広報うえのはら UENOHARA

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public Relations

6
2026年
No.256



【表紙】上野原フォトコンテスト2025で最優秀賞に選ばれた木谷晴衣さんの作品「競争だ！」

「広報うえのはらおトクーポン」は21ページ左端に掲載しています。

上野原フォトコンテスト 2025 ～魅力あふれる上野原の四季・夏秋編～ 結果発表



最優秀賞 競争だ！

木谷（きたに） 晴衣（あおい） さん



表彰状を受け取る木谷さん

木谷さんコメント

受賞できて嬉しかったです。これからも写真をたくさん撮りたいです。

【撮影場所】軍刀利神社



【撮影場所】大目地区新田

優秀賞 サンライズ

髙橋（たかはし） 正夫（まさお） さん

髙橋さんコメント

大目地区の新田から撮影をしました。この時期市街地から朝日が昇るので、霧も出ていた秋の美しい風景を、サンライズの瞬間シャッターを押しました。こういう場は初めてで緊張しましたが、お招きいただきありがとうございました。

優秀賞 夏模様

星野（ほしの） 郁男（いくお） さん

星野さんコメント

このような場を設けてくださりありがとうございました。写真を撮る人達からするといい機会になるので、今後もフォトコンテストを続けて貰えれば嬉しいです。



【撮影場所】島田地区

上野原フォトコンテスト 2025
～魅力あふれる上野原の四季・夏秋編～
結果発表

昨年、市制 20 周年を迎えた上野原市。その記念すべき節目に、「夏と秋」をテーマにしたフォトコンテストを開催しました。約 4 か月の募集期間に、72 点もの素敵な作品をご応募いただき、誠にありがとうございました。

有名な観光スポットから知る人ぞ知る日常のひとコマまで、皆さんの「推したい」瞬間が切り取られており、どの作品も上野原市らしさと季節の魅力が存分に詰まった素晴らしいものばかりでした。

3 月 24 日（火）には、入賞された 3 名の表彰式を執り行いました。村上市長から感謝の言葉とともに表彰状が手渡され、受賞者の皆さんからは作品に込めた思いや、上野原市への熱い思いが語られるなど、ふるさとへの愛にあふれる素敵な式となりました。



村上市長と受賞者の皆さん



感謝の意を述べる村上市長



結核住民検診のお知らせ

レントゲン撮影バスで市内を巡回します

●問い合わせ　子育て保健課医療保健担当（☎ 62-4134）

申込不要　**費用無料**

対象者

市内に住民登録のある 65 歳以上の人（令和 9 年 4 月 1 日までに 65 歳以上になる人も含む）
※ 65 歳以上の人は、年に 1 回、結核の定期健康診断を受ける義務があります。

対象とならない人

①会社や施設などでレントゲン検診を受けた人・受ける予定の人
②市の集団検診または人間ドックで肺がん検診を受けた人・受ける予定の人
③現在、結核で治療中の人およびその家族
※市の集団検診、人間ドックとの重複受診はできません。

持ち物

マイナンバーカードまたは資格確認書

撮影時の注意事項

①ネックレス、コルセット、磁気治療器などは身につけないでください。
②簡単に着替えができる服装で受診してください。
③貴重品は持参しないでください。



※検診結果については、異常が認められた人、経過観察が必要な人のみ連絡します（1 ～ 2 か月後）。

■日程表

実施日	受付時間	検診会場
6月25日（木）	午前 9:10 ～午前 9:20	秋山郵便局前空き地
	午前 9:30 ～午前 9:40	市役所秋山支所駐車場
	午前10:10～午前10:20	島田コミュニティセンター
	午前10:30～午前10:40	大椚（中村幸記様宅前）
	午前10:50～午前11:00	荻野（志村延勝様宅前）
	午前11:15～午前11:25	芦垣公民館前
6月26日（金）	午前 9:00 ～午前 9:20	市役所センタープラザ
	午前 9:30 ～午前 9:40	市役所厳出張所前
	午前 9:50 ～午前10:10	公正屋コモアプラザ店駐車場
	午前10:15～午前10:25	あい里
	午前10:45～午前10:55	川合（久島章司様宅前）
	午前11:05～午前11:15	市役所大目出張所前
	午前11:20～正午	ケアハウス　結いの泉
6月29日（月）	午前 9:00 ～午前 9:10	日寄橋（バス転回所）
	午前 9:30 ～午前 9:40	初戸（長田助成様宅前）
	午前 9:50 ～午前10:00	藤尾（蔵春院前）
	午前10:10～午前10:20	市役所西原出張所前
	午前10:30～午前10:40	原地区集会所前（西原地区）
	午前11:00～午前11:10	大垣外（網野治行様宅前）
	午前11:20～午前11:30	ふるさと長寿館前
	午前11:50～午後 0:05	総合福祉センターふじみ
	午後 1:15 ～午後 1:30	三生会病院前
	午後 1:40 ～午後 1:50	塚場（諸角祐三様宅前）

※道路交通の状況などにより、発着に多少の遅れが生じる場合がありますが、ご理解ください。
※当日、発熱やせき、のどの痛みなどの症状がある場合は、受診を見合わせてください。

子育て支援事業のご紹介

●問い合わせ
子育て保健課
上野原市子ども家庭センター（☎ 62-1199）

令和 8 年 4 月から開始！

●妊産婦健診時交通費助成制度

市では、妊娠中や出産後の健診受診をサポートするため、妊産婦健診時の交通費の一部を助成する制度を実施しています。遠方の医療機関への通院にかかる経済的負担を軽くし、安心して健診を受けていただくための制度です。

○対象となる人

・令和 8 年 4 月以降に出産予定の人
・妊産婦健診受診時、および申請時に上野原市に住所がある人
※所得制限はありません。



○助成の概要

項目	内容
助成対象	妊婦健診、産婦健診受診時にかかる交通費
対象交通手段	自家用車、公共交通機関（バス、電車など）
助成額	住所地から医療機関までの距離に応じて決定 （自家用車、公共交通機関（バス、電車など）を利用した場合）
申請期限	最後に受けた健診から 1 年以内

○申請方法

①母子手帳交付時に申請書を受け取る
⇨妊娠届提出時（母子手帳交付時）、申請書とチラシをお渡しします。
②窓口に提出
⇨総合福祉センターふじみ 5 番窓口に申請書を提出してください。

上野原市では、妊娠・出産・子育てに関する支援を充実させ、安心して子どもを産み育てられるまちづくりを進めています。事業内容や利用方法などについて、お気軽にご相談ください。



令和 8 年 4 月からサービス内容拡充！
無料で利用できるようになりました！

●産後ケア事業

出産は、お母さんの心と体に大きな変化をもたらします。市では、出産後 1 年以内のお母さんと赤ちゃんを対象に、心身のケアと育児サポートを行う「産後ケア事業」を実施しています。

○対象となる人

上野原市に住所のある、出産後 1 年以内のお母さんと赤ちゃん

★こんなときにおすすめ！

・出産後、体の疲れが取れない
・育児の方法がわからず不安
・夜間の授乳で睡眠不足
・心身の不調を感じている



★ 3 つのサービスから選べます！

ショートステイ型とデイサービス型を組み合わせての同日利用も可能です。
※いずれのサービスも無料ですが、オプションサービスをご利用の場合は、別途自己負担となります。

① ショートステイ型（利用上限：6 泊 7 日の範囲内）
赤ちゃんと一緒に施設に泊まりながら、授乳や育児の指導を受けられます。
プロのケアを受けながら、ゆっくり休息を取ることができます。（市が委託する施設で利用可能）

② デイサービス型　（利用上限：2 回）
日中、赤ちゃんと一緒に施設に通い、授乳や育児の指導を受けられます。（市が委託する施設で利用可能）

③ アウトリーチ型　（利用上限：2 回）
助産師がご自宅を訪問し、赤ちゃんと一緒に授乳や育児の指導を受けられます。自宅での利用をご希望の人におすすめです。（市が助産師を派遣）

〈利用者の声〉
○わからないことなどについて丁寧に教えていただけてよかった。
○ゆっくり休めてよかった。
○気分転換をはかることができた。



私有地の樹木の適切な維持管理について

道路に張り出した樹木は剪定・伐採をお願いします！

●問い合わせ　建設課管理担当（☎ 62-3123）

道路に張り出した樹木は、自動車や歩行者の通行の支障となります。私有地から道路に張り出している樹木は、土地所有者に維持管理の責任があり、倒木や枝葉が原因で事故が発生した場合、被害者から所有者に対して管理責任を問われることがあります。安心・安全な道路空間確保のため、樹木の適切な維持管理をお願いします。

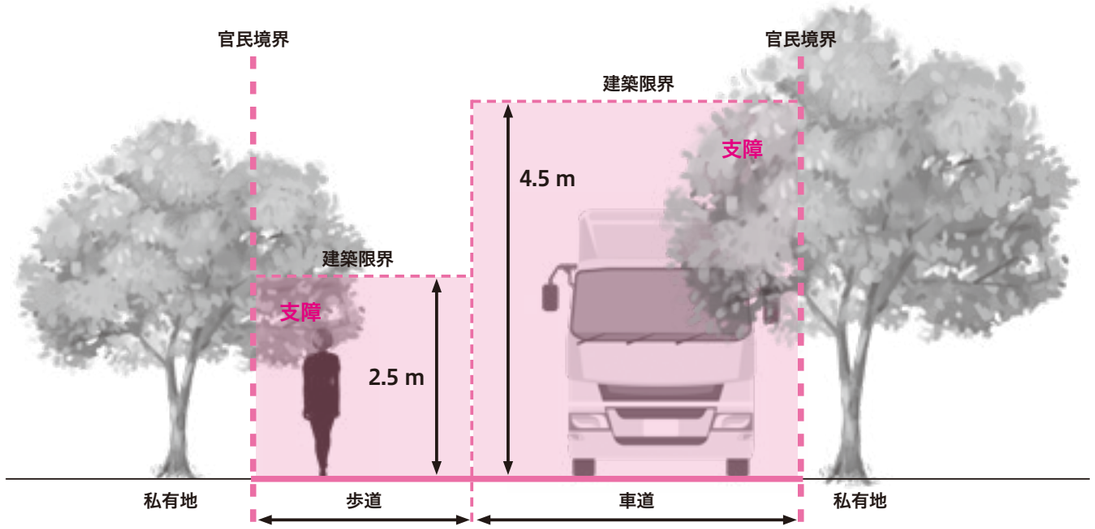
●支障となる範囲

道路法では、道路の安全な交通を確保するため、車道の上空 4.5m、歩道の上空 2.5m の範囲内に障害となるものを置いてはならないとしています（建築限界）。これを超えて道路上に張り出した樹木は、土地所有者にて剪定・伐採をお願いします。

●緊急時の対応

樹木が著しく交通の妨げとなっており、事故の発生が予測されるなど緊急の場合は、道路管理者が所有者に予告なく剪定・伐採することがあります。

▶市ホームページ



将来の自分を守るための第一歩！

「糖尿病教室」を開催します

●問い合わせ
子育て保健課医療保健担当
（☎ 62-4134）

公式 LINE

「最近、健康診断で血糖値を指摘された…」、「糖尿病」という言葉は聞くけれど、具体的に何をすればいいか分からない…。そんな方こそ、ぜひお越しください。糖尿病は、日々の生活習慣を見直すことで、予防や重症化を防ぐことができます。

この教室では上野原市立病院の医師による分かりやすい講演に加え、専門職に直接相談できる「健康体験ブース」をご用意しています。楽しみながら、自分の体の状態をチェックしてみませんか？健康寿命を延ばすヒントがここにあります。

●**日時**　7 月 4 日（土）　午後 2 時～ 4 時
●**場所**　総合福祉センターふじみ　2 階
●**参加料**　無料
●**定員**　50 人（要予約）
●**申込方法**　市公式 LINE または子育て保健課医療保健担当あてに電話
●**当日のプログラム**
【前半】糖尿病についての講演
講師　市立病院内科　平尾未来医師
【後半】健康体験ブース（市立病院スタッフがサポート！）
「血糖値測定」や「お薬相談」、「神経障害チェック」をはじめ、「今日からできる運動・食事術」など、生活に役立つ情報を個別にお届けし ます！
※生命保険会社による健康測定ブースも同時開催！

プラスチック製容器包装の正しい分け方・出し方について

今年の 4 月から開始した拠点回収へのご協力、誠にありがとうございます。現在、多くの方に正しく分別いただいている一方で、「対象外のごみ」や「汚れたプラごみ」の混入が見受けられ、リサイクル作業に支障をきたしています。

詳しい分別方法については、市ホームページまたは配布いたしました「家庭ごみ・資源物収集予定表」を今一度ご確認いただき、正しい分別・出し方へのご協力をお願いします。

ごみの減量と資源化のため、今一度ルールの確認をお願いします。

【特に間違いが多い「２つの NG」】

1. 対象外のごみが混ざっている

紙くず、タバコの吸い殻、ペットボトル、白色トレイ、不燃性粗大ごみなど

※ペットボトルや白色トレイは混ぜず、今まで通りの分別をお願いします。

2. 汚れが落ちていない

水ですすいでも汚れが落ちないものは、無理に出さず『燃えるごみ』として出してください。

▼ごみの分け方・出し方

▼家庭ごみ・資源物収集予定表

【正しい出し方の手順】

① 中をきれいにする

中身を完全に使い切り、油や食べかすを取り除いて水ですすいでください。

② シールなどを取る

商品に貼られた紙のシールなどの異物は、できるだけ剥がしてください。

③ まとめてボックスへ

透明・半透明のごみ袋にまとめ、お近くの拠点回収ボックスへ出してください。



●問い合わせ
生活環境課ごみ対策担当
（☎ 63-5353）

中央公民館
「クラフトフラット教室」参加者募集

●申し込み・問い合わせ
社会教育課社会教育担当
（☎ 62-3409）

中央公民館では、次のとおり「クラフトフラット教室」を開催します。クラフトフラット（ワイヤー入りの紙製のひも）を使って、飾りを作ってみませんか？

●**日程（全 2 回）**
6 月 29 日（月）、7 月 14 日（火）

●**時間**
午前の部　午前 10 時～正午
午後の部　午後 2 時～ 4 時
夜間の部　午後 7 時～ 9 時
※午前の部、午後の部、夜間の部ともに内容は同じです。

●**場所**　もみじホール　3 階　会議室 5・6

●**内容**
①６月 29 日（月）
夏のタペストリー
②７月 14 日（火）
生活に使えるアレンジメント～消臭剤～

●**参加費**　2,000 円（材料費として）

●**定員**　午前の部、午後の部、夜間の部、各回 15 人

●**講師**　田辺優子先生

●**申込方法**　社会教育課まで電話で申し込み

●**申込期限**　各回の 1 週間前

※当日は、ペンチおよび作品を持ち帰るための袋をご持参の上、汚れても良い服装でお越しください。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。


夏のタペストリー


生活に使えるアレンジメント

たまじまるの 消費生活 ワンポイント講座



市民の皆さんが消費生活を安心して過ごすための
ワンポイントを、たまじまるがお知らせします。

「クーリング・オフ」を学ぶじゃが！



■質問
「クーリング・オフ」ってどんな制度なのでしょうか？

■回答
クーリング・オフは、いったん契約の申し込みや契約の締結をした場合でも、契約を再考できるようにし、一定の期間であれば無条件で契約の申し込みを撤回したり、契約を解除したりできる制度です。

対象となる取引と期間は、特定商取引法やその他の法令等によって定められています。例えば、訪問販売の場合、法定書面（契約書面または申込書面）の受領日（いずれか早いほうを受け取った日）を1日目（起算日）と数えて8日目です。期間内に発信すればよく、期間内に事業者に届く必要はありません。

クーリング・オフの通知方法は、はがき等の書面、電子メールやＦＡＸなどの電磁的記録にて、自分で行うことができます。

クーリング・オフができる取引かどうか不明なときや、書き方や手続き方法が分からないときは、悩まず、すぐに消費生活センター等へ相談しましょう。

上野原市役所および大月市役所で、
消費生活相談員が相談に応じています。
・毎週火曜日：午前９時～午後４時
（大月市役所）
・毎週木曜日：午前９時～午後４時
（上野原市役所）

●問い合わせ
・生活環境課生活環境担当（消費生活相談員）
（☎ 62-3114）
・消費生活ホットライン（☎ 188）
・県民生活センター 地方相談室（☎ 45-5038）

一緒に学ぼう！うえのはら手話くらぶ

Lesson 57　母の日

●問い合わせ
福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）

母、お母さん



右手人差指の指先で頬を撫で下ろし小指を立てて上げる

日



両手の指で漢字の「日」を表現する

帝京科学大学　ねこの目報道部

広報うえのはら版

ネコノメ

Vol.71

帝京科学大学の学生サークル「ねこの目報道部」は、学生生活や専門分野に関する学内外の情報を発信するフリーマガジン『ネコノメ』を発行しています。
『広報うえのはら版ネコノメ』では、主に地域情報を学生の目線で紹介しています。

「ふらっと上野原」に行ってきました！







今回、私たちねこの目報道部員は、上野原駅南口にある観光案内所「ふらっと上野原」を訪れました。この施設の1階には山梨物産を取り揃えているセレクトショップ、2階には「Winewall Uenohara」というワインショップがあります。

1階のセレクトショップには、山梨と上野原のお土産がありました。その中でオススメしてもらったお土産を買ってきました。「炒りキヌア」はとても香ばしく、独特の風味をもっていて、ヨーグルトやスープなど色々な料理に使えます。せいだ芋（上野原産のジャガイモ）を使った「せいだのポテトフライ」は「塩味」「せいだのたまじ味」「チーズと胡椒」「ゆずと唐辛子味」の4種類あり、私たちは「ゆずと唐辛子味」を食べました。ゆずの風味と唐辛子の辛さが相まってとてもおいしかったです。せいだ芋からできた焼酎「芋大明神」は、すっきりとした味わいで飲みやすかったです。

2階の「Wine wall Uenohara」には山梨県産のワインがたくさんありました。その中で選ばれた6種類のワインが試飲できるようになっていて、1種類300円で飲み比べることができます。

①「シャトージュン　もぎたてぶどうワイン」味も香りも甘めで飲みやすかったです。
②「錦城葡萄酒　東雲―しののめ―」甘さは少なくきりっとしたおいしさがありました。
③「シャトーメルシャン　笛吹甲州　グリ・ド・グリ」3種類の白ワインの中で渋みが強かったがくせがなく香りも良かったです。
④「甲斐ワイナリー　かざまロゼ」ベリー系の香りが強くちょうどよい甘さでした。
⑤「ゴールドワイン　マスカット・ベーリーA」甘みと皮の香りのバランスがちょうどよくとてもおいしかったです。
⑥「まるき葡萄酒　ラフィーユ樽甲斐ノワール」渋みも香りもあり、料理と合わせて飲みたいワインでした。





今回は、全員成人済みの部員による取材となりました。「ふらっと上野原」で、これまで私たちが知らなかった上野原の名産品に出会うことができました。（R　Sou_07）

Healthy Life

うえのはら健康家族

●問い合わせ　子育て保健課（☎62-4134）

保健師からのメッセージ No.162



今月のテーマ

毎日の食卓が未来をつくる！
～6月は食育月間です～

【はじめに】

「食育」と聞くと少し難しく感じるかもしれませんが、要は「食べることを通じて、心も体も元気になること」です。日々の食事は、私たちの体だけでなく、心や地域のつながりまで育む大切な力を持っています。

【6月は食育月間・毎月19日は「食育の日」】

国では毎年6月を「食育月間」と定め、全国で食に関する理解を深める活動が行われています。また、毎月19日は「食育の日」です。この日は、ぜひご家族や大切な方と一緒に、食卓を囲んでみてはいかがでしょうか。「いつもより少し丁寧に食べる」「今日食べたものの名前を話題にする」といった小さな心がけも、立派な食育の実践です。

【「旬」と「地産地消」を楽しもう】

食育を実践する第一歩として、「旬の食材」を意識してみませんか。

旬の野菜は、その時期に最も栄養価が高く、味も格別です。また、地元で採れたものを選ぶ「地産地消」を意識することで、地域の恵みを感じられるだけでなく、輸送エネルギーの削減など、食と環境のつながりにも気づくことができます。

スーパーでは今、トマトやキュウリ、ズッキーニなど彩り豊かな夏野菜が出回り始めています。直売所などで今一番おいしい旬の味を探してみるのもいいですね。生産者の顔を思い浮かべながら「いただきます」と口にすることで、毎日の食事はより豊かで温かいものになります。

【6月が旬の食材】

●トマト
リコピンやビタミンCがたっぷり！「ヘタ取り」や「ミニトマト洗い」は、小さなお子さんの簡単なお手伝いにぴったりです。

●アジ（鯵）
初夏は脂がのって絶品。成長に欠かせないタンパク質や、脳の働きを助けるDHA・EPAが豊富です。

●枝豆
ビタミンもタンパク質も取れる万能野菜！さやから豆を出す作業は、お子さんもゲーム感覚で楽しめます。

【毎日の食卓が、未来をつくる】

食育は、特別な修行ではありません。旬の食材を一つ選ぶ、季節の味を誰かと共有する。そんな日々の小さな選択が、皆さんの健やかで幸せな未来をつくります。今月はぜひ、私たちの食卓を支える「旬の恵み」に改めて感謝し、おいしい時間を楽しんでみてください。



保健だより

●申し込み・問い合わせ　子育て保健課（☎62-4134）

★乳幼児健診

	実施日	該当児
4か月児	6月12日（金）	R8年1月11日～2月10日生
9か月児	6月12日（金）	R7年8月1日～8月31日生
2歳児	6月12日（金）	R6年3月1日～3月31日生

※詳細については、該当児にお知らせを郵送します。
※母子手帳アプリ・母子モ（上野原すくすく☆にっき）に登録すると、該当児にお知らせが配信されます。
◎問い合わせ　子ども家庭担当（☎62-1199）

★ホッとスペース「こ・こ・あの集い」

◎対象者　妊娠中～生後1歳未満の乳児と保護者
◎日時　毎週火曜日　午前10時～（1時間程度）
◎場所　総合福祉センターふじみ　2階

実施日	内容
6月2日	絵本を学ぼう
6月9日	ベビマ＆ママケア
6月16日	おもちゃ作り
6月23日	音楽ムーブメント
6月30日	ママのヨガ

※午前9時～10時に、助産師による個別相談を行っています。事前予約制ですので、お電話にてご予約ください。
◎問い合わせ　子ども家庭担当（☎62-1199）

★歯周疾患検診

◎対象者　市内に住民登録があり、令和9年4月1日までに20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人
※対象者には、4月に受診券をお送りしています。
◎検診料　無料
◎医療機関　県歯科医師会加盟の歯科医院

★乳がん施設検診

◎対象者　市に住民登録があり、令和9年4月1日までに41歳以上になる女性
※R7年度にマンモグラフィ検査をしていない人
◎検診料　700円
◎内容　マンモグラフィ2方向検査
◎医療機関　上野原市立病院（その他の医療機関を希望の人はお問い合わせください。）
※市の集団検診で実施する乳がん検診との重複受診はできません。

★子宮頸がん施設検診

◎対象者　市に住民登録があり、令和9年4月1日までに21歳以上になる女性
※R7年度に子宮頸がん検査をしていない人
◎検診料　上野原市立病院　1,000円
その他の医療機関　1,500円
◎医療機関　上野原市立病院（その他の医療機関を希望の人はお問い合わせください。）
※市の集団検診で実施する子宮頸がん検診との重複受診はできません。

★婦人科検診

◎実施日　6月23日（火）、7月16日（木）午後
◎内容　乳がん（マンモグラフィ）検診、乳房超音波検査、子宮頸がん検診、大腸がん検診
※6月23日（火）は、乳房超音波検査はありません。

伝言板

市立病院からのお知らせ

●問い合わせ　上野原市立病院（☎62-5121）

★脳ドックを受診しよう



▶検診項目　①診察（問診）、身長、体重、血圧測定
②血液、生化学的検査③頭頸部MRI・MRA
▶検診料金　33,000円（税込）
※オプション：頸動脈超音波検査6,050円（税込）
▶実施日　6月27日（土）
▶定員　4人（定員を超えた場合は翌月以降のご案内）

★小児科夕方診療について



▶診察日　平日（午後3時30分～6時受付）
▶受診対象者　0～15歳（中学生まで）
▶持ち物　マイナンバーカード、医療費受給者証、お薬手帳
※受診前に必ず電話でお問い合わせください。
※内科的疾患のみの対応となります。
※処方は基本1日分です。定期処方は行いません。
※採血・尿検査・レントゲンなど各種検査は行いません。
※診断書・治癒証明書・アレルギー検査などの用紙発行はできません。

★一般健康診断を実施しています



▶健診日（下記の月曜日）	▶受付時間　※時間厳守
6月1日・15日、 7月6日、 8月3日・17日	午後2時～3時

▶受付場所　外来受付　▶場所　健診センター
▶健診費用　全額自費
▶健診結果　実施日から2週間後のお渡しになります。
※詳しくは病院HPをご覧になるか、お問い合わせください。

★看護学生奨学金のご案内

将来、当病院の看護師・保健師・助産師として勤務を希望し、長期にわたり地域医療を担う意欲が旺盛な看護学生に対して奨学金を貸与します。
▶対象者　看護大学・看護短期大学・看護師養成施設に在学中または進学決定の人
▶募集期間　随時　※定員に達し次第、締め切ります。

市役所で無料の事業承継個別相談会が開催されます

問申 山梨県事業承継・引継ぎ支援センター（☎ 055-267-7620）

●**日時**　6 月 16 日（火）午前 9 時 30 分～午後 4 時 30 分
●**場所**　市役所　2 階　会議室 D 東
●**相談内容**　事業承継の進め方が分からない、後継者が見つからない、後継者がいないので工場や設備を売却・貸したいなど
※相談時間は 1 人あたり 1 時間程度（事前予約制）
●**対象者**　中小企業経営者、個人事業主、後継者候補など
●**持ち物**　会社案内、決算書（確定申告書）など
●**申込方法**　申し込みは、以下のいずれかの方法でお願いします。
① WEB：右記の QR コードを読み込み、専用フォームからお申し込みください。
② FAX：市役所産業振興課の窓口にあるチラシ裏面（相談申込依頼書）に記入し、FAX（055-267-7630）へお送りください。
●**申込期間**　開催日の 5 日前まで
●**その他**　詳細は県のホームページをご覧いただくか、お問い合わせください

防犯カメラ設置促進事業補助金

問申 山梨県警察本部生活安全企画課（☎ 055-221-0110　内線 3055）

県警察本部では、県内で地域の防犯活動に取り組む自治会などを対象に、防犯カメラの設置費用を補助します。
●**補助対象**　次の①および②を満たすカメラ
①地域住民の身近で起きる犯罪（窃盗など）や不安に感じる事案（子供・女性への声掛け事案など）の発生を抑止する目的で設置するカメラ
②特定の場所に継続的に設置して、道路、公園など、不特定多数の者が利用する場所を撮影し、録画機能があるカメラ
●**対象経費**　防犯カメラおよび録画装置や防犯カメラと一体として機能する機器購入費、専用ポールやケーブルなどを含む防犯カメラの設置工事費
※リース料、地代、維持管理費は対象外
●**補助金額**　補助対象経費の 2 分の 1 以内の額（カメラ 1 台につき上限 30 万円）
●**申請方法**　事前に県警察本部生活安全企画課へご相談ください。
●**申請期限**　12 月 18 日（金）※予算がなくなり次第終了

富士山レンジャー写真展 ～フォトレポート 2026 ～

問 富士山レンジャー（☎ 0555-72-5861）

●**概要**　富士山レンジャーが巡回中に撮影した記録写真をポスター形式にして、「富士山の今」をお伝えします。豊かな動植物、環境問題、富士登山など、ありのままの富士山をぜひご覧ください。
●**日時**　6 月 29 日（月）～ 7 月 15 日（水）
●**会場**　河口湖ショッピングセンターベル
●**観覧料**　無料

無料法律相談会

問申 生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

●**日時**　7 月 10 日（金）午後 1 時 30 分～ 4 時 30 分
●**場所**　市役所　2 階　会議室 D 東
※相談前に 1 階の生活環境課窓口にお越しください。
●**相談内容**　法律的な相談であればどんな内容でも構いません。相談は 1 人 30 分で、弁護士が対応します。限られた時間なので、相談事項をよく整理し、内容のわかる書類などをお持ちください。
●**予約期間**　6 月 29 日（月）～ 7 月 8 日（水）（土日・祝日を除く）（先着順）（予約は電話受付のみ）

有料広告

屋根・外壁・板金・雨樋一式
新島工業株式会社
一緒に働きませんか？
職人・見習い大募集！
見習い 13,000 円～（日給）＊社保完備＊昇給有＊未経験者優遇＊
お気軽にお電話ください！
TEL:042-687-4886

あなたの身近な不動産パートナー
有限会社ベストホーム
土地・建物の購入・売却・相続などの相談、新築・リフォーム、お任せください。
山梨県上野原市上野原１００１ 協栄ビル１階
0120-42-6101

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

問 富士・東部保健所衛生課（☎ 0555-24-9033）

薬物乱用とは、「たった一度」でも決められたルールを守らないで薬物を使用することです。医薬品についても、「病気や傷の治療に使う」といった本来の目的以外に使えば薬物乱用です。
「たった一度」の薬物乱用でも脳や体は破壊され、薬物を手に入れるための窃盗や強盗などの犯罪を誘発し、自分や周囲の大切な人の人生を壊してしまいます。
国および県では、6 月 20 日から 7 月 19 日までの 1 か月間「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を行います。
この機会に薬物乱用の恐ろしさを正しく理解するとともに、身近な人の薬物乱用に気付いたときには、勇気をもって保健所へご相談ください。



日本語教室パートナー募集

市では、市内の外国人を対象として開催予定の日本語教室に参加し、外国人と日本語で対話するボランティア（パートナー）を募集します。外国人との対話や協働活動を通じて、互いの文化や考え方を理解し合ったり地域情報を交換してみませんか？なお、パートナーには「外国人の背景理解、傾聴、やさしい日本語」などをテーマとした全 4 回のパートナー研修を受講していただきます。
●**対象**　市内在住・在勤の人（国籍、年齢、外国語能力不問）
●**申込方法**　申込みフォーム（右 QR コード）から申し込んでください。
●**申込締切**　6 月 30 日（火）
●**パートナー研修**（土曜日・全 4 回・参加無料）
7 月 18 日、25 日、8 月 1 日、9 月 26 日
午後 1 時～ 4 時（オンライン開催）
※ 4 回のオンライン研修のほか、日本語教室の実践研修を行います。
※本事業は、山梨県地域日本語教育推進事業を活用して市が主催します。

●**問い合わせ**
（公財）山梨県国際交流協会　古屋（☎ 090-7705-7513　メール y-nihongo@yia.or.jp）

お知らせチェックリスト

毎年 6 月 1 日は人権擁護委員の日です

問 福祉課福祉総務担当（☎ 62-4133）

人権擁護委員とは、法務大臣より委嘱された民間の人たちのことで、啓発や人権相談などを通して、地域住民の人権思想の普及高揚に努めています。また、毎年 6 月 1 日を「人権擁護委員の日」として、人権相談をはじめとした人権啓発活動に取り組んでいます。市では、現在 8 人の人権擁護委員が活動しています。
「人権相談」では、いじめや体罰、虐待を始めとする子どもの人権問題、インターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害などといったさまざまな人権問題について、相談に応じています。秘密は厳守されますので、ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。
●**6 月の人権特設相談日**　6 月 1 日（月）、26 日（金）
総合福祉センターふじみ　午前 10 時～正午
※人権特設相談日は、毎月 2 回設けています。日時については、各月の広報「各種相談日・申請期限・窓口業務」をご覧ください。

危険物安全週間について

問 消防総務課予防担当（☎ 62-4671）

6 月 7 日（日）～ 13 日（土）は「危険物安全週間」です。市消防本部および市危険物安全協会では、期間中、危険物の保安に関する啓発活動を実施し、各事業所における自主保安体制の確立を図ります。
●**危険物安全週間推進標語**
「つかみ取れ！　めざす無事故の頂きを」
●**重点項目**
①危険物施設における保安体制の整備促進
②危険物に関する知識の啓発普及
③危険物保安功労者の表彰
●**危険物の取扱いにご注意を！**　皆さんの身近にある灯油、ガソリン、オイルなどは危険物です。使用方法を誤ると思わぬ事故や火災を引き起こすことがあります。今一度、危険物の取扱いや維持管理、点検状況を確認しましょう。尊い生命と貴重な財産を失わないよう、危険物の取扱いに十分ご注意ください。

危険業務従事者叙勲

上野原地区にお住まいの磯部忠さんが、4月11日付けで、危険業務従事者叙勲を受賞されました。おめでとうございます。

消防功労　**瑞宝双光章**

磯部（いそべ）　忠（ただし）さん（上野原地区在住）



昭和52（1977）年、上野原町消防本部入庁。上野原市消防本部消防長などを務め45年間、地域の安全を守ってこられました。陣頭指揮した平成29（2017）年の梶原の山林火災で、予防活動の重要性を痛感。その後は注意喚起にも努められました。受章にあたり、「市民と消防組織を守るという重責を全うできたのは、家族や職場の仲間の支えがあったからこそ。今は自分によく頑張ったと言いたいです。」と、周囲への深い感謝とともに受章の喜びを語っていました。

教育委員に任命されました

前委員の任期満了に伴い、市議会の同意を得て、4月1日付けで教育委員に名取真喜さんが任命されました。任期は令和12年3月31日までです。



名取（なとり）　真喜（まき）さん

相談室ふじみ

長寿介護課地域包括支援担当（☎62-3128）

「相談室ふじみ」は子どもから高齢者まで、様々な心配事や困りごとについて、ご家族が精神科医（三生会病院の医師）に相談することができる場です。

●**対象者**　市内在住で、子どもから高齢者までのことで対応に困っているご家族
●**費用**　無料
●**場所**　総合福祉センターふじみ
●**日時**　毎月第2・第4木曜日
午後2時もしくは午後2時40分から（事前申込時に日程調整）
●**相談内容**　心配事・困りごとなど（以下参照）
・子どもの発達や行動、心の問題やその対応
・ふさぎこんでいる（鬱っぽい）
・怒りっぽく、暴言や暴力がある
・間違った思い込みがある（妄想）
・実際にはないものが見える（幻視）
・人付き合いを避けている（引きこもり）
・昼夜を問わず、黙って外に出かける（徘徊）
・アルコール問題がある（アルコール依存）
・拒食、過食がある（摂食障害）
・昼夜逆転している（睡眠障害）
・入浴や着替えなど清潔を保つことができない
・拒否が強く、世話ができない　など



地域密着型サービス事業者の公募について

長寿介護課介護保険担当（☎62-3128）

市では、上野原市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画に基づき、地域密着型サービス施設の整備・運営を行う事業者の公募を行います。

●**サービス種別**　定期巡回・随時対応型訪問介護看護
●**募集数**　1事業所
●**対象圏域**　市内全域
●**対象者**　令和9年3月までに施設整備及び指定手続きを完了し、同年4月よりサービスの提供開始が見込める事業者。
●**公募（受付）期間**
6月1日（月）～7月17日（金）午後5時まで（土日、祝日を除く）
●**その他**　公募要領等詳細は、長寿介護課または市ホームページから取得できます。
※詳しくは、お問い合わせください。

大好評のイベントを同時開催します

包丁研ぎ&こども大工さんフェア

山梨県東部建設組合では、毎年大好評の「包丁研ぎ会」と、子どもたちがプロの指導で木工作を楽しく安全に体験できる「こども大工さんフェア」を同時開催します。どちらも参加無料です。

●**日時**　6月28日（日）午前9時～正午
●**場所**　上野原市ふれあい広場（中央防災公園）
※包丁研ぎは1人1本、受付は午前11時までです。
※こども大工さんフェアは、幼児～小学生が対象です。何時からでも参加できます。大人と一緒に、汚れてもいい服装でご参加ください。

●**問い合わせ**　山梨県東部建設組合　組合長　網野（☎090-8892-4347）

第40回山梨県高齢者よい歯のコンクール参加者募集

山梨県歯科医師会（☎055-252-6481）

●**応募資格**　令和8年3月31日現在で75歳以上になっている人（昭和26年3月31日以前に生まれた人）健康な歯がおおむね28本程度ある人（治療してあってもかまいません）
●**応募期間**　令和8年6月1日（月）～6月30日（火）
●**応募方法**　郵便はがきに①～⑧を必ず記入し、以下の送付先にお送りください。
①郵便番号②住所③氏名（ふりがな）④電話番号⑤生年月日⑥年齢⑦最終職歴⑧かかりつけ歯科医院名
●**送付先**　〒400-0015　甲府市大手1－4－1
山梨県歯科医師会高齢者よい歯のコンクール係　行
【6月4日（木）～10日（水）は歯と口の健康週間です】
● **2026年標語**　歯みがきは　体を守る　最前線

自然の灯火を感じる初夏に

島田の夏まつりとホタルの夕べ

第5回を迎える島田の夏祭りを開催します。露店やキッチンカーなども多数出店します。いいじゃん・蛍が大切に育てた蛍が乱舞する光景とステージパフォーマンスをお楽しみください。

●**日時**　6月20日（土）
島田ふれあい夏まつり　午前10時～午後4時
蛍の夕べ　午後6時45分から9時
※蛍の夕べは当日に予約が必要となります。
●**場所**　島田コミュニティセンター
●**内容**　舞踊、マジックショー、ウクレレ演奏、園児による歌の披露　など
※お車でお越しの場合は、桂川野球場駐車場・旧島田中学校駐車場をご利用ください。

●**問い合わせ**　島田の夏祭り実行委員会（☎63-2985）

お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和8年5月1日現在）		
	人口等	対前月比
人口	20,619人	15
男性	10,328人	-17
女性	10,291人	32
世帯	10,061世帯	43

有料広告

2級建築士　2級建築技能士　防災士
▶HPはコチラ
志村工務店
新築・リフォーム・
その他住宅に関するご相談
お気軽にお電話ください。
山梨県上野原市上野原4078-5
（☎0554-56-8537）（FAX 0554–56-8057）代表：志村剛


有料広告

墓じまい・樹木葬
0120-21-4835
株式会社 小野石材店　お仏壇のエヴァ　上野原市上野原504-1



上野原 MY マルシェ 2026
出展者＆ MY フォトコンテスト作品募集

昨年好評いただいた上野原ＭＹマルシェを今年も開催いたします。これにともない、地域の魅力を伝えていただける企業、団体を募集します。一緒に上野原市を盛り上げましょう！

≪開催趣旨≫

令和３年に明治安田と上野原市が締結した包括連携協定に基づき、「健康・子育て支援・リユース促進・地産地消」をテーマとした住民参加型マルシェを開催します。

世代を超えた交流を通して、皆さんの健康づくりや子育てを応援し、持続可能な地域づくりを目指すイベントです。このマルシェを一緒に盛り上げてくださる「出展者」と、当日会場に展示する「フォトコンテストの作品」を大募集します！

募集その１「マルシェ出展者」

●**出展募集内容**　ワークショップ、飲食、小物類、スイーツ、マッサージ、占い　など
※アルコールの販売はできません
●**開催日時**　10月４日（日）
午前 10 時～午後３時　※雨天中止（小雨決行）
●**開催場所**　上野原市総合福祉センターふじみ
●**出展料**　無料
●**応募方法**　電話またはメールにて、次の３点をお知らせください。
①代表者氏名　②連絡先　③出展内容
●**応募締切**　６月末
※応募多数の場合は抽選となります。結果連絡は７月上旬の予定です。
※７月中旬に出展者説明会を行います。

募集その２「フォトコンテスト作品」

マルシェの開催に伴い、フォトコンテストの作品を募集します。ご応募いただいた作品は、マルシェ当日に会場にて展示されます。

風景、人、暮らしの一コマなど、あなたが感じた「上野原市の良いところ」を写真でご応募ください。何気ない日常の中にある、心に残る瞬間をお待ちしております！

●**募集内容**　上野原市の魅力が伝わる写真（風景・人物・文化・日常など）
●**応募締切**　８月 31 日（月）上野原営業所必着
●**応募方法**　作品の裏面に必要事項（①氏名 ②連絡先 ③撮影場所 ④作品タイトル）を記入した紙を貼り、郵送または明治安田上野原営業所までご持参ください。
［サイズ］A4
●**表彰**　明治安田賞ほか（各１人）
入賞作品には表彰状と粗品を贈呈します。入賞者の発表は、マルシェ当日の会場での展示をもって代えさせていただきます。（※表彰式は行いません）
●**注意事項**
・作品の返却はいたしません。
・応募作品は、ご自身で撮影したオリジナル（盗作・AI 生成画像は不可）に限ります。
・人物が写っている場合は、必ずご本人の了承を得てからご応募ください。
・万が一、肖像権や著作権に関するトラブルが生じた場合は、応募者の責任にてご対応をお願いいたします。

【 お申し込み・お問い合わせ・作品の提出先 】

明治安田 上野原営業所（担当：清水）〒 409-0112　山梨県上野原市上野原 3648 佐藤ビル 2F
TEL：0554-63-3711　／　Email：yuma.shimizu0213@ad.meijiyasuda.co.jp

第 46 回富士山・青少年国際交流キャンプ参加者募集

国際青少年研修協会（☎ 03-6825-3130）

国際青少年研修協会では、「第 46 回富士山・青少年国際交流キャンプ」の参加者を募集します。

富士山の麓の自然豊かな朝霧高原のキャンプ場で、全国から集まる青少年がキャンプ生活や富士山登山などの野外活動をともにしながら、仲間と協力し、助け合う楽しさ、大切さを学ぶことを目的としています。自分たちの力で火をおこし、まきを割り、食事を作ることやテントでの生活など不便な環境の中でも「生き抜く力」を身に着けてほしいと考えています。

●**対象**　日本全国の小学３年生～中学３年生の男女（日本人・外国人）
●**期間**　８月４日（火）～８月８日（土）の４泊５日（テント泊）
●**定員**　50 人（最小催行 30 人）
●**場所**　静岡県立朝霧野外活動センター
●**内容**　富士山登山、朝霧フレンドパーク、屋台村など
●**参加費**　出発・帰着駅、小中学生の区分による
※行程や参加費などの詳細は、国際青少年研修協会ホームページをご覧ください。
●**応募方法**　国際青少年研修協会あてに電話、FAX、またはメールにてご連絡ください。
・電話　03-6825-3130
・FAX　03-6369-3696
・メール　info@kskk.or.jp
▶国際青少年研修協会 HP
●**応募締切**　７月 13 日（月）

介護事業場の働きやすさ向上ワークショップの開催

山梨労働局雇用環境・均等室（055-225-2851）

介護事業場の労務管理担当者を対象とした参加型（体験、対話、作業）の学習・研修会を開催します。労務管理上の課題を参加者で共有し、解決への糸口をさぐってみましょう。

●**開催日時**　令和８年７月３日（金）
午後１時～（約２時間）
●**参加費**　無料
●**定員**　20 社（1 社 2 人まで）
●**場所**　教育プラザ都留　大研修室（都留市中央三丁目９番３号）
●**応募締切**　定員になり次第
●**申込方法**　お電話でお申し込みください。

新鮮な野菜を収穫してみよう！

とうもろこし収穫体験

甘いとうもろこしの収穫体験を通して、自然の恵みに感謝してみませんか？

１人５本まで収穫を体験することができ、買い取りも可能です。

●**日時**　７月５日（日）　※雨天決行
午前９時～午後３時（なくなり次第終了）
●**場所**　上野原市芦垣 816 番地付近　畑地（駐車場あり）
※申し込みは不要です。

●**問い合わせ**　甲東野菜村　網野（☎ 090-5544-9973）

60 歳以上の軟式野球チームの団員募集について

上野原シニアクラブ　水野（☎ 090-5823-6552）

上野原市野球連盟では、高年齢層の健康増進や、ふれあいの場の創出および各種大会への参加を目的とした、60 歳以上の人を対象とした野球チームを創設いたします。

山梨県には甲府市・富士吉田市・都留市の３チームが山梨県還暦野球連盟に所属し各種大会に出場しております。上野原市においても 60 歳を超えても好きな野球を楽しくやっていける環境を作れたらという思いでチーム創設を考えました。

多くの人との交流を第一に還暦野球に興味がある人を募集したいと思います。野球を通じて楽しく体を動かし、仲間との交流を深めましょう。

●**対象**　60 歳以上の人
●**活動内容**　月に１・２回の練習、山梨県還暦野球連盟に登録し大会への参加
●**活動場所**　市内の野球場
●**参加費**　年間費 12,000 円、スポーツ保険加入費用、ユニフォーム代

お知らせ

広報うえのはら有料広告募集

市では、「広報うえのはら」のお知らせチェックリスト下段に有料広告を掲載しています。他の広告媒体に比べて費用対効果の高い広告です。会社やお店の宣伝にご利用ください。

なお、掲載規格は、このお知らせの大きさが１枠となります。（1 枠　縦 45.5㎜、横 85㎜）

詳しくは、お問い合わせください。

●**申し込み・問い合わせ　政策秘書課秘書広報担当（☎ 62-3191）**

防災・減災について考えよう vol.62　問 危機管理室（☎ 62-3145）



6月は「土砂災害防止月間」
～「防災チェック」を始めよう～

梅雨の時期、突然私たちの生活に牙をむく土砂災害。令和6年には、全国で1,433件の土砂災害が発生したと報告されています。「うちは大丈夫」と思わず、いざという時のために、今日からできる備えを始めませんか？今回は、家族や身近な人と一緒に確認できるチェックリストを用意しました。ぜひ、チェックを入れてみてください。

家のまわりの危険な場所をチェック

□住んでいる地域のハザードマップがすぐに取り出せる場所にある。
□ハザードマップで、家の近くに「土砂災害警戒区域」や「特別警戒区域」などの危険がある場所がないか確かめた。
□ハザードマップで調べた家の近くの危険な場所を、実際に見て確認した。
□その地域で昔、大きな土砂災害がなかったか、近所の方やお年寄りに聞いたり調べてみたりした。

避難所と家族の連絡先をチェック

□ハザードマップで、家の近くの避難所を確認した。
□実際に避難所まで歩き、場所や道順、道中に雨が降ると危ない場所がないか確認した。
□避難所まで行けない場合の避難先（近くの頑丈な建物など）を決めた。
□外に避難することができないときに、家の中のどこにいるか（山から離れた2階の部屋など）決めた。
□家族が離ればなれになったときの連絡先を共有している。
□避難場所や連絡先を家族みんなが知っている。

非常持ち出し品をチェック

□非常持ち出し品として、何を準備するか家族で話し合った。
□非常持ち出し品を、すぐに持ち出せる場所に準備している。
□非常持ち出し品として、家族で誰が何を持ち出すのか、役割分担を決めた。



防災・気象情報を正しくチェック

□雨量情報や災害情報を提供するサイトをブックマーク（登録）した。
□大雨警報や土砂災害警報などの防災気象情報の意味を知っている（※R8年5月より変更されています。）
□土砂災害の前ぶれにはどのようなものがあるか知っている。

【チェックができなかった項目はありませんでしたか？】
1つでもチェックができない項目があれば、確認のチャンスです。特に「ハザードマップ」は、いざという時にすぐ手に取れる場所にありますか？詳細や最新のハザードマップは、市ホームページから確認できます。家族や身近な人と避難経路や連絡手段を話し合い、万が一に備えましょう！

クローズアップニュース
消費生活・ネコノメ
うえのはら健康家族
お知らせチェックリスト
すくすく育てうえのはらっ子
リンデン・スマイルニュース
上野原フォトレコード

親子交流・託児体験イベント
上野原市が推進する地域コミュニティ支援事業 上野原市シェアタウン
つながりひろば 毎月開催します！

「知っている人がいる」だけで、ちょっと安心。
そんな関係が地域の中に増えていく交流の場を、毎月開催します！
親子での参加はもちろん、小学生以上は子どもだけの参加もOK。
体験や遊びを通して、自然と顔見知りが増えていく
そんなゆるやかな“つながり”をつくりに来ませんか？



子育てシェア体験！
「ちょっとだけ預けてみる」そんな一歩から
いざというときに頼れる関係づくり



見守りボランティアも募集！

今月は 6/28(日) ふじみで 開催

毎月第4日曜開催
日程・内容は特設サイトへ▶
https://asmama.jp/uenoharahiroba/

対象：市内在住の親子 または 小学生以上の子ども
※未就学児は保護者と一緒に参加してください
※小学生以上は子どものみの参加も可能です（要予約）

【問い合わせ先】政策秘書課 政策担当 電話 62-3191　㈱AsMama メール info@asmama.co.jp

●●● 6月の各種相談日・申請期限・窓口業務

区分	日時	場所	区分	日時	場所
児童相談所巡回相談	11日（木）午後1:00～5:15	市総合福祉センター（要予約☎62-1199）	うえのはら結婚サポートセンター	毎週日曜日 午前10:00～正午	市総合福祉センター ☎63-3800
児童家庭相談室	毎週月～金曜日（祝日除く） 午前8:30～午後5:00	こども家庭センター（子育て保健課子ども家庭担当） ☎62-1199	学校カウンセラー教育相談	毎週月～金曜日（祝日除く） 午前9:00～午後4:00	もみじホール相談室 ☎63-5700 ✉0120-28-7830
母子父子家庭相談			消費生活相談	毎週木曜日（祝日除く） 午前9:00～午後4:00	生活環境課 生活環境担当 ☎62-3114
子どもと親の心配ごと相談	第2または第4木曜日 午後2:00～/午後4:00～	市総合福祉センター（要予約☎62-1199）	農地売買・賃借申請書提出	6月の申請書提出期限 10日（水）	農業委員会(産業振興課内) ☎62-3119
人権相談	1日（月）、26日（金） 午前10:00～正午	市総合福祉センター	市税収納・納税相談	28日（日） 午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
行政相談	15日（月） 午前10:00～正午	市役所 2階会議室D	市民課日曜窓口	28日（日） 午前9:00～正午	市民課カウンター ☎62-3112

有料広告

株式会社テムトス
金属部品の精密機械加工
CNC工作機械オペレーター 正社員募集中！
未経験者でもOK！ お気軽に問い合わせください。
TEL:0554-56-7550 / info@temtos.com

すくすく育て うえのはらっ子～我が家の主役～



上野原地区

舩木 結万（ゆうま） くん（10歳1か月）
葵衣（あおい） ちゃん（7歳10か月）
晴大（はるた） くん（7か月）

健さん、麻衣さんの長男、長女、次男

MESSAGE

仲良し３きょうだい！！
元気いっぱい大きくなってね！！

「すくすく育てうえのはらっ子～我が家の主役～」に掲載するお子さまの写真を募集しています！成長する子どもの一瞬を切り取って、記念に残しませんか？
★お名前、生年月日、第何子（長男・長女etc）、父母のお名前、住所、連絡先、お子さまへのメッセージを記載し、お子さまの写真を添えて、メール hishokoho@city.uenohara.lg.jp または右の QR コードから送信してください。
★過去に掲載したお子さまも掲載後１年経過していれば掲載できます。きょうだいでもご応募ください。
●問い合わせ　政策秘書課秘書広報担当（☎62-3191）

～ 子育て応援掲示板 ～

『おいでよ！こどもの部屋』

【日時】第２・４土曜日
午前10時～午後３時30分
【場所】上野原市上野原594-1（NTT駐車場向かい）
【内容】学校の宿題や勉強を支援し、読書、お話、紙芝居、パソコン操作など、昼食も含み費用無料。
【対象】市在住の小・中学生およびその保護者。保護者同伴で小学生未満の児童も参加できます。
【問い合わせ】こどもの部屋運営委員会
代表 渡辺敦雄（☎090-4094-1201）

『ごちゃまぜ広場☆こんぺいとう』

【日時】６月29日（月）午後３時～５時
【場所】コモア内４丁目ウエスト集会所
【内容】赤ちゃんからお年寄りまで誰でもどうぞの居場所です。気軽にお立ち寄りください。
【持ち物】自分の飲み物

★日程および場所は変更もあります。最新情報はQRコードから公式LINEにて

『子育てサロン オハナ』

【日時】６月12日（金）午前10時～午後３時
【場所】総合福祉センターふじみ
【内容】助産師と保育士が常在しています。育児相談、情報交換、おしゃべり、のんびりするなど過ごし方はいろいろ。託児もできます。
【対象】子育て中のママ
※お子様と一緒でも、ママだけでも参加できます。
【問い合わせ】矢島（☎080-9202-6424）
※最新情報はQRコードからInstagramにて

～ 子育てサポート情報 ～

●子育て支援センター

子育て支援センターは親子で自由に遊ぶことができ、親同士の交流や情報交換、悩み相談ができる場所です。誕生会、お話し広場、子育て講座など、毎月多数の行事を行っています。ぜひ、ご利用ください。

【対象者】
市内在住、在勤、在学の人で次の項目に該当する人
・就学前のお子さんと保護者
・妊婦さん
・子育て支援活動をしている人
【利用期間】月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
※上野原子育て支援センターのみ、月１回、土曜日も開所しています。日程はお問い合わせください。
【利用時間】
午前９時～午後０時30分、午後２時30分～４時
※相談受付：午前９時～午後４時
※ランチルーム：午前11時30分～午後０時30分
【場所】上野原こども園内、巌こども園内
●問い合わせ
上野原子育て支援センター（☎56-8351）
巌子育て支援センター（☎62-6201）

～ 子育て応援掲示板 ～

『島田子育て＆地域カフェ』

【日時】６月４日（木）午前10時～正午
７月２日（木）午前10時～正午
【場所】島田コミュニティセンター
※息抜きやお友達づくりに気軽にどうぞ。
※マスクの着用は各自の判断でお願いします。室内では、各自で水分補給のみお願いします。
【問い合わせ】代表者 井上（☎63-1447）

『子育てサロン きらきら＆交流サロン あそびにおいでよ！』

☆QRコードからLINE登録をお願いします。
【場所】新一区集会所

●きらきら（第２木曜日）
【日時】６月11日（木）午前10時～正午
【内容】０歳児から６歳までのお子さまとお母さんの子育てサロンです。
【問い合わせ】代表者 髙橋（☎090-7234-0593）

●あそびにおいでよ！（第４木曜日）
【日時】６月25日（木）午前10時～正午
【内容】０歳児からお年寄りまでの交流サロンです。
【問い合わせ】代表者 作田（☎090-9134-7827）

『子育てサロン＊ぽかぽか＊ひろば』

【日時】６月13日（土）
【場所】コモア内４丁目ウエスト集会所
【内容】ベビーマッサージ午前10時～10時40分、幼児リトミック午前11時～正午、ジュニアリトミック午後４時～５時
【問い合わせ】代表者 山本（☎090-4420-3521）
（☎63-6623）
【要予約】参加の際は前日までに予約をお願いします。

『たまひよDX』

【日時】６月20日（土）午後１時～４時
【場所】公式LINEでお知らせします。
【内容】『たまひよDX』は、成長・発達がゆっくり。マイペース？なお子さんの健やかな育ちを願う会です。お子さんの年齢は問いません。
【問い合わせ】代表者 森本（☎080-5112-3142）
※最新情報はQRコードから公式LINEにて
※親子の飲み物をお持ちください。

『森の冒険遊び場・梶原プレーパーク』

【日時】第３日曜日 午前10時～午後２時
※天候などによる変更やイベントの詳細、
問い合わせはQRコードから公式LINEにて
「おーい子どもたち！近頃、外で遊んでますか?!」
眺めのいいひろーい原っぱで、おとなものびのび過ごせる梶原プレパ。梶原地区・椿（つばき）（市役所より車で10分）にて、開催中。当日、好きな時間にご利用ください。

おめでた・おくやみ

誕生

●上野原地区
横瀬凛來（りら）（泰士）

死亡

●巌地区
黒木國弘（上條伸江）
●大鶴地区
志村宮子（勝巳）
●島田地区
佐藤宣子（眞）
大月雄三（佐江子）
●上野原地区
大神田マリヤ（初男）
尾形正大（到）
●秋山地区
佐藤英雄（秀樹）
関戸廣恵（来樹）

=4月届出分=
（　）は、誕生の場合が保護者、死亡の人です。【敬称略順不同】

広報うえのはら おトクーポン

クーポンは、切り取ってお使いください。

おトクーポン協力店募集中
『広報うえのはら』にクーポン券を提供していただける市内の事業者を募集しています。掲載は無料です。
政策秘書課 秘書広報担当 ☎62-3191

ファミリーショップハラダ
上野原2012 ☎0554(62)3225
国産品ダンゼ、肌着、男性用・婦人用各種
正味の25%引

パンセ・ジョーヌ
コモアじおつ4-17-4 ☎080-3861-9800
1枚で1名様まで（お1人様1回限り）
初回限定特別サービス
60分7,700円→3,500円

Cafe & Restaurant ジーク SIEG
上野原3632 ☎0554(63)2882
1枚で当日4名様まで（11月半～16時までの利用に限る）
デザートセット700円（通常800円）

ヨガルンタ上野原
☎080-4407-5957
体験レッスン通常500円を講座で！

割烹の里 びりゅう館
西原6931 ☎0554(68)2100
1枚で1名様まで（お食事をご注文のお客様のみ）
コーヒー、しそ・ゆずジュースなど
ランチドリンク無料

トリミングサロン パピパス
上野原1680-1 ☎070-8963-3870
1枚で1家族様まで（1家族様1回限り）
初回トリミングコース1,000円引
初回シャンプーコース500円引

出張ヨガサロン カルナ・ロータス
ハツ沢1562 ☎090-6948-2559
1枚で1名様まで（お1人様1回限り）
出張対面orオンライン体験レッスン
通常90分3,000円→1,500円

㈱小野石材店 上野原支店
上野原504-1 ☎0554(62)1483 0120(21)4835
1枚で1名様まで（お1人様1回限り）
仏壇 位牌 きだ
店頭価格より10%引

ハルバルコンディショニング
上野原534-5 ☎070-8368-5092
1枚で1名様まで（お1人様1回限り）
体験トレーニング7,700円→3,300円
初回限定（50分）7,700円→3,300円
場所：センターふじみにて開催しています。

リンデンだより

LINDEN DAYORI

市立図書館

一般書

◇『野菜のいいぶん』 白崎裕子／著　ダイヤモンド社
◇『きみがなきあと』 木内昇／著　講談社
◇『異常に非ず』 桜木紫乃／著　新潮社
◇『須賀のスガスガしくない話』 須賀しのぶ／著　集英社

児童書

○『生き物ってなぜ死ぬの？』 小林武彦／監修　PHP 研究所
○『ドリームサーカスとひみつの夜』 かんのゆうこ／作　福田利之／絵　講談社
○『13 人の魔女への扉』 長谷川まりる／著　理論社
○『妖品魔具物語』 廣嶋玲子／作 まくらくらま／絵　小峰書店

絵本

◆『おばけのそこぢから』 山本孝／絵　内田麟太郎／文　岩崎書店
◆『いたずらからす』 さとうわきこ／絵　福音館書店
◆『パンダのおさじとぱんだっこちゃん』 柴田ケイコ／作　ポプラ社

図書館イベント

●子ども映画会 『ミッキーマウス』
6 月 13 日（土）午前 10 時～／午後 2 時～　会議室
●リンデンドーム朗読館『ナンジャモンジャの木の下で』市川幸子 作　ほか
6 月 28 日（日）　午後 2 時～　会議室
◎上野原朗読の会

◎私からのこの一冊◎

『わたしと小鳥とすずと』 金子みすゞ／著　JULA 出版局

優しい言葉でつづる詩人、金子みすゞ。僕も難しい言葉ではなく、ありふれた言葉を使い、普通をはみ出した詩を作りたい。みんな違ってみんないい。我の個性。（S さん）

※図書館では、皆さんのおすすめの本を募集しています！

≪休館のお知らせ≫
蔵書点検および館内整理のため、次の期間中は休館となります。ご理解とご協力をお願いします。
●休館時間　6 月 15 日（月）～ 24 日（水）

≪開館時間≫
●水・金・土・日　午前 9 時 30 分～午後 5 時
●火・木　午前 9 時 30 分～午後 7 時
【問い合わせ】 市立図書館　☎ 63-5241

図書館 HP

スマイルニュース

SMILE NEWS　# 234

男女共同参画推進委員会

男女共同参画週間

先日、「どうして父親は子どもがいても飲みに行けるのに、母親は子どもを置いて出かけると非難されるの？ ママだってたまには息抜きしていいじゃない」と話す、他県在住の若いお母さんに出会いました。

「父親・母親に関係なく、息抜きは当然していいはずだよ。どうしてそう思うの？」と尋ねると、「うちの町では難しいんです」とのことでした。

最近は、父親と子どもが一緒に出かけている姿を見かけることも増え、父親も当たり前に育児を担う時代になってきたと感じていました。しかし一方で、母親に対する見えない圧力がまだ残っている現状に、改めて考えさせられました。

今年も 6 月 23 日から 29 日まで「男女共同参画週間」です。男女が互いに人権を尊重し、喜びも責任も分かち合いながら、性別にかかわらず一人ひとりが個性と能力を十分に発揮できる社会の実現を目指し、「男女共同参画社会基本法（平成 11 年施行）」の理念への理解を深めるために設けられています。

山梨県では、国のこの取り組みにあわせ、6 月を独自に「男女共同参画推進月間」と定めています。現在は「男女共同参画先進県」を目指し、「第 5 次山梨県男女共同参画計画（令和 4 年度～8 年度）」に基づいた取り組みが進められています。

期間中は各地でさまざまなイベントも開催されます。

この機会に、誰もが生きやすい社会とはどのようなものか、改めて考えてみませんか。



【問い合わせ】市男女共同参画推進委員会
（総務課総務担当内）☎ 62-3117

●●●上野原市立病院 6 月の外来診療

●問い合わせ　市立病院（☎ 62-5121）

診療科・診療時間		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内　科	午前 初診	中野・浮田（紗）	平林・谷口	森田・下山	野原・村田	浮田（健）・三澤（明）	内科医師
一般外来	午前 予約	三澤（仁）・奥津・松本	岡本・村田・松本	長坂（浩）・牛島	浮田（健）・谷口	岡本・村田・進藤	
専門外来【予約制】	午前			<糖尿病>髙橋			
	午後		<腎臓>尾田 注1		<睡眠>亀井 注2	<睡眠>竹内 注3	
神経内科	午前				森嶋 注1		
小児科	午前	小野・金子	成澤・金子	小野・金子	杉田・金子	小野・金子	
小児科【専門外来】	午後	<心臓外科>長谷部 第 1 月曜日のみ					
脳神経外科	午前	長坂	長坂	長坂	山梨大非常勤医師	長坂	
外　科	午前	小島 注4	遠藤	小金澤		担当医	
皮膚科	午前	武藤		三井		保阪	
	午後						
整形外科	午前	中山・片山	須田	戸島・中山	木幡・片山	金沢・片山	
眼　科【一般外来】	午前	河西			木村（受付 8:00～11:00）	河西	
	午後			6/10,24 米山 6/3,17 菊島		6/5,19 木村 6/12,26 櫻田	
耳鼻咽喉科	午前		羽田（9:30 診察開始）	石井		笹沼	
	午後			石井（受付 14:00～15:30）		笹沼（受付 14:00～15:30）	
泌尿器科	午前		岡根谷		村石（受付 8:00～11:00）		
婦人科	午前	中山 注5					
西原診療所	午後			内科医師 第 3 水曜日のみ			
秋山診療所	午前	岡本				上條	

●受付時間　診療：午前 8 時～ 11 時 30 分、午後 2 時～ 4 時　　小児科予防接種：午後 2 時～ 3 時 15 分
診察予約変更：平日午後 1 時～ 4 時　　電話での問い合わせ：午前 8 時 30 分～午後 5 時

市立病院HP

※この案内は、5 月 20 日現在のものです。都合により変更・休診となる場合があります。最新の情報は、市立病院ホームページ（右の QR コード）からご確認ください。
※小児科夕方診療は、平日午後 3 時 30 分～ 6 時です（内科的疾患のみ）。来院前に必ずお問い合わせください。
※小児科の夜間・休日診療などは「富士・東部小児初期救急医療センター（☎ 0555-24-9977）」で行っています。
※もの忘れ外来は予約制です。予約お問い合わせ時間：午前 8 時 30 分～午後 5 時
※白内障手術は菊島医師・櫻田医師が担当します。受診希望の人は、菊島医師または櫻田医師の外来を受診してください。
注 1 腎臓内科、神経内科は完全予約制です。初診で受診希望の人は、平日午後 1 時～ 4 時に電話で予約してください。また、来院の際は、紹介状を持参してください。
注 2 眠りに関する悩みを気軽にご相談ください。初診で受診希望の人は平日午後 1 時～ 4 時にお問い合わせください。
注 3 睡眠時無呼吸症候群は、平日金曜日竹内医師が診察します。初診で受診希望の人は平日午後 1 時～ 4 時にお問い合わせください。
注 4 第 3 月曜日は千葉医師が担当します。
注 5 初診受付は午前 8 時～ 10 時です。受付した場合でも、状況によって人数制限をすることがあります。

上野原市立病院〈睡眠外来〉竹内暢医師の睡眠コラム #39



無呼吸症候群の治療が変わる

皆さまこんにちは。先月号では、今年の 6 月から、不眠症について、保険を使った治療の仕組みが変わることをお伝えしました。今月号も、その続きです。

睡眠時無呼吸症候群という、病気があることはご存知でしょうか。寝ている時に、いびきや、息が止まることで、昼間の生活にも影響が出てくる病気です。しかしながら、殆ど自分で自覚できない病気ですので、診断には、自宅での検査、病院での入院検査が必要となります。今までは、自宅の検査では、測定一時間当たり 40 回以上、病院の検査では睡眠一時間当たり 20 回以上息が浅くなったり、止まったりしていると、治療として CPAP（シーパップ）という機械を使うことが保険で認められていましたが、今回の保険の改定ではそれぞれ、30 回以上、15 回以上と基準が引き下げされることになりました。無呼吸の重症度としては、中ぐらいの世界基準が採用されます。

市立病院でも 6 月から、世界標準で診断、治療を行って参ります。

クーポンは、切り取ってお使いください。

協力店募集中

『広報うえのはら』にクーポン券を提供していただける市内の事業者を募集しています。掲載は無料です。

政策秘書課
秘書広報担当
☎ 62-3191

おトクーポン

定休日／水曜　営業時間／9：00～18：00
※本券 1 枚につき 1 名様まで使用可能です。
※本券を使用の際は、必ず清算時に提示してください。
なお、本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／不定休　営業時間／10:00～19:00
※本券 1 枚につき 1 名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※使用の際は、入店前に本券を必ず提示してください。
※他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／水曜　営業時間／11：30～20：00
※本券 1 枚につき 4 名様まで使用可能です。
※本券を使用の際は、必ず注文時に提示してください。
なお、本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／月・祝日　営業時間／11:00 ※～15:30 ﾗｽｵｰﾀﾞｰ
※本券 1 枚につき 1 名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※使用の際は、入店前に本券を必ず提示してください。
※他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

毎週金曜日　10：00～11：30
※本券 1 枚につき 1 回まで使用可能です。（一人一回限り）
※使用の際は、必ず参加前に提示してください。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／水曜　営業時間／9：00～18：00
※土日・祝日は 10 時 30 分営業開始となります。
※本券 1 枚につき 1 名様まで使用可能です。（お食事をご注文のお客様のみ）
※使用の際は、注文票に本券を必ず提示してください。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／不定休　営業時間／9:00～18:00
※本券 1 枚につき 1 家族様まで使用可能です。（一家族一回限り）
※使用の際は、入店前に本券を必ず提示してください。
※他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／不定休　営業時間／10:00～20:30
※本券 1 枚につき 1 名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※使用の際は、精算前に本券を必ず提示してください。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／月・祝日　営業時間／9:00～17:00
※本券 1 枚につき 1 名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※使用の際は、入店前に本券を必ず提示してください。
※他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

定休日／木・土・日・祝日　営業時間／9:00～20:00
※本券 1 枚につき 1 名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※使用の際は、参加時に本券を必ず提示してください。
※コピーの使用は不可
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2026 年 6 月末日まで

上野原 PhotoRecord

日頃の鍛錬が実を結ぶ
団体戦５位入賞に貢献

令和８年２月に開催された「第５回全日本少年少女空手道選抜大会」において、山梨県代表として団体戦に出場した原田七聖（はらだななせ）さんが見事５位入賞に貢献しました。原田さんは年長から空手を始め、現在は秋山空手道場で日々の鍛錬に励んでいます。県内大会では常に優勝を狙える実力者としてその名を知られており、今大会でも日頃の練習で培った鋭い技と不屈の精神を遺憾なく発揮しました。



上野原市出身の山田選手も活躍！
上野原サンライズ躍動

５月３日（日）、上野原市役所センタープラザで３人制バスケットボールのプロリーグ「RBL」の試合が開催され、上野原サンライズ女子チームが見事優勝を掴み取りました。女子トップレベルの白熱した試合に、観客は大盛り上がりでした。また、同日行われた男子のエキシビションマッチには、先日引退した上野原市出身の山田光哉（やまだみつや）選手も出場しました。躍動感あふれるプレーで、会場の観客を大いに魅了していました。


▲躍動する山田選手（中央左）

空高く飛んでいけ！
人権の花運動

５月 11 日（月）、巌こども園で人権の花運動が行われました。この運動は、子どもたちが協力して花を育てることで生命の尊さに触れ、豊かな心、優しさ、思いやりの心を育むことを目的として行うものです。この日は、人権擁護委員による紙芝居の読み聞かせや、花の苗と人権啓発グッズのプレゼントなどの後、園庭にて、絵やメッセージと花の種を付けたバルーンリリースが行われました。



名前を変えて復活！
もりっこクラブ開催

４月 19 日（日）、ミューの森で今年度１回目となる「もりっこクラブ」が開催され、45 人が参加しました。約３年ぶりとなる開催に、子どもたちだけでなく保護者の皆さんもとても嬉しそうな様子でした。前身の「さとっこクラブ」時代から関わってきた職員の「復活させたい」という強い思いが実を結んだ待望の再開に、参加者も職員も、会場にいる全員が笑顔に包まれた心温まる１日となりました。



想いを音色にのせて
「愛の鐘」除幕式

４月 23 日（木）、能岳山頂において「愛の鐘」の除幕式が執り行われました。この鐘は、昨年 10 月に亡くなられた桜ゴルフ社長・佐川八重子（さがわやえこ）さんから寄贈され、「山梨の桃太郎伝説を伝える会」が設置したものです。関係者が見守るなかお披露目された鐘のアーチには、佐川さんの笑顔にそっくりな天使が優しく微笑んでおり、登山者を温かく出迎える新たなシンボルとなりました。



身近な日用品も活用！
大曽根陽光台区で消火訓練を実施

４月 12 日（日）、大鶴地区の大曽根陽光台区で消火訓練が行われ、地域住民約 50 人が参加しました。
訓練では、訓練用消火器を用いた初期消火の手順を確認のほか、三角巾の代わりに身近な「レジ袋」を活用した応急手当の練習も行われ、日用品を防災に役立てる実践的なアイデアを学ぶなど、参加者は真剣な表情で取り組んでいました。



今年も大にぎわい！
笑顔あふれる「芋大明神祭」

「せいだ芋」の名の由来となった中井清太夫を「芋大明神」として祀る龍泉寺で、４月 29 日（水・祝）、「芋大明神祭」が開催されました。会場には、市内外から多くの来場者が訪れ、飲食ブースやスペシャルなパフォーマンスを楽しみました。毎年恒例のジャンケン大会には、今年は「たまじまる」も参加し、会場は大きな盛り上がりを見せました。子どもから高齢者まで幅広い世代が交流し、地域の歴史や文化、「せいだ芋」の魅力に触れる、笑顔あふれる１日となりました。







広報 UENOHARA 2026 6 No.256
編集・発行：上野原市役所
山梨県上野原市上野原3832番地
電話：0554-62-3111（代） FAX：0554-62-5333
ホームページ：http://www.city.uenohara.yamanashi.jp/
E-mail：hishokoho@city.uenohara.lg.jp

上野原ジオパークって何？



1．上野原は、西原・桐原ができて、そこに秋山が南からぶつかってきて、その後中心部が海の底から持ち上がって「3つの大地」でできてるので、場所によって岩や地層のようすが大きく違う、とても珍しい地域なんだ。
2．河岸段丘は10万年前から現在までの川の堆積と侵食の歴史を立体的に見れるんだ。
ジオパークになって、それらの貴重な場所を多くの人に知ってもらって上野原を発展させたいんだ。





◆ジオサイトの例


秋山の旧桜井小学校の折れ曲がった地層
（今はコンクリートで覆われていますが露出予定）


コモアしおつの断崖


仲山川上流域のうばのふところ

◆日本ジオパーク認定までの日程

・4月21日：認定申請書提出完了
・5月23日：日本ジオパーク委員会一次審査完了
・7～8月　：日本ジオパーク委員会の現地調査
・9月　　：日本ジオパーク委員会において
　日本ジオパーク新規認定地域の決定


島田から見た河岸段丘

◆ジオパーク市民の会への参加者を募集しています

【お問い合わせ先】
やまなし上野原ジオパーク構想推進協議会
事 務 局：上野原観光協会　TEL：0554-62-3150

上野原ジオパークのロゴ

上野原ジオパークのホームページ

UD FONT
VEGETABLE OIL INK
この広報は、環境保護に配慮した再生紙と、植物性インキを使用しています。