広報うえのはら UENOHARA

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public Relations

1

2023年
No.215

ご利用ください
広報うえのはら
おトクーポン
29ページ左端に掲載
ご覧ください!!

新春対談

「道を切り拓く」

新年特別企画・新春対談

「道を切り拓く」

佐川 八重子さん

1944年生まれ、千葉県出身。文化服装学院本科修了。26歳で桜ゴルフを創業。ゴルフ業界でコンサルティング、会員権取引などの事業を手掛け、50年以上にわたって活躍。趣味はゴルフ、囲碁、小唄、社交ダンス。女性起業家支援をライフワークとしている。2001年、米国スターグループ・世界優秀女性起業家賞ほか、多数を受賞。

あけましておめでとうございます。今年も市政に対し、みなさんのご支援、ご協力をお願いします。

今回は新年特別企画として、『道を切り拓く』と題し、女性経営者の草分けとして50年以上にわたり第一線で活躍されている佐川八重子さんをゲストに迎え、新春対談を企画しました。その内容の一部を抜粋してご紹介します。

■経営者となるまで

村上市長　経営者になるまでの歩みを教えてください。

佐川さん　千葉県の山武市で生まれました。8人兄弟の末っ子です。高校生のとき叔父に連れられてゴルフ場に行き、広大な緑の芝生やクラブハウス……別世界を垣間見て、こんな世界に入りたいと夢見ました。実際には文化服装学院に行き、デザイナーになろうと思って勉強していましたが、ゴルフのことが忘れられずにいたとき、新聞広告にゴルフ会社の秘書の募集があり、これこそ私の本来の仕事だと飛び込み、現在に至ります。

村上市長　いろいろな転機があって、ゴルフ業界へお入りになった。私も、全く違うところで生きてきて、議員や市長になりました。もともとは禅宗のお寺の坊主で、いろいろな経験をしていく中、節目がいくつかありました。修行のときにいろいろな立場の人を見て、どうにかしなければと感じ、常にそこから逃げないようにしてきたことは確かでした。

佐川さんのように、実業界などいろいろなところで活躍できる立場というのは、非常にうらやましく感じます。

佐川さん　私ども桜ゴルフは昭和45年、第一次ゴルフブームの幕開けと共に銀座で創業、今年で53年を迎えます。高度成長から低成長へと激動の中、道なき道を切り拓き無事今日に辿り着けましたのは感慨深い思いです。単にモノを売るのではなく考え方を売る、コンサルティングを主眼にした営業方針が評価された結果だと思っております。

村上市長　実業界というのはとても厳しいことがたくさんあったんだと思います。ご苦労さまです。

昨年、市内のゴルフ場で女子プロゴルフの大会があり、恥ずかしながら初めてゴルフ場というところに入りました。広大なグリーンの綺麗さに感動しました。

佐川さんに遅れること数十年、私もその感動を味わわせていただきました。

行政放送　新春対談の様子はUBCで放送されます。

■放送期間　1月1日（日・祝）～8日（日）

※放送時間などは、上野原ブロードバンドコミュニケーションズ（UBC）ホームページの行政放送番組表でご確認ください。

■人生の節目、出会い

村上市長　人生の節目節目でどんなことがありましたか。

佐川さん　10年目はゴルフ場経営の失敗、20年目はバブル経済の最盛期にあって狂乱相場の火消し役を務め、30年目はバブル崩壊の直撃による相次ぐゴルフ場の倒産、40年目はリーマンショック、東日本大震災。50年目は予想もしなかったコロナ禍と、試練の連続でした。そのような中にあっても、田中政権の高度経済成長政策もあり、創業3年目には32億円、平成元年には300億円の売り上げを女性だけで達成しました。

　創業当初、「女の経営者に金は貸さない」と堂々と言われたことが懐かしく思い出されます。ゴルフ界は一般的には男性社会といわれていますが、ゴルフ場で働く方は女性が過半数を占め、きめの細かいサービスを提供しています。

村上市長　そういう女性が上野原市にたくさんいることも知っています。市としても、女性が進出できるような社会を作っていかなければと思っています。

　佐川さんは人生の中で、どんな人に出会いましたか。

佐川さん　ゴルフという仕事柄、お客様には社会的地位の高い方が多く、そのような方々の謦咳に接したことは私の大きな財産になりました。思い出深いことは、日本興業銀行の頭取の故正宗猪早夫さんとの出会いがあったことです。いつも温かい目で見守ってくださり、「中庸の精神」を養うためのどれほど大きな存在だったかしれません。

■愛語

佐川さん　市長さんは僧侶でいらっしゃるんですね。日本も経済が衰退し、人は心に傷を抱えています。今こそお坊さんの役割は大きいと思います。私も創立30周年の時、なぜか虚しく心が止まってしまいました。その時、松原泰道先生の『道元』という本に出会いました。

　道元の難解な哲学書をわかりやすく説明するこの本を通じて、心に残ったのは「愛語よく廻天の力あるを学すべきなり」の一文。「愛語」とは思いやりのある言葉のこと。優しい言葉には天地をもひっくり返す力があるということで、言葉をとても大切にしています。

村上市長　「和顔愛語」ともいいますね。和やかな顔で、優しい言葉で相手に接することで、大勢の視線が集まるというか、従業員の方も一つにまとまるというような経営者の哲学の一つでしょうか。

■挫折はありがたいこと

村上市長　それ以外にも、経営者としての哲学はありますか。

佐川さん　社訓として「礼節なくしてビジネスなし」を掲げています。さらに大事にしていることは「人生やさしさ」だと思います。

　私の実家は父が工務店を経営し、大工の奉公人が7、8人住み込みで働いておりました。母は彼らを家族のように可愛がり、「使用人大事」でお食事や美味しいものは全て使用人が先でした。従って、皆よく仕えてくれました。うちの従業員もとてもよく働いてくれるのは、私がこの教えを少しは受け継いでいるからでしょう。

村上市長　大勢の人との『一期一会』があるほど、その人が豊かになっていく気がします。私も市長になってみて、私よりも職員のほうがずっとずっと優れているなと感じています。若いときから大勢の人たちと付き合わせていただいていますが、そういう方たちの生きざま、人生、経験が、知らないうちに私の中に入ってきました。

　若い頃、嫌だなと思っている人がある日、突然いい人に変わっていたときがあります。その人に何があったかというと、大きな病気をした。生死を分けるような病気をしたことによって、その人は変わった。人生にとって、「どん底」という表現がいいかどうかはわかりませんが、どの段階でどん底を味わうかによって、その後、永く充実した人生を送ることができると思います。なるべく早く、負荷がかかる経験をするというのはすごく大事だと思います。佐川さんもたくさんいろんなことがあったんだと思います。

佐川さん　私の人生で一番大きな出来事は、やはりゴルフ場事業の失敗です。共同経営者の背信行為で経営を撤退する羽目になるのですが、なかなかその相手が許せなかった。「良かったことは人のおかげ、悪かったことは自分のせい」。このように解釈しないと物ごとは前に進みません。挫折はありがたい経験だと思います。

村上市長　きわめてポジティブな発想ですね。

佐川さん　長い人生、趣味にも助けられました。創業間もないころ、銀座の老舗の旦那衆にご挨拶をしたとき、「会ってすぐ商売をすることはやめなさい。趣味を極めて人間関係ができるとやがて仕事はついてくる」と、「三ゴの趣味」を勧められました。

　一つはゴルフ。それから「囲碁」。もう一つは「小唄」です。趣味を持つことで心にゆとりができ、潤いのある人生を送ることができます。

（次ページへ続きます）

■女性起業家支援

村上市長　佐川さんは、女性起業家の支援もされているとお聞きしています。

佐川さん　1985年、4番目の経済団体としてニュービジネス協議会（NBC）が創設され、その中に女性経営者委員会を作りました。「女性の社会的地位の向上」「女性経営者の経営環境の整備」「政策提言」などの積極的な活動は、NBCの目玉でした。

その後、NBCでの活躍を見ていた日刊工業新聞の社長より、東京産業人クラブ（異業種交流組織）の中に女性部会を作ってほしいと頼まれ、以来25年会長を務めております。女性部会は疲れた羽を休めるオアシスのような存在を目指し、女性起業家の育成と支援を核にしてやっています。

■上野原市との縁

村上市長　上野原市とのご縁は。

佐川さん　5年前、上野原カントリークラブ（CC）の30周年記念募集を前経営者より頼まれ、募集業務を請け負ったことがご縁です。

お仕事をご一緒させていただくにつけ、従業員の皆様の働きぶりの素晴らしさを目の当たりにし、そのような従業員を育てた上野原市はどのようなところかと興味を持ちました。

桐原地区は、長寿村として有名ですね。

村上市長　桐原が長寿村と呼ばれる所以は、雑穀食が中心であったこと。斜面を歩き、バランス感覚がしっかり体に植え付けられたことにあると思います。

桐原の郷土料理で有名なのが、小さな「じゃがいも」（せいだいも）を無駄なく使うために、皮付きのまま油で炒めて味噌でゆっくり味をつけていく「せいだのたまじ」があります。美味しいですよ。

中井清太夫（なかいせいだゆう）という代官が、救荒作物として奨励したという歴史があります。

佐川さん　今度いただいてみます。

上野原の酒まんじゅうは人気があって、いつもおみやげに買って帰ります。あんこがたくさん入っているもの、皮が美味しいもの、いろいろありますね。

村上市長　お店ごとに個性がありますね。

上野原市との縁を取り持った上野原CCは、どんなゴルフ場ですか。

佐川さん　開場して今年で37年を迎える、本拠地を上野原市に置く唯一のゴルフ場です。緑豊かなゆるやかな丘陵地に展開する上野原CCは、「戦略性が高くコースが良い」「東京から1時間という好立地」「会員重視の運営が好評」と、3拍子揃った稀なゴルフ場です。さらに、キャディさんの評判はピカ一です。

現在の経営者は東証プライム市場上場の物流大手AZ-COM丸和ホールディングス創業者である和佐見勝（わさみまさる）氏です。立派な人物です。40年来の友人で、2年前に上野原CCの経営をお引き受けいただきました。

私は、上野原の子どもたちにぜひゴルフ場を見せて、情操教育の一環としていただきたいと思っております。今後、上野原CCが地元の方々に愛されるゴルフ場になるよう、コースの方と一緒に努力したいと思います。

ところで、上野原市近隣にはたくさんのコースがありながら、ゴルファーが泊まるところがなくて困っています。ホテルができてもいいですね。

また、地元の食材を使ったレストランがあると嬉しいです。

村上市長　今のお話を受けて、市民の方々の中から「私が起業しよう」という話が出てくれば、ありがたいですね。

■道を切り拓くということ

村上市長　佐川さんの50年間の努力は、まさに「道を切り拓いてきた」と感じます。

そういう目線から、上野原市が発展する、道を切り拓いていくためにはどうしたらよいと思うかお聞かせ願えますか。

佐川さん　繰り返しになりますが、美しい自然、恵まれた立地、あたたかいお人柄など、発展の大きな可能性を感じています。

山梨の玄関口・上野原には、さらにPRに力を入れていただくことにより、もっとたくさんの方に来ていただける街になっていただけることを期待いたします。

村上市長　「都会と田舎のいいとこ取り」ができる上野原市です。市民全体がひとつになって活性化していくことが、道を切り拓く原動力になると思いました。

今後も、いろいろご指導をいただけるとありがたいと思っています。

本日はありがとうございました。

年頭のあいさつ

上野原市長
村上信行

明けましておめでとうございます。

市民の皆様には、希望に満ちた新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、日頃より、市政運営へのご理解とご支援をいただいておりますこと、心から感謝申し上げます。

さて、昨年も、新型コロナウイルスに翻弄された年となりました。幾つもの感染の波が、私たちの日常を奪い、我慢我慢の生活が既に3年近く続いています。しかし、我々は徐々にではありますがウイルスに対抗する術を学び、ウィズコロナ・ポストコロナの時代へと着実に進んでいることもまた事実です。上野原市においても、さまざまなイベントが感染対策を徹底しながら再開されるなど、明るい話題が増えてきています。

また、昨年は、秋山地区で連綿と受け継がれてきた「無生野の大念仏」を含む国の重要無形民俗文化財41件が、「風流踊（ふりゅうおどり）」としてユネスコ無形文化遺産に登録されることとなりました。保存会の皆様、地域の皆様のたゆまぬ努力に心から敬意を表します。南北朝時代から続いてきた無生野の人々の営み、生活の一部が、高く評価されたことに、とても感動しました。これを機に、登録のために一緒に活動した「風流踊」の関連団体や関連自治体をはじめ、市内の獅子舞や神楽などの伝統芸能の団体とも連携し、上野原市を積極的にPRしてまいりたいと思います。

こうした地域の宝や「都心から1時間！自然と都市とのほどよい距離感が魅力の上野原市」に更に磨きをかけ、市民の皆様にお約束した「将来に希望の持てるまちづくり」に奮励してまいりますので、今後もお力添えを賜りますようお願いいたします。

卯年の本年、上野原市が大きく飛躍する年となりますよう、また、新型コロナを克服し、健康で幸多き年となりますよう祈念いたしまして、年頭のあいさつとさせていただきます。本年もよろしくお願いいたします。

うえのはらビジョン策定プロジェクト

市では、公募で集まった市民22人が中心となって、市の未来図となる「うえのはらビジョン」を策定するプロジェクトを始動しました。今回の特集では、現在までの取り組みと、今後の展望をお伝えします。

●問い合わせ　政策秘書課政策担当（☎62-3191）

ビジョンとは

皆さんは、ビジョンと聞いて何をイメージしますか？

ビジョンとは、見えないものを皆さんに見えるように表す言葉です。

うえのはらビジョンは、「どんなまちになっていきたいか」を言葉、メッセージとして表したものとなります。

「上野原をこんな魅力あるまちにしていきたい」、「こんなまちだと自分の夢を叶えられる」、そんなまちになるための羅針盤です。計画などの「何をしていくか」という手段ではなく、目的地を表すものとなります。

ただし、ビジョンが意味あるものになるためには、皆さんが共有・共感できる未来図でなければなりません。このため、ビジョン策定は行政だけでなく市民の皆さんと協働して取り組む必要があります。

プロジェクトの活動

うえのはらビジョン、メッセージを市民協働で策定するため、市では「うえのはらビジョン策定プロジェクト」を昨年6月から始動しました。

プロジェクトメンバーは、市民の中からランダムに抽出した500人に案内を送付し、募集しました。

その結果、募集に手を挙げてくれた市民22人を中心に、上野原高校の生徒5人、市役所若手職員11人でチームを構成しました。

5つの班に分かれたメンバーは、東海大学教授の河井孝仁先生や、コピーライターの小栗詩織さんのサポートを受けながら、昨年11月までに5回のグループワークを開催し、うえのはらビジョン案の策定に取り組みました。

プロジェクトを終えて

手探りの状態で始動しましたが、河井先生などのサポート、メンバーの協力によって完了できました。メンバーが回を重ねるごとに、上野原市の未来を自分事として、真剣に取り組む姿勢を強く感じることができました。市では、今後、うえのはらビジョンが市内外に広く浸透するよう取り組んでいきます。

東海大学教授 河井孝仁（かわいたかよし）先生

うえのはらビジョンに定められるブランドメッセージは、上野原の「魅力」を示し、上野原に関わる人々が目指す「未来」を見通す言葉です。しかし、ブランドメッセージは神棚に置くものではありません。上野原の力をさらに伸ばすための「道具」です。素敵なものを創るにはいい道具が必要です。その道具は、自分たちの手になじむものを自分たちで用意することが必要です。そして、道具は常に鍛えなければなりません。使い込むことで、もっと使いやすいものに鍛えられる、そうした可能性のある道具としてのブランドメッセージが生まれることを期待しています。

河井孝仁先生プロフィール
公共コミュニケーション研究所代表・東海大学教授。
自治体のシティプロモーションアドバイザーや広報アドバイザーとして、多くの自治体において積極的な支援を行う。

活動の様子

初めて会うメンバーが多いなか、全5回のグループワークを通して各班で活発な意見交換や情報共有を行うことができました。

ブランドメッセージ

グループワークでは、各班でまず上野原の魅力を掘り起こしました。そして、その魅力をつなぎ合わせて、架空の人物が挫折もしながら自分の夢を実現していくストーリーを作りました。掘り起こした市の魅力やこうしたストーリー、参加された皆さんの想いを受けて、コピーライターの小栗さんがビジョンとなるブランドメッセージ案を提案してくれました。

ブランドメッセージは、メインコピーとボディコピーから構成されます。メインコピーは、ビジョンを一言で表した言葉、ボディコピーはメインコピーの世界を説明する言葉となります。

今回のプロジェクトで提案されたブランドメッセージ案は、9ページの①～⑤のとおりです。

今後の予定

今後は、プロジェクトで提案された5つのブランドメッセージ案の中から、皆さんの投票などにより、うえのはらビジョン、ブランドメッセージを決定していきます。上野原の未来図を一緒に創ってみませんか。

コピーライター 小栗詩織（おぐりしおり）さん

プロジェクトに参画させていただき、上野原のことをたくさん知ることができました。私自身がまちのファンになれたことをまずはとても嬉しく思います。どのコピーもグループワークを通して感じた思いを整え、上野原から新しく作りたいイメージや、伝えていきたい魅力、まちに合った生き方のスタイル、そして大切にしたい未来への意志を、短く・やさしくまとめました。皆さんの心に届くものがあれば幸いです。

小栗詩織さんプロフィール

リクルートメディアコミュニケーションズ（現 RCO）に勤めた後、25 歳で山梨へ越し、フリーランスに。広告を中心とした企画・コピーライティング、及びデジタルマーケティング領域（WEB コンテンツ制作・SNS プロモーション）を中心に活動中。

プロジェクトメンバーインタビュー

村井保恵（むらいやすえ）さん

世代も職業も地区も違う多様な参加者と意見を交わしながらのグループワークが刺激的でした。まちの課題でなく、魅力からの意見交換を行うことで、まちの未来に希望を感じられました。関わることが第一歩。他の参加者から上野原に対する新しい視点をもらえ、自分の意識の変化も感じます。ブランドメッセージの決定が楽しみです！

関戸亮磨（せきどりょうま）さん（上野原高校１年生）

今回のプロジェクトでさまざまな地区、年齢、性別の方と交流することによって、新たに今まで知らなかった上野原という街の魅力や観光資源に気づくことができました。少子高齢化など市が抱える諸問題について、若い世代である高校生としての意見を取り入れてもらえることにより、新たな風を吹き込むきっかけになればという気持ちで参加しました。

ブランドメッセージ候補

あなたが想うなりたい上野原、未来へ背中を押してくれるブランドメッセージ候補はどれですか？
ぜひ投票にご参加ください。

候補① こころ、瑞々しく。

思いきりあそべる自然、
人とひとのつながり、色あせない手仕事。
「小さくまとまりたくない」と、とび出す若者も多いけど、
「ここがいいね」と、帰ってくる大人も多い。
通りすぎたり、通りかかったり
古くからたくさんの人が往来するまち。
山や川は何もいわないけれど、
何かを与え続けてくれているように思う。
人々の笑顔、おいしい名物、夢中になれるアクティビティ。
こころを解き放てる伸びやかさが
ここ、上野原にはある。

候補② まだ、知らないだけ。

中央線の駅があって、
高速道路のインターチェンジは２つ。
電車でも、車でも、都心へ１時間。
自然がそばにある市街地には
あたらしい店、懐かしい店。
酒まんじゅうに、あんどうなつ。
里山に抱かれて、川には魚。ジビエもうまい。
たとえば、談合坂サービスエリアもこのまちの一部だけど、
「知らなかった」っていう人も多いでしょう？
交通、自然、名物、歴史、親しみやすい人びと。
あるものを活かせば、ないものをつくれる。
ないものをつくれば、みんなが応援してくれる。
まだ知らないだけのまち、上野原市。
気になるは、きっと好きになる。

候補③ 夢と生きるまち。

山があり、森があり、
川には魚がいて、おいしい饅頭もある。
子どもたちは伸びやかな様子で、
商店街には闊達な笑顔。
山梨県の東の端にあるから、
電車でも、車でも、都心へ１時間。
自然に励まされる。
人のあたたかさを知る。
都心とのちょうどいい距離感に気づく。
目の前のことに一生懸命になっているうちに、
見えてくるものがあるから、
やりたいことは、いつ見つかってもいい。
夢と生きられるまち、上野原市。

候補④ その未知をゆこう。

甲州街道に中央道。
古くからある大きなみちの途中に、
このまちはある。
山があり、森があり、
川には魚がいて、おいしい饅頭もある。
山梨県の東の端にあるから、
電車でも、車でも、都心へ１時間。
談合坂サービスエリアを利用する人びとが、
いつも通りすがるまち、上野原。
最近、ワクワクが足りていないと感じたら、
よりみちしてみるのはいかがでしょう。
知らないことばかりでいい。
その未知が、明日をもっとたのしくする。

候補⑤ 今日から目的地。

自然がそばにある市街地、
人と人のつながり、色あせない手仕事。
ただ通りすぎるだけだったり、
たくさんの人が通りすがったり。
東京のすぐそばだけど、
知らないことも、知られていないことも
このまちにはたくさんある。
自然、名物、歴史、親しみやすい人。
都心とちょうどいい距離にあるこのまちは
心をほどき、つながる時間をくれる。
今日は目的地、上野原。

投票でブランドメッセージを決定！

●**投票期間**　１月４日（水）～31日（火）
●**投票方法**　市役所投票箱・SNSなど
※詳しくは市公式LINEでお知らせします。

市公式LINE
友だち登録は
こちらから

●開票速報について　1月22日(日)の午後9時15分から山梨県知事選挙、上野原市議会議員一般選挙の順に開票を行います。上野原市議会議員一般選挙は、以下のURLまたはQRコードから開票状況が確認できます。

上野原市ホームページ
https://www.city.uenohara.yamanashi.jp/

●入場券の発送について

山梨県知事選挙および上野原市議会議員一般選挙の入場券が、有権者の皆様のお手元に届くのは、1月15日（日）以降になります。

入場券が届く前に期日前投票をされる場合は、入場券がなくても、本人確認の上、投票できます。

●投票所

山梨県知事選挙および上野原市議会議員一般選挙の投票所は、次のとおりです。

投票時間：午前7時～午後8時
※ [　　] の投票所の投票時間は、午後6時まで

投票区名	投票所		
	名称	所在地	地区名
第1投票区	大目出張所	大野1261	日向、花坂、東大野、西大野
第2投票区	旧大目小学校	大野4013	高橋、南米沢、谷後、日留野、大田、大沢、談合坂
第3投票区	犬目公民館	犬目869	恋塚、犬目、新田、矢坪
第4投票区	棚頭集会所	野田尻2015	棚頭
第5投票区	甲東ふれあいセンター	桑久保1602	瀬渕、東区、西区、荻野、野田尻、芦垣
第6投票区	旧上野原西小学校和見分校	和見955	和見
第7投票区	上野原市消防本部	松留514–8	仲山・大椚、八ツ沢、松留
第8投票区	巌出張所	四方津940-2	牧野、当月、久保、杖突・栃穴、仲居、奥平、千足
第9投票区	川合会館	川合3615	川合
第10投票区	上野原西小学校	コモアしおつ2-13-1	コモアしおつ
第11投票区	大倉集会所	大倉782	大倉
第12投票区	大鶴出張所	大倉31-1	鶴川、上野山、大曽根、大曽根陽光台、小倉
第13投票区	大椚地区体育会卓球場	大椚330	大椚、日野
第14投票区	島田コミュニティセンター	鶴島5433	上新田、中新田、下新田、駒門、西区、南区、東区
第15投票区	田野入集会所	鶴島4467	田野入

投票区名	投票所		
	名称	所在地	地区名
第16投票区	新一区集会所	上野原510	諏訪、塚場、新一、新二、新三
第17投票区	上野原市役所	上野原3832	本一、本二、本三、原、田町、新田倉、羽佐間、小沢東団地
第18投票区	第三部消防会館	上野原4679	小沢、小沢団地、西シ原、新井、山風呂、向風、八米
第19投票区	農業構造改善センター	上野原7812	奈須部、先祖・丸畑
第20投票区	尾続集会所	棡原710	尾続
第21投票区	用竹公民館	棡原2747	用竹
第22投票区	旧棡原小学校	棡原7234	猪丸、椿、日原
第23投票区	小伏多目的集会施設	棡原5730	小伏
第24投票区	井戸農業ふれあいの家	棡原4250	井戸
第25投票区	棡原分団第八部消防庫	棡原10750-6	大垣外、沢渡
第26投票区	初戸多目的集会施設	西原253	初戸、腰掛
第27投票区	田和多目的集会施設	西原3208	藤尾、田和・上平、中群
第28投票区	旧西原中学校	西原4069	扁盃・下城、郷原、原、平野田、阿寺沢
第29投票区	飯尾区民会館	西原6123	飯尾
第30投票区	旧桜井小学校	秋山3325	一古沢、富岡、金山、桜井、古福志
第31投票区	秋山公民館安寺沢分館	秋山1039	安寺沢
第32投票区	上野原市役所秋山支所	秋山7131	小和田、中野、神野
第33投票区	秋山小学校	秋山8674	栗谷、大地、遠所、板崎、寺下
第34投票区	旧浜沢小学校	秋山11863	尾崎、原、浜沢、無生野

上野原市議会議員一般選挙
山梨県知事選挙

【投票日】
1月22日（日）

問 上野原市選挙管理委員会
（総務課総務担当内）
☎ 62-3117

2月12日に任期満了を迎える上野原市議会議員の一般選挙（定数14）と、2月16日に任期満了を迎える山梨県知事の選挙（定数1）を、公職選挙法第119条第1項の適用により同日に実施します。

山梨県および上野原市の未来を築く大切な選挙です。上野原市民として大切な一票を投票しましょう。

明るい選挙キャラクター
武田信玄めいすいくん

●**投・開票日**　1月22日（日）
●**投票時間**　午前7時～午後8時（一部の投票区は午後6時まで）
●**期日前投票**（不在者投票は、上野原期日前投票所において実施します）

山梨県知事選挙（定数1）
・上野原期日前投票所
　期間　1月6日（金）～21日（土）
　時間　午前8時30分～午後8時
　場所　市役所1階展示室
・秋山期日前投票所
　期間　1月16日（月）～18日（水）
　時間　午前8時30分～午後8時
　場所　秋山支所2階ロビー

上野原市議会議員一般選挙（定数14）
・上野原期日前投票所
　期間　1月16日(月)～21日(土)
　時間　午前8時30分～午後8時
　場所　市役所1階展示室
・秋山期日前投票所
　期間　1月16日(月)～18日(水)
　時間　午前8時30分～午後8時
　場所　秋山支所2階ロビー

※期日前投票実施期間は、上野原期日前投票所と秋山期日前投票所で異なりますのでご注意ください。
なお、1月6日（金）～15日（日）は山梨県知事選挙のみの投票となります。

●**選挙人名簿への登録資格者について**　次の要件を満たす人を基準日（令和5年1月14日）現在で名簿に登録します。
①投票日において満18歳以上の日本国民であること。（平成17年1月23日以前生まれの人）
②引き続き3か月以上、上野原市の区域に住所を有していること。
（令和4年10月14日以前に上野原市の住民基本台帳に登録されている人）
※山梨県知事選挙においては、令和4年9月4日以降に上野原市から県内の他市町村に転出した人は、上野原市において投票資格がある場合があるので、市選挙管理委員会までお問い合わせください。

所得税、市民税・県民税申告のお知らせ

所得税、市民税・県民税は、個人が1年間（令和4年1月1日から12月31日まで）に得た所得に対して課税され、この所得については、3月15日（水）までに申告していただくことになっています。被扶養者以外で下表①～④に該当する人は必ず申告しましょう。

※この申告は、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の申告を兼ねています。

※申告が遅れたり、過少申告をした場合は、加算税が課されることがあります。

※下表①・③・④に該当する人で申告がない場合は、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の軽減、高額療養費などの非課税世帯の適用が受けられません。

■ 所得税、市民税・県民税申告

区分	対象者	申告方法
確定申告が必要な人	①事業所得、不動産所得、譲渡所得、２か所以上から受ける給与、給与の他に20万円を超える所得がある人、および給与収入が2,000万円を超える人など ②給与、年金、配当、原稿料などの所得者で源泉徴収された税金が過納の人（還付の確定申告）	・左記の①または②に該当する人は、2月8日（水）～3月15日（水）の間に大月税務署で申告してください。 ※②の還付申告は、2月8日（水）以前でも可 ※青色申告、過年分の申告、譲渡所得、分離課税の配当所得、雑損控除、災害減免額の申告、住宅借入金等特別控除の初めての申告は市役所では受付できませんので大月税務署にて申告してください。
市民税・県民税（国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料）の申告が必要な人	③収入があったが、上記①、②の所得税申告者にも、下記⑤にも該当しない人 ※確定申告をする人は必要ありません。 ④収入がなく、だれの扶養にもなっていない人 ※扶養者が市外にお住まいの人は、申告してください。	・前年度の申告の状況により、該当すると思われる人に申告用紙を郵送します。 ・申告用紙は、税務課にも用意してあります。左記に該当する人は、申告書を作成し提出いただくか、次ページに掲載してある申告会場で3月15日（水）までに申告してください。
申告の必要がない人	⑤給与だけの所得者で、勤務先から市役所へ**年末調整済の給与支払報告書**が提出されている人（本人には源泉徴収票）で、上記①、②に該当しない場合は、申告の必要はありません。	

申告に持参するもの	収入および必要経費のわかるもの、源泉徴収票、生命保険・地震保険・旧長期損害保険の支払証明書、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の支払額のわかるもの、国民年金保険料などの支払いをした旨を証明する書類、マイナンバーカード（被扶養者がいる人はその人のマイナンバー確認書類）および本人の口座がわかるもの。 ※マイナンバーカードをお持ちでない人は、番号確認書類（通知カードやマイナンバーが記載された住民票の写し）および身元確認書類（運転免許証や保険証など）の2点が必要です。
その他	※令和4年中の転入者で給与所得のある人や18歳以上の学生などに申告書が届く場合もありますが、上記⑤に該当する人や学生で収入のない人は、市民税・県民税の申告書の裏面「15. 所得がなかった人の記入欄」に勤務先や学校名（学年）などを記入して提出してください。 ※令和4年中の公的年金等の収入が400万円以下で、その他の所得が20万円以下の人は、所得税の確定申告の必要はありません。ただし、医療費控除や生命保険料控除などの所得控除を追加して所得税の還付を受けようとする場合は、所得税の確定申告が必要です。 ※市民税・県民税の申告については、所得税の確定申告が不要な場合でも、公的年金などから控除されていない社会保険料控除、生命保険料控除、地震保険料控除、医療費控除および扶養控除の追加など各種控除を受けようとする人は申告が必要です。 ※土地や建物・株式の譲渡所得、分離課税の配当所得、青色申告、住宅借入金等特別控除の初めての申告、雑損控除、災害減免額の申告、過年分の申告がある人は、大月税務署での相談・申告をお願いします。 ●その他、確定申告書作成や内容などに関する詳細な事項は国税庁ホームページにてご確認ください。 →国税庁ホームページは「国税庁」で検索してください。

■ 市民税・県民税申告受付（相談）会場日程表

受付日	受付時間	申告会場	該当地区
2/15（水）	9:30～11:00	西原出張所	初戸、腰掛、田和・上平、藤尾、扁盃、川通
	13:00～15:00		飯尾、下城、郷原、原
2/16（木）	9:30～11:00	ふるさと長寿館	沢渡、大垣外、小伏、井戸
	13:00～15:00		尾続、用竹、椿、猪丸、日原
2/17（金）	9:30～11:00	甲東出張所	芦垣、和見、瀬渕、東区西区、棚頭、荻野、野田尻
	13:00～15:00		
2/20（月）	9:30～11:00	大目出張所	日向、花坂、西大野、東大野、南米沢、高橋
	13:00～15:00		犬目、恋塚、談合坂、日留野、新田、谷後、大田、大沢、矢坪
2/21（火）	9:30～11:00	コモアしおつ３丁目集会所	コモアしおつ１丁目
	13:00～15:00		コモアしおつ２丁目
2/22（水）	9:30～11:00		コモアしおつ３丁目
	13:00～15:00		コモアしおつ４丁目
2/24（金）	9:30～11:00	巌出張所	奥平、川合、千足、仲居
	13:00～15:00		牧野、当月、久保、杖突・栃穴
2/27（月）	9:30～11:00	島田コミュニティセンター	上新田、中新田
	13:00～15:00		下新田
2/28（火）	9:30～11:00		西区、駒門
	13:00～15:00		東区、南区、田野入

受付日	受付時間	申告会場	該当地区
3/1（水）	9:30～11:00 13:00～15:00	秋山支所	秋山地区
3/2（木）	9:00～11:00 13:00～15:00	市役所１階展示室	奈須部、先祖・丸畑、諏訪、塚場、新三、八米、山風呂、向風
3/3（金）	9:00～11:00 13:00～15:00		新一、新二
3/6（月）	9:00～11:00 13:00～15:00		本一、本二、本三
3/7（火）	9:00～11:00 13:00～15:00		原、田町、新田倉
3/8（水）	9:00～11:00 13:00～15:00		羽佐間、小沢、新井、西シ原、小沢団地、小沢東団地
3/9（木）	9:00～11:00 13:00～15:00		仲山・大椚、八ツ沢、松留、鶴川、大曽根、小倉、大倉、大曽根陽光台、上野山、日野、大椚
3/10（金）	9:00～11:00 13:00～15:00		他の会場で申告できなかった人（大目、甲東、巌、大鶴）
3/13（月）	9:00～11:00 13:00～15:00		他の会場で申告できなかった人（島田、桐原、西原、秋山）
3/14（火）	9:00～11:00 13:00～15:00		他の会場で申告できなかった人（上野原）
3/15（水）	9:00～11:00 13:00～15:00		他の会場で申告できなかった人（全地区）

※当日の混雑状況により、午前の受付時間を繰り上げる場合があります。

注意事項

▼医療費控除

●平成29年分の確定申告から、医療費の領収書の提出は不要となっています。代わりに**「医療費控除の明細書」を作成し、提出してください。**

※明細書の記入内容確認のため、税務署から領収書の提示または提出を求められる場合がありますので、確定申告期限などから5年間保管してください。

※医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付すると、医療費控除の明細書の作成を省略することができます（例えば、健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」など）。

●医療保険者から交付を受けた医療費通知に記載されていないものがある場合、別途領収書に基づき**必ず個人および医療機関ごとに整理し、医療費控除の明細書を作成してください。**

▼不動産所得、営業所得、農業所得がある人は、必ず各経費の集計をしてきてください。

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次に該当する人は来場をお控えください。

・37.5 度以上の発熱（平熱と比べて高い発熱）がある人（入室時に検温します。）
・咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁・鼻閉、味覚・嗅覚障害、関節・筋肉痛、下痢、嘔気・嘔吐などの症状がある人
・新型コロナウイルス感染症陽性と判定された人との濃厚接触がある人

●申告来場される人へのお願い

・マスクの着用をお願いします。また、室内での大声は控え、咳エチケットにご協力をお願いします。
・マスクを着用されていない人はご入室をお断りする場合があります。
・基礎疾患をお持ちの人、妊娠中の人、未就学児童をお連れの人は関係機関の情報を参考にしていただき、慎重な判断をお願いします。
・手洗い、手指消毒の徹底をお願いします。手指用消毒液は出入口などに設置していますので、入室前に必ずご利用ください。

●問い合わせ　市民税・県民税については　税務課（☎62-3113）、**所得税・消費税については**　大月税務署（☎22-3151）

税理士による無料申告相談

★申告書作成会場の開設期間以前に、無料申告相談を実施します

小規模納税者の所得税および復興特別所得税・個人消費税、年金受給者ならびに給与所得者の所得税および復興特別所得税の申告書（土地、建物および株式などの譲渡所得がある場合を除く。）を作成して提出できます。申告書などの提出のみの場合は、郵送または所轄の税務署窓口にてご提出ください。

●**日時**　2月6日（月）、7日（火）　午前10時～正午、午後1時～3時
●**場所**　もみじホール　2階　会議室2
※混雑回避のため、オンラインによる事前申込を受け付けます。
　電話での受付は行っておりませんので、ご注意ください。
　一部、当日入場整理券の配付を行いますが、なくなり次第終了となります。
●**申込ウェブサイト**　https://coubic.com/tochi120/booking_pages
●**予約受付開始**　1月6日（金）

※オンラインによる事前申込みのお問い合わせは、【☎050-3196-3904】までお願いします。
※申告書などの提出のみの場合は、大月税務署にお持ちいただくか、東京国税局業務センター甲府分室宛（甲府市丸の内1-18-1　甲府合同庁舎）に郵送にてご提出ください。

大月税務署からのお知らせ

●**問い合わせ**　**大月税務署（☎22-3151）**

★申告書作成会場を開設します

開設期間	会場	所在地	時間
2月8日（水）～ 3月15日（水） ※土日・祝日を除く	大月税務署 3階	大月市御太刀2-8-10 大月地方合同庁舎	●受付　午前8時30分～午後4時 ※会場混雑回避のため、受付を早めに締め切る場合があります。 ●相談　午前9時～午後5時

●確定申告会場の混雑緩和のため、「入場整理券」が必要です。

※入場整理券の配布状況に応じて、受付を早めに締め切る場合があります。
※入場整理券は、当日、会場で配布するほか、LINEアプリで事前に入手できます。LINEアプリでの事前発行は、国税庁LINE公式アカウントを「友だち追加」していただくことでご利用できます。（日時指定の入場整理券を入手することが可能です。）
※3月中は混雑が予想されますので、2月中の来署をおすすめします。

オンラインで事前発行

LINEアプリで国税庁の公式LINEアカウントを友だち追加してください。

★『確定申告書等作成コーナーから『e-Tax』で簡単申告!!

『確定申告書等作成コーナー』は、国税庁ホームページ（国税庁で検索）でご覧ください。

メリット

- ①国税庁ホームページから電子申告
- ②添付書類の提出を省略
- ③還付がスピーディー
- ④24時間いつでも利用可能

上野原市学生応援事業補助金

物価高騰により影響を受けた学生を応援します

●問い合わせ
社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

食料品などの物価高騰により影響を受けた学生とその生計維持者を応援するため、学生一人につき 3 万円の補助金を交付します。

●交付金額

学生一人につき 3 万円

●補助対象者

令和 5 年 1 月 1 日において、市に住民登録がある満 15 歳以上の学生（※ 1）または生計維持者（学生の学費や生活費を負担する者）

※ 1　学校教育法第 1 条に規定する高等学校、中等教育学校の後期課程、特別支援学校の高等部、大学（大学院を含む。）または高等専門学校、法第 108 条に規定する短期大学、法第 124 条に規定する専修学校等に在学する者

【対象者の例】
・市に住民登録がある一人暮らしの学生本人
・市に住民登録がある学生を扶養している生計維持者（保護者など）
・市外に住民登録がある学生を扶養している生計維持者（保護者など）

●申請方法

上野原市学生応援事業補助金交付申請書兼請求書に必要書類を添えて社会教育課に提出してください。
※申請書兼請求書は市ホームページからダウンロードできるほか、社会教育課にも用意しています。

●必要書類

・上野原市学生応援事業補助金交付申請書兼請求書
・在学証明書または学生証などの写し
・申請者の身分証明書の写し
・振込先預金通帳またはキャッシュカードの写し
・生計維持に関する申立書

●申請期間

1 月 16 日（月）～ 2 月 28 日（火）

※詳細は市ホームページをご覧いただくか、社会教育課までお問い合わせください。

精神科医による 子どもと親の心配ごと相談

＼1 月スタート！／

●問い合わせ・申し込み
子育て世代包括支援センター
（子育て保健課子ども家庭担当）
☎ 62-1199

お子さんが成長、発達していく上で、心配ごとはつきません。お子さんの発達や行動、心の問題、対応や、子育てで悩んでいること、困っていることはありませんか。身近な場所で精神科医（三生会病院医師）がその相談に応じます。
※相談以前に医療機関への受診や相談をしていない場合に限らせていただきます。
●**費用**　無料
●**対象者**　18 歳までのお子さんとその保護者
●**場所**　総合福祉センターふじみ
●**日時**　第 2 または第 4 木曜日　① 14 時から② 15 時から
●**申込方法**　電話などで事前に予約が必要です。
※相談時間は 1 時間です。
※申し込み時に日程調整をさせていただきます。

要支援者の名簿整備にご協力ください

地域で助け合う仕組みづくり「避難行動要支援者支援制度」

●問い合わせ　福祉課福祉総務担当（☎62-4133）

●避難行動要支援者支援制度の名簿整備を進めています

市では、地域で助け合う仕組みづくりを推進し、災害時に自ら避難することが難しい人を支援するため、避難行動要支援者名簿の整備を進めています。

災害発生時などに、避難行動要支援者の避難誘導や安否確認、避難所での生活支援などを行うためには、日ごろから居住地や生活状況などを把握し、地域で共有することが必要です。

この名簿情報は、平常時から消防団、警察署、民生委員・児童委員、社会福祉協議会、区長などの避難支援等関係者に提供され、地域での訓練や安否確認体制の構築など、避難支援活動に役立てられます。

●名簿への登録方法

名簿の登録対象者①～⑤の人で、今年度（10月1日現在）新たに該当になった人に、市から登録申請書を送付します。

この制度において、避難支援等関係者への名簿情報の提供に同意し避難支援を希望される人は、同封の返信用封筒を利用して登録するか、やなましくらしネットから登録申請をお願いします。

⑥に該当し、避難支援を希望される人は、福祉課または支所・出張所に備えてある登録申請書に必要事項を記入の上、提出してください。

●避難支援等関係者へ提供する名簿情報

氏名、生年月日、性別、住所または居所、電話番号その他連絡先、避難支援などを必要とする理由など。

●ご注意いただきたいこと

・既に登録（同意）している人は、変更の申し出がない限り自動継続としますので、再提出の必要はありません。ただし、申請内容に変更が生じた場合は、福祉課および支所・出張所に備えてある変更届を提出してください。

・登録（同意）により災害時に確実に支援を受けられるものではありません。避難支援等関係者が被災し支援できない場合もあります。

・避難行動要支援者名簿の登録対象者名簿は市で整備しています。今回、登録（同意）されない人についても、災害時や災害のおそれがある場合は、災害対策基本法に基づき避難支援等関係者に名簿が提供される場合があります。

●上野原市避難行動要支援者名簿の登録対象者

①	介護保険の「要介護認定３以上の者」で在宅で生活する人
②	身体障がい者障がい程度等級表の級別「1級および２級」の人
③	療育手帳判定基準の障がい程度「最重要（A1）および重度（A2）」の人
④	精神障がい者保健福祉手帳の障がい等級「1級」の人
⑤	75歳以上の一人暮らし高齢者
⑥	①～⑤以外で支援を必要とする人

新型コロナウイルスワクチン接種について

現在ふじみで行っている集団接種は、1月で終了予定です

●問い合わせ　子育て保健課特命コロナワクチン担当（☎62-4134）

市の集団接種について

現在、総合福祉センターふじみで行っている集団接種は、1月をもって終了予定です。

2月以降は、接種日や1日あたりの定員数を縮小して行います。

接種を希望する人は、WEB予約システムまたは上野原市新型コロナウイルスワクチン接種電話予約受付（☎0554-21-9607）にて、お早めにご予約ください。

住所・氏名変更後の接種券発行申請について

上野原市への転入後にワクチン接種を希望する人は、上野原市の接種券の発行申請が必要です。転入元の接種券と接種済証または接種記録書の写しを添え、子育て保健課窓口または郵送で申請書を提出してください。

また、市内で転居した人や氏名の変更があった人も接種券の再発行申請が必要です。

申請書は市ホームページからダウンロードできるほか、子育て保健課窓口でもお渡ししています。

上野原市新型コロナウイルスワクチン一般電話相談窓口
☎0554-21-9606（平日の午前9時～午後5時）

上野原市ホームページ

オミクロン株対応ワクチン接種券について

令和4年9月30日までに従来型ワクチンで2～4回目接種を完了した12歳以上の人には、昨年9月から12月にかけて接種券をお送りしました。

接種券が届いていない人は、市に接種記録が届いていないなどの理由が考えられますので、接種済証など、今までの接種記録が分かる書類をお持ちの上、総合福祉センターふじみ子育て保健課窓口までお越しください。

※従来型ワクチンで3回目もしくは4回目接種を受けていないため、9月以前に送付された接種券がお手元にある人は、その接種券が使用できますので、再送付はしていません。

5～11歳のお子さんの接種について

5～11歳のお子さん用のワクチンの入荷時期が未定のため、1月以降の接種日は調整中です。

国から連絡があり次第、市ホームページでお知らせします。

接種を希望する場合は、上野原市新型コロナウイルスワクチン一般電話相談窓口（☎0554-21-9606）へお問い合わせください。

最新の状況については、市ホームページまたは上野原市新型コロナウイルスワクチン一般電話相談窓口にてご確認ください。

一緒に学ぼう！うえのはら手話くらぶ

●問い合わせ
福祉課障害福祉担当（☎62-4133）

Lesson 16　お年玉

両手人差し指を左右から引き寄せて上下に置く。

左手掌の上方に右手2指の輪（お金）を置き、同時に前へ出す。

上野原市歴史文化ミニ展示会

誌上レポート⑩

ユネスコ無形文化遺産記念展&地域展「秋山」

ユネスコ記念展

①無形文化遺産登録となった全国41の風流踊を、無生野の大念仏を含め一挙に紹介。②大念仏の準備から、終了後の打ち上げまでの流れを説明した写真パネル。

上野原市歴史文化ミニ展示会、令和4年12月10日（土）～23日（金）は、地域展「秋山」に加え、無生野の大念仏のユネスコ無形文化遺産登録決定にともなう記念展示も実施されました。無生野の大念仏で使用される白装束や鉦、提灯などの展示や、雛鶴姫が関わるとされる祭りの成り立ち、関係者のインタビューを交えたビデオなども上映されました。秋山展では、土器や石仏の他、石臼や芋洗い機、糸つむぎなど、地域で古くから利用されてきた器具の数々が展示されました。

地域展「秋山」

③個人所蔵の板碑。室町時代の供養塔で、阿弥陀如来を意味する梵字や蓮座などが刻印されている。④吉祥寺所蔵の石造地蔵菩薩坐像（市指定文化財）。伊豆石が用いられている。⑤縄文時代中期の土器。⑥いも洗い。里芋を入れ、川に仕掛けて使用した。

1月は「災いの歴史展」

▲昭和57年の台風で氾濫した桂川と浸水した島田地区

市内における災害史（風水害・火災・疾病など）を記録写真や史料で紹介します。どうぞご覧ください。

今年一年良い年でありますように！

●**日時**　1月16日（月）～27日（金）
午前8時30分～午後5時
（土曜・日曜を除く。）

●**場所**　市役所展示室1（正面ロビー横）

※見学は無料です。新型コロナウイルス感染防止対策にご協力ください。

オコシタイ通信 vol.41

上野原市
地域おこし協力隊

Facebookで
活動報告中！

～協力隊活動日記～

キヌア栽培と普及担当！

吉野隊員（キヌア担当）

今年度は、キヌアのマーケティングという業務が加わりました。キヌア食堂の他に、キヌアの販売でヨガフェスや、県内・都内のオーガニックマルシェに参加するため、何度か出かけていました。

外に出かけた分、キヌアの栽培に失敗するという痛手もありました。来年度は、生産と販売のバランスを考える必要があります。

マルシェでは、【キヌアコーヒー】を商品化し、お試しに販売。とても好評でしたので、今年の冬は、キヌアコーヒーを本格的に販売する準備を進めます。

現在、上野原市内での【キヌアコーヒー】の販売は、まちの上の朝市とキヌア食堂のみです。どちらも冬季はお休みです。

市立病院 通信

第5回

たけうち のぼる
竹内 暢 先生
睡眠外来担当医

このコーナーでは、市立病院のみなさんの思いをお伝えしていきます。当面、隔月掲載の予定です。

なんでもご相談ください（特に、夜の眠りは専門です）

総合診療医として、上野原市立病院（非常勤医）で働き始めましたが、現在は、睡眠時無呼吸外来を担当しています。

以前は新潟県などで地域医療を実践し、今は東京の睡眠専門施設でも勤務しています。

ところで、睡眠の病気は90種類以上あることはご存知ですか？

起きて活動するためには、良質な睡眠はとても大切です。

東京に負けない、県内一の睡眠診療を行っていきたいと考えています。

よろしくお願いいたします。

Uenohara Municipal Hospital

保健だより

●申込み・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	1月6日（金）	R4年8月8日～9月4日生
	2月3日（金）	R4年9月5日～10月4日生
9か月児	1月6日（金）	R4年3月1日～3月31日生
	2月3日（金）	R4年4月1日～4月30日生
1歳6か月児	1月20日（金）	R3年5月28日～6月9日生
3歳児	1月20日（金）	R1年9月1日～9月26日生
5歳児	1月25日（水）	H29年11月29日～H30年2月4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）

★麻しん風しん（MR）ワクチン2期および高齢者肺炎球菌ワクチン

今年度、麻しん風しん2期および高齢者肺炎球菌ワクチンの接種対象者で、接種を希望されている人は、体調に留意し、早めに接種されますようお勧めします。
なお、令和5年4月以降に接種した場合は、接種費用の全額が自己負担になります。
※予診票などを紛失した場合は再交付しますので、子育て保健課へお問い合わせください。

★乳がん施設検診

◎**対象者**　市に住民登録があり、令和5年4月1日までに42歳以上になる女性
※R3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合わせください。）

★子宮頸がん施設検診

◎**対象者**　市に住民登録があり、令和5年4月1日までに20歳以上になる女性
※R3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合わせください。）
※市の集団検診・婦人科検診で実施する乳がん検診・子宮頸がん検診との重複受診はできません。

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

▶**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**　毎月最終土曜日の午後（月1回）
▶**定員**　4名
※定員を超える申し込みがあった場合、翌月以降のご案内となりますのでご了承ください。

★白内障外来のご案内

白内障は、加齢などが原因で水晶体が白く濁って視力が低下する病気です。当院では白内障外来および手術（1泊2日）を行っています。白内障手術は菊島医師・櫻田医師が担当します。白内障外来を受診希望の人は、平日金曜日午前の菊島医師の外来を受診してください。受付時間は午前8時～11時30分です。

★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
1月11日(水)、23日(月)	午前8時30分～9時30分
2月13日(月)、27日(月) 3月13日(月)、27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

▶**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。
※施設入所の健診希望者で、主治医がいる場合は、まず主治医にご相談ください。
※新型コロナウイルス感染防止のため、2週間以内に感染多発地域への渡航歴がある人や、濃厚接触の可能性があり待機期間内の人などは健診をお控えください。
※健診の項目によっては受けられない場合があります。詳細は病院ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

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.121

今月のテーマ

『お酒やたばこと上手に付き合いましょう』

お酒編　お酒との付き合い方を見直しましょう

お酒を飲むことはリラックスやストレス解消になり、適量のアルコールは善玉コレステロール（HDL）を増やすなど、心身両面の健康に役立ちます。

しかし、飲み過ぎることによって肝臓に負担がかかり、肝機能障害や脂肪肝、肥満や血糖値・中性脂肪の上昇にもつながり、さまざまな病気の原因となります。

末永くお酒を楽しむために、お酒との付き合い方を見直してみましょう。

①適量を守る

アルコールの適量は1日に約20gといわれています。お酒の種類ごとに換算すると、次のとおりです。

- 日本酒……1合（180ml）
- 焼酎（25度）……110ml
- ビール……中瓶1本（500ml）
- ウイスキー……60ml
- ワイン……240ml

②休肝日をつくる

肝臓の休養・回復のため、晩酌も「週休2日」にしましょう。

③おつまみに気をつける

おつまみで良質のたんぱく質・ビタミン・ミネラルの補給をしましょう。また、油や塩分の取り過ぎには注意しましょう。

- つまみの例……枝豆・豆腐・魚や脂身の少ない肉類・野菜やきのこ類など

たばこ編　望まない受動喫煙に配慮しましょう

受動喫煙させないための周囲への配慮は、法律で定められた義務です。

例①人通りの多いところで喫煙していませんか？

駅周辺や多くの人が利用する施設周辺、歩道など、人通りの多い場所では「望まない受動喫煙」が生じやすくなります。できるだけ周囲に人がいない場所で喫煙するよう配慮しましょう。

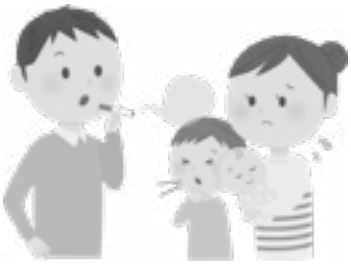
例②子どものそばで喫煙していませんか？

たばこの煙が子どもたちに届いていないかを特に意識し、配慮した行動をお願いします。

例③自宅での喫煙について

あなたの煙が近隣の人に届いているかもしれません。庭やベランダで喫煙した場合、その煙やにおいは近隣の人の迷惑になります。

プライベートな空間であっても、たばこを吸うときは配慮の気持ちを忘れないでください。



市外通院の人工透析患者に交通費の一部を助成

福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）

●**対象者**　市内にお住まいで人工透析のため市外の医療機関へ公共交通機関を利用して通院している人
●**限度額**　月額 5,000 円
※対象となる金額は、公共の交通機関の乗車賃金を基準とします。
※助成を受けるには申請が必要です。申請方法などはお問い合わせください。

「はたちの献血キャンペーン」

富士・東部保健福祉事務所（富士・東部保健所）（☎ 0555-24-9033）

今年、新たに二十歳を迎えるみなさんを中心に、献血へのご協力をお願いします。

献血された血液は、血液製剤としてがんなどの治療に用いられていますが、少子高齢化社会の日本では血液製剤を必要とする人が増加する一方で、献血可能な若年層が減少しています。この問題を乗り越えるためには、若者を中心に多くの人から継続的に献血へのご協力をいただくことが必要です。

山梨県内では、献血バスや甲府市献血ルームで献血を行うことができます。献血という命を救う身近なボランティアにご協力をお願いします。

●**献血バス**　山梨県赤十字血液センターのホームページで献血バスの運行スケジュールを確認できます。https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/yamanashi/place/m1_03_index.html
●**献血ルーム**　甲府市中央 2-9-21　ファース甲府ビル 2 階

お知らせチェックリスト

音声告知サービスの終了について

総務課情報推進担当（☎ 62-3117）

市内全域の家庭・事業所を対象に音声告知端末を設置し、市役所からのお知らせや防災行政無線内容などの放送を行っている音声告知サービスですが、機器設置から 15 年以上が経過し、放送設備機器などの老朽化が進んでいます。

整備当初に比べ、インターネットが普及し、SNS（LINE・Twitter・Facebook）での情報発信手段が充実してきたことや、行政防災うえのはらメール・防災行政無線電話対応サービスを開始したことなど、音声告知サービスを補完・代替する手段が充実してきたため、音声告知サービスは 3 月 31 日（金）をもって終了します。

●**上野原市公式 LINE**
●**上野原市公式 Twitter**
●**上野原市防災 Twitter**
●**上野原市公式 Facebook**
●**行政防災うえのはらメール**
bousai.uenohara-city@raiden2.ktaiwork.jp へ空メールを送信して登録できます。登録後は、自動で防災行政無線の内容が配信されます。
●**防災行政無線電話対応サービス**
防災行政無線の内容を電話で確認できます。
☎ 0120-63-2384（通話料無料）

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 11,000 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

令和５年上野原市消防団出初式

消防総務課庶務担当（☎62-4112）

市では、次のとおり出初式を行います。出初式は、年のはじめに、火災や災害のない一年であることを願って市消防団が行うものです。

●**日時**　１月８日（日）午前８時30分開式
●**場所**　上野原中学校グラウンド（雨天中止）
●**内容**　消防活動尽力者に対する各種表彰
※ポンプ操法は、コロナ禍のため中止します。

★消防団員募集中★

消防団は、市民のみなさんの生命や財産を災害から守るため、日ごろから訓練に励んでいます。消防団員、消防音楽隊員は随時募集中です。

１月26日は『第69回文化財防火デー』

消防総務課予防担当（☎62-4671）

昭和24年１月26日、現存する世界最古の木造建造物である法隆寺（奈良県斑鳩町）の金堂が炎上し、壁画が焼損しました。

昭和30年、当時の文化財保護委員会（現在の文化庁）と国家消防本部（現在の消防庁）が、１年のうちで最も火災の発生しやすい時期が１・２月であることなどから、１月26日を文化財防火デーと定めました。この日を中心として、全国的に文化財防火運動を展開していて、当市でも市民のみなさんの文化財保護に対する関心を高められるよう、広報活動や保護のための調査を実施します。貴重な財産である文化財を後世に残すため、火災・震災その他の災害から守りましょう。

救急車の適正利用を！

消防総務課警防救急担当（☎62-4112）

救急車で搬送された人の約50％が軽症患者（入院の必要のない人）となっています。

本当に緊急を要する人のために、救急車の適正利用をお願いします。

尊い命を救うために、市民のみなさんのご理解とご協力をお願いします。

上野原市社会福祉協議会職員募集

市社会福祉協議会（☎63-0002）

市社会福祉協議会では職員を募集しています。募集要項などの詳細は、ホームページをご確認ください。

●**職種**　一般事務職（正規職員）
●**採用数**　若干名
●**勤務開始日**　４月３日（月）
●**申込期限**　１月10日（火）必着

第18回上野原市社会福祉大会

市社会福祉協議会（☎63-0002）

●**日時**　２月25日（土）【第１部】午後１時開始
【第２部】午後２時30分開始
●**場所**　市もみじホール
●**内容**　【第１部】表彰状、感謝状贈呈
【第２部】記念講演「「これって認知症？」回復可能な認知機能障害とは」
三生会病院理事長・院長　工藤耕太郎さん
●**申込期限**　２月10日（金）
※新型コロナ感染症対策のため、事前申込制です。

応急手当講習会

消防総務課警防救急担当（☎62-4112）

次のとおり応急手当講習会を行います。受講者の健康状態の確認と、感染防止対策を徹底して行います。

●**日時**　１月28日（土）午前９時～正午
●**場所**　消防本部　２階　会議室
●**内容**　普通救命講習（胸骨圧迫・AED使用方法の実技、人工呼吸・異物除去法・止血法の説明）
●**定員**　８人（受講者１人に対し１体の人形を使用）
●**受講資格**　市内在住・在勤の中学生以上の人
●**申込期限**　１月20日（金）
●**費用**　無料
※当日はマスク着用の上、軽い運動ができる服装でお越しください。また、事前に「健康チェックシート」を記入し、持参してください。
※受付、体温測定を１階で行います。発熱、せき、倦怠感などがある場合、受講できないことがあります。
※申し込み後、新型コロナウイルス感染症の状況により講習が中止となる場合があります。

法律扶助の日　無料法律相談会

山梨県弁護士会（☎ 055-235-7202）

法律扶助の日（1 月 24 日）を記念して無料法律相談会を開催します。どなたでも無料で相談できますので、この機会にご相談ください。

●**主催**　山梨県弁護士会・山梨県司法書士会・日本司法支援センター
●**日時**　1 月 28 日（土）午後 1 時 15 分～ 4 時 30 分
●**場所**　山梨県弁護士会館（甲府市中央 1 丁目 8-7）
●**担当者**　弁護士 6 人、司法書士 3 人
●**相談内容**　離婚、相続、土地・建物の賃貸借、交通事故、損害賠償、消費者金融などの消費者問題など
●**相談方法**　面談のみ（事前予約制）
●**予約受付**　☎ 055-235-7202
※マスクの着用にご協力ください。
※相談時間は、30 分以内でお願いします。
※相談室には 2 人までの入室とさせていただきます。

巡回無料法律相談会

山梨県弁護士会（☎ 055-235-7202）

山梨県弁護士会では巡回無料法律相談会を開催します。法律的な内容でお困りの人は、この機会にご相談ください。

●**日時**　2 月 9 日（木）午後 1 時～ 4 時
●**場所**　もみじホール 2 階　会議室 2
●**相談内容**　離婚、相続、土地・建物の賃貸借、交通事故、損害賠償、消費者金融などの消費者問題など
●**相談方法**　面談のみ（事前予約制）
●**予約受付**　1 月 10 日（火）午前 9 時 30 分開始
●**予約方法**　電話（平日の午前 9 時 30 分～午後 5 時）
※予約状況によって受付を早期に終了することがあります。
※当日はマスクの着用にご協力いただくとともに、体調不良などの場合は来場をお控えください。
※相談時間は 30 分程度ですので、要点をまとめてお越しください。
※相談室には 2 人までの入室とさせていただきます。

緑化相談 ～樹木医が無料でお答えします～

山梨県造園建設業共同組合（☎ 055-276-2020）

緑の相談所（山梨県造園建設業協同組合）では、緑化相談を行っています。

病害虫（松くい虫・アブラ虫など）、剪定、緑化、施肥、移植、芝生、さし木、接ぎ木などで、お困りのことがありましたら、次のいずれかの方法で、気軽にご相談ください。

●**電話相談**　☎ 055-276-2020
午前 8 時 30 分～午後 5 時
●**来所相談**　緑の相談所（甲斐市篠原 2456-4）まで
午前 9 時～午後 5 時（月曜日、年末年始を除く。）
※お越しの際は、必ず事前にお電話ください。
●**ホームページ**　https://y-zouen.jp/midori/
●**電子メール**　midori@y-zouen.jp

地方相談室県民相談会

山梨県県民生活センター（☎ 055-223-1571）

日常生活のお困りごとはありませんか？

山梨県県民生活センターでは、地方相談室にて相談会を開催します。事前の予約は不要ですので、直接会場にお越しください。費用は無料です。

●**日時**　1 月 27 日（金）午前 8 時 30 分～午後 5 時
●**場所**　県民生活センター地方相談室（都留市田原 2 丁目 13-43　南都留合同庁舎 1 階）
●**相談内容**　法律相談（家族、相続、近隣、金銭貸借、土地・住宅）、交通事故相談、労働相談、消費生活相談
●**相談方法**　面談（予約不要）
※当日の午前 10 時～午後 3 時には、合同庁舎入り口で啓発物品の配布を予定しています。（新型コロナウイルス感染拡大により中止する場合もあります。）相談のない人も、ぜひお越しください。

人と人とをつなぐ絆づくり講演会

富士・東部地域県民センター（☎ 45-7800）

人と人との「つながり」を実感できる地域づくりに向けた講演会を開催します。身近な人が自ら命を絶つという悲しい出来事を防ぐため、「命の門番」ともいわれるゲートキーパーについて学んでみませんか。

●**日時**　2 月 7 日（火）午後 2 時（午後 1 時 30 分開場）
●**場所**　ぴゅあ富士　3 階　大研修室
●**対象**　どなたでも
●**講演者**　志田博和さん（山梨県立精神保健福祉センター所長 / 精神科医）
●**参加料**　無料
●**定員**　70 人程度
（事前申込制・先着順）

ご利用ください！ 法務局の " かんたん証明書請求 "

甲府地方法務局登記部門（☎ 055-252-7186）

不動産や会社・法人の登記事項証明書などの取得が必要になった場合、ご自宅やオフィスからインターネットで請求できる「かんたん証明書請求」という方法があります。

簡単かつお得に証明書などを取得することができますので、ぜひご利用ください。

●**請求方法**
①「登記･供託オンライン申請システム」へアクセス（右上の QR コードからもご覧いただけます。）
②申請書情報の登録（初回のみ）
③かんたん証明書請求メニューで必要事項を入力、送信
④手数料を電子納付（インターネットバンキングまたはペイジー機能のある ATM で支払い）

●**メリット**
①手数料が安い！
登記事項証明書の場合、通常 1 通 600 円のところ、郵送で受け取る場合は 500 円、法務局の窓口で受け取る場合は 480 円になります。
②自宅・会社にいながら！
インターネットで請求した証明書を郵送で受け取ることができます。（郵送料は法務局負担）
③利用時間が長い！
平日の午前 8 時 30 分～午後 9 時に利用できます。
※ご不明な点は、お問い合わせください。

中央公民館「イスヨガ教室」

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

中央公民館では「イスヨガ教室」を開催します。イスに座りながら身体をストレッチします。年齢制限などはありませんので、気軽にお申し込みください。

●**日程**（木曜日・全 5 回）
2 月 2 日、9 日、16 日、3 月 2 日、9 日
●**時間**　午後 1 時 30 分～ 3 時
●**会場**　もみじホール
●**定員**　各回 25 人
●**講師**　佐藤早代先生
●**持ち物**　首にかけられる長さのタオル、水分補給用の飲み物、体育館履き（裸足でも可）
●**参加費**　無料
※必ず事前申込をお願いします。
※当日のマスク着用と検温にご協力をお願いします。
※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては中止の可能性があります。中止の場合、事前申込者にはご連絡します。

中央公民館「太極拳 体験教室」

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

中央公民館では「太極拳 体験教室」を開催します。深い呼吸により、体幹を含む筋力を高め、姿勢が良くなりバランス感覚も身につきます。まずは体験してみませんか。気軽にお申し込みください。

●**日程**（全 5 回）
2 月 2 日（木）、9 日（木）、16 日（木）、22 日（水）、3 月 2 日（木）
●**時間**　午前 10 時～ 11 時 30 分
●**会場**　もみじホール（アリーナ）または会議室 2
●**講師**　川井真理子先生
●**持ち物**　水分補給用の飲み物、体育館履き（裸足でも可）、運動しやすい格好、タオル
●**参加費**　無料
●**申込締切**　1 月 20 日（金）
※必ず事前申込をお願いします。
※当日のマスク着用と検温にご協力をお願いします。
※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては中止の可能性があります。中止の場合、事前申込者にはご連絡します。

▶▶▶会計年度任用職員募集

●問い合わせ
総務課人事担当
（☎62-3117）

●募集業種・職務内容
・事務員……市の各機関に勤務し、一般行政事務に従事
・障害者を対象とした事務員……市の各機関に勤務し、一般行政事務に従事
※別記応募資格をご確認ください
・教育支援員……各小中学校での教員補助業務・学校での ICT 活用の支援
・保育士……こども園・保育所での保育業務
・調理員……こども園・保育所での調理業務
・介護保険認定調査員……介護保険の認定にともなう訪問調査
※別記応募資格をご確認ください

●募集人数　若干名

●任用期間
4 月 1 日（土）～令和 6 年 3 月 31 日（日）
※面接の結果、職種により 3 月 31 日（金）までの間で随時任用となる場合もあります。

●勤務時間　上限 1 日 7 時間までのパートタイム会計年度任用職員
※日数・時間については要相談

●報酬　職種により月給・時間給の区別がありますので、お問い合わせください。

●申込期間　1 月 24 日（火）～ 2 月 10 日（金）
※申込期間後も随時受け付けていますので、お問い合わせください。

●応募方法　履歴書を持参の上、総務課人事担当までお申し込みください。なお、教育支援員は教員の資格がある場合は免許状の写しを、保育士は保育士証・幼稚園免許状の写しを、調理員は調理師の資格がある場合は免許状の写しを、障害者を対象とした事務員に応募の人は手帳などの写しを添付してください。

【障害者を対象とした事務員の応募資格】
次に掲げる手帳などのうち、いずれかの交付を受けている人
①身体障害者手帳
②身体障害者福祉法第 15 条の規定により都道府県知事が定める医師が、当該都道府県において同条の申請に用いられる様式により作成した、障害の種類及び程度並びに障害者の雇用の促進等に関する法律別表に掲げる障害に該当する旨が記載された診断書・意見書
③産業医または人事院規則 10-4 第 9 条などに規定する健康管理医による②に準じる診断書・意見書（心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこうもしくは直腸、小腸、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫または肝臓の機能の障害に係るものを除く。）
④都道府県知事もしくは政令指定都市市長が交付する療育手帳などまたは児童相談所、知的障害者更生相談所、精神保健福祉センター、精神保健指定医もしくは地域障害者職業センターによる知的障害者であることの判定書
⑤精神障害者保健福祉手帳

【介護保険認定調査員の応募資格】
保健師、看護師、社会福祉士、介護支援専門員のいずれかの資格をお持ちの人、または介護職員初任者研修などの修了者（いずれも普通自動車運転免許を有する人）
なお、都道府県が実施する認定調査員研修を修了していない人は、4 月に山梨県で実施予定の認定調査員新規研修を受講していただきます。

お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和 4 年 12 月 1 日現在）

	人口等	対前月比
人口	22,045 人	-43
男性	11,060 人	-17
女性	10,985 人	-26
世帯	10,073 世帯	-15

有料広告

うちの子「結婚」しないのかしら?
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。
まずはお気軽に仲人にご相談下さい
055-288-1038
結婚相談所ムスベル

防災・減災＋国民保護に関する行動について考えよう vol.21

弾道ミサイル落下時の行動について

問 危機管理室（☎62-3145）

弾道ミサイルが日本の領土・領海に落下する可能性または領土・領海を通過する可能性がある場合は、全国瞬時警報システム（Ｊアラート）を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急速報メールなどにより緊急情報をお知らせします。

Ｊアラート

（例）直ちに避難。直ちに避難。直ちに建物の中、または地下に避難してください。ミサイルが、●時●分ごろ、●●県周辺に落下するものとみられます。直ちに避難してください。

Ｊアラートが聞こえたら
落ち着いて、直ちに行動してください。

屋外にいる場合

逃げる

近くの建物（できれば頑丈な建物）の中や地下に避難する。

建物がない場合

隠れる

物陰に身を隠すか、
地面に伏せて頭部を守る。

屋内にいる場合

離れる

窓から離れるか、
窓のない部屋に移動する。

近くにミサイル落下！

●屋内にいる場合
換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

●屋外にいる場合
口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する。

出典：国民保護ポータルサイト
https://www.kokuminhogo.go.jp/

すくすく育て
うえのはらっ子～我が家の主役～

上野原地区　上條 大晴（たいせい）くん（9歳）
樹（いつき）くん（5歳8か月）
剛央さん、恵さんの長男、次男
“兄弟仲良く、思いやりの心を忘れずに☆.*˚”

上野原地区　飯塚 大睦（ひろむ）くん（4歳6か月）
宣裕さん、歩さんの長男
“我が家のヒーロー！強く優しく育ってね！”

お子さまの写真を募集しています！お名前、生年月日、コメント、連絡先およびお子さまの写真を添付して、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】1月14日（土）、28日（土）
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、お話し、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】1月11日（水）、25日（水）午後1時～4時
【場所】こもれび庵（上野原市新田）
【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（感染予防のため、現在、飲食はしていません。）
【問い合わせ】花園（☎080-1102-3070）
※感染状況により変更もありますので、事前にご確認ください。

～ 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）
【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、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）

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

お問い合わせはクーポンの協力店まで

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

お問い合わせはクーポンの協力店まで

Cafe & Restaurant
ジーク SIEG
上野原 3632 ☎ 0554(63)2882
1枚で当日4名様まで（11時半～16時までの利用に限る）
デザートセット500円（通常680円）

お問い合わせはクーポンの協力店まで

ヨガルンタ上野原
☎ 080-4407-5957
1枚で1回まで
体験レッスン通常500円を講師で！
福祉センターふじみにて開催しています。

お問い合わせはクーポンの協力店まで

ハレバレ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5,000円→3,000円
初回限定 (50分) 6,000円→3,000円

おめでた・おくやみ

誕生

●甲東地区
小田結翔（ゆいと）（実）

●上野原地区
深田澄（すみ）（大樹）
小椋琥天（こあ）（康士郎）

婚姻

●上野原地区
小倉秀斗＝堀込悠美

死亡

●巌地区
小俣楊子（汪）
佐藤はるゑ（攻）
小俣みや子（弘之）

●大鶴地区
奥脇初枝（賢治）

●上野原地区
波多野茂信（裕明）
標シゲ（髙宏）
青木まり子（英二）
兼坂八重子（義雄）
古屋忠雄（享）
相澤敦子（晋）
山﨑菊恵（悠）
富田昭（浩一）

●棡原地区
石井一江（一成）

●西原地区
長田民江（國康）

●秋山地区
佐藤幸子（昭治）
志村やす子（髙雄）
佐藤みつゑ（中島孝子）
安留すみ江（竜一）

=11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】1月はお休みです。
2月は2月2日（木）
【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。
※マスクの着用と、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 佐藤（☎ 63-1519）

『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】1月12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】1月26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】1月17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）
【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】1月28日（土）午前10時～正午
【場所】総合福祉センターふじみ　教養娯楽室
【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。
※マスク着用の上、親子の飲み物をお持ちください。

『森の冒険遊び場・棡原プレーパーク』

【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棡原プレパ。棡原地区・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。

●●●上野原市立病院１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 一般外来	午前 初診	花輪・片山	内田・飯野	野原・小池	山崎・村田	担当医・倉田	内科医師
	午前 予約	三澤・内田・唐澤	岡本・村田・片山	花輪・片山・濵	花輪・長坂（浩）	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				森嶋（予約）		
小児科	午前	小野	渡邊	小野	玉井	小野	
小児科【専門外来】	午後	<心臓外科>河野 第一月曜日のみ					
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	千葉 第３月曜日のみ	遠藤	冨岡	小金澤		
皮膚科	午前	前島		三井		木下	
	午後						
整形外科	午前	松田・名田屋	須田	戸島・谷口	城越・名田屋	金沢・名田屋	
眼科【一般外来】	午前	河西	伊丹		福山	菊島	
	午後			杉谷		山梨大非常勤医師	
耳鼻咽喉科	午前		小河原	笹沼		田中	
	午後						
泌尿器科	午前				村石		小松 診療日 1/14、28
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	岡本		ツル虎ノ門医師		上條	
	午後						

●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

※この案内は、12 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。
※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
※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１～４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。
※白内障手術は菊島医師・櫻田医師が担当します。白内障外来を受診希望の人は、平日金曜日午前の菊島医師の外来を受診してください。
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１～４時にお問い合わせください。

●●●１月の各種相談日・申請期限・窓口業務

区分	日時	場所
児童巡回相談	11日（水）午前10:00～午後3:00	市総合福祉センター（要予約☎62-1199）
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	子育て世代包括支援センター（子育て保健課 子ども家庭担当）☎62-1199
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	
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
人権相談	10日（火）、27日（金）午前10:00～正午	
行政相談	16日（月）午前10:00～正午	市役所２階会議室Ｄ

区分	日時	場所
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
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
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
農地売買・賃借申請書提出	１月の申請書提出期限 10日（火）	農業委員会（産業振興課内）☎62-3119
市税収納・納税相談	29日（日）午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
市民課日曜窓口	29日（日）午前9:00～正午	市民課カウンター ☎62-3112

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

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：2023 年１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：2023 年１月末日まで

営業時間／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）
※本券を使用の際は、必ず参加時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：2023 年１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：2023 年１月末日まで

リンデンだより
LINDEN DAYORI
市立図書館

一般書

◇『連鎖』
黒川博行／著　中央公論新社
◇『秋麗』
今野敏／著　角川春樹事務所
◇『息をつめて』
桂望実／著　光文社

児童書

○『昆虫変態図鑑』
川邊透・前畑真実／著　ポプラ社
○『それで、いい！』
磯みゆき／作　はたこうしろう／絵　ポプラ社
○『ガオガオきょうりゅうのよる』
たるいしまこ／作　あかね書房

絵本

◆『ひ・る・ご・は・ん！』
武田美穂／作　ほるぷ出版
◆『ぐいーん！こうしょさぎょうしゃ』
鈴木まもる／絵　竹下文子／作　偕成社
◆『にじいろのさかなとおはなしさん』
マーカス・フィスター／作　谷川俊太郎／訳
講談社

図書館イベント

◆子ども映画会
『ムーミン谷とウィンターワンダーランド』
1月14日（土）午前10時～　会議室
◆あおぞらおはなし会
1月21日（土）午後2時30分～　屋上庭園
◎たんぽぽ会
※雨天などのときは会議室で実施します。

≪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　＃193
男女共同参画推進委員会

女の子だから、男の子だから

我が家の息子は4歳で、いろいろなことに興味津々です。先日、新しい靴を買いに行ったとき、ハートの装飾がついたパステルピンクの靴をほしがり、どうしようかと悩みました。「男の子がピンクが好きでも変じゃない」とは思いますが、ハートのキラキラがついているパステルピンクの靴を履いている姿を想像すると、少し抵抗がありました。「女の子みたいだから」と言うのは違うし、好きなら履かせてあげれば良いのだけれど……。

最近では『ジェンダー』や『LGBT』などの言葉も認識されつつありますが、私が子どものころは、祖父母から「女の子は女の子らしく」「家事をするのは女の仕事」と育てられました。意識の根底に男女の区別がまだ残っているのかもしれません。昔はランドセルも女の子は赤、男の子は黒が主流でしたが、今はさまざまな選択肢があります。最近は女子生徒でもズボンを選択できる高校などもあるようです。社会的に決められている「男性像」や「女性像」にとらわれず、個人の意思で自由に行動、発言、選択をしていくことを『ジェンダーフリー』といいます。今の子どもたちの方が大人よりもジェンダーフリーな考え方ができているのかもしれません。

男、女という性別やLGBTなど関係なく一人の人間として、好きなことは好きと言える社会になるように、男女共同参画推進委員としてジェンダーフリーの考え方を推進していく必要があると感じました。

【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

祝！ユネスコ無形文化遺産登録決定
無生野の大念仏を PR

令和 4 年 11 月 30 日（水）に「無生野の大念仏」を含む 41 の「風流踊」が、ユネスコ無形文化遺産へ登録決定となったことを受け、12 月 1 日（木）に市役所正面に懸垂幕が掲げられました。立ち会った無生野大念仏保存会の原田住治（はらだすみはる）会長は、「実感が湧いてきました。永く続けていけるよう、がんばっていきたい」と笑顔を見せました。この他、市内各所に横断幕やのぼり旗が設置されました。

冬の上野原駅周辺を彩る光
イルミネーション設置

令和 4 年 11 月から、上野原駅の周辺にイルミネーションが設置されています。これは、市観光協会とまちづくりプラットフォーム鄙の会のみなさんが毎年実施しているものです。また、島田観光協会の協力で島田コミュニティセンター周辺にもイルミネーションが設置されているほか、今年は駅北口から市街地へ昇っていく階段にも、新たに光の帯が輝いています。これらは 2 月ごろまで設置される予定です。

ロータリーを改修して進入可能に
市立病院にバス乗り入れ

令和元年 10 月から運行中の上野原市中心市街地循環バス。「市立病院」のバス停は、市道北裏線の道路沿いに設置されていて、病院の出入口まで距離がありました。このたび、ロータリーの花壇などを改修し、バスが転回できる幅員を確保できたことから、令和 4 年 12 月にバス停を正面玄関前に移動しました。これにより、循環バスに正面玄関前で乗り降りできるようになりました。

上野原 PhotoRecord

市や市議会が再設置に向けて活動
上野原・四方津両駅に時計

上野原・四方津両駅で、令和３年11月から時計が撤去されていました。駅利用者の利便性確保や、安全・安心な電車の利用のため、市と市議会では、令和４年３月にJR東日本へ再設置の要望書を提出するなど、再設置に向けて活動していました。その後の協議において、市が購入した電波時計を両駅に設置することとなり、JR東日本の協力のもと、令和４年12月に両駅に時計が再設置されました。

△上野原駅

△四方津駅

観光ボランティアガイドのみなさん
登山道の清掃活動

市観光ボランティアガイド連絡協議会は、市の歴史・自然などの案内や、誘客促進・定着を図るために活動しています。令和４年11月27日（日）には、巌地区栃穴の御前山で登山道整備を行いました。栃穴の御前山は急勾配な箇所があり、上級者向けのコース。地区のみなさんにもご協力いただき、安全に登山ができるよう、案内看板の設置や登山道・山頂の草刈り、倒木処理に汗を流しました。

年末の交通事故防止県民運動
交通安全を呼びかけ

令和４年12月１日（木）、「年末の交通事故防止県民運動」の出発式が行われました。12月いっぱいの期間中、啓発物品の配布を行ったり、ドライバーへの早めのライト点灯やハイビームの活用などの重点目標を中心に、交通安全を呼びかけたりしました。上野原警察署や、市交通安全協会をはじめとした各交通安全団体のみなさんには、師走の慌ただしい中、交通事故ゼロに向けて活動していただきました。

人権の大切さを呼びかけ
上野原駅で人権啓発活動

毎年12月４日～10日は「人権週間」。全国各地で人権啓発活動が行われます。市では令和４年12月８日（木）夕方、上野原駅の南北通路で啓発物品の配布などの啓発活動を行いました。人権擁護委員のみなさんを中心に、一日人権擁護委員を委嘱された上野原高校のみなさんや、たまじまる、人KENまもるくんも参加しました。通勤・通学などでお忙しい中、足を止めていただきありがとうございました。

広報 UENOHARA 2023 1 No.215
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）
ホームページ：http://www.city.uenohara.yamanashi.jp/
E-mail：hishokoho@city.uenohara.lg.jp

上野原市 × PayPay 最大25%戻ってくるキャンペーン実施中

1月31日まで

市では、キャッシュレス決済サービス「PayPay（ペイペイ）」を活用したポイント還元事業を実施中です。対象店舗などの詳細は、QRコードから市ホームページをご確認ください。

【問】産業振興課商工観光担当（☎62-3119）

第2弾 最大20,000円分のマイナポイントがもらえる！

お好きなキャッシュレス決済サービスで使える！

キャッシュレスでチャージ、お買い物をすると25%にあたるポイントが付与されるマイナポイント事業。令和4年1月1日から第2弾が開始されています。

右の①～③すべての条件を満たすには、マイナンバーカードを所定の期間までに申請している必要があります。

まだマイナポイントをもらっていない人は、最大で20,000円相当のポイントを取得できます。この機会にぜひご検討ください。

問・マイナンバー総合フリーダイヤル（☎0120-95-0178）

①第1弾に申し込んでいない人
……最大5,000円相当のポイント

【申込期間】令和4年1月1日～令和5年2月末

第1弾のポイント付与に申し込んでいない人と、申し込んだがポイント付与を受けていない人は、最大5,000円分のポイント付与を受けることができます。

②マイナンバーカードの健康保険証としての利用申込みを行った人
……7,500円相当のポイント

【申込期間】令和4年6月30日～令和5年2月末

既に保険証利用申込みをした人も対象ですが、第1弾または①で決済サービスを選んでいる場合も、もう一度マイナポイント申込みが必要です。

③公金受取口座の登録を行った人
……7,500円相当のポイント

【申込期間】令和4年6月30日～令和5年2月末

既に口座登録をした人も対象ですが、第1弾または①で決済サービスを選んでいる場合も、もう一度マイナポイント申込みが必要です。

※申込期間は変更される場合があります。

デジタル庁　総務省　厚生労働省

詳しくは マイナポイント 検索 または

※QRコードは㈱デンソーウェーブの登録商標です。

PayPayで25%戻ってくるキャンペーン！
みやがわ で ご利用下さい

『学生さんに大人気』
メガネ一式 12,000円～

『エントリーモデルの高性能』
補聴器 85,000円～

おかげさまで創業90年
とけい・めがね・補聴器
みやがわ
☎0554-63-0234 水曜定休

令和5年 新年号
一期一会のいいお店宣言

上野原市内でも、業界でも『みやがわ』は小さな小さな専門店ですが、だからこそ、店主の目が色々なところへ行き届いた仕事を心掛け『信頼されるお店』となれますよう日々取り組んでいます。まだまだ人混みへの移動は慎重になる今、身近な近所にも安心して頼れるお店があるんだと感じて頂けますよう、丁寧な接客・細かな説明、そして皆様に寄り添った親身な対応に努めます。