広報にらさき
Nirasaki
Aug.2018
8
Vol.847

祝

第10回山梨県高校生溶接競技大会
韮崎工業高等学校７連覇！

（P14まちかどトピックス）

特集

健やかいきいき安心長寿

人生100年時代と言われている昨今、老後に健康的で充実した生活を楽しみたいと誰もが思うはずです。自分自身がいきいきと生活を送っていくために、また、身近な人に健康的に長生きしてもらうために、今あなたにできることは何でしょうか。皆さんもこの機会に一緒に考えてみませんか？

「あなたの暮らしを支えます！」
いざ、おたすけ隊！

おたすけ隊とは、地域で暮らす高齢者が生活の中で感じる「小さな困り事」に対して、地域で暮らす支援者（おたすけ隊員）がサポートを行う、住民主体による支援です。

利用には地域包括支援センター（長寿介護課）への申し込みが必要で、基本チェックリスト（高齢者の自立度調べ）に当てはまる方が対象者となります。

地域包括支援センターは利用者の困り事に対する支援計画を立案し、生活支援コーディネーター（韮崎市社会福祉協議会）がその人に合った支援者を紹介します。

おたすけ隊員は韮崎市社会福祉協議会で行われる登録研修を受講した、地域で生活をしている有償ボランティアの方々です。

■対象者 市内に住む65歳以上の高齢者（一人暮らし・高齢者世帯等）で基本チェックリストの項目に該当する方
■利用回数 原則週1回
■利用時間 1日60分まで
■利用料金 30分50円、60分100円
■支援内容 掃除・ゴミ出し・日用品の買い物（同行不可）・お話相手・散歩等

おたすけ隊利用の流れ

おたすけ隊の魅力

おたすけ隊の最大の特徴は市民と市民が支えあう「地域力」を生かした支援であるという点です。

生活に手助けが必要となったときに、公的なサービスを導入すると、「プロの人が家に来るようになったからもう安心」と、安心する反面、地域での助け合いの関係性が失われることもあります。また、地域のお茶飲み会も、「デイサービスに行っているから…」と顔を出さなくなるなど、コミュニティが希薄化する可能性があり、結果として、その人を地域から孤立させてしまうことがあるかもしれません。

おたすけ隊は住み慣れた地域の人が、その地域の人のためにできることを、できる範囲で支える活動なので、地域の中の課題を解決でき、高齢者が孤立することも防いでくれます。

また、おたすけ隊の活動は、新たに作り出された活動ではなく、元々ある地域の力を活動として明確化したものなので、多くの方に協力していただけるものだと思っています。

韮崎市社会福祉協議会
生活支援コーディネーター
小林　翔

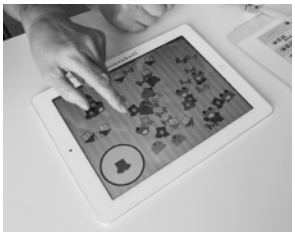
実践してみませんか？ あなたにもできること！

予防すること、理解すること、支援することなど、あなたにもできることはきっとあるはずです。市では、介護予防の取り組みとして様々な方を対象とした多様な事業を展開しています。まずは、実践してみませんか？

始めてみませんか！「百歳体操」

健康長寿、介護予防を目的に、各地区で百歳体操の普及に努めています。

百歳体操は、重さの調節可能な重りを手首や足首に巻きつけ、いすに座ったままゆっくり両腕を前や横に上げたり、膝を伸ばしたり、簡単な動作をDVDを見ながら行なう筋肉運動で、所要時間は約35分です。おおむね65歳以上の方が5人以上集まれるグループでご応募ください。身近なところで百歳体操を始めてみませんか！



鍛えてみませんか！「脳若返り教室」

脳若返り教室は、65歳以上の方を対象としたiPad(アイパッド)を使った認知症予防のための脳トレーニング教室です。参加者同士楽しくコミュニケーションをとりながら、視覚・聴覚からの刺激や、指先を動かすことで脳を活性化します。また、脳の体操だけではなく、体を動かす体操もします。毎回異なるプログラムで、飽きずに楽しく続けられる教室です。脳若返り教室で、脳と体と心の健康を保ちましょう！

参加してみませんか！「筋力向上教室」

市では、運動機能の低下が気になる65歳以上の方が利用できる、筋力向上教室を実施しています。

理学療法士が利用者の状況に合わせて作成した個別プログラムに沿って週2回、3か月間の筋力運動を実施し、運動機能の向上を目指します。

■問い合わせ 長寿介護課（地域包括支援センター） ☎23-4313

あなたの力で支えてみませんか！

認知症サポーター 養成講座を開催しませんか！

認知症を正しく知り、認知症の方や家族に対しての「応援者」を増やしていくことを目的に、認知症サポーター養成講座を開催しています。「認知症について学びたい、接し方について知りたい」といった内容について、随時講座を開催しますので、お気軽にご応募ください。

■対　　象 少人数のグループ（無尽や趣味の集まりなど）や自治会の集まり、事業所や企業の研修会、イベントなど
※数名からでも開催可

■実施場所 市内であればどこでも可

■講座の時間 60分～90分

■料　　金 無料（テキストを用意します）
※受講するとサポーターの目印としてオレンジ色のブレスレット（オレンジリング）を配布します

■申し込み・問い合わせ
地域包括支援センター（もの忘れ相談センター）
☎23-4313・23-4464 FAX23-4316

介護支援ボランティアで 介護予防をしてみませんか！

高齢者がボランティア活動を通じて社会参加し、自分自身の介護予防を図る「介護支援ボランティア事業」を実施しています。

介護保険施設等の受入施設において活動すると、1時間につき1スタンプ押印し、貯まったポイントに応じて換金（最大5千円）できます。

■対　　象 市内在住で介護保険1号被保険者（65歳以上）であって介護保険料の滞納のない方で、養成研修を受講された方

■活動場所 介護支援ボランティア受け入れ施設として市に登録した施設や事業所等

■活動内容 レクリエーションなどの指導・参加支援、お茶出しや配膳・下膳などの補助、散歩・外出および館内移動の補助、行事の手伝い、話し相手、施設職員と共に行う補助的な活動など

■申し込み・問い合わせ
韮崎市社会福祉協議会　☎22-6944

小山喜美子さん

「おたすけ隊、来てくれるのが待ち遠しい♪」

きっかけは昨年末に腰を痛めたこと。家事も大変になり、外に出ることもなくなってしまいました。一人でいることで、食欲もやる気もなくなり落ち込んだような日々を送っていました。腰は痛かったけれど、働いている娘に迷惑はかけられない。大きな病気でもない。そんな時、社協だよりを見てすぐに申し込みを決意しました。今は２週間に１回利用しています。一番の魅力は１時間100円というところです。これなら年金でもやっていけると。ただではないのでお願いするのも気持ちが少し楽です。

確かに家事は大変かもしれないけれど、何よりも一番つらかったのは、一人でいることでした。しゃべれないことがつらかったですね。お話ができることもおたすけ隊の魅力の一つです。不思議なことに掃除に来てもらうのに、お客さんが来ると思って片づけをしてしまいます。ちょうどいい刺激になっているのかな。毎回、来てくれるのが待ち遠しくて、まるで恋人を待っているかのような気持ちです。

「助け合いの気持ち・・・『おたすけ隊』」

長田　佐子さん

私は、以前からボランティア活動を楽しんでいました。おたすけ隊は広報で知り、自分自身のためにと思い、応募しました。自分のためにしていることで相手にも喜んでもらえるって、うれしいことですよね。もちろん、お金をもらう仕事はやりがいがあって楽しいです。一方で、ボランティアは無償だけど、もっと大きなものが得られると思うんです。気持ちが充実するんです。

ボランティアってお互いにしたり、されたりしているものだと思います。ボランティアというと特別な言い方かもしれないけれど、「助け合い」だと私は思います。そう考えればみんなしていることで、決して特別なことではないと思うんです。例えば、愚痴を聴いたりすることもボランティア。相手はそれで気持ちが晴れますよね。そうした人のつながりって大切だなと思います。私にとって、人とつながれることは生きがいです。こんな時代だからこそ助け合いの気持ちを大切にしていきたいですよね。

声 いきいきと生きていくために

「認知症は、周りの理解が大切。」

比嘉　美穂さん

介護の仕事をしていますので、仕事を通して認知症サポーター養成講座を受講しました。自分自身が認知症の方やその周りの方々と関わる中で、理解を深めることが大切だと思うようになり、認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法等を市民に伝える講師役「キャラバンメイト」となりました。認知症の方を理解することが大切です。些細なことでうまく行くこともあります。認知症について、一緒に正しい知識を身に付けましょう。

「体力も意欲も回復！」

筋力向上教室に参加するまでは、調子が悪いときは横になって休んでいただけでしたが、参加後は教えてもらった運動をすることで改善するようになりました。今でも継続して運動を実践しています。また、教室をきっかけに仲間ができ、「自分からやってみよう！」と意欲的に取り組めるようになりました。

大崎　隆江さん

「交流で脳若返り！」

水上　和夫さん

もの忘れが気になって相談に行った医師の紹介で脳若返り教室に参加しました。教室は難しいこともなく、楽しんで参加することができました。何より、いろいろな方と交流しながら参加できたことが一番良かったですね。人との交流が健康の秘訣かもしれません。今度は筋力向上教室にも参加してみたいです。

地域で暮らしていくために地域の力を借りてみませんか——

人々の生活が多様化する現代社会。その結果、私たちの地域でのつながりは希薄になりつつあります。

こうして変化していく社会においても人の本質は変化していないのではないでしょうか。孤独を好む人は少なく、どこかで人とのつながりを求めているはずです。

おそらく、人は一人では生きてはいけません。互いに支えあう中で、お互いに満たされ、充実した生活を送れるのかもしれません。

人とつながっているその瞬間、みんな自然と笑顔になっていませんか。誰かが誰かを笑顔にしています。

社会がどのように変化しようともいつまでも笑顔がいっぱいに溢れるそんなまちでありたいものですね。

きっと、あなたにも笑顔にできる人がいます。

一斉訓練日は９月２日(日)

参加しましょう防災訓練！

６月18日に発生した大阪北部を震源とする震度６弱の烈震により、家具の転倒やブロック塀の下敷きになるなど、大切な生命や財産が失われました。

また、７月の西日本を中心とした集中豪雨において、多くの尊い命が犠牲になりました。

毎年のように各地で多発する自然災害――。被害を最小限に抑えるには、市民の皆さん一人ひとりの取り組みと地域の協力による減災力の向上が不可欠です。

市では毎年、防災週間（８月30日～９月５日）中の日曜日に、市内一斉の総合防災訓練を実施しています。日頃の災害への備えを確認するためにも、お住まいの地域の防災訓練へ積極的に参加しましょう！

注目 特定地区総合防災訓練

甘利小学校・韮崎北西小学校を指定避難所とする13地区１組については、避難所となる学校施設を使用した「特定地区総合防災訓練」を実施します。地区の避難計画に従い各指定避難所まで避難しましょう。

【実施日】 ９月２日（日）

【訓練会場】 甘利小学校
【対象地域】 鍛冶屋、すずらん団地、羽根、西割、山口、堤南組

【訓練会場】 韮崎北西小学校
【対象地域】 上円井、下円井、宇波円井、入戸野、折居、青木上、青木下、おりい台

みんなで取り組もう減災

■家族で防災会議

災害発生時の安否確認や連絡方法、避難場所や非常用持出品を決めていますか？「災害用伝言ダイヤル（171）」の使い方など、実際に家族で話し合って確認しておきましょう。

■自宅の耐震、家具の固定等

自宅の安全性を高めるため、「大地震では、家具は必ず倒れるもの」と考えて、家具の固定や向き・配置の見直し、寝室にはできるだけ物を置かないようにするなど、自宅で長時間過ごす場所には「安全空間」をつくるようにしましょう。

■非常用の備蓄

備蓄品は普段の生活に組み込みながら、ティッシュやトイレットペーパー、ラップ、ゴミ袋、ペットボトルの水、缶詰、インスタント食品など、ある程度の量を蓄える中で、順々に古いほうから使って買い足していく方法（ローリングストック法）がおすすめです。

西日本豪雨災害義援金を受け付けています

７月に西日本地域を襲った豪雨により、大きな被害が発生しています。市では、この災害に対する支援として「西日本豪雨災害義援金」を受け付けています。

なお、寄せられた義援金は、日本赤十字社を通じて被災された皆さんに届けられます。

■受付場所

市役所１階受付および福祉課、市民交流センターニコリ、市立病院、老人福祉センター、保健福祉センター、東京エレクトロン韮崎文化ホール、ゆ～ぷるにらさき

■受付期限

市役所は、12月28日(金)
その他施設は、8月31日(金)

■問い合わせ

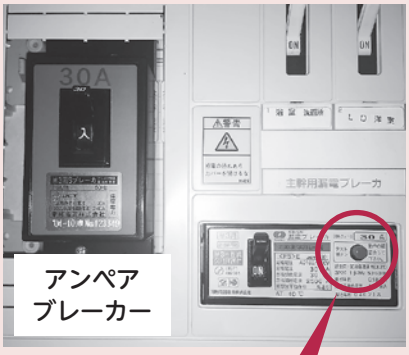
福祉課　社会福祉担当（内線１８１）

減災チャレンジ共通訓練

市では、午前８時からの各地区・自主防災会の防災訓練における共通の取り組みとして、参加者一人ひとりが、各家庭、各地区で実践していただく「共通訓練項目（減災チャレンジ）」を決めています。

■減災チャレンジ①
ペットボトルを持って避難
実際に災害が発生した場合、避難所では備蓄品の供給が行われますが、発災直後は混乱するため、個人に行き渡るのに時間を要します。訓練当日は、避難してすぐに飲む水を避難所に持参できるよう準備しましょう。

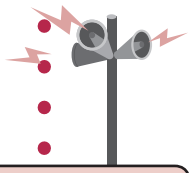
■減災チャレンジ②
漏電ブレーカーの確認
災害時には、停電の復旧時に通電した際、倒れた電気ストーブ等が火元となって火災が発生することがあります。電気の消し忘れや停電復旧後の事故を防ぐために、自宅から避難するときはブレーカーを切ることを確認しましょう。
また、**漏電ブレーカー**は、漏電を瞬時に感知して電気を止め、火災や感電事故から守ってくれる装置です。漏電ブレーカーには**テストボタン**がついていますので、**防災訓練の機会に正しく動作するかチェック**しましょう。



漏電ブレーカーのテストボタン
※メーカーにより形状等は異なります

当日の訓練の流れ

避難準備情報

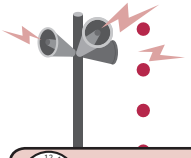


午前７：００

韮崎市の総合防災訓練では、防災行政無線を２回放送します。
１回目は、**午前７時**。台風や大雨等を想定した場合の**要配慮者（発災時に介助を必要とする方）の優先避難訓練**のため、防災行政無線で市内全域に「避難準備情報（訓練情報）」を放送します。**この訓練に参加される方は**、福祉避難所に避難を開始してください。

※事前申込み地区のみが対象の訓練です

地震発生情報



午前８：００

２回目の防災行政無線は、**午前８時**のサイレン放送（**地震発生情報**）です。
地震発生時は机の下にもぐるなど、身の安全を確保して、揺れがおさまったのを確認してから、ドアや窓を開け避難路を確保しましょう。ラジオやＨＰなどで情報収集し、火の始末、ブレーカーの遮断確認ができたら、避難開始です。

避難・訓練開始

各地区訓練

地区ごとに計画された避難誘導・避難所開設等を行う「初動訓練」や、住民の避難状況を市の災害対策本部に伝える情報伝達訓練などの「応急対応訓練」を実施します。事前に集合場所などを確認のうえ、地区訓練に参加してください。
※一部地域では９月２日と別日程で行う場合があります。各地区の日程をご確認ください。

■P6・7に関する問い合わせ　総務課 危機管理担当（内線339・399）

健診結果をしっかりチェックし、身体のメンテナンスを行いましょう!!

健康づくりは総合健診結果の見直しから!

健診は、受けただけでは意味がありません。結果を受け取った時が本当のスタートです。結果から自分の身体の状態を知り、健康づくりの第一歩を踏み出しましょう。

見過ごさないで異常のサイン

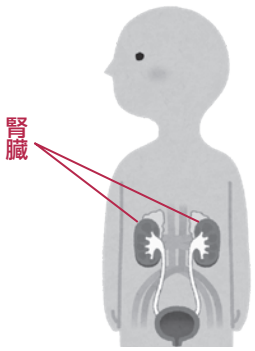
昨年度に総合健診を受診した40歳~74歳までの方の結果は【図1】のとおりです。

韮崎市のメタボリックシンドローム該当・予備群者は23.3%であり、これは県全体に比べて高い割合です。

メタボリックシンドロームは慢性腎臓病(CKD)予備群!?

CKDとは慢性に経過するすべての腎臓病を指します。

20歳以上の成人の8人に1人はCKDと推測され、『新たな国民病』といわれています。CKDには自覚症状がほとんどありません。腎臓の働きを低下させる原因として、メタボリックシンドローム(メタボ)の症状である「高血圧」「高血糖」「脂質異常」があります。つまり、メタボの人はCKDにもなりやすいのです。腎臓は一度悪くなってしまうと、元に戻すことはできません。CKDを放置すると末期腎不全に陥り、透析治療や腎移植が必要になってしまうことがあります。CKDの発症を予防するためにも生活改善の必要があります。

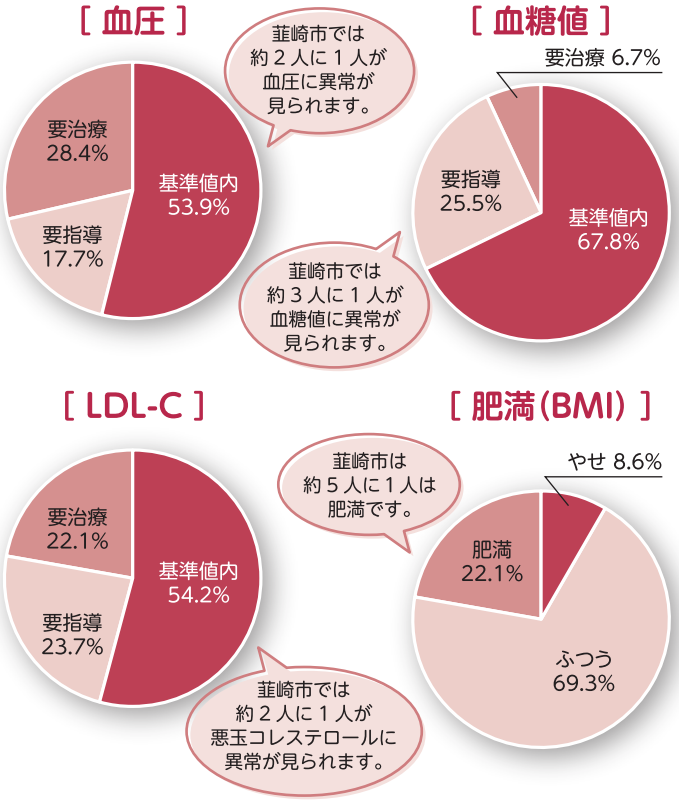


総合健診の結果報告会が始まります!

今年度総合健診をお受けいただいた方への結果報告会の日程は【総合健診結果報告会日程】のとおりです。詳細については、**総合健診の約1か月後に個別にご案内を送付します。**また、75歳以上の方には、直接結果を送付します。

結果の内容についてのご質問や相談は毎週月曜日と木曜日の健康相談にて対応します。

【図1】



【総合健診結果報告会日程】

総合健診		結果報告会	
		74歳以下	
受診場所	受診日	日程	会場
円野	7月10日(火)	8月27日(月) 午後	保健福祉センター
清哲	7月11日(水)		
神山	7月12日(木)		
旭	7月13日(金)	8月30日(木) 午後	
保健福祉センター	7月21日(土)	9月 3日(月) 午後	
東京エレクトロン韮崎文化ホール	7月26日(木)	9月 7日(金) 午後	
	7月27日(金)	9月10日(月) 午後	
保健福祉センター	7月28日(土)	9月13日(木) 午後	
	7月29日(日)	9月16日(日) 終日	
竜岡	10月 2日(火)	11月16日(金) 午後	
大草	10月 3日(水)	11月19日(月) 午後	
穂坂	10月 4日(木)		
保健福祉センター	10月20日(土)	11月30日(金) 午後	
	10月21日(日)	12月 2日(日) 午前	
東京エレクトロン韮崎文化ホール	10月24日(水)	12月 6日(木) 午後	
	10月25日(木)	12月 7日(金) 午後	
	10月26日(金)	12月10日(月) 午後	
保健福祉センター	10月27日(土)	12月14日(金) 午後	
	10月28日(日)	12月16日(日) 午前	
	11月10日(土)	12月20日(木) 午後	

※該当の方は通知に記載されている時間帯をよくご確認のうえお越しください。
※会場はすべて韮崎市保健福祉センターとなります。
※75歳以上の方には、結果を送付します。結果についての相談は毎週月曜日と木曜日の健康相談にて対応いたします。

知っ得！食育ひろば　－食改推の簡単レシピ！－

「クルミ入りかぼちゃサラダ」

ご存知ですか？

かぼちゃには、ビタミンC・ビタミンE・食物繊維といった栄養素が豊富に含まれる緑黄色野菜です。ただし、エネルギーが多いので食べ過ぎに気をつけましょう。マヨネーズとプレーンヨーグルトを合わせることで、さっぱりとしたサラダになります。

【材料（4人分）】
- かぼちゃ …… 250g
- クルミ …… 30g
- マヨネーズ … 大さじ1.5
- プレーンヨーグルト … 大さじ1.5
- 塩こしょう …… 少々
- サニーレタス …… 2枚
- ミニトマト …… 6個

【作り方】
①かぼちゃは種をとり、ひと口大に切る。クルミは手で大きめに割る。
②かぼちゃを耐熱皿にいれ、水大さじ2を振りかけ、ふんわりとラップをかける。電子レンジ（600w）で5分加熱し、フォークなどでザックリつぶし冷ます。
③マヨネーズ・プレーンヨーグルトを混ぜ合わせる。
④かぼちゃにクルミを加え、③で和え、塩こしょうで味を調える。
⑤お皿にサニーレタスを広げ、その上にサラダを盛り付ける。周りに半分に切ったミニトマトを飾る。

【栄養量（1人分）】
エネルギー　151キロカロリー
食塩相当量　0.1グラム

■問い合わせ
健康づくり課　健康増進担当
☎23-4310

「親子料理教室」参加者募集！

食生活改善推進員会では、小学生親子を対象に親子料理教室を開催します。お気軽にご参加ください。

■日　　時　8月25日（土）　10時～12時30分（9時45分受付開始）
■場　　所　保健福祉センター
■対 象 者　市内在住の小学生親子（先着10組）
■参 加 料　無料
■内　　容　・五平餅　　・皮なし手作りウインナー　他　2種類
■持 ち 物　エプロン、三角巾、筆記用具、お子様のスリッパ（調理時用）
■申込締切　8月10日（金）
■申し込み・問い合わせ　健康づくり課 健康増進担当　☎23-4310

特定保健指導で生活習慣病の改善をサポート

総合健診（特定健診）によって生活習慣病の発症リスクが発見された場合は、国民健康保険加入者の40～74歳の方を対象に「特定保健指導」を行います。これは、健診結果から自身の生活習慣を振り返り、改善できることを保健師や管理栄養士と一緒に考え、具体的に6か月間取り組んでいくというものです。

「脱メタボ」への3つの支援

①健康な方も含めたすべての方に情報提供
初めに面接を行い、現在の生活習慣を振り返り、メタボ解消のための行動目標を立て、実践していきます。3～6か月間、継続的に生活習慣改善のための支援を行い、面接から6か月後に取り組みの結果を最終確認します。

②メタボ予備群の方に動機付け支援
初めに面接を行い、現在の生活習慣を振り返り、メタボを予防するためにはどうしたらよいかを一緒に考え、そのための行動目標を立てていきます。面接から6か月後に取り組みの結果を確認します。

③メタボに該当する方に積極的支援
(1)総合健診の結果から今の健康状態を把握し、生活習慣の見直しや改善のきっかけとなる情報を提供します。
(2)特定保健指導の対象にはならなかったものの、個人的に健康や食事面に関して相談したい方へも相談日を設けていますので、ご利用ください。

■健康相談日
毎週月曜日・木曜日
9時30分～16時
■場所　健康づくり課
（韮崎市保健福祉センター内）
※にらさきいきいきウォーキング教室や、健康アップ教室などの運動教室もありますので、気軽にお問い合わせください。

■P8・9ページに関する問い合わせ
健康づくり課
保健指導担当
☎23-4310

平成30年度 自衛官・防衛大学校等学生募集

自衛隊山梨地方協力本部では、自衛官を募集しています。自衛隊は国の防衛、災害派遣、国際平和協力など、様々な形で社会に貢献できる仕事です。

また、自衛隊には隊員が任務に誇りを持ち、安心して勤務できる各種福利厚生や手当が完備されています。自衛官になるには様々なコースがあり、自分の適性や希望により最適なコースを選択することができます。

募集種目		募集人員※1	資格	受付期間(締切日必着)	試験期日	合格発表	入（校）隊	待遇・その他
航空学生		参考（29年度） 海：約80名 （うち女子若干名） 空：約70名 （男女区別なし※2）	海：18歳以上23歳未満（高卒(見込含)または高専３年次修了者(見込含)） 空：18歳以上21歳未満（高卒(見込含)または高専３年次修了者(見込含)）	７月１日 ～９月７日	１次：９月17日 ２次：10月15日～21日 ３次：11月17日～12月20日	１次：10月５日 ２次(海)：11月13日 (空)：11月５日 最終：31年１月22日	31年３月下旬～４月上旬	入隊後約６年で３等陸・海・空尉
一般曹候補生		参考（29年度） 陸：約3,000名 （うち女子約200名） 海：約1,300名 （うち女子約80名） 空：約750名 （男女区別なし）	18歳以上27歳未満の者	７月１日 ～９月７日	１次：９月21日～23日 ２次：10月12日～17日 ※いずれか１日を指定されます。※2	１次：10月５日 最終：11月９日	31年３月下旬～４月上旬	入隊後２年９か月経過以降選考により３等陸・海・空曹
自衛官候補生	男子	参考（29年度） 陸：約5,400名 海：約1,100名 空：約1,660名	18歳以上27歳未満の者	年間通じて行っております。	受付時にお知らせします。※2	合格発表日は試験日にお知らせします。	採用予定通知書でお知らせします。	所要の教育を経て、３か月後に２等陸・海・空士に任用 陸上(技術系を除く)は１年９か月、陸上(技術系)・海上・航空は２年９か月を１任期として任用(以降２年を１任期)
	女子	参考（29年度） 陸：約870名 海：約200名 空：約150名						
防衛大学校学生	推薦	参考（29年度） 人文・社会科学専攻：約20名(うち女子約５名) 理工学専攻：約80名 （うち女子約10名）	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専３年次修了者(見込含)で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者	９月５日 ～９月７日	９月22・23日	10月26日	31年４月上旬	修業年限４年 卒業後約１年で３等陸・海・空尉
	総合選抜	参考（29年度） 人文・社会科学専攻および理工学専攻合わせて：約40名 （うち女子約５名）	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専３年次修了者(見込含)		１次：９月22日 ２次：11月３・４日	１次：10月19日 最終：11月28日		
	一般	参考（29年度） 人文・社会科学専攻：約65名 （うち女子約15名） 理工学専攻：約235名 （うち女子約20名）		９月５日 ～９月28日	１次：11月３・４日 ２次：12月11日～15日	１次：11月28日 最終：31年１月25日		
防衛医科大学校医学科学生		参考（29年度） 約85名	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専３年次修了者(見込含)	９月５日 ～９月28日	１次：10月27・28日 ２次：12月12日～14日	１次：11月29日 最終：31年２月14日	31年４月上旬	修学年限６年 医師免許取得後２等陸・海・空尉
防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)		参考（29年度） 約75名	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専３年次修了者(見込含)	９月５日 ～９月28日	１次：10月20日 ２次：12月１・２日	１次：11月16日 最終：31年２月８日	31年４月上旬	修学年限４年 看護師免許取得後、卒業後約１年で３等陸・海・空尉

（注）１．※１：平成30年度の募集人員については、決定次第、自衛官募集ホームページ等でお知らせします。必ずご確認ください。
２．※２：平成31年３月高等学校卒業予定者のための採用試験は、平成30年９月17日以降に行います。
３．資格欄中の「高卒」は中等教育学校卒業者を含みます。
４．応募資格年齢の起算日は、募集種目ごと異なっていますので、それぞれの募集要項で確認してください。
５．その他、詳細については、それぞれの募集要項または自衛隊地方協力本部で確認してください。
６．記載内容については変更される場合があります。

■申し込み・問い合わせ　自衛隊山梨地方協力本部南アルプス募集センター　☎055-283-5150
自衛隊募集コールセンター　☎0120-063-792

大切ないのちを守るために

上級救命講習会の開催

普段の生活の中で急な病気やケガなどを負った現場に遭遇した際、その場に居合わせた人が救急車到着までの間、救命に必要な応急手当を行うことは非常に大切なことです。誰かの命を守る重要な時間でもあり、皆さんの力が必要になります。

そこで韮崎消防署と北杜消防署では上級救命講習を行います。興味のある方はぜひ参加して応急手当の知識と技術と自信を私たちと一緒に身に付けませんか？

■日時・場所
①９月８日（土）９時～17時30分
峡北広域行政事務組合消防本部　２階大会議室（韮崎市本町四丁目８-36）
②９月９日（日）９時～17時30分
北杜市長坂総合支所　２階　大会議室（北杜市長坂町長坂上条2575-19）

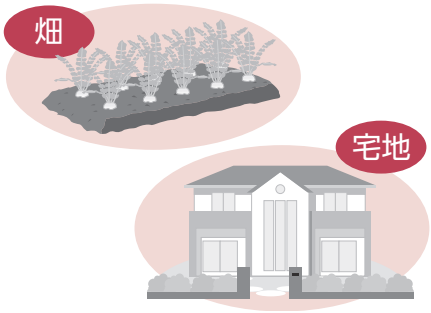
■定員　各受講日　20名

■申込方法等
各受講希望日を担当する消防署に電話申し込み、または受講申請書等（峡北消防本部ホームページにてダウンロード、もしくは消防署窓口にて配布）をご記入のうえ、消防署にご持参ください。

■申し込み・問い合わせ
①９月８日（土）受講希望の方
韮崎消防署　救急担当　☎23-1499
（韮崎市本町四丁目８-36）
②９月９日（日）受講希望の方
北杜消防署　救急担当　☎32-2508
（北杜市長坂町大八田6811-18）

農地の転用には許可が必要です！

農業振興地域整備計画の変更（農振除外）の申出を受付



農用地区域の農地を、農業以外の目的に利用するためには、農業委員会における転用手続きを行う前に、農用地区域から除外する必要があります。

ただし、農用地区域からの除外を申請しても、転用目的・申請地・所有地等の状況によっては農用地区域から除外できない場合があります。

今回は、農振除外後、早期の転用が確実で、転用目的が明確であり、緊急を要するものが対象となります。（大規模な計画や、具体性・緊急性に欠ける案件は対象外です。）

■**受付期間**　8月20日（月）～9月7日（金）※平日8時30分～17時15分（期日厳守）
■**申出方法**　産業観光課・市ホームページにある申出書に添付書類を添えて、提出してください。
■**除外要件**　次の5つの除外要件を全て満たすものに限り受付します。

1. 農用地区域（申出地）以外に農振除外地・宅地・雑種地等、代替すべき土地を所有していないこと。
2. 農用地区域内における農用地の集団化、農作業の効率化、その他農業上の利用に支障を及ぼす恐れがないこと。
3. 担い手農業者等に対し、安定的な営農、経営する一団の農用地の集団化、農地の利用集積に支障を及ぼさないこと。
4. 農用地区域内の農業用排水施設の分断や、排水の阻害等、農業用施設の機能に支障を及ぼす恐れがないこと。
5. 国の直轄または補助による土地改良事業、またはこれに準ずる事業で農業用排水路の新設、区画整理、農用地の造成等の施工に係る区域にある場合は、事業の工事が完了した年度の翌年から起算して8年を経過した土地であること。

※除外申出地が農用地区域から除外されても、予定する事業計画が実施されない場合には、再度、農用地区域へ編入することとなります。

■**除外となるまでの期間**
農振除外の決定までにおよそ一年の期間を要しています。事業計画を検討する際にはご注意ください。
■**問い合わせ**　産業観光課 農林振興担当（内線223～225）

油断しないで熱中症

今年も例年同様、猛暑が続いています。熱中症を正しく理解し、早めの対策、予防に努めましょう！！

■**予防するには**
- こまめな水分補給
- 扇風機、エアコンなどを活用した室温調節
- 日傘、帽子、通気性の良い衣服の着用
- 炎天下で長時間の活動を避ける

■**問い合わせ**
健康づくり課 健康増進担当
☎23-4310

9月9日 武田の里ウォーク 穂坂ぶどう郷コース 参加申込受付中！

太陽の里・穂坂町を巡る15㎞・20㎞・30㎞の3つのコースのウォーキングイベントを開催します。

■**開催日**　9月9日（日）
■**参加料**　15㎞、1,000円
20㎞、1,500円
30㎞、2,000円
■**申込方法**　窓口、郵便振替、インターネットから申込みができます。詳細は、市役所や市営体育館に備付けの「参加申込書」や「スポーツエントリーHP」をご覧ください。
※申込み後の取り消しや当日不参加の場合、参加料の返金はできません。

■**問い合わせ**
武田の里ウォーク実行委員会事務局（市営体育館内）
☎22-8062
FAX 22-0498
http://spoen.net/75073

武田の里ウォーク沿道でのご声援をお願いします！

当日は県内外から多くの方が参加されますので、ぜひ沿道でのご声援をお願いします。また、沿道にて参加者へのおもてなしをしていただける方を募集しておりますので、ご協力いただける方は事務局までご連絡ください。

これからも平和な世界を願って…

『戦争と平和』について考えよう

■戦争の実相を知り平和の大切さを考える講演会・七里岩地下壕見学会

韮崎・峡北地域の戦争についての資料や、体験の聞き取り、戦争遺跡等をもとにした講演を通して平和の大切さについて考えてみます。戦争遺跡の見学会も実施します。

☆**講演会**

●**日　時**　8月11日（土）　13時～14時
●**場　所**　ニコリ２階会議室９
●**参加費**　無料
●**演　題**　私たちの町にも戦争があった
ー戦争遺跡・資料に見る韮崎と戦争ー
講師　向山　三樹 氏
（穂坂町在住・韮崎七里岩地下壕を保存する会）

☆**山梨県最大の戦争遺跡・七里岩地下壕見学会**

●**日　　時**　14時30分から（講演会終了後）
●**集合場所**　韮崎市一ツ谷 滝田建材駐車場内 七里岩地下壕
※小学生以下は保護者同伴が必要（長靴・懐中電灯・軍手持参）
※見学会参加希望者は申し込みが必要（先着30名）

■**問い合わせ**　韮崎市民交流センター　☎22-1121

■非核平和パネル展

韮崎と戦争、七里岩地下壕、沖縄戦、広島・長崎原爆の記録等のパネルと資料展示

●**展示期間**　８月９日（木）～19日（日）
●**場　　所**　ニコリ１階オープンスペース

■**問い合わせ**
総合政策課 政策推進担当（内線 355）

■「戦争と平和」展示

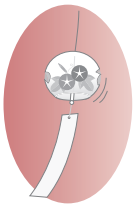
戦後70年余りが経過した現在、戦争を体験した世代は高齢化し、戦争を知らない世代が増えています。

戦争は、多くの尊い命を犠牲にし、人々の心に大きな傷跡を残しました。戦争の悲惨さや平和の尊さを風化させないために、今年も戦争と平和に関する図書の展示を行います。

●**展示期間**　8月1日（水）～8月30日（木）
●**場　　所**　大村記念図書館（ニコリ2階）

■**問い合わせ**
大村記念図書館　☎22-4946

■親子映画会＆講話＆風鈴絵付け



子どもたちにひめゆり学徒の戦争体験を伝えるために制作されたアニメを上映します。上映前には、沖縄戦についての講話、上映後には風鈴の絵付け体験もあります。風鈴はお持ち帰りいただけます。

●**日時**　8月19日（日）14時～16時　●**場所**　ニコリ２階会議室９　●**参加費**　無料
■**問い合わせ**　北巨摩教育会館　☎22-0540

市立保育園・児童センター 職員募集

子どもに囲まれた職場で働いてみませんか？「長時間は難しいけれど、自分に合う時間で働きたい！」、「資格はあるけれど、長い間その職から離れていて不安…」。そんな方も、ぜひ一度ご相談ください！

◆保育士（非常勤フルタイム）
○**資　　格**　保育士資格
○**勤務時間**　7時30分～19時の間の7時間45分（シフト制）
土曜出勤あり　初年度から有給休暇あり
○**賃　　金**　月額159，800円
ボーナス3か月分　通勤手当あり
○**加入保険等**　厚生年金、社会保険、雇用保険、労災保険

◆保育士（パートタイム）
○**資　　格**　保育士資格
○**勤務時間**　7時30分～19時の間（応相談）
※延長保育（朝3時間・夕方3時間勤務）が可能な方、歓迎！
○**有給休暇**　週労働日数等による
○**賃　　金**　日額7，600円　時給980円
○**加入保険等**　厚生年金、社会保険、雇用保険、労災保険加入制度あり

◆児童クラブ指導員（パートタイム）
○**資　　格**　不問（保育士もしくは教員免許が望ましい）
○**勤務時間**　14時～18時の間の3～4時間
※長期休みの間は、この限りではありません
○**有給休暇**　週労働日数等による
○**賃　　金**　時給980円
○**加入保険等**　労災保険加入制度あり

■**採用方法**
①福祉課子育て支援担当に書類提出
（履歴書、保育士の場合は資格証の写しも必要）
②面接を行い、採用の合否を決定

■**申し込み・問い合わせ**
福祉課 子育て支援担当（内線174・175）

その他詳しい内容はホームページでご確認ください。

開かれた議会を目指して！

韮崎市議会「議会報告会」開催のご案内

市議会では、市民の皆さんに議会の活動を知っていただくとともに、皆さんのご意見を市政に反映していくため、本年も次の日程により市内５小学校区単位で議会報告会を開催します。多くの皆さんのご参加をお待ちしております。

■日時・会場・テーマ　※各地区共通テーマ「各常任委員会および議員定数等調査特別委員会の活動報告について」

地区名	開催日	開始時間	場所	地区テーマ
甘　利	８月19日（日）	19時	大草ふれあいホール	①鳥獣害被害対策について ②県道甘利山公園線の整備について ③通学路の安全対策について
穂　坂	８月21日（火）	19時30分	穂坂コミュニティーセンター	①主要地方道韮崎昇仙峡線の道路整備について ②上ノ山・穂坂地区工業団地第２期造成事業について
韮　崎	８月22日（水）	19時	市民交流センター ニコリ１階会議室５～７	①市道（韮崎）６号線岩下地内の道路拡幅、待機所設置について ②市営運動場体育館の改築計画について ③韮崎東保育園の改築または民営化募集時期について
北　西	８月23日（木）	19時	清哲会館	①県営中山間地域総合整備事業について
北　東	８月24日（金）	19時30分	中田公民館	①市道（穴山）５号線の延伸について ②議員定数削減について ③塩川堰の整備について

■問い合わせ　議会事務局　☎ 22-1111（内線 513・514）

就職ガイダンス開催!!

来年度新卒予定者および一般求職者の就職、ならびに企業の人材確保を支援するため、「韮崎市就職ガイダンス」を開催します。皆さんのご来場をお待ちしています。

《就職ガイダンスの概要》

■開催日　８月30日（木）
13時～15時30分
（12時20分受付開始）

■場所　市民交流センター
ニコリ3階多目的ホール

■対象者　大学生、短期大学生、専修学校（いずれも新卒予定者）、未就職者、再就職希望者、UIJターン者、その他全ての求職者

■参加企業　市内に事業所、店舗等がある企業15社程度を予定

■参加費等　無料（交通費等は参加者負担）

※服装自由・託児有（要予約）

《実施内容》

●企業の担当者と面接等
●就職相談コーナー
●移住相談コーナー

《参加方法》

●事前申込みは不要ですが、託児を希望される方は、事前にご連絡ください。
●履歴書を持参し、会場にて受付をしてください。
※複数企業との面接希望者は、複数枚ご用意してください。
●新卒者以外の方は、事前にハローワーク韮崎に求職申込みをしておくと、当日の受付がスムーズです。（登録済みの方はハローワークカードをご持参ください。）

■問い合わせ
産業観光課　商工労政担当
（内線215・216）

まちづくりに女性の声を「韮崎市女性議会の開催」

男女共同参画社会の実現と、女性の社会参加の促進を目指し、「女性議会」を開催します。

女性団体連絡協議会に加盟する団体や、サークル等から推薦された女性議員により、まちづくりのための意見を交し合います。

どなたでも傍聴できますので、お気軽にご来場ください。

■日時　８月８日（水）
13時40分から
■会場　市役所５階議場
■問い合わせ
総合政策課　政策推進担当
（内線355～357）

平成31・32年度 入札参加資格定期審査申請受付

平成31・32年度に韮崎市が行う競争入札に参加するための資格審査申請について、山梨県市町村総合事務組合で受付を開始します。入札参加を希望する事業者は、組合ホームページ（http://www.ysc-yamanashi.or.jp/）を確認のうえ、申請してください。（詳細は９月公開予定）

■受付期間　10月22日（月）
～11月16日（金）

■申請方法
「やまなしくらしねっと」での電子申請、または紙申請による審査書類の提出

■事業者説明会
定期審査の申請に関する事業者説明会を開催します。詳細は、組合ホームページトピックス「事業者説明会の開催について」をご覧ください。
※申込開始日：８月１日（水）
各会場定員になり次第締切

■問い合わせ
山梨県市町村総合事務組合
業務課
☎055-268-3446
〒400-8587
甲府市蓬沢１-15-35
山梨県自治会館２階

韮崎市建設工事優良施工業者を表彰

６月29日（金）、適正な建設工事の施工と、卓越した技術等により優れた成績で、昨年度、建設工事を完成させた施工業者として５社の事業所が表彰されました。

○**土木・舗装工事部門**　富士島建設 株式会社
　有限会社 細田工務所
　有限会社 相馬組
○**建築工事部門**　有限会社 岩下建設
○**水道工事部門**　株式会社 日設管興

伊藤生更歌碑を除幕

７月６日（金）穴山さくら公園において恒例のたなばた祭りが開催され、韮崎北東小学校の３年生や穴山の里園生も参加し、「たなばたさま」の作詞者である穴山町出身の権藤はなよを歌や紙芝居で偲びました。続けて、権藤はなよの兄の歌人・伊藤生更の功績を称えて建立された歌碑の除幕式が行われました。会場には短歌雑誌「美知思波（みちしば）」会員の方々や親族の伊藤まなみさんをはじめ、多くの方が訪れていました。会員の方々の熱意から地元有志が発起人となり、歌碑建立に至りました。

第96回 韮崎高校同窓会記念招待サッカー

韮崎高校同窓会では、毎年、同窓会記念事業の一つとして招待サッカー試合を実施しています。今年は帝京高等学校を迎え、招待試合を行います。帝京高等学校は、黄色のユニホームで知られる東京都の強豪で、全国高等学校サッカー選手権、インターハイ優勝の経験を持つ名門校です。

国内のトップレベルの実力を見る絶好の機会ですので、多くの方に観戦いただき、ご声援をお願いします。

■**日時**　８月26日（日）　雨天決行
　11時キックオフ
■**場所**　韮崎中央公園陸上競技場
■**対戦**　韮崎高校ＶＳ帝京高校
■**問い合わせ**　韮崎高校同窓会事務局
　☎22-2415（保坂）

韮崎工業高校７連覇！！

６月２日（土）、ポリテクセンター山梨で、第10回山梨県高等学校溶接競技が開催されました。韮崎工業高校の生徒５名が出場し、１位山口朱音さん、２位岩﨑結友さん、３位望月玲奈さん、４位佐野舜輔さん、５位青柳璃久さんと上位５位を独占し、大会７連覇を達成しました。生徒の皆さんは矢野徳仁教諭の指導のもと、日頃から感謝・気配りの精神で取り組み、「溶接を通して恩返ししていきたい」と声を揃えていました。７月６日（金）には、結果報告に来庁されました。なお、上位２名の山口さんと岩﨑さんは、来年度開催される関東甲信越大会に出場します。２人の活躍に今後も期待しています。

環境美化活動に参加しませんか？

市では、市民の皆さんと行政が協働で進める清掃活動などの環境美化活動（アダプトプログラム）を推進しておりますが、６月２日（土）に韮崎中央公園において、富士島建設㈱および同協力会による環境美化活動が行われました。作業には約１００人の方々が参加し、中央公園内の除草やゴミ拾い、道にはみ出した高木の枝払いなど精力的に行われました。

なお、市では今後も市内各所の公園等の公共施設で、ボランティアとして美化活動をしていただける個人または団体を募集しておりますので、希望される方は建設課までお問い合わせください。

■**問い合わせ**
建設課 都市計画担当
（内線２５０・２５１）

▲公園内での活動の様子
キレイになりました。

夏の武田の里まつり 2018

武田の里にらさき
花火大会&武田陣没将士供養会

特別プログラム
「つなぐ」

8月16日(木) 雨天翌日
釜無川河川公園

18：00～採火式
18：00～盆踊り大会
18：15～提灯行列
19：00～武田の里供養会
19：15～大松明点火
19：30～灯篭流し
20：00～花火大会

◆会場内のゴミのお持ち帰りにご協力ください。

◆お車でお越しの方は、会場周辺駐車場が大変混雑しますので、下記の会場周辺の駐車場からの無料送迎バスをご利用ください。

【韮崎中央公園】
【東京エレクトロン韮崎文化ホール】
【市営総合運動場】

●運行時間　17：30～22：30（約15分間隔）
※交通事情により遅れる場合もあります。
●発着場所　上記駐車場 ⇔ 釜無川河川公園

参加者募集

①灯篭流し参加者（先着20名程度）
●当日、会場にて受け付けます。※参加賞あり

②盆踊り大会参加者（参加自由）
●当日の踊りの輪に飛び入りでご参加ください。

問 武田の里まつり実行委員会
☎ 0551-22-1991
【HP】http://www.nirasaki-kankou.jp/

◇ 西中記者が行く！！ ◇

7月2、3日に韮崎西中学校の職場体験が実施され、本市にも2名の生徒が広報作成業務の体験に来ました。この記事は2人が一から考えて構成しました。ぜひ、ご一読ください。来月は韮崎東中学校の生徒が作成した記事を掲載します。

□ 旭町の魅力 □

韮崎西中学校の山本真大です。私の住む旭町には、たくさんの素晴らしい“自然”があります。旭町の魅力は、自然を至る所で見られることだと思います。自然があることは、私の住む地域で誇れることです。自然によって旭町全体が明るくなっている気がします。夏には清々しい緑色の葉をつける木々たち。秋には、ほんのりと赤や黄色に色づく山々。誰がいつ見ても飽きないこの景色を見せてくれる旭町。皆さんも一度通りかかった時には、見てみてください。きっと忘れられない幻想的な風景を見せてくれるはずです。

□ 大村智博士の見つけたもの □

韮崎西中学校の小林翼です。私は韮崎市の偉大な科学者である大村智博士を紹介します。大村智博士がワクチンを作るまでには、いろんな場所から土を取って、土の中にいる微生物を研究しました。土の中から放線菌を見つけ出しました。1グラムの土の中には1億の微生物がいます。その中から探さなければならないからそれが大変です。私は大村智博士のような人になってみたいし、皆さんも周りのものに興味を持ってみませんか。

市民交流センター ニコリ イベント

ニコリ主催イベント
問合せ☎22-1121

かがみもち（夫婦太神楽）ニコリ祭スペシャルステージ

伝統芸能である祝福芸の太神楽をお楽しみください。曲芸を中心に、武田節の三味線演奏・踊り、曲芸の体験コーナーを行います。

■日時　9月2日（日）10時30分～11時30分
■場所　ニコリ3階 多目的ホール
■参加費　無料
■出演者　かがみもち（丸一仙三・仙花）

初めてのミニ盆栽

「盆栽」の基礎知識やお手入れの方法を学びながら、初心者でも簡単にできるミニ盆栽を作ってみませんか？

■日時　9月8日（土）10時～12時
■場所　ニコリ1階 陶芸・工作室
■参加費　3，000円
■持ち物　筆記用具
■服装　汚れてもいい服装
■定員　16名
※最少催行人数5名

■講師　秋山盆栽園 秋山　実　先生
■申込方法　ニコリ1階総合受付で申込書を記入し、参加費をお支払いください。

肩甲骨ヨガ教室

肩こりの軽減や肩周りの脂肪燃焼、肩関節の可動域が広がります！

■日時　9月12・19・26日、10月3・10・17・24・31日（毎週水曜日全8回）19時30分～20時40分（70分）
■場所　ニコリ1階 和室会議室1・2
■参加費　8，000円
■持ち物　タオル、飲料水、ヨガマット（バスタオルでも可）※動きやすい服装でお越しください
■定員　13名
※最少催行人数4名
■講師　沢田美千代　先生
■申込方法　ニコリ1階総合受付で申込書を記入し、参加費をお支払いください。

大村記念図書館
問合せ☎22-4946

『Sea～海に恋して～』展示

海のない山梨県民にとっ

COME ON MIACIS
8月号

特集：ミアキス利用者へインタビュー！

いつもMiacisを利用している中高生がMiacisに対して感じていること・考えていること、中高生から見たMiacisをお届けします！

古川結芽（ゆめちん）

About

始めは人見知りで緊張していたけれど、5月の合宿をきっかけにみんなと仲良くなり、今は甲府からミアキスに頻繁に通っている高校二年生。趣味は、舞台・古着屋巡り・バスケ。

Q. ミアキスのいいところは？

住んでるところ、年齢、学校どれも関係ない。思わず長居してしまう落ち着いた空間も最高！

Q. 最初に来たときの印象は？

とてもおしゃれだと思った。まずスタッフに優しい印象を持った。来たばかりのときは人見知りなところがあったからスタッフが気さくで安心した。

Q. これからどんな人と交流したい？

大学は美容系に進みたいから、その関係の人と話をしてみたい。中学の時には高校に進めればいいと思っていたけど、今は大学で面白いと思うことを積極的にやりたいと思っている。

Q. ミアキスがなかったら・・・？

特定の人としか話さないような人になっていたと思う。そもそも韮崎に住んでいないから、ミアキスが無かったら韮崎と関わることもなかったと思う。友だちや知り合いの幅もあまり広くならなかったと思う。

Q. ミアキスがあって変わったことは？

ミアキスがあったお陰で、自分自身の考え方が変わった。社会人とのふれあいで世界が広がった。今は高校二年で来年受験になるけど、進路にとても有益なものを手に入れている気がする。

Miacis

夏休みの開館時間

7月21日（土）～8月26日（日）の間
9：30－18：30
（第3月曜日・毎週火曜日　休館）

Miacis 夏期交習　－8月のイベント－

8/1(水)～8/5(日)14:00～18:00（途中参加可能・退出自由）
夏休みの課題を持ってミアキスに集まろう！
課題を進めるだけでなく勉強を通じて大学生と仲良くなれるかも！

て、海は憧れの場所です。「海」にまつわる様々な本を展示しますので夏の風を感じてください。お楽しみに♪

■**展示期間**　8月1日（水）～8月30日（木）

朗読のつどい（無料）

8月は市内3つの朗読ボランティアグループの出演です。

■**日時**　8月18日（土）14時～15時

■**場所**　ニコリ2階会議室9

■**内容**（作品名・朗読者）

「柿」　壺井　栄作　朗読　小山喜美子氏

「平和の詩『生きる』」　相良　倫子作　朗読　小澤　篤子氏

「戦争中」　美濃部美津子作　朗読　清水　一氏

ニコリ祭7周年イベント

①魅惑の貝がらアート ペンダントをつくろう！

ペンダント作りや、貝がらの魅力についても語っていただきます。

■**日時**　9月2日（日）13時30分～15時30分

■**場所**　ニコリ2階会議室9

■**対象**　小学生以上

※小学校低学年は親子同伴

※老眼鏡をお使いの方はお持ちください。

■**参加費**　3，000円（材料費込）当日徴収

■**定員**　20名

■**申込**　8月7日（火）より、図書館内カウンターまたは電話にて受付

■**講師**　飯室はつえ さん

■**特典**　ペンダント作り後、フリードリンクをお楽しみください。

②忍者フジヤマただいま参上！

忍者体験に大道芸に楽しいこと盛りだくさん！いざ、忍者になるでござる！

■**日時**　9月2日（日）11時～12時

■**場所**　ニコリ2階イベントスペース

■**対象**　小学生以上

※小学校低学年は親子同伴

■**参加費**　無料

■**定員**　40名

■**申込**　8月7日（火）より、図書館内カウンターまたは電話にて受付

③閉架書庫開放

普段は入ることができない書庫を解放します。昔読んだ懐かしい本に出会えるかもしれません。

■**日時**　9月2日（日）9時～17時

■**場所**　閉架書庫1

子育て支援センター
問合せ☎23-7676

うじゅうの森ホリデー☆夏休みスペシャルプログラム とことん！いきもの観察隊

いきもの観察をメインとした夏の川遊びを、外あそびのプロと一緒に親子で思いっきり楽しもう♪

■**日時**　8月8日（水）10時～14時

※荒天時は9日（木）に延期

■**場所**　北杜市内の河原（参加者に後日連絡します）

■**対象**　小学生親子10組（要予約）

■**参加費**　大人（中学生以上）1，000円、小学生500円（保険料込・スイカ割り付）

■**講師**　増田　直広 さん（公益財団法人キープ協会所属インタープリター）

■**持ち物**　水着、濡れても構わない長袖・長ズボン、川遊びに適した靴（かかとのあるもの）、雨具、帽子、タオル、水筒、弁当、魚とり網、リュックサック、敷物、健康保険証 など

ニコリ祭7周年イベント にら☆ちびキャラバン

■**日時**　9月2日（日）13時～14時

■**場所**　ニコリ3階多目的ホール

■**対象**　どなたでも（予約不要・参加費無料）

■**内容**

①親子あそび

おうちの人とからだをつかって遊びましょう。

②パラシュート

大きなパラシュートで楽しみましょう。

③かんたん工作

つくってすぐに遊べる工作です。

※要予約イベントについては電話（「広報を見た」とお伝えください）またはHPでお申込みください。

中央公民館
問合せ☎20-1115

まなびnoサロンCOCOつな「しゃべらん会」（無料）

毎月第2木曜日、楽しいおしゃべりができる会を開いています。家にこもりがちな方やお友達を作りたい方など、どなたでも自由にお越しください。

■**日時**　8月9日（木）13時30分～16時

■**場所**　ニコリ1階会議室1（時間内出入り自由）

●市の人口　7月1日現在　（前月比）

男	14,907人（うち外国人246人）	1人減
女	14,994人（うち外国人297人）	2人減
計	29,901人（うち外国人543人）	3人減
世帯数	12,727世帯	5世帯増

●国民健康保険より

7月に韮崎市国民健康保険で支払った額（保険者負担額）は、140,801,447円（前年同月比2.19%減）で、1人あたりの保険者負担額は、20,224円（前年同月比1.05%増）でした。引き続き健康に気をつけ医療費の節約にご協力ください。

インフォメーション information

お知らせ

あなたのやさしさを！ 献血にご協力ください

手術や治療で輸血を必要とする方が増加する一方で、少子高齢化の影響などにより、特に若い世代の献血者数が減少傾向となっています。

献血は身近にあるボランティアです。多くの皆さんのご理解とご協力をお願いします。

■**日時** 8月24日（金）
10時～11時30分
12時45分～15時30分

■**会場** 市役所庁舎東駐車場

■**問い合わせ**
山梨県赤十字血液センター
☎055-251-5891
韮崎市献血推進協議会
☎23-4310

「子どもの人権110番」強化週間

法務省では、いじめや虐待など、子どもをめぐる様々な人権問題の解決へ向けた取り組みを強化するため、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施します。相談は無料で、秘密は厳守されます。安心してご相談ください。

■**期間** 8月29日（水）～9月4日（火）

■**時間** 8時30分～19時
（土日は10時～17時）

■**相談担当者**
・甲府地方法務局職員
・子どもの人権問題に対応できる人権擁護委員

■**相談ダイヤル**
☎0120-007-110

■**実施機関**
甲府地方法務局
山梨県人権擁護委員連合会

55歳以上の就職を応援します

再就職に必要な技能を身に付けませんか？

■**講習期間** 8月30日（木）～9月14日（金）

■**対象** 就職を希望する55歳以上の山梨県在住者

■**定員** 10名

■**内容** 施工管理スタッフ講習
※受講料無料（テキスト代含む）、ハローワークに求職登録が必要

■**申込締切** 8月23日（木）

■**申し込み・問い合わせ**
日建学院山梨校
スキルアップ事業係
☎055-263-5100

シルバー人材センターからお知らせ

①**調理補助講習会（無料）**
食品衛生責任者資格取得

■**日時** 9月4、11、12、13日
10時～16時

■**会場** ぴゅあ総合（甲府市）

■**定員** 15名（書類選考）

■**締切日** 8月6日（月）

②**農園管理講習会（無料）**
小型車両系建設機械・刈払機取扱作業者の資格取得

■**日時** 9月7、8、9日
9時～17時

■**会場** 日立建機教育センタ（南アルプス市）

■**定員** 15名（書類選考）

■**締切日** 8月9日（木）

③**造園管理講習会（無料）**
植木の剪定技術、道具の使い方を学びます。

■**日時** 9月25、26、27、28日
9時30分～16時

■**会場** 総合教育センター（笛吹市）

■**定員** 15名（書類選考）

■**締切日** 8月20日（月）

※いずれもシルバー就業を希望する60歳以上の方が対象（センターに事前登録が必要）

■**申し込み・問い合わせ**
山梨県シルバー人材センター連合会
☎055-228-8383

相談

山梨県弁護士会 無料法律相談（要予約）

9月は市主催の法律相談に加え、弁護士会主催の法律相談も実施します。

■**日時** 9月6日（木）
13時～16時

■**場所** 市役所401会議室

■**定員** 6名（要予約）

■**相談時間** 1人30分以内

■**予約** 8月21日（火）8時30分から ※電話予約可
※定員に達し次第締め切り

■**申し込み・問い合わせ**
総合政策課 政策推進担当（内線356）

無料表示登記相談（予約不要）

土地家屋調査士が、土地の境界・分筆や建物の登記など不動産に関するご相談にお応えします。相談希望者は直接会場へお越しください。

■**日時** 8月4日（土）
10時～12時、13時～15時

■**場所** 市民交流センター ニコリ会議室7

■**申し込み・問い合わせ**
山梨県土地家屋調査士会事務局
☎055-228-1311

法の日相談会

■**日時** 9月1日（土）
13時～16時

■**場所** きららシティー長坂ショッピングセンター

■**内容** 相続・不動産登記・会社登記・成年後見・金銭トラブル等の相談
※予約不要

■**相談員** 山梨県司法書士会峡北支部会員

■**問い合わせ**
山梨県司法書士会相談センター
☎055-253-2376

募集

「生涯学習フェスタ'18」作品募集のお知らせ

市内在住の園児・小中学生の作品を募集します。入賞作品は11月開催の生涯学習フェスタで展示します。

■**募集部門** 美術（図画・絵画）、書道（毛筆・硬筆）
※硬筆は小学校1・2年のみ

■**応募方法** 各園・学校経由
※市外へ通園・通学の方は直接事務局へご応募ください。

■**応募締切** 8月28日（火）
※詳細は市ホームページまたは募集要項をご覧ください。

■**問い合わせ**
韮崎市生涯学習フェスタ実行委員会事務局（教育課生涯学習担当内）
（内線267・268）

果樹王国やまなし就農支援事業の対象者募集

県では、市やJAとともに、親族の農業経営に就農した農家子弟の方が、新たに農業用機械をリース方式で導入する際に、リース料を補助します。

補助率は、リース手数料や消費税等を除いた農業用機械価格の3分の1以内です。

対象となる条件は、「三親等以内の親族の農業経営に就農した農家子弟であること」、「補助金交付申請までに認定新規就農者または認定農業者となっていること」、「農地中間管理機構から所定の面積の農地を借り、今後も規模拡大していく計画を立てていること」などです。

対象となる機械は、スピードスプレーヤーやトラクターなど、農業専用の機械で、軽トラック・バックホーなどは対象となりません。

事業内容の詳細と申請については、要件などの確認がありますので、必ず、中北農務事務所農業農村支援課にお問い合わせください。

■問い合わせ
山梨県中北農務事務所 農業農村支援課 担い手育成第一担当 ☎23-3292

放送大学入学生募集

放送大学は、10月入学生を募集しています。約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。全国に学習センターが設置されており、サークル活動など、学生の交流も行われています。

■出願期間
第1回 8月31日（金）まで
第2回 9月20日（木）まで

■申し込み・問い合わせ
放送大学山梨学習センター ☎055-251-2238

イベント

穂坂自然公園イベント情報

①病害虫から植物を守る方法を学ぶ

■日時 8月12日（日）10時～12時

■定員 30名

■参加費 100円

■問い合わせ
穂坂自然公園ふれあいセンター ☎37-4362

桃狩りと穴山歴史フットパス

桃狩りと、穴山町の歴史散策のフットパスを行ないます。夏の味覚を楽しみつつ、史跡散策を楽しみましょう。

■日時 8月5日（日）9時30分から

■場所 穴山町さくら公園

■定員 30名（先着順）

■費用 1,500円(昼食付)

■持ち物 散策できる服装、飲み物

■申込期限 8月2日（木）

■申し込み・問い合わせ
穴山公民館（館長伊藤）☎090-2245-1240

②天然木の置物作り教室

■日時 8月18日（土）10時～12時

■定員 5名

■参加費 500円

③森のふれあいコンサート

■日時 8月25日（土）10時～12時

■出演者 くじら

■定員 45名

■参加費 100円

■問い合わせ
穂坂自然公園ふれあいセンター ☎37-4362

第26回12時間サッカー開催！

韮崎市サッカー協会では、『感謝と交流』をテーマに、「12時間サッカー」を開催します。今回は高校サッカーを彩ったOB同士の対戦で、往年の名（迷）プレイヤーが登場するかもしれません。

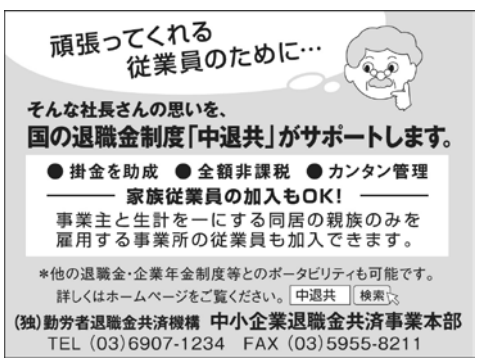
サッカー経験を問いませんので、お気軽にご参加ください。詳しくは、電話または韮崎市サッカー協会のホームページをご覧ください。

■開催日 8月25日（土）

■会場 グリーンフィールド穂坂

■内容 親子による対戦、大人と学生・職場同士の交流戦、飛び入り参加試合など

■申し込み・問い合わせ
韮崎市サッカー協会事務局 ☎080-8862-4867



平成30年度「社会を明るくする運動」入選標語

峡北保護区保護司会

《優秀賞》甲府保護観察所 所長賞
ありがとう たった五文字の 「愛」言葉 甲陵高 堀内 健匠 さん

《優秀賞》山梨県保護司会連合会 会長賞
スマホより 相手の顔見て 挨拶を 韮崎工業高 長友 花華 さん

《優秀選》峡北保護区保護司会 会長賞
差し出す手 心と心を つなぐ橋 韮崎西中 小林 千紘 さん

《入選》峡北保護区保護司会 会長賞
「やめようよ」 言える勇気が 真の友 甲陵中 上野 桜 さん
良いところ 見つけてほめて 認めあう 韮崎東中 守屋 凱都 さん

※本市在住者および市内の学校へ通学されている方のみを掲載

★毎年8月30日～9月5日は防災週間。地域の防災訓練へ積極的に参加しましょう。

NICORI祭

7周年

2018年9月2日(日)9:00～17:00

◆入場無料 ◆駐車場完備 ※開催内容が変更になる場合もあります

主催／韮崎市民交流センターニコリ 韮崎市若宮1-2-50 ☎0551-22-1121

★Miacis 1日 Cafe　B1

【時間】10:00～16:00
【場所・主催】青少年育成プラザMiacis
Miacis卒業生による1日限定のCafeがオープンします。本格的なコーヒーと焼き菓子を用意してお待ちしています！！

★ぼく・わたしのたのしいなつおえかき展　B1

【期間】8/25(土)～9/2(日)9:00～20:00
【場所】アートギャラリー1
【主催】(株)まあめいく
韮崎市内の保育園・幼稚園児によるおえかき展を開催します。テーマは"夏"！

★ニコリライブ2018　B1

【時間】13:30～16:00
【場所】音楽スタジオ2
【主催】(株)まあめいく
ニコリのスタジオで日頃練習をしている皆さんのライブを開催します。

★特別企画展開催中　1F

【時間】9:00～17:00
【場所】韮崎市ふるさと偉人資料館
【主催】韮崎市教育委員会、韮崎ふるさと偉人研究会
特別企画展として真田家の書状を初公開します。第9回企画展「水の大切さを伝え遺した郷土史家 三枝善衛」とあわせてご覧ください。

★"からっ風"MINI LIVE &"サリー&タケ"のバルーンで遊ぼう！　1F

【時間】14:00～15:10【場所】共用スペース
【主催】韮崎市中央公民館・韮崎公民館
フォークバンド"からっ風"によるミニライブをお楽しみいただいた後に、"サリー&タケ"と一緒にバルーンアートを作ってみんなで遊びましょう！

★7周年感謝祭　1F

【時間】10:00～19:00
【場所・主催】コーナーポケットMDK店
120円均一パン祭りを開催します。パンを500円以上お買い上げで200円の金券をプレゼント！

★はるのひ農場 つちのねマルシェ　1F

【時間】10:00～15:00【場所】屋外スペース
【主催】社会福祉法人八ケ岳名水会
障がい者総合相談支援室ふぁーすとまっぷ
はるのひ農場の野菜はすべて無農薬！安心、おいしい農産品を販売します。つちのねの味噌やジュースの原材料はすべて韮崎・北杜市産。こちらもぜひどうぞ♪

★マッサージ無料体験　1F

【時間】10:00～12:00【場所】会議室1・2
【主催】(株)虹の郷
マッサージ無料体験会を開催します。定員8名。時間指定はできません。お電話にてお申込みください。
☎0551-22-6135 担当/奥田

★In bodyで健康チェック　1F

【時間】10:00～12:00【場所】会議室3・4
【主催】岩下内科医院通所リハビリテーション虹の郷韮崎
インボディという機器を使って全身の体脂肪量や筋力量が測定できます。年齢平均値との比較もできますので健康チェックにご利用ください。

【主催】韮崎市立大村記念図書館

★閉架書庫開放　2F

【時間】9:00～17:00　【場所】図書館内閉架書庫1
普段は入ることができない書庫を開放します。昔読んだ懐かしの1冊に出会えるかもしれません。

★忍者Fujiyamaただいま参上！

【時間】11:00～12:00　【場所】子育て支援イベントスペース
山梨に忍者がいたって知ってた？武田家には70人のおかかえ忍者がいたって本当！？聞きたいことはいろいろ！全部忍者に聞いちゃおう！今年は図書館で忍者体験！

★Sailors' Valentine ～船乗り達の贈り物～ 貝がらでペンダントを作りましょう！

【時間】13:30～15:30　【場所】会議室9　【参加費】3,000円(材料費込)
セーラーズバレンタインアーティストとして世界で活躍中の飯室はつえさんを講師に迎え、貝がらをモチーフにしたペンダント作りを教えていただきます。

NICORIマルシェ、スタンプラリーも開催します！ぜひ遊びにきてくださいね！お待ちしています♪

★無料健康相談

【時間】10:00～12:00
【場所・主催】岩下内科医院
みなさんの健康に関する悩みや不安、心配事についてお気軽にご相談ください。

★産婦人科相談室(無料)

【時間】10:00～15:00
【場所・主催】
医療法人東雲会韮崎ウィメンズクリニック
産科・婦人科に関する気になることがある方はお気軽にお越しください。女性スタッフがお待ちしております。

★無料お薬相談と薬局のお仕事体験　3F

【時間】①お薬相談9:00～17:00 ②お仕事体験10:00～15:00(小学生以下)
【場所・主催】イリス薬局
お薬についての疑問にお答えします。また、薬局のお仕事体験も実施いたします。

★風船とお菓子のすくい取り

【時間】9:00～16:00　【場所・主催】内藤楽器(株)ヤマハ韮崎センター
ご来場の方にもれなくオリジナル風船をプレゼント！クイズにお答えいただくとお菓子のすくい取りにチャレンジできます。

★無料歯科健診

【時間】10:00～12:00　【場所・主催】ニッコリ矯正歯科クリニック
歯科健診・歯に関する相談を無料で受け付けます。お気軽にお越しください！

★かがみもち(夫婦太神楽)　3F

【時間】10:30～
【場所】多目的ホール
【主催】(株)まあめいく
曲芸を中心に、武田節の三味線演奏・踊り、曲芸の体験コーナーを行います。

★ちびっこあつまれ！みんなであそぼうキャラバン　3F

【時間】13:00～14:00　【場所】多目的ホール
【主催】韮崎市子育て支援センター
親子で体を動かしたり手あそびをして楽しみましょう！大きなパラシュートもでてくるよ！

●発行：韮崎市　〒407-8501　山梨県韮崎市水神一丁目 3-1　●編集：総合政策課政策推進担当　●毎月 1 日発行
●問い合わせ：　TEL0551-22-1111　FAX0551-22-8479　●URL：http://www.city.nirasaki.lg.jp/