

＼ 夢と感動のテーマシテイ ／

平成22年
2010.Mar.

3

No.746

にらさき

Contents 【目次】

- ② 災害や新型インフルエンザに備える食料備蓄
- ⑦ (仮称) 葦崎市民交流センター基本概要案にご意見をお寄せください!
- ⑭ まちかどトピックス ⑯ 暮らしの情報

さくら さくら 花びらが舞う春の夢





災害や新型インフルエンザ

に備える食料備蓄



食料備蓄2週間分ってどのくらい？

あなたの家庭では、緊急時に備えて食料品の備蓄をしていますか？

農林水産省では、新型インフルエンザの流行などに備えるための「家庭用食料品備蓄ガイド」を同省ホームページ上で公開しています。ガイドでは両親と13歳男子、9歳女子の4人家族「万全さん一家」が2週間生活するケースを想定。備蓄リストから電気、ガス、水道が止まった時の対策、さらには備蓄食料を使った献立例も掲載されています。(アドレシスは下記参照)

新型インフルエンザの流行だけでなく、大地震などの自然災害に備えるためにも、食料品の備蓄は必要です。その一部を紹介するので、この機会にご家族で話し合い、早期にそして計画的に、食料品の備蓄に取り組んでみてはいかがでしょうか。

★お問い合わせ：

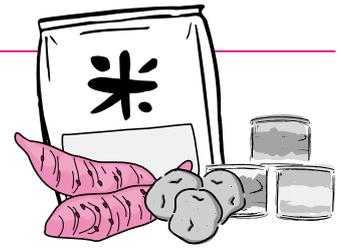
農林水産省 大臣官房 食料安全保障課 ☎03-3502-8111 (代)

<http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/anpo/pdf/shiniful.html>

備蓄食料品リスト

このリストは、4人家族（両親、13歳男子、9歳女子という想定）が2週間生活するのに必要な食料品の一例です。

このリストを目安に、ご家庭ごとに人数や好きなものなど工夫して、食料品の備蓄に取り組んでください。



備蓄の柱：お米10kg以上

主食	米(もち・無菌包装米飯を含めても可)	少なくとも 10kg
	その他主食食品(うどん、そば、パスタ、シリアル類等)	400g入り 6袋 (中華麺、インスタント麺、パン等)
主菜・副菜	野菜類(玉ねぎ、じゃがいも、こぼろ、さつまいも等)	各 1~2kg
	豆類(あずき、大豆等)	適宜
	卵	10個
	缶詰(魚介類、肉類)	30缶
	缶詰(野菜・きのこ類：コーン、トマト、たけのこ、マッシュルーム等)	20缶
	レトルト食品(カレー、パスタソース、ハンバーグ等)	30食
汁物	冷凍食品(市販品の他、家庭で冷凍した魚介、肉、野菜、料理等を含む) ...	500g入り換算 10袋
	乾燥食品(切り干し大根、しいたけ、高野豆腐、ひじき、わかめ、こんぶ等)	各 2袋
乳製品	スープ類(みそ汁、わかめスープ、コーンポタージュ等)	12食
果物	乳製品(チーズ、ヨーグルト、スキムミルク等)	各 1~2箱
調味料・嗜好品・その他	缶詰(果物類:もも、みかん、パイナップル、みつ豆等)	10缶
	調味料(砂糖、塩、みそ、しょうゆ、食用油)	1kg あるいは 1ℓ
	(酢、だしの素、コンソメ、バター等)	適宜
	嗜好飲料(緑茶、コーヒー、紅茶、ココア等)	適宜
	菓子類	適宜
	その他(ふりかけ、のり佃煮、ジャム、マーガリン、はちみつ等)	適宜

※乳幼児、高齢者、病人など特別な食料品が必要となる場合は、別に準備をしてください。
1人一日のエネルギー量を2,000kcalとして算出しています。

■ 備蓄の取り組みポイント！

- 1 「お米」を中心とした備えをしましょう。
- 2 野菜の備えもしましょう。
- 3 バリエーションに富んだ食事づくりを心がけましょう。
- 4 調味料も忘れずに備えておきましょう。
- 5 保存性の良い食料品は普段から多めに購入し、常に「買い置き」をしましょう。
- 6 チェックリストを作りましょう。



電気、ガス、水道の供給が停止した場合への備えについて

水と火が確保できれば、防災用の特別な食料品でなくとも、カップ麺やレトルト食品で対応可能です。非常時には湯煎だけでも十分でしょう。



人間1人が1日に必要な飲料水は3ℓ。4人家族では水12ℓが必要です。2ℓのペットボトル6本が入ったダンボール1箱になります。

火元は、カセットコンロが役立ちます。一日3食分の調理用としてボンベ2本があると安心です。

下記のリストは、地震防災用備蓄食料品（4人家族3日分）の一例です。これを3ページの備蓄食料品リストの一部と置き換えることで、地震災害と新型インフルエンザの2つに同時に備えることができます。普段から、自分の家庭にあった食料備蓄を考えておきましょう！

- | | |
|-----------|--|
| 主食 | ●缶詰 ●レトルトごはん ●アルファ米 ●餅
●乾パン、パンの缶詰 ●クラッカー 計36缶/袋 |
| 副食 | ●レトルト副食（調理済のおかず各種） 18袋 |
| 汁物 | ●みそ汁、ラーメン、粉末スープなど 計24缶/袋 |

《その他必要品》

- ・カセットコンロ（ガスボンベ予備6本程度）
- ・ふたのあるポリ容器（給水用）
- ・簡易トイレ・マッチ、ライター
- ・使い捨てカイロ など

※ 食料品以外の防災用品などについては、別の機会に詳しくお知らせする予定です。



ハロー “ケリーのワンポイント英会話”

みなさん こんにちは！ケリーです。

今月は、英語の歴史“ルーツ”を話してみたいと思います。外国語を勉強するとき、結構役に立つものなんです。英語を教えていると、生徒に「発音教えて」って言われます。みなさんも気づいていると思いますが、英語のスペルと発音って違いますよね。ややこしいなあって思うでしょう？

日本語って他の国の言葉と違って、あまり外国語の影響を受けてませんよね。でも、英語って今までに、フランス語やイタリア語、スペイン語、ドイツ語からたくさん影響を受けてるんですよ。単語や文法まで、外国語から持ってきてちゃうんで、発音とスペルがややこしくなっちゃったんですよ。代表的なのが“無音スペル”???です。

例えば、“gh”、“night”（ナイト）です。発音しないのに何でスペルがあるのっていう感じでしょう！でも、むか～しむか～しは、発音してたんですよ。だったら、スペル変えてよっ!!!って思いますよね。すいません、変えなかったんですよ、英語は。それから“night”（ナイト）のghは発音しないけど、“tough”（タフ）のghは発音しちゃうんですよ。ややこしや～、ややこしや～！

でも、ここからが今月のワンポイントレッスンのツボです。“gh”はたいてい、“u”（ア）の音の後にある場合“f”（エフ）の発音になるんですよ。たとえば“cough（カフ・咳）、tough（タフ）、rough（ラフ）”なんかがそうです。覚えといてくださいね。

どうですか？「意味ワカンナ～イ」でただ覚えるよりも、背景にあるものを知っているとなんとなく分かりやすくなりませんか？ねっ！

では、また来月号でお会いしましょう！



（このイラストもケリーが描いています！）



出かけてみませんか？ 春の萑崎はイベント目白押し！



信玄公祭り甲州軍団出陣

武田氏譜代の重臣、甘利備前守虎泰（一本長博市議会議長）率いる虎泰隊の武者（山梨中央銀行峡北ブロックの皆さん）総勢40名が信玄公が待つ甲府駅前本陣に向けて出陣式を行います。

- 日時 4月10日(土) 13時10分～
- 会場 萑崎駅前ロータリー

新府桃の花見会

一面がピンク色に染まる新府桃源郷で開催されます。今年はテレビ東京系全国ネット「いい旅・夢気分」のエンディングテーマを歌う“岩下直人”による「新府桃源郷コンサート」が行われます。

- 日時 4月11日(日) 9時～14時
- コンサートは11時/12時30分(30分・2回公演)
- 会場 新府共選場

春の武田の里まつり「お新府さん」

「お新府さん」は、武田勝頼公の居城新府城跡に祀られる新府藤武神社のお祭りで、地元の人たちから親しまれ、出店と多くの人で賑わいます。249段の石段を一気に駆け上がる御輿渡御は圧巻です。

- 開催日 4月18日(日)
- 場所 新府藤武神社（新府城跡）

■お問い合わせ
商工観光課観光担当（内線213・214）

わに塚のサクラ「ライトアップ」

昨年大好評だった「わに塚のサクラのライトアップ」を今年も行います。まだ見たことの無い方もぜひ今年は、春の夜の絶景に酔いしれてみませんか？

- 開催期間・時間
- 3月27日(土)～4月4日(日)
- 18時30分～20時30分
- 開花状況により、期間は前後します。お確かめの上お出かけください。

第29回深田祭

「日本百名山」の著者であり、登山家の深田久弥氏の遺徳を偲んで、碑前祭と記念登山を開催します。

- 日時 4月18日(日)
- ◇記念登山受付 8時～（随時出発・自由参加）
- ◇碑前祭 14時～15時
- 会場 深田記念公園（駐車場約30台）
※萑崎駅より送迎バスあり（無料）
- 参加費 1,000円（参加記念品付）
※限定200名（先着順）

<茅ヶ岳エコ・トレッキング教室>

インストラクター同行による、初心者向けのトレッキング教室です。

- 受付：9時 / 出発：9時30分
※現地集合・現地解散
- 参加費 1,000円（中学生以下500円）
- 申込期限 4月9日（金）までに商工観光課へ



にらさきふれあいプラザ
楽市楽座

ライフガーデンにらさきB棟2階ホケットプラザ内の一部区画をにらさきふれあいプラザ「楽市楽座」としてご利用いただけます！

◎利用できる方
営利を主目的とせず、美術・写真・工芸・陶芸等の各種文化活動及び地域活動を行っている個人（在勤在学者を含みます）、グループ、団体、公共団体。
※市民並びに市内団体などを対象としています。

楽市楽座とは、戦国期〜近世初期に旧来の特権的（独占的）な市場関係・商業組織からの自由化を指し、新しい城下町の建設や経済の活性化を目的としたものです。
楽とは「自由」の意味であり、座は「座る・人が集まる場所」を意味することからも、一部の芸術家や文化人のためだけでなく、多くの市民・団体の自由な発想・活動を支援し、芸術・文化等の発表の場の提供を通じて、地域の活性化を図るため、この場所を活用していきたいという思いが込められた名称です。

- ◎利用料金
原則無料
（展示品など一部販売を伴う場合は有料）
- ◎利用期間・時間
原則連続2週間以内、
時間は10時～20時
- ※申込方法など詳しくは、
お問い合わせください。
- お問い合わせ
商工観光課商工労政担当
（内線215・216）



平成22年4月1日から、市民バス穂坂線が延伸となります。通勤・通学・通院・お買い物の方としてよりいっそうたくさんの方に利用していただけるよう、現在の柳平バス停を350m上部へ移動します！

また、円野線時刻表を別表のとおり改正します。この改正により、老壮大学開講時間に合うこととなります。そのため、是非ご利用ください！

市民バス穂坂線が延伸します！
円野線の時刻表も改正！！



■市民バスのお問い合わせは…
企画財政課企画推進担当（内線355～357）

< 別表：円野線時刻表 >

上円井行			
	バス停名	改正前	改正後
	葦崎市立病院	11:42	11:13
	山交葦崎営業所	11:43	11:14
	葦崎小学校	11:44	11:15
	山梨中央銀行前	11:44	11:15
	市民会館入口	11:46	11:17
	葦崎駅	11:50	11:21
	ライフガーデンにらさき	11:52	11:23
	市民会館入口	11:54	11:25
	穴観音入口	11:55	11:26
	葦崎市役所	11:56	11:27
自由乗降区間	御堂入口	11:59	11:30
	御堂住宅	12:00	11:31
	鍋山下	12:02	11:33
	葦崎大村美術館前	12:03	11:34
	武田八幡入口	12:04	11:35
	御杉入口	12:05	11:36
	武田	12:06	11:37
	樋の口	12:07	11:38
	中谷	12:08	11:39
	JA 葦崎西支店	12:09	11:40
	青木	12:10	11:41
	原山神社	12:11	11:42
	折居	12:12	11:43
	おりい台	12:13	11:44
入戸野	12:14	11:45	
戸沢橋	12:16	11:47	
下円井	12:17	11:48	
穴山橋	12:19	11:50	
上円井中	12:21	11:52	
上円井上	12:24	11:55	

葦崎市立病院行			
	バス停名	改正前	改正後
	上円井上	12:30	11:58
	上円井中	12:33	12:01
	穴山橋	12:35	12:03
	下円井	12:37	12:05
	戸沢橋	12:38	12:06
	入戸野	12:40	12:08
	おりい台	12:41	12:09
自由乗降区間	折居	12:42	12:10
	原山神社	12:43	12:11
	青木	12:44	12:12
	JA 葦崎西支店	12:45	12:13
	中谷	12:46	12:14
	樋の口	12:47	12:15
	武田	12:48	12:16
	御杉入口	12:49	12:17
	武田八幡入口	12:50	12:18
	葦崎大村美術館前	12:51	12:19
	鍋山下	12:52	12:20
	御堂住宅	12:54	12:22
	御堂入口	12:54	12:22
	葦崎市役所	12:57	12:25
穴観音入口	12:58	12:26	
市民会館入口	12:59	12:27	
葦崎駅	13:00	12:28	
ライフガーデンにらさき	13:02	12:30	
市民会館入口	13:04	12:32	
山梨中央銀行前	13:06	12:34	
葦崎小学校	13:06	12:34	
山交葦崎営業所	13:07	12:35	
葦崎市立病院	13:07	12:35	

(仮称) 葦崎市民交流センター 基本概要案にご意見をお寄せください!

市では、昨年10月、葦崎駅前施設(旧ルネス)の取得と建物の再利用、施設整備・機能導入についての基本方針をまとめた(仮称)葦崎市民交流センターマスタープランを公表し、市民の皆さまからご意見・ご要望をお寄せいただきました。また、12月議会にて土地・建物の取得について議決をいただき、1月に登記手続きも完了しました。

現在、来年7月頃のオープンを目指し、関係者の皆さまからのご意見をいただきながら、基本設計をすすめているところです。

このたび図書館をはじめ、子育て支援センターなど現時点におけるフロアごとの整備方針や機能配置について取りまとめた基本概要案を作成しましたので、その内容を公表しています。市民の皆さまから広くご意見・ご感想をお寄せください。

あなたの「ご意見」
お待ちしております!



■お問い合わせ・送付先
企画財政課企画推進担当
(内線555)
kikaku@city.nirasaki.lg.jp

<http://www.city.nirasaki.lg.jp/art598>

■閲覧場所

- ◇市役所1階情報コーナー
- ◇市役所3階企画財政課
- ◇市ホームページ

◆概要案の閲覧方法およびご意見などについて
書式は任意ですが、意見の要旨およびその理由と、住所、氏名、連絡先をご記入のうえ、郵送、FAX、電子メールまたは窓口にて参してください。

■閲覧期間

2月25日(木)～3月24日(水)
8時30分～17時30分
※土・日曜日、祝日は除く

■ご意見の受付期限

3月24日(水)
※郵送は当日消印有効

自己資産をチェックしよう 固定資産課税台帳の確認を

ご自分の固定資産税・都市計画税の課税内容を知っていたく機会として、また、他の土地や家屋の価格と比較して自分の資産価格が適正であるかを判断できるように、閲覧・縦覧という制度があります。今年も次の日程で行いますので、この機会に自己資産をご確認ください。

■閲覧・縦覧の無料期間
4月1日(木)～5月31日(月)
8時30分～17時30分

※土、日、祝日は除きます。

■閲覧・縦覧場所

税務課固定資産税担当窓口

■閲覧制度とは

閲覧とは納税義務者等が自己の固定資産課税台帳を見ることができ、この制度です。この閲覧はいつでもできますが、無料期間はこの期間だけです。



間外は1件300円の手数料がかかります。皆さまが所有している固定資産を確認いただき、疑問や不明な点がありましたらお尋ねください。

※納税義務者以外の方が閲覧する場合には委任状が必要ですが、借地借家人等の場合は、契約書等の権利関係を示す書面により委任状に代えることができます。

■縦覧制度とは

縦覧とは固定資産税の納税者が、自己の所有する土地や家屋の評価額と、他の土地や家屋の評価額を比較することにより、評価額が適正であることを確認できる制度です。縦覧期間はこの期間のみになりますので、この機会を利用いただき、疑問や不明な点がありましたらお尋ねください。(手数料は無料です)

※縦覧対象者は固定資産税の納税者です。納税者以外の方が縦覧する場合には委任状が必要です。

■お問い合わせ

税務課固定資産税担当
(内線156～158)

“子ども手当” についてお知らせします！

■子ども手当について のお問い合わせは…

福祉課子育て支援担当
(内線173~175)

平成22年4月1日から中学校修了前の子ども（平成7年4月2日以降に出生した子ども）を養育している方に子ども手当が支給される予定です。ただし、公務員の方につきましても、所属庁からの支給になりますので、勤務先へご確認ください。

■支給対象者

平成7年4月2日以降に出生した子どもを監護し、その子どもと一定の生計関係にある父母等（所得制限なし）

■支給期間

子どもが15歳到達後、最初の3月まで

■支給額

子ども一人につき
毎月一律 13,000円

■支給月

6月（4月～5月分）
10月（6月～9月分）
2月（10月～1月分）

※平成23年2月・3月分手当につきましても、平成23年6月の支払となる予定です。また、平成23年度における子ども手当につきましても、国において決定しましたら、お知らせいたします。

■申請方法

詳細が決定次第お知らせします。

※子ども手当につきましては、現在国会で審議中のため、お知らせした内容に変更がある可能性があります。また、国で決定次第、改めて詳細をお知らせします。

より良い就業を支援

母子家庭高等技能訓練 促進費等事業

母子家庭高等技能訓練促進費等事業は、就職を容易にするために必要な資格を取得するため、養成機関において2年以上の課程を修業している母子家庭の母に対して行われます。

【給付金・支給額・支給期間】

- ◆高等技能訓練促進費
・非課税世帯
月額14万1千円
- ・課税世帯
月額7万5百円
- ※申請月以降、修業する全期間毎月支給

◆入学支援修了一時金

- ・非課税世帯
5万円
- ・課税世帯
2万5千円

【対象者】

- 次の要件を全て満たす市内に住民登録がある母子家庭の母
- ①児童扶養手当の支給を受けていること又は同様の所得水準にあること
 - ②対象資格を取得するため、養成機関において2年以上の課程を

修業し、対象資格の取得が見込まれること

③就業又は育児と修業の両立が困難であること

④過去に高等技能訓練促進費及び入学支援修了一時金を受給していないこと

【対象資格】

- ①看護師
- ②介護福祉士
- ③保育士
- ④理学療法士
- ⑤作業療法士

【支給申請の時期】

◆高等技能訓練促進費
修業を開始した日以降
(申請日より前の支給はありません)

◆入学支援修了一時金
修了日から30日以内

※平成24年3月31日までに修業している方が対象となります。なお、事前相談が必要となりますので、申請手続きなどにつきましても、福祉課子育て支援担当までご相談ください。

■お問い合わせ

福祉課子育て支援担当
(内線174)

【年間予定表】※内容などについて変更の場合あり

月 日	講演内容	講師
4月30日	開講式・特別講演	葦崎市長 横内公明
5月21日	「悪質商法詐欺防犯啓発劇 ～地デジ詐欺～」	シニアふる里劇団
6月25日	人生100年！心の元気が 人生を楽しく生きるコツ！	元TBSアナウンサー 榎井論平
7月23日	その日の疲れはその日のうち に解消!!～あなたのカラダは、 疲れ蓄積型？疲れ消化型？	フリーアナウンサー 小久保晴代
8月27日	カラオケ大会・歌謡ショー	演歌歌手 大林杏奈
9月24日	映画鑑賞「愛染かつら総集篇」	出演/田中絹代・上原謙 他
10月22日	寄席（講師交渉中）	
11月19日	賢い消費者になるために	山梨県弁護士会弁護士 花輪仁士
12月10日	クリスマス会・ビンゴ大会	
1月21日	芸を通じて学んだこと～笑い・ 健康・生きがい～	ものまね・演芸家 江戸家猫八
2月4日	ストレスに負けない心と体づ くり～実践！カラダほぐし& ココロほぐし～	健康教育コンサルタント 堀内美佐子
3月4日	修了式・大学祭	

楽しく学んで生きがいがひろがる

葦崎市老壮大学入学者募集

老壮大学では、今年も毎月1回、様々な分野で活躍されている方を講師に迎えた講座のほか、カラオケ大会やクリスマス会などのイベントを開催いたします。

また、初心者でも安心して習える「社交ダンス教室」「パソコン教室」のほか、楽しい部活動もあります。昨年より、市内にお住まいの60歳以上の方ならごなたでも入学できるようにになりましたので、お気軽にお

申込み下さい。
なお、見学は、常時受け付けていますのでお申し出ください。



■対象者

葦崎市内在住の60歳以上の方
(昭和26年3月31日以前に生まれた方)

■入学金 2千円

■お申込み方法

3月31日(水)までに申込書に記入し、入学金を添えてお申込み下さい。

※申込書は福祉課窓口、並びに社会福祉協議会、及び各地区老人クラブ会長に配布してあります。

■平成22年度開講式

4月30日(金) 12時30分
市民会館5階大ホール

■クラブ

書道・文芸・手芸・園芸・写真・華道・舞踊・囲碁・読書・詩吟

■教室

社交ダンス・パソコン

■お問い合わせ

福祉課福祉介護担当

(内線1805182)

ため池などでの水難事故防止について

最近、県内の農業用ため池で子供たちが、魚釣りなどに夢中になり誤って転落する水難事故が発生しています。

このような痛ましい事故を未然に防ぐため、子どもたちが危険なため池などで遊ばないように地域の皆さんのお声かけをお願いします。

次のことに注意していただき、水難事故から、自分の、そして大切な家族の命を守りましょう。ちょっとした油断や過信から事故は発生します。

- ◎ため池等の周辺で遊んでいる子どもを見かけたら注意の声をかけましょう。
- ◎子どもの事故防止のため、ため池、沼等のそばでは十分に注意しましょう。
- ◎ゴミや空き缶などを投げ捨てないようお願いします。

■お問い合わせ

農林課農林土木担当 (内線227・228)



国民健康保険

万一のときの大切な制度です

国民健康保険は、地域住民の医療の確保と健康の保持増進、福祉の向上に重要な役割を果たしています。

医療保険制度の安定的な運営を維持するため、市民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

◇新しい保険証を郵送します◇



現在使用している保険証は、3月31日で有効期限切れとなりますので、4月1日から使用できる保険証を3月31日までに郵送します。期限切れとなる保険証は、期限が過ぎてから各自で処分してください。また、保険税に未納がある場合、短期証や資格証明書といった期限付の証が届く場合があります。保険証が届いたら記載事項に間違いがないか確認してください。間違いや異動があったときは、必ず国保医療担当までご連絡ください。自分で勝手に訂正などをすると無効になります。

後期高齢者医療制度に加入している方には、7月中に新しい保険証を郵送します。

◆次の条件に該当する方はご注意ください◆

① 4月1日以降75歳に到達する方
保険証の有効期限が75歳の誕生日の前日までとなります。誕生日までに、その後使用できる後期高齢者医療制度の保険証が別途郵送されます。

② 現在、退職者医療制度（保険証の右上に~~退~~と表示）の対象者で4月1日以降65歳に到達する方
保険証に誕生月の末日（誕生日が月の初日の場合は前月の末日）までが退職者医療制度の対象である旨、記載されています。また、退職扶養の方で退職本人の方が先に65歳に到達する場合、退職本人と同日までが退職者医療制度の対象である旨、記載されています。

※いずれの場合も、保険証の有効期限までは、同じ保険証をそのまま利用できます。



【転出、社保加入の場合は必ず届出をしましょう】

他の市町村に転出したり、会社の健康保険に加入した場合は、忘れずに国保の保険証を返還され国保をやめる手続きを14日以内にしてください。そのままにしておくと、国保税が課税されてしまいますので、必ず届出をお願いいたします。

【学生への保険証の交付について】

在学中で、住所が就学地にある場合、4月1日以降の在学証明書を持参して申請してください。なお、この保険証を交付されていた方が卒業したり、辞めたりしたときは、ただちに保険証を返してください。

「国民健康保険高齢受給者証」をお持ちの方へ

国民健康保険被保険者で、4月1日より窓口負担割合が2割となる高齢受給者証をお使いいただいている70歳～74歳の方は、制度の見直しにより、引き続き来年度も1割負担となります。つきましては、新しい受給者証を3月下旬までに発送いたしますので、4月よりそちらをお使いください。

「子ども医療費助成受給者証」について

現在使用している受給者証は、3月31日で有効期限切れとなりますので、4月1日から使用できる受給者証を3月中に郵送します。期限切れとなる受給者証は、期限が過ぎてから各自で処分してください。

■お問い合わせ
市民課国保医療担当
(内線1277-129)

夜間の学校施設利用を希望される団体へ



市教育委員
会では、スポーツ活動の場として市内の小中学校施設を夜間（17時から22時まで）、一般に開放しています。ぜひご利用ください。

なお、夜間にグラウンド・体育館の利用を希望する団体は、毎年登録が必要になります。平成22年度の利用者登録をお願いします。

※地域スポーツ広場・地域体育館を利用する場合も利用者登録が必要です。併せて登録をお願いします。

■登録方法
申請書がスポーツ振興担当に用意してありますので、記入の上、スポーツ振興担当へ提出してください。

■お問い合わせ
教育課スポーツ振興担当
（韮崎市営体育館内）

☎ 22-0498

「これは何ごみ？」 「資源ごみ？」 ごみの分別は しっかりと!!



ごみ出しには、ルールがあります。

決められた日時に、決められた方法でごみを出すこと。これだけのことですが、守られていない場合があります。本市では、可燃ごみ・不燃ごみ・可燃粗大ごみ・不燃粗大ごみ・有害ごみ・資源ごみの6種類の家庭ごみを収集しています。



シリーズ 環境

しかし、そのなかでも指定袋に入れて出していただいている、可燃ごみ・不燃ごみの分別がきちんとなされていないのが現状です。

たとえば、家庭から出される可燃ごみの袋の中に金属（針金のハンガー・カレンダールの

金属・鉄の鎖等）が混入されていると、金属が処理場（峡北広域環境衛生センター）の機械に詰まり、運転が止まってしまうことがあります。止まってしまうと、焼却炉の温度を再度上げるために多量の灯油が必要となり、多額の費用が掛かるため、結局は無駄な税金が使われてしまうこととなります。

※可燃ごみの袋の中に金属類が含まれたものは絶対に入れないでください。それらは、不燃ごみとして出してください。



〈可燃ごみに混入が見られる金属類〉

これ以外にも、資源ごみで出すべきペットボトルが可燃ごみの袋の中に、同じくアルミ缶・スチール缶やピン等が

不燃ごみの袋の中に入っているなど、分別のルールが守られていないものがあります。

※資源ごみは、各地区の資源リサイクル会場又は拠点リサイクル会場に決められた日に出してください。ごみステーションに出すことはできません。

また、市が収集する家庭ごみの内、可燃ごみが約90%を占めています。その可燃ごみの袋を重くする原因の一つは、生ごみです。水分を十分に切らずに出されてしまうとごみの重量を増やしてしまうだけでなく、環境衛生センターでの燃焼効率を悪くして、余計な燃料を使ってしまうこととなります。このように、生ごみの水分を十分に切る等ごみの減量は、ちょっとした気遣いで出来ることごとくさんあります。

家庭ごみの正しい排出についてご理解とご協力をお願いいたします。



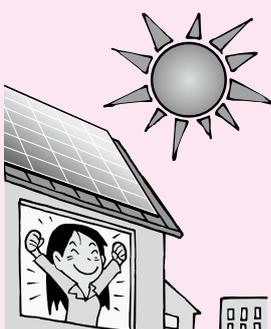
速報

新年度予算(案)に、
エコハウス設備の
設置に対する
補助金を計画!

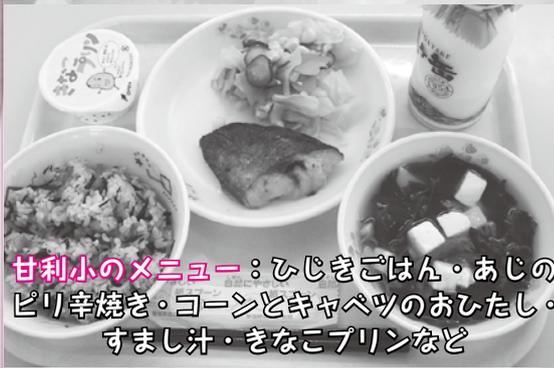
市では、地球温暖化防止対策として、環境にやさしい住宅用設備（エコハウス設備）の導入を支援するため、新年度に向け太陽光発電システム・太陽熱利用システム（温水器）・高効率給湯器（エコキュート・エコジョーブ等）・ペレットストーブ等の補助金制度の準備を進めています。※詳細については、3月議会で議決後に改めて広報などでお知らせします。

■お問い合わせ
市民課環境政策担当

（内線131・132）



食べよう！学校給食シリーズ V



甘利小のメニュー：ひじきごはん・あじの
ピリ辛焼き・コーンとキャベツのおひたし・
すまし汁・きなこプリンなど

市では、学校給食からの食育の推進を行うため、未来を担う子どもたちと市長との「ふれあい給食会」を市内の小中学校で試食会を兼ねて行っています。蕪崎市では学校給食はすべて自校で作られ、食材も一部地元で採れたものを使って、成長に必要な栄養を考えた献立で作られています。

今回は2つの小学校で給食会が行われ、北西小は3年1組の教室で、甘利小はランチルームで3年から5年生の児童らと一緒に給食を食べました。子どもたちは「給食は美味しい」と残さず食べていました。もちろん横内市長も完食です！今年度シリーズでお届けしたこの企画も、北東小を残すのみとなりました。



《甘利小学校 2月9日実施》



《北西小学校 1月29日実施》

北西小のメニュー：鳴沢菜のませごはん・
くじら肉の竜田揚げ・甘酢炒め・すまし汁・
手作り抹茶ゼリーなど

～ 学校給食週間の標語募集「北西小学校」～



教頭賞 功刀 瞳さん 校長賞 植松 紅音さん

蕪崎北西小学校では、1月24日～30日の学校給食週間にちなんだ活動として、「学校給食」について子どもたちの日ごろの気持ちを標語にしてもらい募集。調理室の廊下には、子どもたちから寄せられたたくさんの方々が貼られ、この中から校長先生と教頭先生がひとつずつ選んで、校長賞・教頭賞が決定しました。選ばれた植松さんと功刀さんには賞状と記念の手作りメダルが贈られました。

教頭賞

きゅう食で すきになったよ ちんげんさい

■お問い合わせ
教育課学校教育担当 (内線263・264)
kyouiku@city.nirasaki.lg.jp



校長賞
「いただきます」感謝の気持ちわすれずに

～ さくらっ子みそ作り「葦崎小学校」～



2月10日、葦崎小学校の4年生50人は「味噌作り」にチャレンジしました。大豆を軟らかく煮て、すり鉢とすりこ木でいいにつぶす作業から始まり、つぶした大豆に塩と米こうじ、麦こうじを加えさらに「アメ」と呼ばれる大豆の煮汁を加えてまぜまぜ……。手がかゆくなる子が続出し、こうじが原因だという事も勉強しました。その後は、空気を抜きながら樽に納めて完成、仕込み作業は終了しました。4年1組の子どもたちは「最初に大豆をつぶす時の力加



《完成した味噌の元》



減が必ずがしかつた」と感想を話してくれました。(写真は4年2組) 1組と2組のクラスごとに完成した味噌の元は、井筒屋醤油(株)さんに一年間あずかっていただき美味しい味噌になります。出来上がりが楽しみです！

市内小学校食育活動通信！

～穂坂小学校～

穂坂町「ふれあい教室」開催



穂坂町では、穂坂小学校と公民館との共催により「三世代の集い・ふれあい教室」を開催しています。今年も1月17日小学校を会場に、小正月の行事や竹馬づくり、折り紙遊びなど地域の大人たちが経験してきた遊びや行事を子どもたちと一緒に行いました。伝統文化の継承と地域の交流を深める活動となっています。

平成21年度火災予防啓発

コンクール「標語」最優秀

命の火 消さないために 警報器

峡北地区幼少年女性防火委員会主催の平成21年度火災予防啓発コンクール「標語」で、葦崎小学校6年生の高野潤くんが最優秀に、優秀に田中美蘭さんが選ばれました。

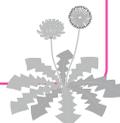
2月16日、峡北消防本部で行われた表彰式に出席した2人は「選ばれてうれしいです」と楯を手にニッコリ笑顔を見せてくれました。同じ葦小6年生の小宮山玲那さんが優良に選ばれたほか、「絵画」には市内保育園から大勢の園児が入賞し、この日表彰されました。



～ 葦崎小学校 ～



広報にらさきでは、市内で行われるさまざまな行事や、あなたの身の回りの話題を募集しています。広報は市ホームページでもご覧いただけます。
 情報は郵送・メール・☎でお寄せください。
 企画財政課企画推進担当
 ☎ 22-1111 (内線356)
 ✉ koho@city.nirasaki.lg.jp



「名画と美しい調べのコラボ♪」



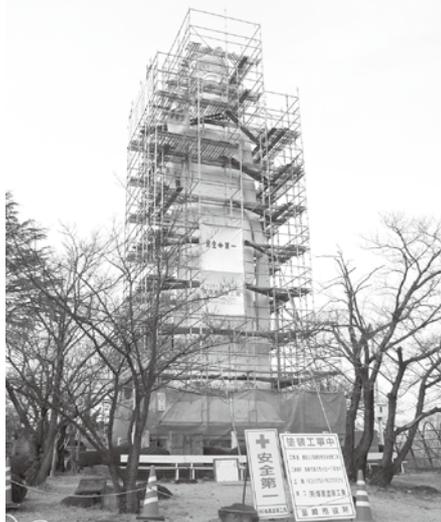
葦崎大村美術館では、1階企画展示室において、ヴァイオリニスト枝並千花さんらによるミニコンサートを開催しました。曲目はクライスラー作を中心にG線上のアリアなど10曲が演奏され、100名を超える参加者が澄んだメロディに耳を傾けました。限られた時間のなかでしたが、絵画と美しいヴァイオリンの音色の両方を楽しんでいました。

「男性も進んで介護を“やろうの会”」



市地域包括支援センターでは、“男性介護者のつどいINにらさき やろうの会”と題して料理教室などを開催。この“やろう”は野郎（男性）と（介護を）やろうをかけていて、女性に比べ、地域の人と交流する機会の少ない男性介護者の仲間作りやストレス発散の場をめざそうと名づけられました。

● 現在、七里岩台上の平和観音像の塗装塗り替え工事が行われています。2011年に建立50周年を迎えるのに合わせた化粧直しで3月末に完成予定です。この平和観音像は、1961（昭和36）年市民の平和と安全を祈願して建立されました。



「24年ぶりの化粧直しが進行中」

「災害への備え！」

● 上祖母石の第3班は市の自主防災モデル地区になっています。昨年に引き続き今年も、住民の防災への意識を高めようと、1月の寒い時期に災害初動訓練、救急救命訓練（写真）を実施しました。いざという時のためには、日ごろ訓練を行い備えることが大切です。



＜ 韮崎市市民栄誉賞 ＞

市民が誇りとする顕著な功績があったものに対し、韮崎市市民栄誉賞を贈り、その栄誉をたたえ表彰し、もって市民意識の高揚に資することを目的とします。

市民栄誉賞は、市民若しくは市内団体又は本市にゆかりの深い個人若しくは団体で、学術、芸術、スポーツその他の分野で活躍し、市民に夢と活力を与えるとともに、本市の名声を高めることに顕著な功績のあったものを市長が表彰するものとします。



今月の一押し NEWS !



◆ 韮崎市市民栄誉賞第1号 ◆

横森 巧氏 (穂坂町三ツ沢) 67歳

2月8日の選考会において、山梨学院大学附属高等学校のサッカー部監督として、第88回全国高等学校サッカー選手権大会に初出場、悲願であった同大会での全国制覇を果たし、韮崎市民はもとより山梨県民に大きな感動を与えたその功績により決定。2月16日韮崎市市民栄誉賞贈呈式及び市サッカー協会主催の祝賀会が東京エレクトロン韮崎文化ホールで行われ、横内市長が記念品の目録を贈呈しました。



喜びの声：とても名誉なことだと思っている。“サッカーのまちにらさき”でなければ私の市民栄誉賞はなかった。長い間ずっとやって来た、私の小さなこだわりが今回実を結んだと思う。みなさんにはとても感謝しています。

市内保育園の活動 NEWS



「お茶の作法を学びましょう」

藤井保育園で、本格的な茶道のお手前の講習が行われました。これは在園児の保護者の方のご好意により行われ、お菓子を食べる作法から抹茶の飲み方、お茶を点てる様子まで、間近に見て学べる良い機会となりました。小さいながらも澄ました仕草で「お先に」「どうぞ」と中々さまになっていましたよ。



「バレンタインにエコ育を」

竜岡保育園では、バレンタインデーに合わせて、普段園のゴミを収集している業者の人にプレゼントを贈るイベントを企画。2月12日、年長園児32人が描いたメッセージ入りの絵を贈りました。この日は収集作業の様子も見学し、ゴミ減量に対する意識を高める機会にもなりました。

くらしの



information

情報



「描かれた花」開催

市立荊崎大村美術館では、花を主題とした作品を展示する企画展「描かれた花」を開催します。

開館以来、春の企画展として好評をいただいている企画展です。桜を始め、バラや椿、生命力あふれる南国の花や神秘的な想像上の花などが水彩、油彩、日本画など、その表現も多岐にわたって描かれており、

その他に、常設展として



片岡球子、三岸節子、堀文子等の作品を展示します。ひと足早く春を感じて、心豊かなひと時を過ごしませんか？皆さまの来館をお待ちしています。

■企画展開催期間
3月21日(日)～
7月6日(火)

■開館時間
3月31日まで 10時～17時
4月1日から 10時～18時

■休館日
毎週水曜日
(祝日の場合は翌日)

■入館料

大人 500円
小中高生 200円

※心身障害者・団体(20名以上) など割引あり
※市内在住・在学の小中学生は無料

■お問い合わせ

荊崎大村美術館
☎231-7775

新たな趣味を見つけよう 「草木染め体験教室」

市農林課及び穴山町ふれあいホール運営協議会では、桃の木とユーカリの葉で染める「草木染め体験教室」を開催します。草木染めの歴史を学

んだり、香りや風合いを楽しみながら、草木染めを体験する初心者向けの教室です。内容は、絞り染め、板染め、手書き染めにより、帯揚げ、風呂敷、手提げバックを世界にひとつしかない個性豊かな作品に染めていただきます。今まで気づかなかった自分の才能が発見できるかもしれません。みなさまのチャレンジをお待ちしています。

■日時・場所

3月7日(日)

13時30分～15時ごろ

穴山町ふれあいホール

(穴山町4914-1)

■募集人数 先着20名

■申込期限

3月5日(金) 16時まで

■材料費

帯揚げ(4、360円)

風呂敷(2、200円)

手提げバック(1、700円)

※作品は一人一点とさせていただきます。申込のときにお申し出ください。

■お問い合わせ

農林課農林振興担当

(内線223)

武田の里ライフカレッジ を一般開放します!

講演会のほか学生の作品展示、楽しい抽選会もあります。ぜひ、お出かけください。

■日時

3月13日(土)

13時10分(開場12時30分)

■場所 東京エレクトロン

荊崎文化ホール 大ホール

■内容

・閉講式

・講演

「天才は一人にしてならず」外から見ただ保阪嘉内と

宮澤賢治

小学館・教育編集部

横山 英行氏

・抽選会

抽選券は当日配布します。数に限りがあります。

・クラブ・同好会の作品展示

ホール1階美術展示室

12時～16時

■参加費 無料

■お問い合わせ

教育課生涯学習担当

(内線268)



**NPO 韮崎スポーツクラブ
会員募集！無料体験実施！**

韮崎スポーツクラブでは年間を通して、豊かなスポーツライフの実現を目指し、多くの市民の皆様が元気で健やかな毎日を過ごすため、自分に合った生涯スポーツを見つけていただきたいと、スクールやサークル活動を実施しています。

3月23日より平成22年度の会員を募集します。詳細につきましては、当クラブ会報(3月末発行)にてお知らせしますのでご覧ください。また、期間限定の種目もありますので、詳細はお問い合わせください。

なお、3月中の一カ月間を無料体験期間として開放します。今までスポーツをしていなかった方も、これから始めようという方もお気軽に無料体験してください。(同種目2回まで無料)



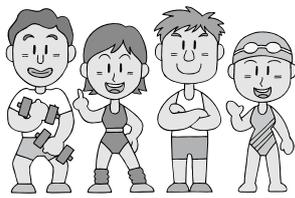
パワーヨガの様子

お問い合わせ

NPO 韮崎スポーツクラブ
☎ 2112255

**1千万人のガンバリサポート
スポーツ安全保険**

スポーツ安全保険はスポーツ・文化・ボランティア活動などの団体活動に最適な保険です。



保険の詳細い内容、資料の請求はホームページ <http://www.sportsanzen.org> または、次までお問い合わせください。

お問い合わせ

(財)スポーツ安全協会

山梨県支部

(山梨県体育協会内)

☎ 055124313920

**快速で豊かな環境づくり
「環境講座」を開催**

環境について、正しい知識と理解を深めていただくため、本年度第3回目の環境講座を開催します。ぜひ、ご参加ください。

日時・場所

3月20日(土)
14時~15時30分
市役所別館201会議室

内容

- 「講演会」
- 演題 「地元企業の環境への取り組み」
- 講師 スーパーやま社長 小林 久氏

対象 韮崎市民

定員 60名程度

申込期限

3月18日(木)まで

お申し込み・お問い合わせ

市民課環境政策担当
(内線131・132)

**総務省 電気通信
サービスマニター募集！**

関東総合通信局では、利用者の方の意見・要望などを電気通信行政に反映させるため、平成22年度電気通信サービスマニターを募集します。電話・インターネットなどの電気通信サービスに関心のある方のご応募お待ちしております。

応募資格

20歳以上の方

活動内容

アンケート調査(年2回) 会議出席(年1回) など ※謝礼有

委嘱期間

6月1日~10カ月間

募集期間

4月2日まで

※応募方法など詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ

総務省関東総合通信局 電気通信事業課
☎ 031623811676

**春をみつけに レッツウォーク
第10回武田の里ウォーク**

ウルトラウォーキング50km、エンジョイウォーク15kmともに参加者募集中です。あなたもぜひ、参加してください！

◇開催日 4月10日(土) 11日(日)【雨天決行】
※申込期限 3月19日(金)

◇お問い合わせ
武田の里ウォーク実行委員会事務局
☎ 22-8062 ☎ 22-0498

☆健康管理に 前向きにトライしましょう☆

--- 体の歪み/背骨・骨盤 ---

「こり・痛み・疲れ・ストレス・メタボ・介護予防」
エコー健康院 院長 有田 栄夫

韮崎市穴山町2193-1

予約制 ☎ 090-1461-1754

受付 AM 10:00~PM 7:00

— お気軽にお電話ください —

【ご自宅など 訪問施術も行っています】

※市では「広報にらさき」「市HP」に掲載する有料広告を募集しています。



山梨労働局から
労働基準監督官
採用試験のお知らせ

労働基準監督官は、労働基準法令に基づいて、あらゆる職場に立ち入り、事業主に法に定める基準を遵守させることともに、労働条件の向上を図ることを任務とする国家公務員

員(厚生労働省の専門職員)です。

※詳細は、人事院ホームページ、厚生労働省ホームページまたは労働基準部監督課へお問い合わせください。

■申込期間

4月1日(木)～14日(水)

■第一次試験

6月13日(日)

■お問い合わせ

山梨県労働基準部監督課

☎055-225-2853
FAX055-225-2783

こがし号 老人福祉センターバス(3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	16日(火)
富士見、岩下、上の山	1日(月)・18日(木)
穂坂町、権現沢、上の原、上今井、原、長久保	2日(火)・19日(金)
穂坂町、日の城、三之蔵、三ツ沢上下、飯米場	3日(水)・24日(水)
穂坂町、柳平、宮久保、鳥の小池	4日(木)・25日(木)
藤井町全区	8日(月)・26日(金)
中田町全区・穴山全区	9日(火)・29日(月)
円野町全区	10日(水)・30日(火)
清哲町全区・神山町全区	11日(木)・31日(水)
旭町全区	12日(金)
大草町全区・竜岡町全区	15日(月)
老壮大学	5日(金)
静心寮	17日(水)

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/FAX22-6980)



文化ホールインフォメーション

落語ワークショップ発表会

◇公演日時・場所

3月7日(日)

14時開演(13時15分開場)

※三味線の発表会は、13時

40分開演

小ホール

◇公演内容

当ホールで開催している落語と三味線のワークショップ参加者による発表会。1年の成果をご覧ください。

◇チケット情報

500円

*三味線発表会のみ観覧希望の場合、入場無料。ただし、落語発表会は鑑賞できません。

ユンディ・リン
ピアノリサイタル

◇公演日時・場所

4月27日(火)

19時開演(18時半開場)

大ホール

◇公演内容

シヨパン生誕200周年だから出来た、オール・シヨパ

ン・プログラム。ユンディ・リンの音色をお楽しみ下さい。

◇チケット情報

S席 9,500円

A席 8,500円

B席 7,500円

友の会会員各500円引

*未就学児入場不可

「平成22年度
ブリーズ友の会会員募集」

お得な会員になりませんか?当ホール主催の催物(一部対象外)チケットの先行予約や割引での購入。また、月に1度の公演案内等の特典が受けられます。

◇会員期間

4月1日～来々3月末まで

◇年会費(お1人あたり)

個人会員 2,000円

家族会員(2～4名)

1,000円

団体会員区分もありますので、入会方法等、詳細はホールまでお問い合わせ下さい。

■お問い合わせ

◇東京エレクトロン・葦崎文化ホール

☎20-11155

FAX22-11919

甲斐WESTWIND
アンサンブル
第6回演奏会開催!

聞きに来た方が元気になるような、楽しいコンサートです。

◆日時・場所

3月21日(日)

開場13時30分 開演14時

東京エレクトロン・葦崎文化ホール 大ホール

◆入場料

大人 700円

高校生以下 500円

(小学生以下無料)

◆演奏曲目 仮面舞踏会より

「ワルツ」、バツハ特集 他

■お問い合わせ

☎090-19011

11720(竹澤)



**お気軽にご相談を
春のEye愛ひとみ相談会**

お子さんの見え方について不安を感じている方、成人されてから目に障害を持ち悩んでいる方、視覚に問題がある子どもさんを指導されている先生など、目のことでお悩みの方は、赤ちゃんからお年寄りまで年齢は問いません。お気軽にご相談ください。

■日時
3月13日(土)、14日(日)
10時～15時

■場所 県立盲学校

※相談は、本校への就学相談ではありませんのでご注意ください。

■対象
0歳児からお年寄りまで

■費用 無料

■お申し込み方法
前日までに電話で申し込みをお願いします。

※受付時間は、平日9時から17時まで

■お問い合わせ

県立盲学校「視覚障害教育相談・支援センター」
担当(浅川、佐田)
甲府市下飯田2-10-2

TEL 055122613361
055122613362
FAX 055122613362

春休み子どもの「きこえ」と「ことば」の相談会

お子さんの「きこえ」や「ことば」のことで不安に感じることがありませんか？

少しでも不安のある方は、この機会に、ぜひご相談ください。専門の教員が相談に応じます。

また、電話やメールでの相談も常時受け付けていますので、ご利用ください。

■日時
3月19日(金)、20日(土)
9時～17時

■場所
県立ろう学校乳幼児指導室

※相談は、本校への就学相談ではありませんのでご注意ください。

■対象
0歳児からお年寄りまで

■費用 無料

■相談会内容

お子さんの「きこえ」と「ことば」に関する相談や、接し方などの育児相談、聴力測定、補聴器調整など

■お申し込み方法

3月15日(月)の17時までに電話またはファックスで申し込みをお願いします。

※受付時間は、平日17時まで

■お問い合わせ

県立ろう学校
「きこえことば」の相談支援センター 担当(手塚)
山梨市大野1009

TEL 055312211378
055312216419
FAX 055312216419
E-mail sodan@ogakokai.ed.jp



◆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
第1・2・3月曜日 13:00～15:00
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・2・3月曜日 13:00～15:00
市役所にて

◆無料法律相談(要予約)

弁護士が相談に応じます。
3月の相談は、25日(木) 13:00～
相談時間は、1人30分以内
※予約受付は、3月10日(水) 9:00～
企画財政課(内線357)で電話受付

◆物忘れ相談

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します。
毎週火・金曜日 13:00～16:00
福祉課(内線180)で電話受付

介護予防の第二步

生活機能評価質問票
(基本チェックリスト) について

日本は世界でもトップクラスの長寿国となり、超高齢化社会へと進んでいます。荊崎市も例外ではなく、高齢化により、介護を必要とする方が増えていきます。いきいきと自分らしく、日常生活を続けられるようにしていくことが大切です。

平成18年度より、65歳以上の市民を対象に、生活機能(体や心の働き及び、日常生活に必要な生活能力)が低下しているサインを早期に発見し、健康でいきいきと生活出来るようになるための介護予防健診を、特定健診または総合健診と同時に実施しています。

平成22年度も実施するにあたり、平成22年3月31日現在で、65歳以上になる方を対象に生活機能評価質問票(基本チェックリスト)を事前に送付させていただきます。対象になった方は、記入していただき、同封の黄色の封筒にて返送をお願い致します。

生活機能評価は、現在の自分の状態を知るための重要な指標とされています。定期的に行う



ことで、生活機能の衰えているところを早めに知り、対処していくことが介護予防となります。この結果に基づき、介護予防事業への参加が必要な方は、優先的に荊崎市の介護予防事業への参加をおすすめさせていただきます。

■対象

平成22年3月31日現在で65歳以上の方

(要介護・要支援の介護認定を受けている方は除く)

■返送期限

平成22年4月23日まで
※同封されている黄色い返信用封筒にて返送してください。

■お問い合わせ

保健課保健指導担当
健康増進担当
(保健福祉センター内)
☎ 23-4310
23-4316

新型インフルエンザ ワクチン接種への助成について



新型インフルエンザワクチンの健康な成人の方への接種開始に伴い、接種を希望する方で、生活保護世帯及び市民税非課税世帯の方については、ワクチン接種費用 **3,600円** を助成します。



■申請方法

<今から接種を受ける方の申請>

新型インフルエンザワクチン無料接種証明書を発行しますので、ワクチン接種を受ける前に、印鑑、被保険者証又は身分証明書など年齢及び住所の確認できるものを持参して、保健課(保健福祉センター内)まで申請してください。

■新型インフルエンザの情報

新型インフルエンザは、現在患者数が減少し流行が収まっています。しかし、いつまた状況が変わるかわかりません。

厚労省や市のホームページ、テレビ、新聞などで、最新の情報確認を心がけてくださるようお願いいたします。



<既にワクチン接種を受けた方の申請>

次の書類を持参して、保健課(保健福祉センター内)まで申請してください。

- ◆接種したことが証明できるもの(医療機関から発行される接種証明書又は、新型インフルエンザ接種の記載のある領収書)
- ◆振込先銀行口座番号などのわかるもの
- ◆印鑑

◇支払方法

助成金の交付決定後、銀行口座に振込

◇申請期限

平成22年3月31日(水)



■お問い合わせ 保健課(保健福祉センター内) ☎ 23-4310 FAX 23-4316

子育て教室

持ち物/母子健康手帳・筆記用具など

◆ **パパ・ママ学級**

3月 4日(木) 出産後の子育てについて
 Dコース4 13:30~

◆ **すくすく教室 (7か月)**

3月 9日(火)
 受付時間 13:00~13:30
 対象 H21年8月生まれ

◆ **よちよち教室 (11か月)**

3月16日(火)
 受付時間 13:00~13:30
 対象 H21年4月生まれ

◆ **のびのび教室 (2歳児)**

3月17日(水)
 受付時間 13:00~13:30
 対象 H20年2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**

3月19日(金) 対象 H21年11月生まれ
 受付時間 13:00~13:30

◆ **1歳6か月児健診**

3月 3日(水) 対象 H20年8月生まれ
 受付時間 13:00~13:30

◆ **3歳児健診**

3月10日(水) 対象 H19年2月生まれ
 受付時間 13:00~13:30

※発熱など体調不良または、当日都合がつかない場合は、翌月に受診することができます。

■ **お問い合わせ**

市保健福祉センター (本町3-6-3)
 ☎23-4310 / ☎23-4316

育児健康相談等

持ち物/各種健康手帳

◆ **にこにこ子育て相談室 (要予約)**

3月18日(木)
 9:30~16:00

◆ **母子健康手帳交付・妊婦相談・一般健康相談**

毎週月曜・木曜日
 9:30~16:00

◆ **物忘れ相談**

3月 9日(火) 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

◆ **健康アップ教室**

3月 4日、18日、25日(木) 9:30~

◆ **陸上ウォーキング教室**

3月 14日(日) 9:30~ 市営体育館

◆ **いきいき貯筋クラブ**

9:30~11:30

3月 2日(火) 穂坂コミュニティセンター

4日(木) 竜岡公民館

5日(金) 旭公民館

16日(火) 穂坂コミュニティーセンター

9:00~11:30

3月 8日(月) 大草ふれあいホール

9日(火) 保健福祉センター

11日(木) 穴山町ふれあいホール

12日(金) 中田公民館

18日(木) 竜岡公民館

19日(金) 旭公民館

23日(火) 穂坂コミュニティーセンター



おしえて



Q: 父が背中^{すい}の痛みで病院を受診し、末期の膵癌と診断されました。今後どうすればよいでしょうか？

◎ **“緩和ケア”** が考えられます。

治療しても治癒する可能性が低い末期癌では、癌の治療と平行して緩和ケアが行われます。緩和ケアは、痛みや呼吸困難などの身体的苦痛、生きている意味や死への恐怖といった精神的苦痛、療養場所や医療費などの社会・経済的問題など患者や家族が直面する諸問題を援助し、生活の質(クオリティオブライフ)を向上させ人間らしい尊厳ある余生をサポートする医療です。

◎ **主治医と相談し、適切な緩和ケアを実践して下さい。**

具体的方法として、背部痛に対しては通常の鎮痛薬を投与し、改善しなければオピオイドと呼ばれる医療用麻薬を使用します。麻薬というと芸能人の使用で社会問題となり恐ろしいイメージがありますが、医師の管理下での適切な使用は、安全性が高く中毒になることもなく必須の治療法です。また将来的に食事摂取が困難になると考えられますが、皮膚の下に植え込む点滴用カテーテルなどにより対応します。在宅治療を希望される際には地域ネットワークを活用することも可能です。

この他にも種々の解決法がありますので、主治医と相談し適切な緩和ケアを実践して下さい。



アドバイザー 韋崎市立病院
 外科医長 鈴木 修 先生

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。



葦崎児童センター

(☎ 22-7687)

◆なかよし広場

3月4日(木) 11:00～

◆寿儿一ム(小学生対象)

毎週月曜日



北西児童センター

(☎ 22-1775)

◆作って遊ぼう(紙遊び)

3月12日(金) 10:30～

※要申込

◆なかよし広場

3月5日、19日(金) 11:00～



北東児童センター

(☎ 23-5550)

◆作って遊ぼう(紙遊び)

3月1日(月) 10:30～

※要申込

◆なかよし広場

3月8日、15日(月) 11:00～



甘利児童センター

(☎ 23-1535)

◆誕生記念手形作り

3月9日(火)～12日(金) 11:00～

※要申込 材料費自己負担

◆なかよし広場

3月2日、16日(火) 11:00～



☆行事のない日でも、各センターは開館しています。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、ほかにもあります。

☆詳しくは、各児童センターにお問い合わせください。

子育てサロン 銀河鉄道

「思い出のスクラップブック」

日 時 3月10日(水)

10時30分～11時30分

場 所 葦崎市民会館4階大会議室

指 導 新海カメラ店 新海由里子さん

定 員 15人 託児 有

教材費 1セット1,000円

持 物 はさみ、のり、カットしてもよい写真4～5枚

申込期限 3月5日(金) まで

■お問い合わせ 銀河鉄道事務局 (☎ 22-1121)



子育て支援センターにいらっしやい!

開設時間 月～金曜日 9:00～12:00
※火、木曜日は14:00～16:00も開館しています。



地域子育て支援センター ファミリー・サポート・センター

(藤井保育園内 ☎ 23-7676)

ファミリー・サポート・センターでは、子育てのお手伝いが必要な方の手助けをしています。(H21年4月より利用料金の半額助成) お気軽にお問い合わせください。

□子育て相談

面 談 9:00～17:00

電話相談 9:00～17:00

□例月のイベント(会場:支援センター)

◆子育てトーク

(子育てについて気軽に話しましょう)

3月10日(水) 10:30～

◆体位測定(お子さんの身長・体重を計ります)

3月5日(金) 10:30～

◆誕生会に参加しましょう

3月12日(金) 10:00～11:30

◆毎週水曜ミニタイム

(歌・手遊び・シアターなどお楽しみに)

9:00～12:00

□その他のイベント・講座

◆ひな祭り会

3月3日(水) 10:30～(予約受付終了)

3月3日は耳の日 耳の日フェスタへ行こう!

「耳の日記念講演会」と専門医による耳鼻咽喉科の病気、補聴器に関する相談会を行います。

日時: 3月7日(日) 13時30分～

場所: 岡島オーヤル会館8階

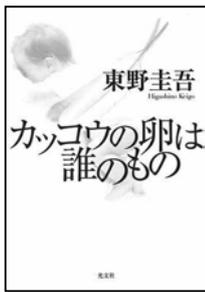
費用: 無料

◆お問い合わせ

耳鼻咽喉科学会山梨県地方部会事務局

☎ 055-273-9765

新刊情報 (図書館流通センター「週刊新刊全点案内」1653号より)



『カッコウの卵は誰のもの』
東野圭吾 著 (光文社)

隠し事のある父は、才能のある娘の幸せを願っていた。だが親子の愛情に揺さぶりがかけられるような事件が起こる。覚悟を決めた父は、試練にどう立ち向かうのか。才能と親子の絆をめぐる感動長編。



『ゆうれいパティシエ事件』
斎藤洋 作 かたおかまなみ 絵 (あかね書房)

ゆうれいにのりうつられ、知らずにデザートをつくってしまうパティシエ。おばけたいじ屋のナツカとパパは、ゆうれいにスイーツ対決を挑む！ナツカのおばけ事件簿シリーズ第8弾。

(一般書)

『モビールの教科書』イワミカイ 著 (誠文堂新光社)

『趙紫陽極秘回想録』趙紫陽 著 バオブー編著 (光文社)

(児童書)

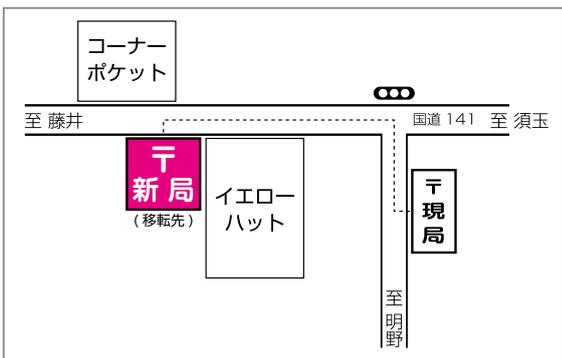
『ようちえんにいきたいな』(徳間書店)
アンバー・スチュアート 文 レイン・マーロウ 絵

『しごとば 続』鈴木のりたけ 作 (ブロンズ新社)
ほか多数

- ◎図書は、リクエストや予約もお受けいたします。
- ◎2階エレベーター前のリサイクル文庫もご協力ください。
- ◎返却が遅れている方は、お早めにご返却ください。

■3月の休館日
毎週月曜日、21日(日)・31(水)です。
市立図書館 (☎22-11211 / ☎22-2910)

〒中田郵便局移転のお知らせ



3月8日(月)から中田郵便局は上地図のとおり移転します。

3月5日(金)までは現在の場所で平常どおり営業しますが、3月6日(土)のATMコーナーにつきましては、お取扱いを休止します。ご了承ください。

◆お問い合わせ
中田郵便局 ☎25-5717

今月のだっこの会

わらべ歌や、手遊びなどであそびましょう！
楽しいですよ。

日時 3月25日(木)
10:30~
場所 市民会館3階 和室

今月のおはなし会

絵本・紙芝居・パネルシアターなど、楽しいおはなしがいっぱい！友だちを誘っておいでください。

日時 3月27日(土) 10:30~
場所 市民会館3階 和室

今月の朗読のつどい

3月は“塩山やまびこ会”の皆様をお迎えします。

日時 3月6日(土) 14:00~
場所 市民会館4階 大会議室

『ねぶくろ』 三浦哲郎 作
朗読 古屋茂子さん

『お比佐とよめさん』 平岩弓枝 作
朗読 雨宮芙美子さん

『たつの子太郎』(スライド朗読)
松谷みよ子 作 朗読 依田富士美さん

※次回は、4月3日(土)を予定しています。

市の人口(2月1日現在)

男	16,003人	世帯数	12,288世帯
女	16,142人	前月比	-9世帯
計	32,145人	前月比	-48人

健康に気をつけ医療費の節約にご協力ください

2月に市が支払った医療費をお知らせします。
国民健康保険 143,649,902円
※1人当たり16,713円 (前年同月比 6.51%減)

編集 後記

1月は行く月、2月は逃げる月、3月は去る月。なんて昔よく小学校の先生に言われました。大人になってから本当に実感。ちよつと懐かしい思い出です。広報も早3月号となりました。ところで皆さん、バンクーバーオリンピックで見えますか？ガンバレニッポン！まだ途中だけど、やっぱりメダルを取るとうれしいですね。大きなスポーツ大会の度にアスリートたちの鍛えられた身体をみて、同じ人間なのに・・・と反省するけれど、決意は結局三日坊主。先日スキー(今シーズン初スキー！)に行っただと、半日で足が限界つと悲鳴を上げ、午後はまったく温泉に浸かってしまいました。あく極楽極楽♪(H)

「にらさき写真掲示板」— photo message —



「わに塚のサクラ・新府桃源郷・甘利山のレンゲツツジ」
“にらさきの花”が切手シートに！

オリジナルフレーム切手

『武田の里 にらさき～四季の彩り～』

にらさきの花を題材にした記念切手が市内の全郵便局（9局）と郵便事業会社韮崎支店において限定発売されます。わに塚のサクラ付近に開設予定の臨時販売所でも買うことができます。お花見の記念やお土産に、ぜひご利用ください。

名 称 『武田の里 にらさき～四季の彩り～』

発 行 日 2月22日(月)

販 売 額 1シート 1,200円(80円切手×10枚)

販売期間 2月22日(月)～8月20日(金)



「鬼は外、福は内」

毎年恒例の雲岸寺の節分会が行われ、特別年男として参加した相撲力士3名などが豆まきを行いました。総代さんらが扮する赤鬼青鬼も登場し、一斉に豆が撒かれると、今年の福を拾おうと子どもたちや多くの市民が集まり会場は大いに賑わいました。

この節分会に先立って、力士や赤鬼青鬼が市内の保育園や病院などを訪問し豆まきを行いました。（写真は西保育園）



ふうか 楓我 くん(H16.10月生)

しおん 秋桜 ちゃん(H20.9月生)
後藤 寿一・絵里さん宅(大草町)
「笑顔いっぱい兄妹仲良くよしてね!!」

我が家の
アイドル



あつき 敦貴 くん(H21.4月生)
西山 茂樹・香代子さん宅
(中島)
「元気に大きくなってね!!」