

広報うえのほら

～頑張るあなたを応援する情報誌～

UENOHARA

Public Relations

12

2020年
No.190



変わる風景、変わらぬ風景——

【巻頭】誌上写真展「昭和時代」

ご利用ください
広報うえのほら
おトククーポン

17ページ左端に掲載
ご覧ください!!

【表紙】初冬の月見が池



誌上写真展

昭和時代 ～あの日あの時～

歴史、街かど、暮らし、お祭り……。上野原市が、まだ上野原町と秋山村だった時代。ある人にとっては懐かしく、ある人には新鮮な昭和の時代を、貴重な写真からひもときます。本来は郷土資料展示会として実施予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響で中止となったため、準備していた写真のほんの一部を、誌上写真展としてご紹介します。

13	14	15	2
12	1		3
11			4
10			5
9	8	7	6

写真説明

- ①月見が池でボートに乗る人たち（昭和30年ごろ）。表紙の写真と比べてみてください
- ②鶴川宿の子どもたち（昭和36年ごろ）
- ③牛倉神社祭典の神輿渡御（昭和17年ごろ）
- ④牛倉神社祭典の神輿渡御、トラックに乗せていた時期も（昭和48年ごろ）
- ⑤上野原・秋山間にバスが開通。藤野町奥牧野で行われた開通式（昭和43年）
- ⑥東京五輪の聖火が通過する巖地区四方津（昭和39年）
- ⑦秋山観光スポーツ広場の造成工事を陸上自衛隊が受託（昭和51年）
- ⑧上野原町制10周年記念で行われたパレード。写真は新町の三差路（昭和40年）
- ⑨牛馬を使った田んぼの代かきの様子。写真は甲東地区（昭和43年）
- ⑩上野原駅北口（昭和36年ごろ）
- ⑪上野原小学校で行われた日米親善会。グラウンドにヘリコプターで来町（昭和30年）
- ⑫沢松小学校に寄付された回転遊具（昭和31年）
- ⑬本町三丁目から保福寺へ通じる金仏横丁の人たち（昭和36年ごろ）
- ⑭秋山村初の信号機が設置された桜井小学校前（昭和59年）
- ⑮旧犬目宿の子どもたち（昭和45年ごろ）





懐かしい写真満載
広報縮刷版販売中!

広報うえのはら (第2巻・第3巻セット) 7,000円
広報あきやま 5,000円



問・政策秘書課秘書広報担当 (☎ 62-3191)



福祉課からのお知らせ

知っていますか？ヘルプカード

問い合わせ 福祉課障害福祉担当 (☎ 62-4133)



難病の人や、障害者手帳をお持ちの人に『ヘルプカード』を配布しています。カードを提示されたときや、つけている人が困っているのを見かけたら、支援や配慮をお願いします。

●ヘルプカードをお持ちの人がいたら…

- ・電車やバスの中では席をお譲りください。
- ・駅や商業施設などでは声をかけるなどの配慮をお願いします。
- ・災害時は、安全に避難するための支援をお願いします。
- ・困ったときにはヘルプカードの中を見てください（手助けしてほしいことや緊急連絡先が書いてあります）。



ヘルプカードは、外見からは援助が必要なのかわからない人が、周囲に配慮が必要なお知らせするものです。

12月3日～9日は障害者週間

国は、誰もが人格と個性を尊重し合う『共生社会』の実現を目標に掲げて、毎年12月3日～9日を障害者週間と定めています。
この期間を中心に、関係団体などではさまざまな取り組みを展開します。

山梨県心身障害者 自動車燃料費助成金



- 助成対象者 (①および②の両方に該当)
- ①自動車税・軽自動車税の減免措置を受けていること (県内ナンバーの自動車)
 - ②身体障害者手帳1・2級、療育手帳Aのいずれかまたは戦傷病者手帳特別・第1・2項症を所持していること
- 受付会場および日時
- ※事前予約が必要です(12月1日受付開始)。
※マスクの持参・着用をお願いします。
※各会場とも受付時間午前10時～午後3時
- ・山梨県富士吉田合同庁舎 1月6日(水)、14日(木)、22日(金)
 - ・上野原市総合福祉センターふじみ 1月7日(木)
 - ・富士河口湖町役場 1月12日(火)
 - ・いきいきプラザ都留 1月18日(月)
 - ・大月市総合福祉センター 1月26日(火)
- 指定の会場に来られないとき
富士・東部保健福祉事務所でも受け付けます(要予約)。

- ※受付期間 12月14日(月)～2月5日(金) 午前9時～午後5時(土日・祝日および年末年始を除く)
- ※郵送は2月5日(金) 消印有効
- 請求書用紙の入手方法
市福祉課窓口、富士・東部保健福祉事務所のホームページから入手できます。

予約先・問い合わせ 富士・東部保健福祉事務所 福祉課 (☎ 0555-24-9047 FAX 0555-24-9037)

生活環境課からのお知らせ

ごみの減量にご協力ください

問い合わせ 生活環境課クリーンセンター担当 (☎ 63-5353)

12月は
地球温暖化
防止月間

一人ひとりの『小さな行動』が、
地球の未来を変え、
地球温暖化防止に繋がります！

心がけよう、"5R 運動"

"5R 運動" は、「R」ではじまる 5 つの取り組みです。

① Refuse (リフューズ) 断る

「不要なもの(ごみになるようなもの)を買わない・貰わない」
→マイバッグを持参し、レジ袋を断るなどして、ごみをむやみに増やさない。

② Reduce (リデュース) 発生抑制

「不要なもの(ごみ)を減らす」
→必要な量だけ購入する(買すぎない)、作りすぎない、食べ残さない……など。

③ Reuse (リユース) 再利用

「物を大切に使い、繰り返し長く使う」
→リターナブルびんやリサイクルショップを利用する。

④ Repair (リペア) 修理

「壊れたものを、すぐには捨てず、修理できないか検討してみる」
→おうち時間が増えた今、これまで諦めていたものを自分の手で……。

⑤ Recycle (リサイクル) 再生利用

それでも出てしまう不要なものも「分別してリサイクルすること」で、新しい製品の原材料として再生利用されます。
→資源物(紙類やペットボトルなど)を正しく分別し、集積場所や拠点回収場所へ排出する。
→地域の育成会活動(集団回収)やスーパーなどの店頭回収に協力する。

●一人ひとりがごみの減量を意識しましょう
わたしたちの生活は便利で豊かになった一方で、大量生産・大量消費の生活様式が、多くのごみを発生させているのも事実です。
ごみの収集運搬や焼却などは、二酸化炭素などの温室効果ガスの排出要因となり、地球温暖化の原因の一つとなります。地球温暖化は、地球規模の問題ではありますが、ごみの減量を一人ひとりが意識し、行動す



ることが大切です。
ごみを減量するには、『5R 運動』などを心がけ、地球環境にやさしい生活を目指しましょう。
●「燃えるごみ(生ごみ)」の約半分は水分!
クリーンセンターに持ち込まれる「燃えるごみ」のごみ質検査を年4回実施していますが、ごみの中に含まれる「水分」が40〜50%であることがわかっていました。「生ごみ」の排出の際、「水きり」を徹底することで、ごみの減量につながります。
一人ひとりの『小さな行動』が、地球の未来を変え、地球温暖化防止に繋がります。
STOP! 地球温暖化!

下水道の正しい使用 をお願いします

下水道が使用できるようになったからといって、何でも流していいというわけではありません。間違った使い方は、汚水の逆流などの重大な事故につながります。みなさんで大切に正しく使用しましょう。

①トイレにはトイレットペーパー以外の物は流さない
水に溶けない紙や紙おむつ、タバコやガムなどを流すと、詰まりの原因となります。

②台所では、残飯などのゴミは流さない
野菜くずや食べ残しを流すと、排水管や下水道管の詰まりの原因となります。水気をよく切って燃えるゴミとして出すようにしましょう。

③油類は流さない
排水口に油を流すと、油が冷えて固まってしまい、排水管や下水道管が詰まってしまう。料理で使用した油は、キッチンペーパーや新聞紙などで吸い取り、燃えるゴミとして出すようにしましょう。

④薬品類を流さない
薬品類を下水道に流すと、処理場の汚水をきれいにする微生物が死んでしまいます。廃棄方法を確認し、適切な方法で処分してください。

下水道が使用できるようになったからといって、何でも流していいというわけではありません。間違った使い方は、汚水の逆流などの重大な事故につながります。みなさんで大切に正しく使用しましょう。

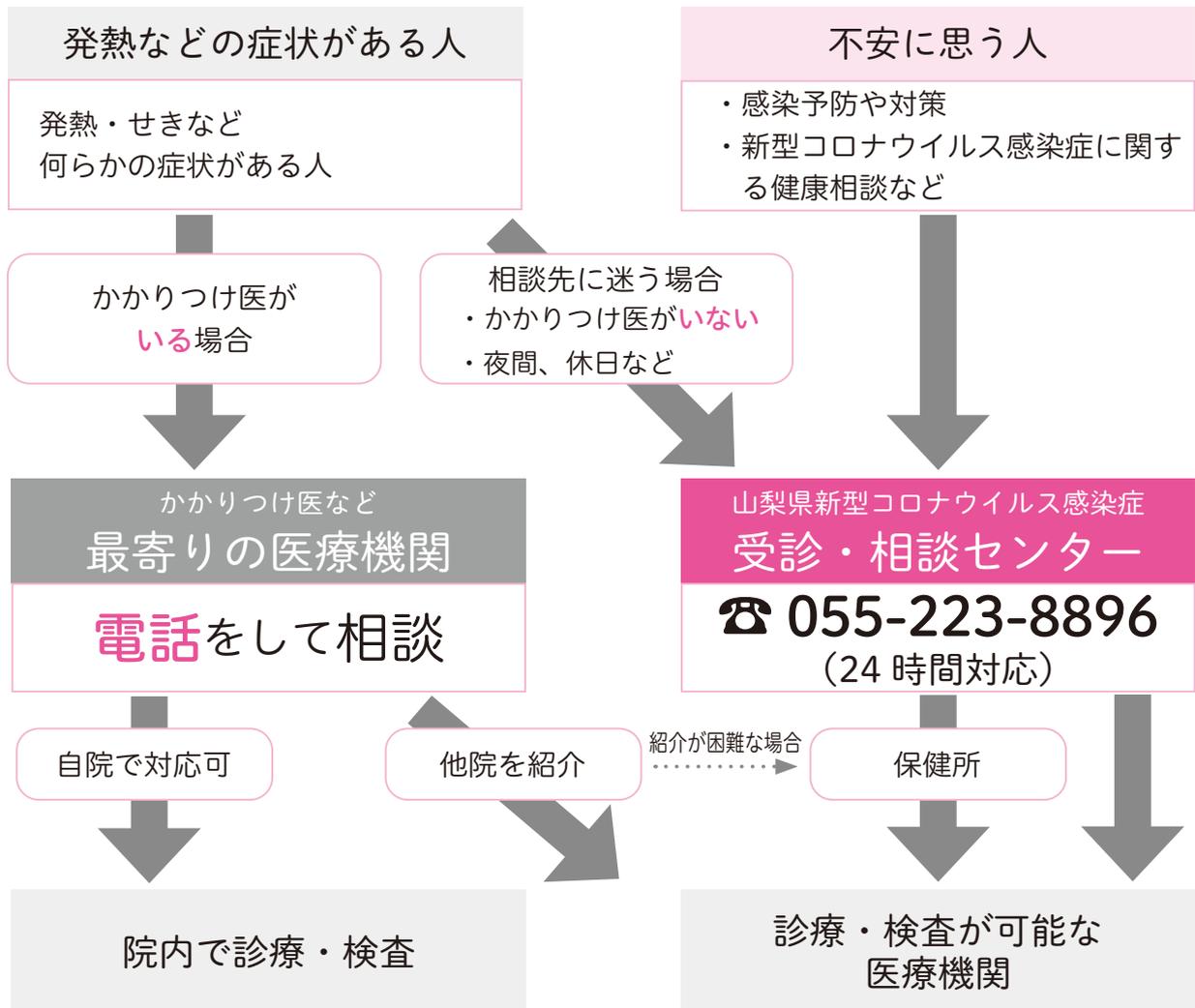
問い合わせ 生活環境課下水道担当 (☎ 62-3114)



新型コロナウイルス感染症に関する相談体制について

問い合わせ 山梨県福祉保健部健康増進課 (☎ 055-223-1493 FAX 055-223-1499)

まずは、かかりつけ医など最寄りの医療機関に電話でご相談ください。



もしもしこちら市長室

うえのはら健康家族

お知らせセテックリスト

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

受診が必要か迷ったら



やまなし医療ネットへアクセスしましょう。医療機関の受診が必要かどうかの判断のお手伝いをしてくれます。

- 「やまなし医療ネット」と検索するか、下記のQRコードを読み込んでホームページにアクセスし、【救急車の要請が必要ですか?】または【救急車の要請が必要か等を判断する】をクリック

やまなし医療ネット

検索



<https://www.yamanashi-iryu.net/>

夜間の受診、今必要ですか?

発熱のみで緊急性のない夜間の受診は控えましょう

問い合わせ 子育て保健課医療保健担当 (☎ 62-4134)

ただし、発熱がある人で、次に該当する場合は、夜間でも受診しましょう。

- ・のどの痛みが強く、水が飲めない。
- ・咳がつかなくて、夜眠れないほどである。
- ・歩くと息が苦しくて休む必要がある。
- ・寒気でふるふる震え、歯の根がガチガチする。
- ・体の一部がとても痛い。
- ・がん、重い糖尿病、免疫抑制剤内服中、透析を受けている。

※当てはまらない場合は、翌日朝まで待つか、様子をみていただくか、平日昼間の時間内に、かかりつけ医や近くの診療所を受診しましょう。

令和2年度上半期

上野原市財政公表



「財政公表」は、市民のみなさんに市の予算執行状況をお知らせするため、年2回行っているものです。

▼問い合わせ 財政経営課財政担当(☎62-3118)

※病院事業会計については、子育て保健課医療保健担当(☎62-4134)にお問い合わせください。

一般会計 (令和2年9月30日現在 単位:千円・%)					
歳入			歳出		
科目	予算額	収入率	科目	予算額	支出率
	収入済額			支出済額	
市税	3,149,389	57.1	議会費	130,414	55.0
	1,796,740			71,728	
地方譲与税、各種交付金	812,718	49.0	総務費	3,548,685	77.7
	398,333			2,755,987	
地方交付税	3,506,931	66.6	民生費	3,111,284	27.2
	2,335,383			844,876	
分担金・負担金 使用料・手数料	196,557	27.7	衛生費	1,706,004	35.1
	54,424			598,739	
国・県支出金	4,998,887	48.1	土木費	1,723,880	18.8
	2,404,540			323,828	
繰入金	442,861	0.0	消防費	685,972	39.5
	0			270,915	
繰越金	188,790	331.0	教育費	1,282,677	37.7
	624,924			483,096	
市債	1,346,900	0.0	公債費	1,533,672	50.5
	0			774,022	
その他	192,083	20.1	その他	1,112,528	32.2
	38,556			358,166	
合計	14,835,116	51.6	合計	14,835,116	43.7
	7,652,900			6,481,357	

特別会計 (令和2年9月30日現在 単位:千円・%)					
会計	予算額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険	2,978,966	1,077,539	36.2	1,067,159	35.8
後期高齢者医療	640,679	126,633	19.8	317,077	49.5
介護保険	2,623,925	1,091,282	41.6	955,883	36.4
介護サービス	7,997	5,494	68.7	1,267	15.8
公共下水道	698,882	108,446	15.5	266,457	38.1
簡易水道	136,499	28,617	21.0	25,867	19.0
教育奨励資金	4,667	324	6.9	0	0.0
8財産区	313,170	286,705	91.5	7,998	2.6
財産保護組合	2,547	2,497	98.0	0	0.0
合計	7,407,332	2,727,537	36.8	2,641,708	35.7

病院事業会計 (令和2年9月30日現在 単位:千円)			
区分	収入	支出	収支
収益的収支	152,058	100,895	51,163
資本的収支	0	58,410	△58,410



一般会計

令和2年度上半期の一般会計では、歳入が、収入済額76億5290万円(収入率51.6%)となっています。その主なものは、市税の17億9674万円、地方交付税の23億3538万3千円、国庫支出金の23億1513万5千円などです。

歳出は、支出済額64億8135万7千円(支出率43.7%)となっています。その主なものは、総務費の27億5598万7千円、民生費の8億4487万6千円、公債費の7億7402万2千円などです。

特別会計

令和2年度上半期の特別会計は、収入済額が2億2753万7千円(収入率36.8%)、支出済額が2億4170万8千円(支出率35.7%)となっています。

※一般会計および特別会計の予算額および収入済額・支出済額は、令和元年度からの繰越額を含む

年末年始の市役所等業務のご案内

各施設などの業務については、次のとおりです。
前もってできる届出などは、早めに済ませましょう。



■ 年末年始の業務案内

施設名	問い合わせ	12月							1月			
		25 (金)	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	1 (金)	2 (土)	3 (日)	4 (月)
市役所本庁	62-3111 (代表)		休	休		休	休	休	休	休	休	
福祉センター ふじみ	62-3115 (代表)		休	休		休	休	休	休	休	休	
もみじ ホール	62-3237				休	休	休	休	休	休	休	休
市立病院	62-5121					休 ※①	休	休	休	休	休	休
市立図書館	63-5241	休		休	休	休	休	休	休	休	休	休
市民プール	63-6070			休	休	休	休	休	休	休	休	
クリーン センター	63-5353		※②	休			※③	休	休	休	休	
秋山温泉	56-2611							※④	※⑤			
火葬場	62-5573								休	休	休	

※①小児科外来は、『富士・東部小児初期救急医療センター』（富士吉田市緑が丘 2-7-21）（☎ 0555-24-9977）をご利用ください。

※②12月26日（土）は、午前11時50分までごみの持ち込みが可能です。午後の受付はありません。

※③最終営業日となります。午前8時30分から午後4時30分（午前11時50分～午後1時の昼休みを除く）の通常営業となります。

※④午後5時までの営業となります。

※⑤バスのみ運休、秋山温泉は通常営業となります。

■ デマンドタクシー・循環バスの運行

運休期間

12月29日（火）～1月3日（日）



【問い合わせ】

生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

■ クリーンセンターからのお願い

年末は大変混雑します。混雑時は、ごみの計量などに時間がかかりますのでご了承ください。年末を避けた計画的なごみの処分をお願いします。

持ち込み不可・収集なし期間

12月31日（木）～1月3日（日）

※1月4日（月）から通常業務となります。

【問い合わせ】

生活環境課クリーンセンター担当（☎ 63-5353）

■ 上野原市上下水道組合（年末年始当番業者）

日付	業者名	電話番号	所在	日付	業者名	電話番号	所在
12月29日（火）	高尾電気	63-2895	上野原 980-1	1月1日（金）	鷹取水道工事	62-4847	上野原 4653
12月30日（水）	和智設備工業	62-4585	上野原 2300-1	1月2日（土）	（有）遠藤住設	63-0480	上野原 3446-5
12月31日（木）	（有）志村設備工業	66-2308	野田尻 1444	1月3日（日）	（株）上野原建設	63-3619	鶴島 4585

水道管の凍結防止

気温がマイナス4℃以下になると水道管の凍結や破裂が多くなります。冬季には必ず水道管の防寒を心がけてください。

●問い合わせ 東部地域広域水道企業団（☎ 22-0099）

Moshimoshi Mayor's Office

もしもしこちら 市長室!!

市長のひと言 vol.120



上野原市長
えぐち ひでお
江口英雄

令和2年師走

令和2年もすでに師走。1年を振り返れば、世界中が新型コロナウイルスに翻弄された年となりました。

「広報うえのはら」を見ても、3月号（2月上旬に原稿は締切り）までは、市制施行15周年などに関する特別な記事のほか、成人式や市長さんと語る会など、平穏なイベントに関する記事が掲載されていました。しかし、4月号（3月上旬に原稿は締切り）以降は、新型コロナウイルスに関連する記事が、誌面の多くを占めるようになり、市民の皆様のお顔を伝える記事は減少しました。これは、多くのイベントが、感染対策のために

中止や規模縮小となったことにより、誌面だけでなく、市民のみなさんの楽しみや生き甲斐までもが、奪われてしまったように感じています。

新型コロナウイルス対策については、「広報うえのはら」のみならず、チラシの配布なども行い、市民のみなさんにご協力をお願いしてきました。一定の効果はあったと思っていますが、ワクチンや特效薬の普及には、まだまだ多くの時間が必要であり、新しい生活様式を実践しながら、経済を回していくことも重要です。

これから本格的な冬を迎え、新型コロナウイルスのさらなる拡大が懸念されています。季節柄、インフルエンザとの同時流行にも注意が必要です。12月号は、改めて「手洗い」や「マスクの着用」、「3密の回避」、「こまめな換気」などの感染症予防対策をお願いします。

「広報うえのはら」が、一日も早く笑顔で彩られた誌面とされるよう、この困難を一緒に乗り越えていきましょう。

江口市長と学ぼう!! うえのはら手話くらぶ!! vol.20

Lesson 20 でんしゃ（電車）

簡単な手話について紹介していきます！
手話と親しむために、覚えて使って体験しましょう！

- ① 伸ばした左手 2 指の下に、
曲げた右手 2 指を重ねる。
- ② 曲げた右手 2 指をすべらせる。



市民のみなさんと市長とのふれ愛トーク【申込み・問い合わせ 政策秘書課秘書広報担当 ☎62-3191】

- ▶日時・場所 12月18日（金）午前9時～11時、市役所市長室 ※1週間前までにご予約ください。
▶対象・方法 1人または1組（5人程度）を対象に、1日3組を受け付け、対話時間はおおむね20分間です。



保健だより

●申込み・問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)

クローズアップニュース

もしもしこちら市長室

うえのはら健康家族

お知らせチエックリスト

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

★乳幼児健診

	実施日	該当児
4か月児	令和3年1月8日(金)	R2年8月1日～9月6日生
9か月児	令和3年1月8日(金)	R2年3月1日～3月31日生
1歳6か月児	12月9日(水)	R1年5月1日～6月8日生
2歳児	12月2日(水)	H30年7月21日～10月5日生
3歳児	12月9日(水)	H29年8月1日～8月31日生
5歳児	12月23日(水)	H27年9月16日～10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。

※1歳6か月児および3歳児の個別歯科健診については、該当児に受診票を郵送します。

※母子モアプリ(上野原すくすく☆につき)に登録すると、該当児にお知らせが配信されます。

★母子健康手帳交付・妊婦相談日

◎日 時 毎週火曜日(祝日除く)
午前9時～11時

※この時間に都合がつかない場合は、事前に子育て保健課までお問い合わせください。

◎持ち物 印鑑

◎場 所 市総合福祉センターふじみ



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



▶ 基本検査項目

- 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)

▶ 実施日時 12月19日(土)午後、
令和3年1月30日(土)午後

▶ 定 員 2名

※詳しくは、お問い合わせください。

★乳がん施設検診

◎対象者 市内に住民登録があり、令和3年4月1日までに40歳以上になる女性

◎検診料 700円

◎内 容 マンモグラフィ検査

◎医療機関 上野原市立病院、クアハウス石和、
加納岩総合病院、大月市立中央病院、
都留市立病院

◎申 込 み 子育て保健課 医療保健担当
(☎ 62-4134)

※市の集団検診のなかの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 市内に住民登録があり、令和3年4月1日までに20歳以上になる女性
※性経験のない人は、子宮頸がんの発生がほとんどないと医学的に考えられています。

◎検診料 上野原市立病院 1,000円
その他の医療機関 1,500円

◎内 容 頸部細胞診検査

◎医療機関 上野原市立病院(上野原市)、武者医院
(大月市)、稚枝子おおつきクリニック
(大月市)、都留市立病院(都留市)、
クアハウス石和(笛吹市)

※その他の医療機関(山梨県内のみ)を希望される人はお問い合わせください。

◎申 込 み 子育て保健課 医療保健担当
(☎ 62-4134)

※市の集団検診のなかの子宮頸がん検診との重複受診はできません。

一般健康診断を実施しています



▶ 健診日	▶ 受付時間 ※時間厳守
12月14日(月) 12月28日(月) 令和3年1月25日(月)	午前8時30分～9時30分
令和3年1月12日(火)	午後1時～2時
令和3年2月8日(月) 令和3年2月22日(月)	午前8時30分～10時30分 ※ウイルス抗体検査のみ 午後1時30分～3時

▶ 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
※施設入所の検診希望者で、主治医がいる場合は、
まず主治医にご相談ください。

※詳しくは、病院ホームページをご覧くださいか、お
問い合わせください。

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. 96

今月のテーマ

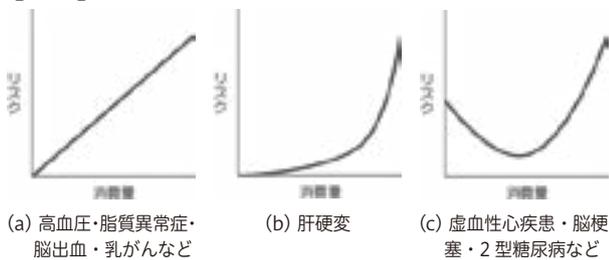
『お酒の適量、知っていますか?』

「お酒の飲み過ぎはよくない」とか「飲むなら適量を」とよく言われますが、なぜでしょう?

世界保健機関 (WHO) は、飲酒は 60 以上の病気を引き起こしていると報告していますが、飲酒量と健康リスクはどのような関係になっているのでしょうか。

厚生労働省では、アルコール消費と生活習慣病などのリスクのいくつかのパターンを示しています。(図 1: 厚生労働省 HP「e-ヘルスネット」より)

【図 1】



病気の種類により、飲酒量と健康リスクが正比例関係のもの (a) や、飲酒量が多くなると急激にリスクが高くなるもの (b)、また少量の飲酒では非飲酒者よりもリスクが低くなり、飲酒量が増えるとリスクが高くなっていくもの (c) の 3 つのパターンが示されています。どのパターンにしても、飲酒量が増えると病気のリスクが高くなるのがわかります。



では、どのくらいが飲み過ぎで、どのくらいが適量でしょうか。

ある研究によると、1日あたり 7g の純アルコールを摂取していた人がもっとも死亡率が低く、1日あたり 40g で飲まない人と同じ死亡率となり、それ以上で飲酒量に応じて高くなっているとあります。

この研究からすれば、1日に 7g の純アルコール摂取を適量とし、40g を超えると飲み過ぎ、と言えるかもしれません。

また、「健康日本 21」では「節度ある適度な飲酒量」として「純アルコールで 1日平均 20g 程度」と決められていますが、一般的に女性は男性に比べアルコールの分解速度が遅いので、女性の飲酒量は男性よりも少ない量が適当であると言われています。

☆純アルコール摂取量を求めよう!

純アルコール量は、次の計算式で求められます。

$$[\text{度数} \times \text{量 (ml)} \times 0.789 \div 100] \text{ g}$$

お酒にはさまざまな種類があり、それぞれ強さも違いますから、自分の飲んでいるお酒の度数と飲んだ量で摂取した純アルコール量を求めることが必要です。

たとえば、度数 16 度の日本酒 1 合 (180ml) では、 $(16 \times 180 \times 0.789 \div 100) = \text{約 } 23\text{g}$ 、度数 5 度の缶ビール 1 缶 (350ml) では、 $(5 \times 350 \times 0.789 \div 100) = \text{約 } 14\text{g}$ 、となります。

お酒を飲む人はぜひ一度確認してみましょう。

秋山温泉 元気いきいき教室参加者募集

● 秋山温泉（☎ 56-2611）

- 日時 令和3年1月～3月の木曜日午後1時～2時
(1月7日開始 全10回)
- 場所 秋山温泉内 機能訓練室
- 内容 下肢筋力トレーニングやストレッチマシンを使
っての筋肉のほぐし運動など、介護予防・健康維持増
進を目的とした教室です。
- 参加費 1回200円
- 申込方法 上記連絡先にお問い合わせ
のうえ、後日秋山温泉受付にて申込用
紙にご記入ください。



年末の交通事故防止県民運動

● 生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

- 期間 12月1日（火）～12月31日（木）
 - 重点目標
 - ①飲酒運転の根絶
 - ②早めのライト点灯・ハイビームの活用の徹底と反
射材使用の推進
 - ③高齢者と子どもの安全な通行の確保と高齢運転者
の交通事故防止
- 年末は、交通量の増加にともなう道路の渋滞や心理
的な慌ただしさ、飲酒の機会が増えるなど、さまざま
な要因が重なり合って交通事故が発生しやすくなる時
期です。一人ひとりが交通ルールの遵守と正しい交通
マナーを実践し、交通安全を心がけましょう。

令和2年秋の叙勲

消防功勞 瑞宝単光章

かみじょうまさのり
上條政教さん（大目地区在住）



上條政教さんは昭和49年に旧上野原町消防団に入団して以来、長年にわたり市の消防活動に熱心に従事されました。この功績が認められ瑞宝単光章を受章しました。

お知らせチェックリスト

※新型コロナウイルス感染症の影響により
予定が変更される場合があります。

フレフレ!! 上野原市2020商品券の 引換券は届いていますか？

● 産業振興課商工観光担当（☎ 62-3119）

「上野原市^{フレフレ!!}2020商品券」への引換券を、11月に世帯主あてに送付しました。対象は、9月1日現在で市の住民基本台帳に記録されている人です。
あて所に尋ねあたらず、引換券をお届けできなかった人がいます。心当たりのある人は、ご連絡ください。



無料法律相談会

● 生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

- 日時 令和3年1月8日（金）午後1時30分～4時30分
 - 場所 市役所2階 会議室D西
 - 相談内容 法的な相談でしたらどんな内容でも構
いません。相談は1人30分で、弁護士が対応します。
限られた時間ですので、相談事項をよく整理し、内
容のわかる関係書類などをお持ちください。
 - 予約期間 12月21日（月）～令和3年1月6日（水）
先着順
- ※当日は検温のうえ、マスクの着用をお願いします。
※詳しくは、お問い合わせください。

地方自治功勞 旭日小綬章

いししいしゅうとく
石井脩徳さん（桐原地区在住）



石井脩徳さんは、町議会議員・市議会議員を経て、県議会では議員を3期務め、議長なども歴任し、地方自治の発展に尽くしました。この功績が認められ、旭日小綬章を受章しました。

成人式に参加しよう!!



☎ 社会教育課社会教育担当 (☎ 62-3409)

市では、新型コロナウイルス感染症防止のため、令和3年成人式を2部形式で実施予定です。

参加には事前の予約が必要です。ご連絡ください。予約状況によっては希望に添えない場合もありますのでご了承ください。

●日時 令和3年1月10日(日)

- ・第1部 午前10時受付 午前10時30分開式
- ・第2部 午前11時30分受付 正午開式

●会場 上野原市もみじホール

●対象者 平成12年4月2日～平成13年4月1日までに生まれた人

※招待状は送付しませんので、必ず参加予約をして、会場へお越しください。

※式当日に市内に住所がなくても、本市出身の人は参加予約のうえ参加できます。

※感染症予防のため、新成人のみ入場できます。保護者などの見学はできませんのでご注意ください。

※必ずマスク着用のうえご参加ください。

※詳しくは、市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

深城ダムの流木を配布しています



☎ 山梨県深城ダム管理事務所 (☎ 24-7062)

深城ダムでは、貯水池内に流れ込んだ流木の無料配布を行っています。流木は木工工作やガーデニングの装飾用などに使用できます。

●配布場所

深城ダム(大月市七保町瀬戸 2308-11)

①管理事務所脇 ご自由にお持ちください。

②ダム右岸側 午前9時～午後4時(土日・祝日を除く)

※②をご希望の場合は、管理事務所入口にあるインターホンから職員にご連絡ください。

※詳しくはお問い合わせいただくか、右上のQRコードからホームページをご確認ください。



奨学資金の貸付のお知らせ



☎ 学校教育課教育総務担当 (☎ 62-3408)

市内に住所がある保護者の世帯に属する人で、経済的理由で修学が困難な人に奨学資金を貸付け、有用な人材を育成することを目的とし、奨学生を募集します。

他に奨学を目的とする団体から学資の支給または貸与を受けていても応募できます。

●応募対象者

- ・令和3年4月に、高校・大学などに入学予定または在学中の人
- ・令和3年1月1日現在で、1年以上継続して市内に住所がある保護者と引き続き1年以上生計を一つにしている人
- ・成績優秀で経済的理由により学資の支弁が困難な人

●募集人数

- ・高校など 2人
- ・大学など 3人

●貸付上限額

- ・高校など 72万円以内
- ・大学など 100万円以内(一時金)

※無利息で貸付を行います。

※一時金は、入学時のみです。

●募集期間

令和3年1月4日(月)～1月15日(金)

※期間終了後の受付はできません。必ず期間内に申請してください。

※奨学生は、選考審議会により決定します。



山梨県教育功労者表彰

きったとくお
橘田篤男さん(東京都八王子市在住)



橘田篤男さんは、上野原小学校長として学校林活用事業の推進や、帝京科学大学と連携した動物ふれあい教室を開催するなど、命の教育に取り組みました。退職後も小学校の初任者研修指導を担当するなど、学校教育の振興に貢献しました。この功績が認められ、教育功労者表彰を受賞しました。

小学校の入学通知 令和3年1月中に送付します

☎ 学校教育課学校教育担当（☎ 62-3408）

市教育委員会では、毎年10月1日現在の住民基本台帳に基づいて名簿を作成し、翌年1月末日までに「小学校の入学通知書」を送付します。

何らかの理由で「入学通知書」が届かなかった場合や、10月以降に転入された場合は、お問い合わせください。



新型コロナウイルス感染症から 人権を守ろう！

☎ 福祉課福祉総務担当（☎ 62-4133）

市では、新型コロナウイルス感染症の感染者やその家族などに対する差別や偏見の解消に向けた取り組みを行っています。差別や偏見は、その標的とされた人たちの人格を傷付けるもので、決して許されない行為です。感染者の名前や勤務先がインターネット上に書きこまれたり、その人格を否定するような誹謗中傷や差別がなされている事例もあります。

もし、自分や家族に感染の疑いが生じたらどうしますか。同じような被害を受けることを恐れ、医師の診察や検査を受けることや、職場や学校を休むことを躊躇したり、感染経路を申告できなかつたりする人が出てくるかもしれません。その結果、更なる感染の拡大につながるおそれもあります。

差別や偏見の解消に向けた取り組みは、被害者だけの問題ではなく、私たちすべての問題です。

差別や偏見で苦しみ悩んでいる人、差別や偏見を発見された人は「人権110番」までご連絡ください。

●みんなの人権110番(全国共通人権相談ダイヤル)

☎ 0570-003-110

有料広告



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



0554-63-6101

『令和2年度第5回危険物取扱者試験』 受験案内

☎ 消防総務課予防担当（☎ 62-4671）

●試験種目 甲種・乙種

●試験日・会場 令和3年3月6日（土）山梨英和大学
（甲府市横根町888）

●願書受付期間

・書面申請 12月14日（月）～21日（月）

※受付時間 午前8時30分～午後5時（土日・祝日除く）

・電子申請 12月11日（金）～18日（金）

・消防試験研究センターホームページ（消防試験研究センターで検索）

●願書受付場所

消防試験研究センター山梨県支部（郵送可）

（〒400-0026 甲府市塩部2-2-15 湯村自動車学校敷地内）

※願書は、消防本部に用意してあります

守れていますか？ 猫の飼育マナー



☎ 生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

猫の飼育によるトラブルが多く確認されています。

猫の放し飼いは、トラブルを招くだけでなく、猫の安全を脅かすことにもなります。飼い主は猫の室内飼いを心がけましょう。

また、野良猫への無責任な餌付けはやめましょう。

市役所使用封筒に 広告を掲載しませんか??

▶募集期間 12月1日（火）～28日（月）

▶応募方法 有料広告掲載申込書と掲載しようとする広告の原稿（電子データ）を添付し、市民課へ提出してください。

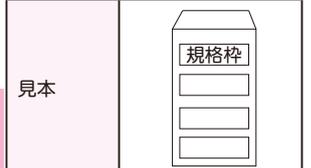
▶募集内容（市役所使用封筒）

※申込書は、市ホームページからダウンロードすることができます。

※今回の募集は、上野原市有料広告掲載要綱に基づき実施します。

※応募広告が募集口数を超えた場合は、抽選により掲載を決定します。

広告掲載の対象	長型3号封筒
枠数	4枠
規格枠	縦40mm×横100mm
募集口数	4口
枚数	30,000枚
掲載料/口	30,000円/1口
掲載場所	封筒裏面
色	黒単色



【問い合わせ】
市民課窓口担当
（☎ 62-3112）

▶▶▶上野原市職員 2 次募集

保育士を募集します !!

市では、令和 2 年度上野原市職員採用試験（令和 3 年 4 月採用）を次のとおり実施します。

試験は、総合適性検査（能力検査・性格検査）で行います。詳細は募集要項または市ホームページでご確認ください。

●試験職種・採用数 保育士（中級） 若干名

●受験資格

職種	区分	受験資格
保育士	中級	次の①②いずれかの条件を満たし、採用後、上野原市に居住することができる者 ①平成 3 年 4 月 2 日以降に生まれた者で、保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する者、または令和 3 年 3 月 31 日までに取得する見込みの者 ②昭和 50 年 4 月 2 日から平成 3 年 4 月 1 日までに生まれ、保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を取得し、保育所などにおける保育士・幼稚園教諭として 1 年以上継続して勤務した期間が令和 3 年 3 月までに通算して 3 年以上ある者

●試験日程

第 1 次試験 令和 3 年 1 月 11 日（月・祝）

第 2 次試験 令和 3 年 1 月 29 日（金）

●試験申込み期間 12 月 8 日（火）～12 月 18 日（金）

午前 9 時～午後 5 時（土・日曜日を除く）

※試験申込書は、市役所総務課で配布します。また、市ホームページからダウンロードできます。

※試験の申し込みにあたっては、必ず上野原市職員採用試験案内で受験資格などをご確認のうえお申し込みください。

●問い合わせ 総務課人事担当（☎ 62-3117）



▶▶▶商工会職員募集

商工会では職員を募集しています。

●募集人員 若干名

●募集職種 経営指導員

●勤務地 県内の商工会（23 か所）または山梨県商工会連合会

●採用予定日 令和 3 年 4 月 1 日（木）

●申込期間 11 月 9 日（月）～12 月 28 日（月）

※受験資格や採用試験の日程などの詳細は、ホームページをご覧ください。

●問い合わせ 山梨県商工会連合会総務課（甲府市飯田 2-2-1 中小企業会館 3 階 ☎ 055-235-2115）



▶山梨県商工会連合会
ホームページ



▶▶▶2020 年度自衛官等募集

募集種目	募集人員	資格	受付期間	試験日
自衛官候補生	男子	18 歳以上 33 歳未満の者（32 歳の者は、採用予定月の 1 日から起算して 3 月に達する日の翌月の末日現在、33 歳に達していない者）	原則、通年受け付けています。	受付時に、試験日をお知らせします。
	女子			
陸上自衛隊 高等工科大学 学校生徒	一般	男子で中卒（見込含）17 歳未満の者	11 月 1 日～令和 3 年 1 月 6 日	《1 次》令和 3 年 1 月 23 日 《2 次》令和 3 年 2 月 4 日～7 日
貸費学生	技術	大学の理学部、工学部（これらに類する学部も応募資格に該当する場合があります。詳しくはお問い合わせください。）の 3・4 年次または大学院（専門職大学院を除く。）修士課程在学（正規の修業年限を終わる年の 4 月 1 日現在で 26 歳未満）（大学院修士課程在学者は 28 歳未満）	10 月 1 日～令和 3 年 1 月 15 日	令和 3 年 1 月 30 日

※募集人員は、令和元年度の参考数値です。令和 2 年度の採用人員は決定次第ホームページなどでお知らせします。
※詳細は、お問い合わせください。

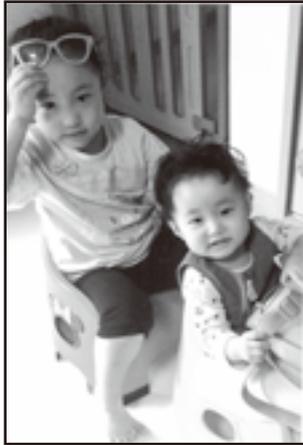
●問い合わせ 自衛隊山梨地方協力本部（☎ 055-253-1591）

▶自衛官募集ホームページ



すくすく育て うえのはらっ子

～我が家の主役～



島田地区 石原 ^{な お} 奈歩ちゃん (3歳11か月)
^{れい} 怜ちゃん (1歳1か月)

崇大さん、智子さんの長女、次女

“姉妹仲良く元気に育ってね!”



島田地区 小池 ^{あん} 杏ちゃん (4歳6か月)
^{あ お} 葵大くん (1歳4か月)

紘史さん、友美さんの長女、長男

“2人の笑顔が大好き♡
これからも2人仲良く大きくなーれ!!”

《募集》わが家の主役に掲載する写真を募集しています。掲載を希望される人は、政策秘書課までお問い合わせください。政策秘書課秘書広報担当 (☎ 62-3191)

～子育てサポート情報～

●子育て支援センターを利用しよう!!

市では、上野原こども園内と巖こども園内の2か所に、子育て支援センターを設置しています。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、悩みの相談ができる場所です。毎月、誕生会、お話広場、子育て講座など、多数の行事を行っています。ぜひ、ご利用ください。

【対象者】

市内に住所がある人、市内に勤務している人、市内の学校に在学している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】

毎週月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

【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8時30分～午後4時30分

※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、巖こども園内

※わからないことがありましたら、気軽にお問い合わせください。

●問い合わせ

上野原子育て支援センター (☎ 56-8351)

巖子育て支援センター (☎ 62-6201)



広報うえのはら おトククーポン

クーポンは、切り取ってお使いください。

おトククーポン
おトククーポン
おトククーポン

1枚で4名様まで
4つ以上の注文で無料ラガービヤ

Loveingデリカ食ベチヤイナ
上野原 2095 ☎ 0554 (67) 9460

ファミリ-3ツツハラダ
上野原 2012 ☎ 0554 (62) 3225

国産品グッズ、肌着、男性用・婦人用各種
正味の**25%引き**

おトククーポン
おトククーポン
おトククーポン

1枚で当日4名様まで(1時半～16時までの利用に限る)

**カフェ & Restaurant
シーナ SIEG**
上野原 3632 ☎ 0554 (63) 2882

デザートセット 500円 (通常600円)

おトククーポン
おトククーポン
おトククーポン

1枚で車1台まで・オイル代+交換代含む(要事前予約)

島田自動車工業(株)
島田 1946-1 ☎ 0554 (62) 4614

オイル交換 1000円OFF

おトククーポン
おトククーポン
おトククーポン

1枚で1回まで

ヨガリソタ上野原
☎ 080-4407-5957

1対1のツツ-ツツ古民家ヨガリソタ
90分体験コース 1500円(要予約)

おトククーポン
おトククーポン
おトククーポン

1枚で1回まで

古民家ヨガリソタ カルナ・ロータス
ハツル 1562 ☎ 090-6948-2559

1対1のツツ-ツツ古民家ヨガリソタ
90分体験コース 1500円(要予約)

おトク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事業者を募集しています。掲載は無料です。工夫次第で新規顧客やリピーターを獲得できるかもしれません。ぜひご活用ください！

政策秘書課
秘書広報担当
☎ 62-3191

おめでた・おくやみ

- 誕生**
- 甲東地区
米山結愛(光俊)
曾根輝耶(一輝)
 - 上野原地区
木村奏介(浩之)
清水悠人(大輔)
中西心花(竜斗)

- 婚姻**
- 上野原地区
田口哲也 = 里吉恵理

- 死亡**
- 甲東地区
戸田儀昌(昌之)
守屋より子(武)
 - 巖地区
尾形工美(直)
渡辺晃成(吉章)
 - 大鶴地区
山口文子(喜録)
安藤梅子(光章)
 - 島田地区
井口富江(功子)
内藤美代子(昇)
 - 上野原地区
細田慶子(直)
石井今子(中村貢)
奥秋雅子(昇)
佐藤利男(勝由)
小川司郎(達也)
三枝恭子(和一)
 - 桐原地区
石井敏正(正彦)
 - 西原地区
奈良新作(喜之)
 - 秋山地区
藤本國虎(高彦)
原田亘(清孝)
天野豊子(司久)

= 10月届出分 =

() は、誕生の場合が保護者、死亡の場合が届出人です。
【敬称略順不同】

～子育て応援掲示板～

『島田子育て&地域カフェ』

【日時】12月3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どうぞ。
※気軽にお越しください。
※マスクの着用をお願いします。また、室内での飲食ができませんので各自で水分補給をお願いします。
【問い合わせ】代表者 佐藤 ☎ 63-1519

子育てサロン『あそびにおいでよ!』

【日時】12月3日・17日(木) 午前10時～正午
【場所】新一区集会所
【内容】親子が安心して遊べ、ママ友がしてくれる。子育ての悩みなどを気軽に相談できる第2の実家のような場所です。
【問い合わせ】代表者 作田 ☎ 090-9134-7827

『子育てサロン*ぼかぼか*ひろば』

【日時】12月15日(火)
【場所】コモア内3丁目センター集会所
【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)
※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】12月12日(土) 午前10時～正午
【場所】総合福祉センターふじみ 会議室B・C
【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
※日時が変更になることがあります。参加希望の人は事前にご連絡ください。
※マスク着用のうえ、親子の飲み物をお持ちください。

『さいはら遊びのがっこう』

【日時】12月13日(日) 午前10時～午後2時
【場所】お問い合わせください。
【内容】野外でおもいっきり遊ぼう!
【持ち物】飲み物、お弁当、子どもの着替え
【問い合わせ】代表者 石井 ☎ 080-6536-3520

～人の動き～

人口と世帯 (令和2年11月1日現在)		
	人口等	対前月比
人口	22,653人	-29
男性	11,346人	-17
女性	11,307人	-12
世帯	10,015世帯	-9

●●●上野原市立病院 12月の外来診療

●問い合わせ 市立病院 (☎62-5121)

クーポンは、切り取ってお使いください。

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 一般外来	午前 初診	片山・花輪	飯野	小池	村田	長坂 (浩)	内科医師
	午前 予約	三澤 <循環器> 濱	岡本・村田 片山	長坂 (浩) 花輪・藤来	長坂 (浩) <循環器> 唐澤	岡本・村田 進藤	
専門外来 【予約制】	午後			<糖尿病> 山崎 <腎臓> 担当医	<睡眠> 竹内 注1		
神経内科	午前	村田 (博朗)		瀧山			
小児科	午前	赤羽	加賀	須長	笠井	成澤	
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	千葉 第3月曜日のみ	遠藤	富岡			
胸部外科	午後			平良 予約のみ			
皮膚科	午前	大沼		三井	第1・3 前島 第2・4 武藤		
	午後						
整形外科	午前	大城・藤岡	須田	戸島・谷口	水原・藤岡	金沢・藤岡	
眼科	午前	村田 (博)	村田 (博)		村田 (博)	村田 (博)	
	午後		村田 (博) 予約のみ	杉谷			
耳鼻咽喉科	午前 午後		黄川田	石井		小佐野	
泌尿器科	午前				村石	小松 診療日 12/5、26	
婦人科	午前				山梨大非常勤医師 (受付 8:00~10:30)		
西原診療所	午後			内科医師 第3木曜日のみ			
秋山診療所	午前	第1・3 岡本		片山		上條	
	午後	第2・4 渡辺					

※この案内は、11月16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。
 ※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。
 ※小児科予防接種の受付時間は、午後2時~3時15分です。
 ※診療の受付時間は、午前8時~11時30分、午後2時~4時です。
 ※もの忘れ外来は予約制です。予約のお問い合わせは、午前8時30分~午後5時です。
 ※診察の予約変更の問い合わせ時間は、平日午後1時~4時です。
 ※電話での問い合わせ受付時間は、午前8時30分~午後5時です。
 注1 睡眠時無呼吸症候群は、睡眠外来にて診察します。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。

●●●12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
児童巡回 相談	10日(木) 午前10:00~午後3:00	市総合福祉センター (要予約☎62-4133)	結婚相談所	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	毎週月曜日~金曜日 (祝日除く) 午前8:30~午後5:00	子育て保健課 子育て支援担当 ☎62-1199	学校 カウンセラー 教育相談	毎週月曜日~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	毎週月曜日~金曜日 (祝日除く) 午前8:30~午後5:00	子育て保健課 子育て支援担当 ☎62-4134	消費生活 相談	毎週月・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
ふれあい 福祉相談	毎週木曜日 午前10:00~午後3:00	市総合福祉センター	農地売買・賃 借申請書提出	12月の申請書提出期限 10日(木)	農業委員会(産業振興課内) ☎62-3119
人権相談	10日(木) 午前10:00~正午	市総合福祉センター 2階生活相談室	市税収納・ 納税相談	27日(日) 午前9:00~正午	税務課カウンター ☎62-3113
行政相談	21日(月) 午前10:00~正午	市役所 2階会議室D	市民課 日曜窓口	27日(日) 午前9:00~正午	市民課カウンター ☎62-3112

定休日/日曜日 営業時間/11:00~20:00
 ※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、精算時に提示してください。
 ※クーポンの使用は不可
 ※クーポンは、現金とのお引き換えはできません。
 ※有効期限: 2020年12月末日まで

定休日/水曜日 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、必ず精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・サービスとの併用はできません。
 ※クーポンの使用は不可
 ※クーポンは、現金とのお引き換えはできません。
 ※有効期限: 2020年12月末日まで

定休日/水曜日 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・サービスとの併用はできません。
 ※クーポンの使用は不可
 ※クーポンは、現金とのお引き換えはできません。
 ※有効期限: 2020年12月末日まで

定休日/日・祝日 営業時間/8:30~18:00
 ※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・サービスとの併用はできません。
 ※クーポンの使用は不可
 ※クーポンは、現金とのお引き換えはできません。
 ※有効期限: 2020年12月末日まで

定休日/日・祝日 営業時間/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)
 ※本券を使用の際は、必ず参加時に提示してください。
 ※クーポンの使用は不可
 ※クーポンは、現金とのお引き換えはできません。
 ※有効期限: 2020年12月末日まで

定休日/土・日・祝日 営業時間/10:00~20:00
 ※本券1枚につき1名様まで使用可能です。(一人一回限り)
 ※本券を使用の際は、お申込み時に提示してください。
 ※クーポンの使用は不可
 ※クーポンは、現金とのお引き換えはできません。
 ※有効期限: 2020年12月末日まで

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事業者を募集しています。掲載は無料です。工夫次第で新規顧客やリピーターを獲得できるかもしれません。ぜひご利用ください!

政策秘書課
秘書広報担当
☎62-3191

リンデン だより

LINDEN DAYORI

市立図書館

一般書

- ◇『いつの空にも星が出ていた』
佐藤多佳子／著 講談社
- ◇『きのうのオレンジ』
藤岡陽子／著 集英社
- ◇『絶局 本能寺異聞』
坂岡真／著 小学館

児童書

- 『列車探偵 ハル』
M.G. レナード サム・セッジマン／著
早川書房
- 『へんくつさんのお茶会』
楠章子／作 井田千秋／絵 学研プラス
- 『雪山のエンジェル』
ローレン・セントジョン／作 さくまゆみ
こ／訳 評論社

絵本

- ◆『ぼうしくんのクリスマスプレゼント』
新井洋行／作・絵 KADOKAWA
- ◆『雷電為右衛門』
いぬんこ／絵 神田伯山／監修 講談社
- ◆『ふみきりかかんくん きょうはなんの
ひ?』
武田美穂／絵 斎藤洋／作 講談社

- ◎ 12月の図書館イベントはお休みします。
- ◎ 展示コーナーにて「クリスマス」をテーマに児童書や絵本を展示しています。
- ◎ 本の除菌ボックスを設置しました。

新型コロナウイルス感染症対策のため、本の除菌ができる機械を導入しました。図書館の入り口付近にも設置しています。45秒ほどで除菌できますので、貸し出しの際など、気軽にご利用ください。



◀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

スマイル ニュース

SMILE NEWS

168

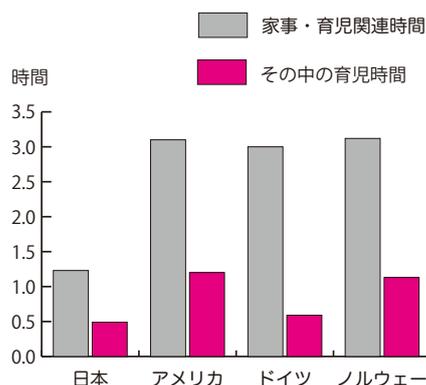
男女共同参画推進委員会

「イクメンパパカ」
を上げよう！



日本男性の「イクメンパパカ」は、まだまだ世界に比べて少ないので、積極的に育児休暇を取り、家事・育児関連時間を増やす必要があると思います。

2017年に内閣府の男女共同参画局が示した「6歳未満の子どもを持つ夫婦の家事・育児関連時間（1日あたり）」によると、夫の家事・育児関連時間は、各国の約半分以下です。



アメリカでは、夫は週の何日かの夕食を豪華ではないが作る家庭が多くあり、週末は家庭サービスの日です。その背景には、日本と違って親との同居は少ないため、妻と協力して子どもを育てる風習があるようです。

また、積水ハウスが独自に調査した「イクメン白書2020」では、イクメンランキング1位は佐賀県で、山梨県は30位と低いです。

佐賀県知事から、「妻が妊娠期にある夫婦をターゲットに、家事や育児を夫婦で担うという意識を高める取り組みを進めてきた。『家事・育児はこうするもんだ』という"もんだ症候群"から解放され、楽しさや幸せを感じてほしい」とのコメントがありました。

【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



広報うえのはら版

Vol.38

上野原は山に囲まれた、たくさんの自然が残る場所であることから、市内ではさまざまな紅葉を見ることが出来ます。今回は私たちが見つけた上野原の紅葉をご紹介します。



▲大学の敷地内にも、いたる所に見事な紅葉スポットがあります。

大学周辺の紅葉

大学周辺では、鮮やかな赤色になったもみじが多く見られました。雲一つない青い空ともみじの赤色のコントラストは、とても綺麗で秋を感じられました。風が強めに吹いた時、近くの木から落ち葉が舞ってきました。地面に絨毯のように広がる落ち葉や山のグラデーションを眺めることも良いですが、この風による演出もまた一興です。



▲山々には赤や黄色やオレンジの木々が。

通学路・市内の紅葉

駅へ向かいながらふと見渡すと、山一面の緑の中に淡い色の赤や黄オレンジがかったところが見られました。この時は、まだ少し時期が早かったのですが、もう少し時間が経てばさらに鮮やかに見えることでしょう。橋の上から川を眺めると、落ち葉がすつと流れていきます。優雅に流れていく様はとっても綺麗でした。



▲水面の、水底の、そして反射して樹上の紅葉も。

ちょっと変わった場所の紅葉

すこし視点を変えれば、身近にもたくさん紅葉スポットが潜んでいます。例えば、水面に隙間なく浮かぶもみじは池を赤く染めていますし、川の中にカメラを落とすと水の中で舞う紅葉を見ることが出来ます。普段何気なく通る場所でも、意識して見れば新たな紅葉スポットを発見できるかもしれません。



ここで紹介した写真はほんの一部です。左のQRコードを読み込んで頂くと、私たちが撮影した沢山の紅葉を見ることが出来ます。色鮮やかな紅葉の写真をぜひご覧になってください。



<http://nekonome.s5.valueserver.jp/main0/koyo/>

上野原 PhotoRecord



一つひとつにメッセージ入り 手作りマスクをいただきました

10月30日（金）、上野原高校JRC（青少年赤十字）部のみなさんが、手作りしたマスクを寄付するため教育委員会を訪れました。これは、コロナ禍で校外の部活動がままならない中、必要としている子どもたちに届けられればとマスク作りに取り組み、130枚以上を作製していただいたものです。いただいたマスクは小中学校などで大切に使用していきます。



認知症高齢者などを守るために 市民後見人養成講座

認知症高齢者などの増加にともない、判断能力が低下された人の権利を守り、支援する、「後見人」の必要性が高まっています。市では、身近な市民という立場で後見活動を行う「市民後見人」の養成講座を昨年11月から実施し、今年12月で全課程が修了します。修了する受講生は19人で、このみなさんは「市民後見人」として判断能力が低下された人を支援していく予定です。身近にお困りの人がいらっしゃいましたら、地域包括支援センターに気軽にご連絡ください。



迅速かつ的確な措置で命を救ったみなさん 消防から表彰されました

11月10日（火）、消防長表彰の表彰式で、市内のソフトボールチーム「秋山シニア」が表彰されました。これは、今年8月、ソフトボールの練習中に倒れ心肺停止状態となった男性が、チームメイトの胸骨圧迫やAEDの使用など、迅速な救命措置により一命をとりとめたものです。式当日には、代表して原田一之さん、原田稔さんが消防本部を訪れ、消防長から表彰状が手渡されました。原田一之さんは、「今振り返っても、助かって良かった、嬉しい、という思いがこみ上げてくる」と話していました。



災害時に役立つ調理法 パッキングッキングレシピ！

11月10日（火）、総合福祉センターふじみの栄養指導室で「災害時に役立つパッキングッキング」のテレビ収録が行われました。これは、食生活改善推進委員会のみなさんが、災害などでライフラインがストップしても温かい食事を摂ることができる「パッキングッキング」について紹介するものです。パッキングッキングは、高密度ポリエチレンの袋に食材を入れ、お湯で温める調理法です。当日は、チキンライスや切り干し大根煮、ココアケーキなどを実際に調理しました。この模様とレシピの紹介は、12月28日（月）からUBCで放送予定です。



やまなしデータdeヘルス事業 参加者募集のお知らせ

山梨県では、市町村国保加入者の健康づくりを推進するため、アプリで健康づくりを行うデータdeヘルス事業の参加者を募集しています。



対象者 山梨県にお住まいの国民健康保険加入者（19才～74才）

※一部例外地域あり、詳しくは山梨県のホームページをご確認ください <https://www.pref.yamanashi.jp/kokuho/datadehealth.html>

今なら、専用アプリ kencom の登録をして頂いた方、先着5,555名様にクオ・カード ペイ500円分をプレゼント

※キャンペーン規約を必ずご確認の上、ご登録ください <https://kokuho.s3-ap-northeast-1.amazonaws.com/guide.pdf>

アプリで楽しく、健康に。 **目** 健康情報をお届け

これなら続けられる！



- +** 将来の健康状態を予測
- +** 歩数を記録できる
- P** ポイントが貯まる



専用アプリkencomのダウンロードはこちらから

kencom 登録方法 検索



専用アプリ kencom に登録すると！

先着5,555名様に500円分のクオ・カードペイをプレゼント！

Apple および Apple ロゴは米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は Apple Inc. のサービスマークです。Google Play および Google Play ロゴは Google LLC の商標です。

問い合わせ 山梨県国保援護課国保指導担当 (☎ 055-223-1466)

有料広告

大好評！結果が見える個人別プログラム

介護保険の要介護・要支援認定者対象の

筋力運動ならデイサービス

フェリーチェ上野原！

フェリーチェ上野原 上野原市大橋611 Tel:0554-63-0294 (担当 白須)

介護のシゴト求人情報



お問合せは電話又はラインで

12月号
身近な街の
いいお店宣言

『上野原市 2020 商品券』利用できます

『エントリーモデルの高性能』
補聴器 85,000円～

『学生さんに大人気』
メガネ一式 12,000円～

とけい・めがね・補聴器
みやがわ
問い合わせ 0554-63-0234 (水曜定休)



『みやがわ』は来年、創業88年。コロナ禍の中でも、地元のお客様に安心してご利用いただけるのは、先代・先々代が築いてくれた信頼の証であり、その礎はとてつもなく大きなものなんだと、この厳しい状況の中、今更ながら実感し感謝しています。

『みやがわ』は業界でも、上野原でも、小さな小さな専門店です。だからこそ、『信頼と安心』をして頂けよう、より一層の努力を重ねます。人混みへの移動は慎重になる今、近所にも安心して頼れるお店があるんだと感じて頂けるよう、大都市店に負けない本当に良い品揃えと幅広い価格帯、皆様に喜ばれる親身な対応に努めます。

有料広告募集 (裏表紙・お知らせチェックリスト下段)

市では、広告主を募集しています。事業主などのみなさん、ぜひ、ご活用ください。▶問 政策秘書課秘書広報担当 (☎ 62-3191)



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。