

休館: 児老保

休館:偉支図文ゆ民体穂 **29**

支ハロウィン パーティー にら★ちび(3階) 14時~ 14時30分 定員:30組 【要予約】

休館: 🗵

10月24日 支うじゅっこ

休館:罠

10時45分~ 13時30分 うじゅうの森 「さつまいもほり」

定員:未就園の親子3組(非会員のみ募集)【要予約】 参加費:会員300円/1家族、非会員500円/1家族 持ち物:お弁当、水筒、汚れてもいい服装 保よちよち教室

保健福祉センタ-受付:13時~ 対象児:平成29年11月生まれ 図 「超入門! 落語 ザ・ブック」展示 韮崎市立大村記念図書館

~ 30日まで(P16参照)

■韮崎市役所

業務時間:8時30分~17時15分(月~金) 〒407-8501 韮崎市水神1丁目3番1号

☎22-1111 **☎**22-8479

休館: 偉支図文は民体類 休館: 日

〔毎月第4木曜日・要予約〕 〔毎週月・火・水曜日〕 ■学校教育相談(第3月曜除く) ■無料法律相談 9時30分~ 16時 13時~ 16時 市役所 4階401会議室 市民交流センター相談室2 問:政策推進担当(内線356) 問:☎23-5653 〔毎週月・木曜日〕 〔毎月第1・2月曜日〕

保母子健康手帳交付· ■行政相談(祝日の場合は翌週) 妊婦・一般健康相談 9時30分~ 16時 市役所 4階401会議室 問:政策推進担当(内線356)

[毎週火曜日·第1·3水曜日]

■消費生活相談 9時~16時 市役所 4階401会議室 (9日(火)のみ1階102会議室) 問:商工労政担当(内線216) 〔毎週火~土曜日・要予約〕

※祝日は実施しません 〔随時・要予約〕

■家庭児童相談 問:子育て支援担当(内線179) 保市民栄養相談 〔毎月第2火曜日〕 保もの忘れ相談

9時30分~16時

問: ☎23-4464

中央公園ミニSL運行日 10/7、8、14、21、28 10時~12時、13時~16時 大人、子ども共に1回100円 (3歳未満は保護者と同伴で無料) 今月の納税

納期限(口座振替) 10月31日 (水) ※市県民税 ※国民健康保険税 4期 ※介護保険料 ※後期高齢者医療保険料 4期

税務収納課 収納推進担当 (内線 163~166)

今月の無料法律相談

10月25日(木) 13時~ 16時 市役所 4階401会議室 1人30分以内 定員6名 ※予約受付日 10月10日(水) 8時30分~

総合政策課 政策推進担当 (内線355~357)

🔯: 韮崎市民交流センター「ニコリ」 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~20時) **23-6886**

億:ふるさと偉人資料館 ☎21-3636 韮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)

帰:児童センター 開館時間:10時~19時 韮崎児童センター ☎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

支: 韮崎市子育て支援センター 開館時間:9時~17時

☎23-7676 **№**23-7678 図:韮崎市立大村記念図書館

支子育で相談

9時~17時

問: ☎23-7676

開館時間:10時~20時(土日祝は9時~20時) **☎**22-4946 **₩**22-4950 ■:青少年育成プラザ「ミアキス」

開館時間:15時~21時30分 (土日祝は9時30分~21時30分) **2**45-9919

. 韮崎大村美術館 開館時間:10時~18時(入館17時半) **☎ 23**-7775

文: 東京エレクトロン韮崎文化ホール 開館時間:8時30分~17時15分 **☎**20-1155 **᠓**22-1919

開館時間:9時30分~16時30分 **☎**22-6944 **№**22-6980 ▶ : 韮崎市健康ふれあいセンター ゆ~ぷるにらさき

開館時間:9時30分~21時 **2**20-2222 民: 韮崎市民俗資料館

開館時間:9時~16時30分

222-1696

2: 韮崎市老人福祉センター

体: 韮崎市営体育館 開館時間:8時30分~22時 (日曜日及び月曜日が祝日の場合 8時30分~17時)

☎₩22-0498 穗:穂坂自然公園 4月~11月:9時~17時 12月~3月:冬期休館

☎37 - 4362 保: 韮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

○乳幼児の健診

4期

持物:母子健康手帳、バスタオル、 保険証、印鑑 ○子育て教室

持物:母子健康手帳、筆記用具など ○育児健康相談等 持物: 母子健康手帳 ○健康づくり教室

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)

百寿記念—堀文子展

■開催期間 9月8日(土)~12月2日(日)まで

本年百歳を迎えた日本画家・堀文子の作品を一堂 にまとめて紹介する企画展を開催中です。

堀文子は、身近な動植物や四季のうつろいを細や かな観察力で描きとめてきました。例えば、当館所 蔵の《大神楽》。大きく開いた紅白の花びらの一枚 一枚、紅く膨らんだ小さな蕾、光沢のある葉の表と 裏の様子が、自然を慈しむしっかりとした目線で描 かれています。展覧会では、制作過程をうかがえる スケッチを含む約40点を紹介しています。堀文子 の作品をまとめてご覧いただけるまたとない機会で す。ぜひ足をお運びください。

■開館時間

10時~18時まで (入館は17時半まで)

■休館日

3 □ 、10 □ 、 17⊟、24⊟、31⊟

■入館料

大人500円

小・中・高生200円 市内に在住・在学の 小中高校生は無料

■問い合わせ

(休館日除く、

10時~ 18時)

韮崎大村美術館 ☎・₩ 23 - 7775



堀文子《大神楽》

おしえて

56歳代男性。会社で施行したストレスチェックテストに て高ストレス者と判定されましたが、どのように対応すべ きですか?

ストレスチェック制度は、労働者のストレス状況に関して毎年テ ストを行い、自己のストレス状況について注意を促すことでメン タルヘルス不調のリスクを軽減させ、また結果を集団的に分析す ることにより職場環境の改善につなげ生産性を向上させることを目的とし

て、平成27年12月より施行されています。

企業は高いストレスを被っている労働者に対して、自らがストレスへ対処す る方法(セルフケア)をアドバイスし、産業医等との面談を奨励しなければ なりません。産業医は面談によりストレスの原因を検索し、軽減するための 就業上措置を企業に提言します。労働者とくに高ストレス者は、セルフケア を行い、産業医等との面談、上司や同僚と相談(ラインによるケア)するこ とにより、ストレスを蓄積せずメンタルヘルスの不調を未然に防ぐことが肝 要です。



アドバイザー 韮崎市立病院 産業医 鈴木修

消費生活相談

市民のみかた 消費者生活相談窓口 おかしいな?と思ったらまずは相談 消費者相談トラブルにあったら

産業観光課商工労政担当 ☎ 22-1111(内線 216) 月~金曜日 8時30分~17時15分

毎週火曜日・第1第3水曜日は消費生活相談員が市役所の102会議室 で相談を承ります。

地域で見守るう 次々販売

訪問販売で高齢者に布団や湿気取りマットなどを次々と購入させる商 法が「次々販売」と言われるものです。一人暮らしや日中一人でいる ことが多い高齢者などを狙い、強引に契約させる手口が目立ちます。 布団類以外にも、展示会に誘われ、着物や帯を買わされたり、投資話 を次々と持ち掛けられることもあります。

中には契約書を渡さないばかりか、業者名な ども明かさずに売りつけたり、過去に売りつ けた布団等を回収したり、今までの契約書を 破棄するよう指示したりして、足がつかない ようにする悪質なケースもあります。

業者は、1社に留まらず、複数の業者が入れ替わり訪問することもあ ります。

また、集金するときに、次の商品を持ってきて売りつけるということ もあります。

このようなトラブルでは、業者に対して恐怖心を抱いたり、時には顔 見知りになって断れない関係を作ったりして、誰にも相談せずに被害 が拡大してしまいます。

ご近所の家に見知らぬ人が頻繁に訪れたり、訪問したときに品物が増 えていることを目撃したときは、その方に声を掛けてみてください。 もしかしたら、小さなおせっかいが大きな被害をくいとめることもあ るかもしれません。

地域の緩やかな見守りの力で、被害を未然に防ぎましょう。

10日のブル収集口和

10月のこの以集日程											
	可燃不燃		可燃粗大	不燃粗大	資源リサイクル		自己搬入の日				
対象地区	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)	地区	拠点 (毎週土曜日)	月1回				
韮崎 (祖母石・岩根を除く)	1 日、4 日 8 日、11日 15日、18日	3 日、17日	10⊟	1	2 🖯	6日、13日、20日、 27日、	第3土曜 20日	9時~ 11時(時間厳守) ●エコパークたつおか へ直接搬入 運転免許証により、韮崎市民 であることおよび住所の確 認をします。			
穂坂・藤井・中田・ 岩根	22日、25日 29日	3 0 1/0	_	24⊟	9 ⊟	13時~16時 ●市役所裏駐車場 ●竜岡公民館 グラウンド					
穴山・円野・清哲・ 神山・祖母石	2 日、5 日 9 日、12日 16日、19日 23日、26日 30日	10日、24日	3 ⊟		16⊟	・ ブラウンド ※荒天時は中止と なります。	第4土曜	※お店や事業所から出たものは搬入できません。※普通乗用車、軽自動車以外			
旭・大草・龍岡			_	17日	23日			での搬入はできません。			

休日・夜間の緊急医療連絡先

- ●峡北消防本部テレホンガイド
- **2**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
- ●小児救急電話相談窓□
- ・山梨県小児救急電話相談 ☎#8000 (短縮ダイヤル) ☎055-226-3369(ダイヤル回線)
- ・山梨県小児初期救急医療センター ☎055-226-3399
- 午後3時~翌朝午前7時
- ※対応は、中学生までです。

文化ホールインフォメーション

TOKYO ELECTRON NIRASAKI ARTS HALL

みんなでフェスタ2018 ★★★二一ラの玉手箱★★★ 10月14日(日)10:00~15:00



入場無料

_______ 大人から子供まで楽しいフェスタ、今年も 開催!元気いっぱい「こどもダンスフェス **タ」、**小ホールでは「みんなで発表会」、その 他ワークショップに、最新技術を使った「音 と光の展示室」など、見所満載!駐車場でも お楽しみがいっぱい、皆さんのご来場お待ち しています!!

加藤登紀子コンサート 百歌百会

10月21日(日) 16:00開場 16:30開演

「おときさん」こと 加藤登紀子さんの世 界観を存分にお届け します。

予定曲目:愛の讃歌、 百万本のバラ ほか

フレンズ会員4,500円 -般5,000円 ※未就学児のご入場はご遠慮ください。

音楽の絵本~Wクインテット~

11月11日(日)13:00開場/13:30開演 オカピを始め、珍しい動物たちが勢揃い! 可愛いけれど、クラシックから童謡まで、本 格的な演奏を奏でます♪ 指定席(税込)

大人2,000円 高校生以下1,000円 親子券 2,800円 フレンズ会員親子券2,500円 ※3才以上チケット必要。2歳未満は膝上1 名無料、お席が必要な場合は有料。



島津亜矢コンサート2018 11月17日 (土) [1回目] 11:00開場/11:30開演 [2回目] 15:00開場/15:30開演 演歌の申し子・島津亜矢の韮崎公演。洋楽・ 歌謡曲も披露! 指定席(税込) -般6,500円 フレンズ会員6,000円

お問い合わせ

※未就学児の入場はできません。

東京エレクトロン韮崎文化ホール **☎** 20-1155 **图** 22-1919 ※駐車場の収容台数は限りがあります。ご来場は なるべく公共交通機関をご利用ください。

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1~2、若宮、旭、日の出、西町、 富士見ヶ丘、中島、高河原 12 日(金)・25 日(木)

1日(月)・15日(月)・29日(月) 富士見、岩下、上ノ山

穂坂町、権現沢、上の原、上今井、原、長久保

2 日(火)・16 日(火)・30 日(火)

穂坂町、日の城、三之蔵、三ッ沢上下、飯米場、柳平、

宮久保、鳥の小池 3 日(水)・17 日(水)・31 日(水) 藤井町全区 4 日(木)・18 日(木)

中田町全区・穴山町全区 5日(金)・19日(金)

円野町全区・清哲町全区・神山町全区

旭町全区

9日(火)・22日(月) 10 日(水)·23 日(火)

大草町全区・龍岡町全区 11日(木)・24日(水)

●老壮大学 26 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。 ■問い合わせ 老人福祉センター (☎ 22-6944/ 22-6980)