

うしろのほう

10

2005
(平成17年10月)

No.8

目次

- みんなで考えよう子育てのこと②・・・・・・・・・・ 2～5
- ヴァンフォーレ甲府記念招待試合申込者募集・・・・・・・・ 6
- 下水道のはなし・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
- 上野原市合併記念式典ピアノリサイタル申込者募集・・ 7
- 「あなたとエアロビック」公開録画参加者募集・・・・・・・・ 7
- 水道つうしん・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14
- 「こんにちは、知事です」が開催されました・・・・ 15

大鶴地区で防災訓練

みんなで考えよう 子育てのこと②

前回は妊娠期・出生時についての現状をお伝えしました。今回は乳幼児健診・育児教室での子どもたちの様子や育児環境についてお伝えしていきます。

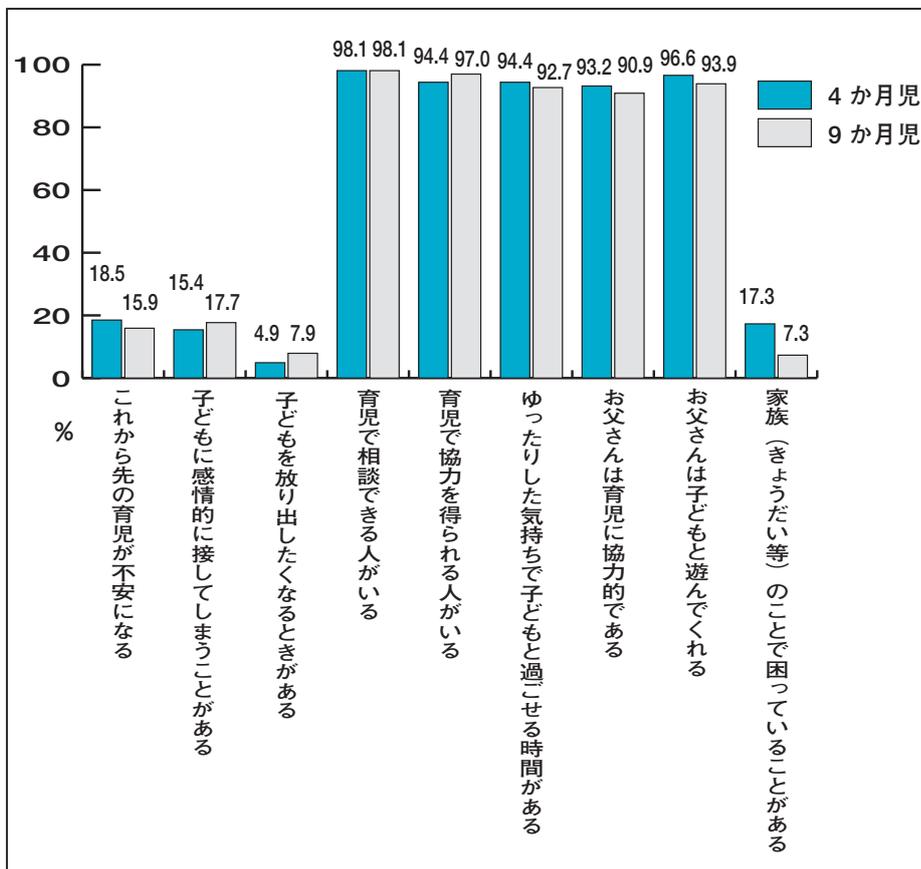
乳幼児期の状況

市では3〜4か月児、2歳児、3歳児の健康診査を実施しています。子どもの発育発達の確認のほかに、育児ストレスや不安などの相談に応じ、子どもの年齢に合った育児や生活習慣等についての指導を実施しています。

▶ 9〜10か月児健診



平成16年度乳児健診



乳児期では授乳、離乳食、スキンケアなどの、その時期特有の悩みが多くなっています。母をとりまく育児環境の不安感は、4か月児健診時と比べると9か月児健診時には減少しています。赤ちゃんとの生活にもだいぶ慣れてきた時期と言えるでしょう。しかし、感情的に接してしまったり、放り出したくなると感じる人は4か月児健診時よりも9か月児健診時の方が増加しています。ちょうど夜泣きが始まったり、離乳食の進み方が停滞したり、子どもが活発になったりして、目が離せなくなるためではないでしょうか。ゆったりとした気持ちで過ごせる時間の減少もこのためでしょう。育児に協力的な父親はほぼ9割です。父親も育児に積極的に関わっている家庭が多いようです。

むし歯の状況

()は健診対象人数

| | 1歳6か月健診 (161人) | 2歳児健診 (174人) | 3歳児健診 (160人) |
|--------------|-------------------|-----------------|-----------------|
| むし歯あり | 2.5% | 10.9% | 36.9% |
| むし歯あり幼児の平均本数 | 2.0本 | 4.0本 | 5.6本 |

幼児健診(1歳6か月児、2歳児、3歳児)では、①むし歯の状況や食生活、②生活リズムやしつけ、③ことばの発達について、重点をおいて保護者の方と確認をしています。

食生活の状況

()は健診対象人数

| 調査項目 | | 1歳6か月児健診 (161人) | 3歳児健診 (160人) |
|---------|-----------|--------------------|-----------------|
| おやつ | 時間を決めていない | 28.0% | 23.8% |
| | 3回以上食べる | 8.7% | 9.4% |
| よく飲む飲み物 | お茶 | 83.9% | 76.3% |
| | 牛乳 | 39.8% | 63.8% |
| | イオン飲料 | 13.7% | 16.9% |
| | ジュース | 37.3% | 38.1% |

①むし歯の状況や食生活(表を参考)

年齢が高くなるにつれて、むし歯のある子どもたちの割合が高くなり、1人あたりのむし歯の本数も、多くなっています。原因としては、1日におやつを3回以上食べる子どもが増え、よく飲む飲み物として、イオン飲料やジュースが多くなっている背景があるのではないかと考えられます。

また、食事で心配になることは、1歳6か月児、2歳児、3歳児をとおして、むら食いや野菜を食べないなどが多くなっています。2歳児になると、あまり食べないという心配が加わり、3歳児では偏食、よく噛まないなどの心配も出てきています。

②生活リズムとしつけについて

生活リズムとしては、就寝時間が午後10時以降の子どもが1歳6か月児では39・1%、3歳児では41・3%と約4割を占めています。生活リズムは、乳児期から睡眠のリズムをつくり、



食事を3食摂るようになしていくことでだんだんと整えられていきます。大人の生活リズムに合わせて就寝時間も遅くなっている子どもが多いようです。

健診時に確認している排泄については、1歳6か月児では37・3%がしつけを始めています。2歳児になると65・5%、3歳児では73・7%がしつけをしている状況です。3歳児では昼間のおしっこを教えるようになる子どもが25%くらいになってきます。生活習慣は自然と身につくものではなく、年齢や発達に合わせたしつけが必要になります。

③ことばの発達について

健診の問診にて、ことばの発達に心配がある子どもは、1歳6か月児では1・9%、2歳児では1・7%とあまり変わりありません。しかし、3歳児になると13・8%と増えてきています。年齢が小さいうちは、しばらく様子を見たいと思っている保護者が多いようです。大きくなってくると、ことばの発達以外にも発音がはつきりしない、どもりがあるなどの心配も出てくるようになります。ことばに関して、いろいろな心配をしている保護者が増えてきています。

このような健診の結果をふまえて、今後は生活リズム、食習慣、おやつなどに重点をおいて、具体的な情報を提供し、子どもの年齢に応じた継続的な支援を実施していきます。

未受診者に対しては、現在電話で次月の受診をすすめています。3歳児健診で未受診が続く対象者へは、今後、訪問指導を実施していきます。

たんぽぽ教室

健診での支援とあわせて、2歳4〜6か月児とその保護者を対象に「たんぽぽ教室」を実施しています。子どもが年齢に応じて成長するために、保護者が子どもの発達段階にあった関わり方を学べるようにしています。また、親子遊びの場や就園準備として、子どもが集団に慣れることや運動感覚機能、情緒の発達を促す遊びを親子で楽しく体験する教室としています。

この時期、親子でじっくりと遊ぶ時

平成16年度たんぽぽ教室アンケート結果

| アンケート項目 | % |
|-------------------|------|
| 親子で楽しく遊ぶ参考になった | 92.1 |
| 家での遊びの参考になった | 86.8 |
| 教室に参加して子どもが成長した | 84.2 |
| お母さん同士の友だちが欲しいと思う | 94.7 |

※平成16年度のたんぽぽ教室は対象親子の44.7% (88組)の親子が参加しました。

間をなかなかとることができないようです。しかし、教室に参加することで、親子で楽しく遊ぶ機会になったり、家での遊びの参考になったりしているようです。また、教室では、おもちゃの片づけや貸し借り、他の子どもたちと一緒に行動したり、あいさつをしたりするということを繰り返します。そうすることによって、少しずつ子どもたちができることが増え、教室に参加して子どもが成長したと思える保護者が多くなるようです。

教室の参加動機としての意見にも多いのですが、子どもの友だちづくりばかりではなく、母親同士の友だちを求めている人も多いようです。

日中、母親と子どもだけで過ごしている家庭も多いようです。

その他、継続支援が必要な親子に対しては、訪問指導を実施し、必要に応じて、今年度から始めた発達相談をすすめていきます。保健師や保育士が随時育児相談にも応じています。



▶たんぽぽ教室でのお団子づくり



▶9〜10か月児健診の小児科医診察

健診や教室での様子



▲1歳6か月児健診の歯科医診察



▶たんぽぽ教室での手遊び

今年度新規事業

《母と子の健康教室》

1歳2か月から1歳4か月くらいのお子さんと母親を対象にした教室です。内容は、保育士による親子遊びと、保健師、栄養士、歯科衛生士による言葉や食事、歯に関する健康についてのお話などです。

この時期は、乳児から幼児になり、生まれたときから比べると、心も体も大変成長していることを感じられるころだと思えます。しかし、子どもの成長が順調であるか、食事、歯のことなど、育児においての気がかりも出てく



▲母と子の健康教室

るところであると思います。

これから、お子さんが心身ともに健康で成長していくためには、体を十分に動かすことや小さいころからの規則正しい生活習慣を身につけることがとても重要になります。また、子どもの健康だけでなく、子育てで忙しい日々を過ごしているお母さんの健康についても、一緒に考えていく教室になっています。

1コース2回で、毎回親子遊びを取り入れ、母親がお話を聞くときには、保育士による託児を行っています。

8月31日に第1回の教室が行われ、20組の親子の参加がありました。参加者から、このような教室をもっと実施してほしいという意見が多数ありました。

《発達に関する相談・教室》

「ことが遅いような気がする。」
「他の子どもとどうもく遊べない。」
「集団になじめない。」などの悩みごとの相談を月1回行っています。4か月に1回は、小児神経の専門医による相談も実施しています。

また、相談において、継続した支援が必要だと思われる子どもたちを対象に、毎月1回教室を実施しています。子どもがのびのびと成長・発達できるように、遊びをとおして保護者と保育士や保健師、心理相談員とが一緒に考えていく教室です。そして、子どもの特徴をとらえて子どもの発達に合った



▶どのくらい大きくなったかな

関わり方についても学びます。子どもが集団の中での生活ルールを学びながら、保護者と子どもが楽しんで参加できる教室にしていきたいと思えます。

お子さんのことで何か心配がある場合は、まず、保健師に気軽に相談してください。

《子育てしやすいまちづくりを目指して》

今回の取材中、子育て中の保護者の方に「子育てしやすい市になるためには」と聞いてみました。

意見には、「子どもたちが安心して遊べる公園や児童館が欲しい。」「両親が遠くに住んでいるので、病院などに行く場合、子どもを一時的に預かってくれる施設が欲しい。」「市立病院の小児科と産婦人科を充実して欲しい。」などがありました。



▶もしもするよ

前回・今回と2回にわたって母子保健の現状について、お伝えしました。親子を取り巻く現状について、地域のみなさんにも少しは、ご理解いただけたのではないかと思います。

全国的に少子化は深刻な問題となっていて、当市においても同様です。子どもが育つ環境は昔とは変わってきています。次世代を担う子どもたちを育てている家庭が子どもを安心して育てられるように、また、楽しく育児ができるように地域で見守っていくことは大切なことです。子どもは地域で育っていきます。子どもたちや親が、上野原市で育つてよかった、育ててよかったと思えるように地域ぐるみで育児支援をしていきたいと思えます。

●問い合わせ 福祉課子育て支援担当
(☎62-3115)



ヴァンフォーレ甲府全県ホームタウン化記念 ホームゲームご招待のお知らせ

11月26日(土) ヴァンフォーレ甲府vsアビスパ福岡

小瀬スポーツ公園陸上競技場 午後1時キックオフ(開門午前11時30分)

さて、この度、株式会社ヴァンフォーレ山梨スポーツクラブでは、ヴァンフォーレ甲府の全県ホームタウン化を記念しまして、ひとりでも多くの県民の方に試合を観戦していただくため、招待事業を実施します。

みなさん、ぜひこの機会に地元プロサッカーチームの迫力ある試合を観戦してください。

◆対象地域 富士北麓・東部地域

◆申込み方法 申し込みを希望される方は、窓口で申込用紙に必要事項(住所・氏名・電話・年齢層・性別)を記入して、その場で無料招待券を受け取ります。

※在住地域以外の市町村の方、また、電話・FAX等の受付はできません。

※定員になり次第終了とさせていただきます。

※個人の場合は6枚、団体(スポ少など)の場合は30枚まで申し込み可能です。

◆申込み 市社会教育課社会教育担当およびヴァンフォーレプラザ

◆受付期間 ①社会教育課の場合(上野原市民のみ)

◆受付日 10月26日(水)～11月25日(金)

◆受付時間 午前8時30分～午後5時

※土・日・祝日の受付はあり

ません。

②ヴァンフォーレプラザの場

◆受付日 10月26日(水)～11月25日(金)

◆受付時間 正午～午後7時(平日)・午前10時～午後7時(土・日・祝日)

※火曜日は定休
※いずれも11月25日は午後4時までとします。

◆問い合わせ 社会教育課社会教育担当(☎62-3409)

およびヴァンフォーレプラザ(☎055-223-1000)、ヴァンフォーレ甲府事務局(☎055-254-6867)

※株式会社ヴァンフォーレ山梨スポーツクラブの責任において、個人情報漏えいがないよう、その取り扱いには細心の注意を払うとともに、今後クラブのDM発送などに情報を利用させていただきます。

※株式会社ヴァンフォーレ山梨スポーツクラブの責任において、個人情報漏えいがないよう、その取り扱いには細心の注意を払うとともに、今後クラブのDM発送などに情報を利用させていただきます。

下水道のはなし

下水道Q&A

(生活排水編)

Q 川や海を汚している大きな原因は何ですか？

A 川や海を汚す大きな原因は工場・事業所から出る排水だと思いがちです。しかし、法律などの規制により今日では水質がずいぶん改善されています。実は原因の約7割が、炊事や洗濯などで私たちが何気なく流している生活排水だったのです。

Q 生活排水のうち、汚れの原因として最も多いものは何ですか？

A 生活排水の汚れのうち、油や食べものの残り汁など台所から出る汚れが、最も多いといわれています。

Q 天ぷら油500mlを水生生物が住めるようにするには、どのくらいの水が必要なのですか？

A (ふろおけ300ℓを1杯分として計算します。)

A なんと、330杯分の水が必要になります。ほかに、牛乳コップ1杯(180ml)であれば、これも13杯分の水が必要に

なります。

Q 生活排水をきれいにしたいと思う場合、家庭でできる対策には何がありますか？

A まず台所では、食用油を流さない、台所洗剤の適量使用、調理くずや食べ残しを流さないなどがあります。次に洗濯時や入浴時には、洗剤やシャンプーの適量使用などが考えられます。

「下水道」か私にもどる水」という標語があります。汚れた水は、回り回って自分のところに帰ってくるのです。日ごろから家庭でのちよつとした工夫を心がけたいですね。

点検商法にご注意を！

市役所から、下水道の点検依頼があったと偽り、排水管を調べ、清掃などをし、あとで高額な料金を請求する業者が出没しています。ご注意ください。

●問い合わせ 下水道課庶務担当 (☎62-3145)



【上野原市合併記念】

ラファエル・ゲーラ ピアノリサイタル 〈2回公演〉



11月23日(祝)、上野原市の合併を記念して、合併記念式典が行われます。その合併記念事業の一つとして、昨年10月の上野原市もみじホールこけら落とし公演にてご好評をいただいた、ラファエル・ゲーラさんのソロ・リサイタルを開催します。

◆ ◆プログラム (第1回・第2回共通) ◆ ◆

ショパン：ワルツ Op.64-2嬰ハ短調/ワルツ Op.42変イ長調

ショパン：バラード第1番ト短調 Op.23

リスト：愛の夢第3番変イ長調

シューベルト：即興曲 Op.90, D.899より

No.2変ホ長調 (アレグロ) / No.3変ト長調 (アンダンテ)

グラナドス：「スペイン舞曲集」より

モシュコフスキー：スペイン奇想曲 Op.37

ほか

11月23日(祝)

〈第1回〉午後1時30分開演 (午後1時開場)

〈第2回〉午後5時30分開演 (午後5時開場)

会場：上野原市もみじホール

入場無料 〈申し込みが必要です。〉

※未就学児の入場はできませんのでご了承ください。

◆申し込みができる方

市内にお住まいで、小学生以上の方

◆申込み (往復はがき)

住所、氏名、年齢、電話番号、第1回公演か、第2回公演の別をご記入のうえ、往復はがきでお申し込みください。申し込みはお一人一枚です。申込者が定員を超えた場合は抽選を行います。また、結果を返信はがきにてご連絡します。

◆定員 各回300人

◆締切 10月27日(木) 必着

◆申込み・問い合わせ 上野原市教育委員会社会教育課社会教育担当 ☎62-3409 〒409-0192 上野原市上野原3832

NHK(衛星第2)番組「あなたとエアロビック」

《毎週金曜日午前9時30分～9時55分放送中》

公開録画参加者募集!

インストラクターの知念かおるさんが運動不足・ストレス解消、健康維持に役立つエアロビックを教えてください。経験のない方でもお気軽に参加してください。



当日会場では、「ぐーちょこランタン」と一緒に写真撮影ができます!ぜひ、参加してください。

| | |
|-------|---------------------------------|
| 日 時 | 11月6日(日) |
| 開場 | 午後1時30分 |
| 開演 | 午後2時～ |
| 会 場 | 上野原中学校屋内運動場 |
| 募集人数 | 100名(先着順で受け付けます。) |
| 対 象 者 | 小学生以上 |
| 応 募 先 | 社会教育課社会教育担当 ☎62-3409(ダイヤルイン) |
| 主 催 | NHK甲府放送局・上野原市 |

お問い合わせ NHK甲府放送局「あなたとエアロビック」係 ☎055-222-1314
上野原市教育委員会社会教育課社会教育担当 ☎0554-62-3409



ごみ集積所の利用について

先日、旧役場裏のごみ集積所の片付けに立ち会いました。多数の収集されない黒い袋の生ごみや不燃性粗大ごみが放置され、悪臭がひどく虫がわいて使用できない状態でした。

ごみ集積所は利用者が設置し管理しています。一部の心無い方が出したごみのために、多くの利用者が大変迷惑しています。必ずルールを守って正しく使しましょう。また、集積所の利用者以外がごみを置いていくことが問題になっていきます。ごみの不法投棄は犯罪ですので絶対にしてはいけません。

ビンの方について

ビンは、主にガラスの原料としてリサイクルされています。しかし、状態の悪いもの

は、再生ビンの品質が低下するため産業廃棄物として処分されています。このため、製ビン会社からは、厳しく引き取り基準の徹底を求められています。そこで、みなさんにはビンの出し方について、十分注意していただくようお願いいたします。

《正しい手順》

- ① 中身は全て使い切る。
 - ② 中を軽く水でゆすぐ。
 - ③ キャップは必ず取り除く。
- ※ドリンク剤などのスクリュールキャップは必ずはずしてください。（収集後、手作業では取りきれません。）

秋のリサイクル活動のお知らせ

うえのはらリサイクルの会では、次のとおりイベントを開催します。なお、ファイバーリサイクル(古着回収)に参加できない場合は、常時クリンセンターでも古着をお預かりしていますのでご利用ください。

《第30回フリーマーケット》

- 日時 10月23日(日)午前10時～正午
- 場所 上野原市役所センタープラザ

※雨天中止
※出店希望者が多数ある場合には先着順とします。

《第24回ファイバーリサイクル(古着回収)》

- 日時 11月5日(土)午前8時～9時
- 場所 上野原市役所前庭
- ※小雨決行

《回収可能なもの》

- ① 夏物の幼児子供衣類
- ② 女性用の肌着類・体型を整える衣類
- ③ Tシャツ・Yシャツ・ポロシャツ等の夏物衣類
- ④ ジーンズ・チノパン等のズボン類
- ⑤ シーツ・毛布類
- ⑥ タオル・ハンカチ類
- ⑦ 野球帽等の織物製の帽子類
- ⑧ 着物・浴衣・帯類
- ⑨ 背広の上下セット
- ⑩ 冬物のうち、100%ウールのセーター・皮革衣類

《回収不能なもの》

- ① 秋冬物衣類全般
- ② アクリルセーター
- ③ 手袋・靴下・布団類
- ④ 裁断くず・綿等
- ⑤ 汚れや破れのある衣類
- ⑥ 洗濯してないもの

- 問い合わせ クリーンセンター(☎63-5353)



いきいき山梨ねりんピックに参加しました

9月10日(土)甲府市小瀬スポーツ公園を主会場に、「いきいき山梨ねりんピック2005」高齢者総合スポーツ大会が開催されました。



▶みんなでハイチーズ

当市からは、市老人クラブ連合会を主体として、40名が参加しました。クイズウォーキング大会では、種目別優勝を飾りました。



▶クイズウォーキング優勝



▶グランドゴルフ参加者

保健だより 10月



問い合わせ——
子育て支援担当
電話 62-3115
保健担当
電話 62-4134

子育て支援担当

★母子健康手帳交付・妊婦相談日

- ◎日 時 毎週火・木曜日
午前9：00～11：00
- ◎場 所 保健センター（勤労青少年ホーム）

★乳幼児健診（10/1～11/10までの予定）

《上野原会場》

| | 実施日 | 該当児 | 持 ち 物 |
|---------------|---------------|------------------------|----------------------------|
| 3～4 か月児 | 10月28日 (金) | 平成17年 6月生 | 母子健康手帳 バスタオル・問診票 |
| 9～10 か月児 | 10月7日 (金) | 平成16年 12月生 | 母子健康手帳 バスタオル・問診票 |
| | 11月8日 (火) | 平成17年 1月生 | 母子健康手帳 バスタオル・問診票 |
| 1 歳 6か月児 | 10月14日 (金) | 平成16年 3月生 | 母子健康手帳 バスタオル・問診票 |
| 3 歳 児 | 10月5日 (水) | 平成14年 7月生 | 母子健康手帳・歯ブラシ コップ・問診票・早朝尿 |
| 2 歳 児 歯科健診 | 10月17日 (月) | 平成15年 9月・10 月上旬生 | 母子健康手帳 歯ブラシ・問診票 |

- ◎受付時間 午後1：00～1：20
- ◎場 所 保健センター（勤労青少年ホーム）
- ※対象児にはお知らせを郵送します。

《秋山会場》

| | 実施日 | 該当児 | 持 ち 物 |
|------------|---------------|-------------|---------------------|
| 乳児 健康相談 | 10月25日 (火) | 秋山地区 全乳児 | 母子健康手帳 バスタオル・問診票 |

- ◎受付時間 午後1：30～2：00
- ◎場 所 国保直営診療所（秋山診療所）
- ※3～4か月児健診、9～10か月児健診対象児にはお知らせを郵送します。

★秋期小児まひ（ポリオ）予防接種

- ◎日 時 10月4日（火） 整理日
- ◎対 象 児 接種日に3か月～7歳5か月の乳幼児
- ◎場 所 保健センター（勤労青少年ホーム）
- ◎受付時間 午後1：15～1：40
- ◎持 ち 物 母子健康手帳、予診票、ボールペン
- ※1回目・2回目の対象児のいずれも接種可能となっています。
- ※1回目と2回目の接種間隔が長期間あいても、必ず2回接種してください。

保健担当

★乳がん施設検診

- ◎対 象 者 市内に住民票のある30歳以上の女性
- ◎検 診 料 700円
- ◎内 容 視触診・乳房撮影(30歳代の方は超音波検査、40歳以上の方はマンモグラフィ検査)
- ◎指定医療機関 市立病院
- ◎申 込 み 市立病院へ直接お申し込みください。

★子宮がん施設検診

- ◎対 象 者 市内に住民票のある成人女性
- ◎検 診 料 1,000円
- ◎内 容 子宮頸部がん検診
- ◎指定医療機関 武者医院(大月市)
- ◎申込み期限 平成17年12月22日(木)まで
- ◎申 込 み 保健センター（☎62-4134）へお申し込みください。

★健康相談（10/1～11/10までの予定）

《血圧が気になる人の健康相談》

| 実施日 | 場 所 | 時 間 |
|-----------|--------------|-------------|
| 10月3日(月) | 保健センター | 午後1：30～3：30 |
| 10月4日(火) | 甲 東 支 所 | 午後1：30～3：30 |
| 10月7日(金) | 秋 山 公 民 館 | 午後2：00～3：30 |
| 10月12日(水) | ふるさと長寿館 | 午後1：30～3：30 |
| 10月21日(金) | J A クレイン大鶴支店 | 午後1：30～3：30 |
| 10月24日(月) | 巖 支 所 | 午後1：30～3：30 |

- ◎対 象 者 市内にお住まいの40歳以上の方
- ◎内 容 日常生活の過ごし方などの個別相談
- ◎持 ち 物 健康手帳(持っていない方には当日交付します) 筆記用具
- ※秋山地区の健康相談では、母子健康手帳交付、妊婦・乳幼児相談も行います。

★骨粗鬆症検診

あなたの骨は元気でしょうか？この機会を利用して骨密度を測定しましょう。

| 実施日 | 場 所 | 時 間 |
|----------|-----------|---------------|
| 11月4日(金) | 秋 山 公 民 館 | 午前10：00～11：30 |
| 11月4日(金) | 島 田 支 所 | 午後1：30～3：00 |
| 11月7日(月) | 大 目 支 所 | 午前10：00～11：30 |
| 11月7日(月) | コモアIT目集会所 | 午後1：30～3：00 |
| 11月8日(火) | ふるさと長寿館 | 午前10：00～11：30 |

- ◎内 容 骨密度の測定、生活指導(栄養・運動)
- ◎検 診 料 無料
- ◎申 込 み 不要
- ◎持 ち 物 健康手帳(お持ちの方)
- ※詳しくは17年度保健事業日程表をご覧ください。



建築物および住宅に関する調査についてのお願い

国土交通省では、県および市の協力のもと、「平成17年度建築物等実態調査」を行うこととしています。

この調査は、最近における建築物および住宅の建築状況等を調査し、国や都道府県の住宅・建築行政等の基礎資料を得ることを目的として毎年実施しています。

10月1日から10月21日までの間に調査員がお伺いします。調査の内容については統計に関すること以外の使用はいたしませんので、ご協力をお願いいたします。

●問い合わせ 建設課計画担当（☎62-3123）

山梨県最低賃金が引き上げられます

山梨県最低賃金が、平成17

年10月1日より現在の「1時間648円」から「1時間651円」に3円引き上げられます。

最低賃金制度は、国が賃金の最低限度を定めることにより、労働条件の改善、労働者の生活の安定、労働力の質的向上を図ることを目的としています。

この最低賃金は、産業別最低賃金が適用される労働者を除き、常用・臨時、パート、アルバイトなどの雇用形態、性別、年齢を問わず県内の事業場で働く全ての労働者に適用されます。

山梨県の最低賃金は1時間 651円

●問い合わせ 山梨労働局賃金室（☎055-2225-2854）または都留労働基準監督署（☎43-2195）

県民の日 富士吉田会場のお知らせ

平成17年度県民の日富士吉田会場が次のとおり開催されます。

●日時 10月29日（土）午前9

時30分～午後3時
●場所 富士北麓公園陸上競技場前（富士吉田市上吉田立石5000番地）

●内容
《オープンセレモニー》
《ふれあい広場》地元の芸能、文化活動等の発表

《まつり広場》市町村コーナー、体験コーナー、各種展示販売コーナー、屋台コーナー、環境PRコーナー、フリーマーケット等

《おたのしみ抽選会》地元の特産品や地場産品など、たくさんのお景品を用意

※雨天の場合は、内容の一部に変更があります。

フリーマーケットの

出展者を募集します

●申込期限 10月18日（火）

●申込方法 はがきに①郵便番号②住所③氏名④電話番号⑤主な商品名を記入のうえ、郵送してください。

●出店料 500円
※区画数約30、申し込み多数の場合は抽選となります。

●申込み・問い合わせ 富士

北麓・東部地域振興局企画振興部地域振興課県民生活商工担当（〒402-000

54 都留市田原3-3-3
南都留合同庁舎内 ☎45-7801

10月の「子育てプレイルーム」のお知らせ

市教育委員会では、月2回もみじホールの一室を「子育てプレイルーム」として開放しています。親子が安心して遊べる場所、情報交換の場所として気軽にご利用ください。

●日時 10月12日（水）・26日（水）午前9時～正午

●利用方法 希望者はあらかじめ左記までお申し込みください。なお、一度申し込みをされた方は、再度申し込み必要はありません。

●申込み・問い合わせ 社会教育課社会教育担当（☎62-3409）

障害を持つ方の「社会見学バス」参加者募集

市社会福祉協議会では、次のとおり「社会見学バス」の参加者を募集します。

●日時 10月22日（土）午前8時10分集合（市役所前）

●コース 巣鴨とげぬき地

蔵、柴又帝釈天
●対象者 市内にお住まいの障害を持つ方（身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳所持者）付添者およびボランティア

●参加費 一人 1500円
●募集定員 80名（定員になり次第締め切ります。）

●募集期間 10月3日（月）～11日（火）午前9時～午後5時（土・日・祝日を除く）

●申込み・問い合わせ 市社会福祉協議会（☎63-0002）

甲府地方務局 都留支局統合のお知らせ

甲府地方務局都留支局は、平成17年11月7日付けで、大月出張所と統合し、大月市へ移転します。また、名称も大月支局へ変更になります。

●都留支局の最終業務日 11月4日（金）午後5時まで

●大月支局が引き受ける業務
①戸籍・国籍・供託・人権の各業務
②都留市・道志村・上野原市・秋山地区に関する登記事務

●問い合わせ 甲府地方務局総務課（☎055-25217153）

知らないのは問題です
知らないのは大問題です

《10月は労働保険
適用促進月間です》

労働保険は、労災保険と雇用保険の総称です。

労働者を一人でも雇用している事業主は、法人・個人を問わず、労働保険に加入することが義務づけられています。

未加入の事業主の方は、今すぐ加入手続きをしましょう。

●問い合わせ 都留労働基準監督署（☎43-2195）またはハローワーク大月（☎

裁判員制度が平成21年5月までに
スタートします

私の視点、私の感覚、私の言葉で参加します。

法務省・甲府地方検察局

詳細については、ホームページでご案内しています。

検察庁HP <http://www.kensatsu.go.jp>

22-8609

心の健康ボランティア
講座を開催します

大月保健所では、精神障害者を理解し、支援していただくために「心の健康ボランティア講座」を開催します。

●日時 10月18日(火)・20日(木)の2日間 午前9時30分～午後3時30分

●場所 北都留合同庁舎会議室

●内容 精神疾患や精神保健福祉に関する講義、実習、グループワーク

※講座修了者には修了証書をお渡しします。

●定員 20名(定員になり次第締め切ります。)

●受講料 無料

●申込み・問い合わせ 大月保健所障害福祉担当（☎22-7826）

国民年金加入の
みなさんへ

《国民年金保険料は
便利で確実な口座振替》

国民年金保険料は、口座振替にすれば、あなたの指定の口座から毎月自動的に保険料

が引き落とされます。(原則として、納付対象月の翌末日)一度手続きするだけで、毎月金融機関等に出向く必要がなくなり、納め忘れもありません。また、口座振替により当月引き落とし(例)10月分が10月末日引き落とし)になると、保険料が40円割引になる口座振替割引制度もあります。

手続きは、金融機関・郵便局の窓口でできます。「国民年金保険料口座振替納付申出書」に必要事項を記入して、金融機関等届出印を押印のうえ、お出しください。

「国民年金保険料口座振替納付申出書」は、金融機関・郵便局に用意してあります。市役所市民課国保年金担当にもありますのでご利用ください。

《保険料の納付等の
相談会を行います》

市では、山梨社会保険事務局大月事務所と合同で、国民年金保険料の納付相談会を次のとおり行います。お気軽にご利用してください。

●日時 10月19日(水)午前10時～午後3時30分
●場所 市役所会議室A(1)

10月は土地月間です

◎平成17年度標語
『土地と共に豊かな社会』

土地基本法では、土地に関する4つの基本理念が明確にされています。

●土地については、公共の福祉が優先します。

階 市民課隣り)
●問い合わせ 市民課国保年金担当(☎62-3112)または山梨社会保険事務局大月事務所(☎22-3811)

●土地は適正に、計画的に利用されることが必要です。
●土地は、投機的な取引の対象にしてはなりません。
●土地の価値の増加に伴う利益に応じた、適切な負担が求められます。

土地対策は、地価を安定させ、適切な土地利用を進めるため、長期的な観点から着実に実施する必要があります。

これを機に住民一人ひとりが、土地問題に関心を持ち理解を深めましょう。

●問い合わせ 企画課企画調整担当(☎62-3118)

10月の相談日

| 区分 | 日時 | 場所 |
|------------------|--|--|
| 子供の心配ごと相談 | 13日・27日 午前10:30～午後4:00 | 市老人福祉センター |
| ふれあい福祉相談 | 毎週月・木曜日(祝日を除く) 午前10:00～午後3:00 | 市老人福祉センター ☎63-3444 |
| 定例人権相談 | 11日 午前10:00～正午 | もみじホール 3階和室 |
| 子供のいじめ相談 | 毎日 午後6:00～午後9:00 | 奈良貞夫さん宅 ☎63-1029 |
| 行政相談所 | 17日 午前10:00～午後3:00 21日 午前10:00～午後3:00 | 市役所会議室A・秋山公民館 市役所大鶴支所 |
| ハローワーク出張相談 | 4・18日 午前10:00～午後3:00 | もみじホール 会議室1 |
| 社会保険相談所 | 6日 午前9:30～午後4:00 | 町商工会 |
| 結婚相談所 | 毎週日曜日 午前10:00～午後3:00 | 織物工業協同組合 |
| 学校カウンセラー 教育相談 | 毎週月曜日～木曜日 (祝日を除く) 午前9:00～午後4:00 | もみじホール相談室 ☎63-5700 ☎0120-28-7830 |

高齢者インフルエンザ 予防接種を実施します

平成17年10月1日～平成18年1月31日まで、高齢者インフルエンザ予防接種を実施します。（実施期間は医療機関によつて異なります。）

※インフルエンザ予防接種は、接種を受ける義務は課せられていません。接種を希望する方のみ、お受けください。

●対象者

- ① 接種当日に満65歳以上の方
- ② 接種当日に満60歳～64歳の方で、心臓、じん臓、呼吸器または免疫不全ウイルスによる免疫の機能に高度の障害があり、予防接種が必要と医師が判断した方

| 実施医療機関名 | 電話番号 |
|--|----------------|
| 鶴田医院 | 63-0264 |
| ナツメ外科医院 | 62-5252 |
| 川原医院 | 63-0153 |
| 鈴木医院 | 63-1612 |
| 長田クリニック | 63-6110 |
| 山本内科クリニック | 63-3600 |
| 山下クリニック | 62-6050 |
| うえのクリニック | 66-3690 |
| 西井クリニック | 30-2201 |
| 三生会病院 | 62-3355 |
| 国保直営診療所(秋山診療所) | 56-2014 |
| 上野原市立病院 | 62-5121 |
| 受付時間：祝日・年末年始を除く毎週水・木・金曜日の午後3時～3時30分 予約受付：祝日を除く月曜日～金曜日の午後1時～3時まで | |

※上野原市立病院以外の実施日時は、各医療機関にお問い合わせください。

●実施場所

- ・原則市内の実施医療機関
- ・市外の病院等に入院されている方の接種については、子育て支援担当までご連絡ください。
- ・受ける前に各医療機関に必ず予約してください。

●負担金 1000円

●持ち物

- ① 予診票（各実施医療機関、保健センター、市役所および各支所にあります。）
- ② インフルエンザ予防接種済証（9月下旬に上野原市に住民票のある対象者全員に郵送しています。）
- ③ 負担金1000円
- ④ 保険証

●問い合わせ 福祉課子育て支援担当（☎62-3115）

犯罪被害給付制度のご案内

人の生命・身体を害する故意の犯罪行為によつて、不慮の死を遂げた方のご家族、重傷病を負った方、障害が残った方に、国が給付金を支給する制度です。

●給付金の種類と受給資格者

- 遺族給付金 故意の犯罪によつて死亡された方の①配偶者 ②子 ③父母 ④孫
- ⑤祖父母 ⑥きょうだいのうち、第1順位の遺族の方（順位は番号順）に支給されず。

○障害給付金 障害（障害等級第1級～第14級）の残った被害者本人に支給されず。

○重傷病給付金 重傷者（14日以上入院かつ1か月以上の療養）を負った被害者本人に、保険診療による医療費の被害者負担額が、3か月を限度として支給されます。

●支給額 被害者の年齢や勤労による収入の額、障害の程度等に基づいて算定されます。

なお、親族間犯罪や被害者にも原因がある場合、加害

「市民のみなさんと市長との 直接対話窓口」を開設しています

「市民のみなさんと市長との直接対話窓口」は、市長が地域の身近な課題や市民のみなさんの提言等を直接お伺いし、お答えしていきます。

市民のみなさんの多くのご意見・ご提言をお待ちしていますので、どうぞお気軽にご来庁ください。

- 日 時 毎月1回、午前9時から11時までの2時間を目安に実施します。
- 方 法 お一人または1組（5人程度）を対象として、対話時間はおおむね20分とします。
- 場 所 上野原市役所市長室
- 申込み・問い合わせ 上野原市役所総務部企画課企画調整担当
☎62-3118 ☎62-5333
E-mail: kikaku@city.uenohara.lg.jp

10月の「市民のみなさんと市長との直接対話窓口」は、10月24日（月）午前9時から11時です。

者側からの損害賠償や公的な補償が行われる場合には、給付金の全部または一部が支給されないことがあります。

●申請手続き・警察本部犯罪被害者対策室または申請者の住所を管轄する警察署に、申請書およびその他の書類を提出してください。

※申請は、当該犯罪被害の発生を知った日から2年を経過したとき、または当該犯罪被害が発生した日から7年を経過したときは申請できません。

●問い合わせ 県警察本部犯罪被害者対策室（☎055-235-2121）または上野原警察署（☎63-0110）

野原警察署 ☎63-0110

無料調停相談会を開催します

都留地区調停協会では、無料調停相談会を次のとおり開催します。

●日時 10月12日（水）午後1時～5時

●場所 もみじホール会議室

●相談内容

- ・交通事故による損害賠償
 - ・土地、建物などの貸し借り
 - ・貸金、約束手形の取り立て
 - ・扶養、離婚、相続問題等
- ※秘密は厳守されます。

●問い合わせ 都留簡易裁判所内 都留地区調停協会
（☎43-2185）

借金問題・成年後見で困っている方のための無料法律相談会

山梨県司法書士総合相談センターでは、次のとおり借金問題（クレジット・消費者金融等多重債務）、成年後見（高齢者問題・遺言・相続問題）で困っている方のための無料法律相談会を開催します。

（要予約）

●日時 10月16日（日）午後1時～4時

●場所 もみじホール会議室
●申込み・問い合わせ 山梨県司法書士総合相談センター
（☎055-253-2317）

法務局なんでも無料相談所のお知らせ

法務局では、登記、戸籍、供託、訟務および人権に関する事務等、住民のみなさんの生活に深く関係する事務を取扱っています。

これらに関する事で、疑問に思っていること、不明な点、お知りになりたいこと等があるときは、法務局の職員がお答えする相談所を、ご利用ください。

秘密は固く守られ、事前の予約等特別な手続きも不要です。

●日時 10月16日（日）午前9時～午後3時30分

●場所 甲府地方法務局4階会議室（甲府市北口1丁目2番19号）

●相談内容

・土地や建物、会社などの登記の手続き、土地の境界に

関すること
・相続問題、遺言などに関する事
・お年寄りの財産などを守る成年後見制度に関する事
・婚姻、離婚、親権、扶養等に関する事
・帰化など国籍に関する事
・地代、家賃の支払いなど借地・借家に関する事
・児童・生徒の「いじめ」、「体罰」に関する事
・あらゆる噂や中傷など名誉・信用に関する事

●問い合わせ 甲府地方法務局（☎055-252-17153）
<http://info.moj.go.jp>

社会保険労務士無料相談会を開催します

山梨県社会保険労務士会では、個人・事業主の方で労働問題、各種保険の手続き、安全衛生法等について、お悩みや相談ごとをお持ちの方を対象に無料相談会を開催します。

なお、費用は一切無料で秘密は固く守られます。

●場所 オギノリバーシティ ショッピングセンター（田富町山之神）

●日時 10月16日（日）午前10時～午後3時まで

●問い合わせ 山梨県社会保険労務士会事務局（☎055-253-4004）

住宅用太陽熱高度利用システム補助制度応募受付中

財団法人新エネルギー財団では、次のとおり住宅用太陽熱高度利用システムの応募者を受け付けています。

●補助対象者 集熱器の総面積75㎡までのソーラーシステムを設置される方

●補助金額 集熱器の総面積に応じた補助金が受けられます。

◎補助金の目安 6㎡で約10万円 75㎡で約125万円（補助金額はソーラーシステムの型式により、差が生じます。）

※住宅以外の建物に設置する場合（ただし、公共施設は除く。）も対象となる場合もありますので、お問い合わせください。

●問い合わせ 財団法人新エネルギー財団太陽熱利用部（☎03-5275-9566）
<http://www.nef.or.jp>

議長に加藤忠亮さん 副議長に杉本茂さん



加藤忠亮議長



杉本茂副議長

9月7日、平成17年上野原市議会第3回定例会本会議において、議長・副議長の選挙が執行され、市議会議長に加藤忠亮議員、同副議長に杉本茂議員が、それぞれ当選されました。

住民異動届に対する届出窓口での本人確認が始まります

10月1日から住民異動届に対する届出窓口での本人確認が始まります。

近年、第三者になりすました住民異動届が発生・発覚し、社会的な関心を呼んでいます。このような虚偽の届出を未然に防止するための方策として、上野原市では10月1日から窓口での本人確認を実施します。

●対象となる届出の種類

転入届、転居届、転出届、世帯変更届

●本人確認の方法

届書を持参した方に運転免許許証、旅券（パスポート）、住民基本台帳カード、外国人登録証明書などの官公署

の発行している顔写真付の証明書を提示していただくことにより本人確認を行います。

証明書の提示を受けた窓口では、証明書記載の住所、氏名、顔写真と届書記載の住所、氏名それを持参した人物と同一人であることの確認を行います。

これらの証明書をお持ちでない場合や、郵送による届出により窓口で確認ができない場合は、届出の受理決定後、届出人に対し届出を受理したことを通知します。

※市民のみなさんには、ご負担をおかけすることになります。ご協力を願います。

●問い合わせ 市民課窓口担当（☎62-3112）

10月の書画展示のお知らせ （市役所1階会計課横10月3日～31日）

〔作者〕 児玉幸雄（洋画家）
〔画題〕 ジプシーのフラメンコ
紙本着色・額装・共シール

〔作者略歴〕
大阪府大阪市生まれ、師田村孝之助、関西学院大学卒、二紀会同人、二紀会委員、渡欧多数、平成4年没、75歳

次回・・・11月展示

〔作者〕 中川一政（洋画家）
〔画題〕 薔薇
キャンバス・油彩・額装（額：一政製作）・30号
文化勲章受章者、物故

水道つうしん

各種の手続きとお願い

《引越しのときには？》

引越しの際の転入・転出のときには、水道課へ3～4日前までに、電話等で必ずご連絡ください。当日のお申し込みですと、伺うまでに時間がかかる場合がありますので注意してください。なお、受付時間は、平日の午前8時30分～午後5時15分までです。

《料金の請求先を 変更するときには？》

振替口座を変更する場合は、市内にある金融機関の窓口にて、上下水道料金口座振替依頼書に記入し、直接お申し込みください。また、口座振替を新規でお申し込みの場合も、上下水道料金口座振替依頼書に記入して、金融機関の窓口でお申し込みください。この際に、届出印が必要となりますので注意してください。なお、納付書の送付先を変更する場合は、水道課まで電話等でご連絡ください。

は、「上下水道料金口座振替依頼書」にご記入ください。

簡易水道区域にお住まいの方は、市税等の口座振替で使用している「預金口座振替依頼書兼解約・変更届」にご記入ください。

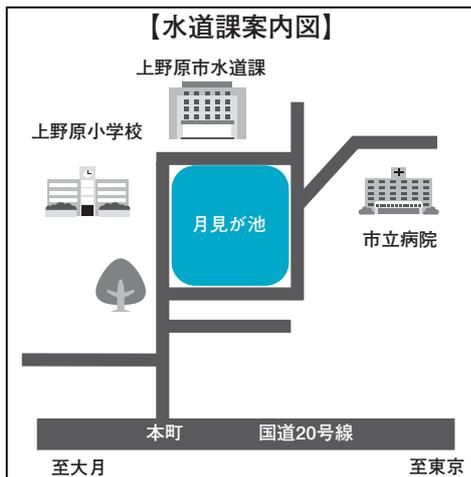
《水道の所有権を変更・ 廃止する場合は？》

給水装置所有権変更届に必要事項を記入し、売買の場合は、売買契約書の写し（金額等は消していただいて結構です）を添付のうえ、水道課に提出してください。廃止の場合は廃止届に記入していただく必要がありますので、印鑑を持参のうえ、水道課までお越しください。各種届出用紙は、水道課に用意してあります。

《水道メーター の交換》

水道課では古くなった水道メーターの交換を実施しています。次の点のご協力をお願いします。

- ・メーターの上にものを置かないでください。



▶水道課は市庁舎と違う場所にありますので注意してください。

●問い合わせ 水道課工務担当（☎63-0523）

- ・メーターの交換時には、短い時間ですが水を止めさせていただきます。
- ・交換時に、お留守の場合でも屋外にメーターがある場合は、交換させていただきます。
- ・交換後に濁り水や白濁した水（気泡）など発生する場合がありますが、しばらく水道を出していただければ解消します。
- ※水道課（委託業者）の実施するメーター交換で代金をいただくことはありません。
- ※交換委託業者は、水道課発行の交換員証明書の入った腕章をしています。

科大祭フリーマーケット 参加者を募集します

《WILL〜意志と未来〜》

帝京科学大学大学祭実行委員会では、次のとおりフリーマーケット参加者を募集します。

なお、当日は大学祭を実施しています。市民の方が参加できるイベントなどを用意していますので、みなさんのご来場をお待ちしています。

●日時・11月5日（土）午前11時～午後3時

●区画 20区画

●料金 500円（1.6m×2.6m）

●申込み・問い合わせ 帝京

科学大学大学祭実行委員会
（☎63-4411内線3001）

県中学校総合体育大会 空手道大会で優勝・準優勝を飾りました

7月30日（土）甲府市総合市民会館で行われた第56回山梨県中学校総合体育大会空手道大会の男子団体戦において、上野原中学校が優勝・準優勝を飾りました。

優勝

《中学生（1～3年）

男子団体戦組手の部》

・杉本泰則さん

・山口友輔さん

・白井和希さん

準優勝

《中学生（1～3年）

男子団体戦形の部》

・白井和希さん

・細川忠嗣さん

・富田溪介さん

税理士会による 無料相談会を開催します

東京地方税理士会大月支部では、税理士会による無料相談を次のとおり開催します。

（要予約）

●日時 10月8日（土）午後1時30分～4時30分

●場所 大月支部事務局（山梨中央銀行吉田支店前芙蓉建設2階）

●相談内容・改正のあった消費税に対する対応、相続税、贈与税など

●問い合わせ 東京地方税理士会大月支部（☎0555-228481）

伝言板

富士北麓・東部地域振興局健康福祉部（大月保健所）

大月市大月町花咲1608-3（☎22-7824）

平成17年度精神障害者主 張大会が開催されます

《心の歓びを求めて！
今、この瞬間を！》

「心の病」とともに歩む当事者が、仲間や社会に対して伝えたい、「想い・悩み・要望・体験」を熱く語ります。

多くのみなさまのご参加を心よりお待ちしております。

●日時 10月28日（金）

●開演 午後1時

●場所 都留市文化ホール（うぐいすホール大ホール）

●主催 県精神障害者社会復帰関係施設連絡会

●後援 県立精神保健福祉センター

●問い合わせ 県精神障害者社会復帰関係施設連絡会事務局「きらく荘」（☎055-28214004）

インフルエンザとは

インフルエンザウイルスの感染により、突然の高熱と全身のだるさ、筋肉痛などの全

身症状が起ります。これらの症状と同時にあるいは少し遅れて、のどの痛みや咳などの呼吸器症状が現れてくる病気です。通常、発熱が2～3日持続した後、1週間程度で回復します。

《予防対策は？》

人混みでのマスクの着用や帰宅時の手洗い・うがいの励行です。日ごろからバランスのとれた食生活と十分な休養をとることも大切です。

《予防接種について》

感染を防ぐことはできませんが、発病する率、重症化する率を低下させます。特に、高齢者や基礎疾患がある方は重症化しやすいので接種をお勧めします。

予防接種の効果が現れるまで約2週間かかり、その効果の持続は約5か月と考えられています。流行シーズンの前に接種を済ませておくことが大切です。

「こんにちは、知事です」 が開催されました

9月15日、山本栄彦県知事が多くの県民の方の声を聞き、その声を県政の施策に反映することを目的とした「こんにちは、知事です」が市内で開催されました。

午後2時15分から、もみじホール会議室で、市内各団体の代表者と県政への提言などを話し合う対話集會が行われました。対話では道路問題や少子化問題など多くの質問がありました。

対話集會終了後、各地で活動しているみなさんとの交流対話として、2か所を訪れました。初めに、市社会福祉協議会のふれあいいきいきサロンを訪問し、サロン参加者と歌を歌ったり、話をしたりしました。続いて、秋山地区で活躍しているママさんバレーボールチームとバドミントンチームを訪れました。知事は、練習の見学後、体育館履きに履き替え、実際にバドミントンのラリーを行いました。



▶ 対話集會での意見交換

わが家の主役



上野原地区 平本 莉久くん（3歳）
美憂ちゃん（9か月）
宗隆さんと由香里さんの長男・長女
“いつまでも2人仲良くしてってね。”



上野原地区 鈴木 聖南くん（1歳6か月）
聡さんと直美さんの長男
“元気な男の子になってね。”

掲載写真募集！掲載したい写真をお持ちのうえ企画課までお越しください。

問い合わせ 企画課企画調整担当（電話62-3118）

健康ガイド



NO.8

高血圧の話

上野原市立病院 内科

本間 元 医師

高齢化社会を迎えた我が国では、いわゆる生活習慣病の予防が重要な課題になっていきます。高血圧症は最も頻度の高い病気であり、日本では、患者数が25000〜30000万人にのぼると考えられています。高血圧症は特別な症状が出ないことが多く、サイレント・キラー（物言わぬ病気）と呼ばれています。

長い間、血圧が高い状態が続くと、脳や心臓、腎臓、血管などの臓器がだんだんといたんでいきます。その行き着く先が脳卒中であり、心筋梗塞、腎不全といったいろいろな臓器の障害です。そうならないためにも早めの対処が重要です。

現在では、一般的に安静な状態で（理想的には10分以上休息した状態）座位で血圧を測定して、収縮期血圧（最高血圧）で130mmHg未満かつ拡張期血圧（最低血圧）が85mmHg未満のときが正常血圧で、

収縮期血圧が140mmHg以上あるいは拡張期血圧が90mmHg以上を高血圧症と定義されています。

血圧はそもそも日常生活の中で常に変動するもので、一日の中では、睡眠時、安静時に血圧は低下し、肉体的・精神的活動時には上昇します。例えば、病院の診察室で医師と面と向き合って測るだけで血圧が上昇する人もいます。

このような場合、『医師の白衣を見るだけで血圧が上がるといふ意味で『白衣性高血圧症』と呼ばれています。そのため、診察で測定する血圧の値が常に日ごろの血圧を反映するとは限らないので、自宅や職場で測った血圧を知ることが治療を進めていくためには参考になります。今では、手軽にご家庭でも利用できる自動血圧計が市販されています。みなさんもご自宅での血圧測定を習慣化されることをおすすめします。

おめでた
おくやみ

◎この欄は、市役所市民課に希望があった方のみ掲載しています。

※敬称略 順不同

（一）は、誕生の場合は保護者、死亡の場合は届出人

＝8月中届出分＝

誕生

巖地区

落合佑妃子（謙二）、鈴木里奈（一臣）、宇津木大己（貞弘）、関原愛（健治）

島田地区

志村颯太（雄二）

上野原地区

村地七海（正一）、久保和登（俊之）、岡部稔（誠）、守屋鈴乃（雅尊）、鈴木稟大（裕也）、小俣佳津生（雅嗣）、長田瑠奈（隆宏）
桐原地区
黒田桜子（忠廣）

婚姻

島田地区

岡部修二 堀田陽子

小俣陽介 小野恵美

上野原地区

梶本恵司 志村佳代子

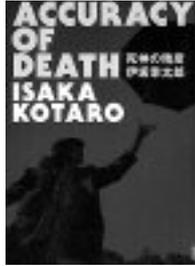


今月の一冊

◇ 『母への詫び状』 新田次郎、藤原ていの娘に生まれて』 藤原咲子／著 山と溪谷社
母のベストセラ―「流れる星は生きている」に衝撃を受けた一人娘が、母との葛藤と溢れるばかりの母への想いを綴る。



◇ 『死神の精度』 伊坂幸太郎／著 文藝春秋
クールでちょっとズレている死神の仕事は、死を決められた人間の調査をして、死に適するかを判断し報告すること。他5篇を収録。



新着図書案内

一般書

- ◇ 『でいごの花の下に』 池永陽／著 集英社
- ◇ 『容疑者Xの献身』 東野圭吾／著 文藝春秋
- ◇ 『あの世の妻へのラブレター』 永六輔／著 中央公論社
- ◇ 『朔太郎とおだまぎの花』 萩原葉子／著 新潮社
- ◇ 『その日のまえに』 重松清／著 文藝春秋
- ◇ 『峠越え』 山本一力／著 PHP研究所
- ◇ 『使うな、危険!』 小若順一ほか／著 講談社
- ◇ 『温泉であそぼう』 日帰り関東圏06 旺文社

児童書

- ◇ 『あの空の下で』 フランシスコ・ヒメネス／著 千葉茂樹／編 小峰書房
- ◇ 『14歳の法律相談所』 野田和寿／著 星野茂／監修 新風舎
- ◇ 『巨人の風車』 サンタ・マリア号の反乱 吉田とし／作 村山知義／

絵 理論社

◇ 『こうえんとおりの よつぷくやさん』 堀直子／作 神山ますみ／絵 小峰書房

絵本

- 『いすがにげた』 森山京／作 スズキコージ／絵 ポプラ社
- 『まてーまてー!』 宮西達也／作・絵 金の星社
- 『くつついた』 三浦太郎／作・絵 こぐま社
- 『とうちゃん、おかえり』 村中李衣子／作 あべ弘士／絵 ポプラ社

☆子ども映画会☆

『モチモチの木』他
◎日時 10月8日(土)
午前10時～10時30分
午後2時～2時30分

☆おはなし会☆

『からすのパンやさん』

◎日時 10月15日(土)
午後2時30分～
◎主催 たんぼほ会

☆親子文芸講座☆

『押し花教室』
◎日時 10月22日(土)
午後2時～

☆リンデンドーム朗読館☆

笹沢佐保作
『赤い後ろ姿』他
◎日時 10月16日(日)
午後2時～

☆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

☆読書週間☆

10月27日～11月9日

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

○は休館日

死

亡

- 甲東地区 志村しげ(昭吾)、安藤正夫(彰基)
- 巖地区 久島鐵之助(康文)、牧野幹男(百合子)
- 大鶴地区 尾形憲司(廣子)、尾形宇多子(清)
- 島田地区 小俣昇栄(一)、河内尊治(尊教)、関戸活秀典)
- 上野原地区 中島久夫(千興)、岡部高雄(武人)、尾形隆治(和泉)、梅田靖子(義憲)、川上新(時子)
- 桐原地区 矢上光利(古屋佐代子)、長田たつよ(豊)
- 西原地区 松木みつ江(万二)
- 秋山地区 佐藤和美(清美)



カメラアングル

●地域のお話を寄ってください
企画課企画調整担当 電話62-3118



●学校施設をボランティアで修理

8月17日、上野原市上下水道組合のみなさんが桐原小・中学校の水道施設の点検整備を行いました。この点検整備は、児童や生徒が快適に学校生活を過ごしてもらうために行われ、古くなった蛇口のパッキンの交換や配水管の詰まりの修理などを行いました。



●島田小グラウンドにビオトープが完成

9月12日、島田小学校のグラウンドに「島田・ザ・ビオトープ」が完成しました。ビオトープとは自然生物が生息する空間を意味しています。建設に携わったPTAの方々は、「これからはホタルが飛び交うような空間になってもらいたい。」と話していました。



●大鶴幼稚園でおみこし

大鶴幼稚園では、9月2日に園児と職員がおみこしを担ぎました。この日は天候に恵まれ、子どもたちは元気いっぱいにワッショイ・ワッショイのかけ声を出していました。大鶴楽生園では、おじいちゃん・おばあちゃんたちとも楽しみました。



●市内各地区で敬老会

9月～10月にかけて、市内11か所で敬老会が行われています。市の9月1日現在の68歳以上人口は、男性2,306人、女性3,266人、合計5,572人です。おばあちゃん・おじいちゃん、これからも元気だね。(写真は9月19日に行われた大目地区の敬老会)

| 人口と世帯 | |
|-------------|----------------|
| 人口 ● | 28,549人 (－ 9) |
| 男 ● | 14,251人 (－10) |
| 女 ● | 14,298人 (+ 1) |
| 世帯 ● | 10,027世帯 (－ 1) |
| 平成17年9月1日現在 | |
| () 内は | 前月比 |

表紙の写真 **大鶴地区で防災訓練**

8月28日、大鶴小学校のグラウンドを主会場に、防災訓練が実施されました。防災訓練は、市内の各地区が持ち回りで主会場となって行われていて、この日は、炊き出し訓練・給水訓練や初期消火訓練、消火訓練などに地域住民が参加しました。

災害は忘れたころにやってきます。大地震などが発生すると今まで普通に使用できた水道や電気、ガスなどが使用不能になる可能性があります。みなさんも災害に備えて必要なものを準備しておきましょう。