



# カメラアングル

●地域の話題をお寄せください。  
企画課政策推進担当 電話 62-3118



**●出張申告相談会**  
税務課では、毎年出張申告相談会を実施しています。今年も、2月15日の西原出張所を皮切りに、各地区で出張申告相談会を行っています。また、3月1日から15日までの平日に、市役所1階展示室で申告相談会を行います。



**●島田保育所で豆まき**  
2月1日、島田保育所で、豆まきを行いました。園児たちは、自作の鬼の面をつけて、「福はうち、鬼はそと」と大きな声をあげながら、鬼役の先生にめがけて豆を投げました。また、豆まきのあとは、歳の数の豆を食べて、厄除けを行いました。



**●談話コーナーを設置**  
市では、市役所正面玄関脇に談話コーナーを設置しました。談話コーナーには、テーブルと椅子が置かれ、広い窓ガラスからは、自然の光が差し込み、居心地の良い空間となっています。市役所にお立ち寄りの際は、気軽にご利用ください。



**●市立第一保育所「交通安全教室」**  
2月19日、市立第一保育所では、就学前の園児を対象に交通安全教室を行いました。園児たちは、警察官から道路を歩くうえでの注意点を聞いたあと、保育所の外に出て横断歩道をわたりました。園児たちは、しっかりと左右を確認し、手を上げて横断しました。

人口と世帯	
人口	● 26,011 人 (-26)
男	● 12,948 人 (-20)
女	● 13,063 人 (-6)
世帯	● 10,023 世帯 (+5)
平成 25 年 2 月 1 日現在	
( ) 内は前月比	

※人口および世帯数は、外国人登録者を含みます。

**編集後記**  
**上野原市観光大使に就任しました**  
今月号の表紙写真は、昨年11月2日に上野原市観光大使に就任した版画家の河内成幸さんと洋画家の降矢組人さんです。河内さんと降矢さんの版画や絵画の作品には、市内の自然をイメージしたものが多くあります。これらは、上野原の魅力的な自然を広く伝える作品です。二人の作品は、市役所や市立病院に展示してあります。市役所などにお越しの際は、ぜひご覧いただき、市の魅力を再確認してみたいかがでしょうか。きっと、写真とは違う、市の魅力を発見できると思います。(広報担当者 O)



# うえのはら

3  
平成 25 年 3 月  
No.97



## 上野原市観光大使に就任しました

### 主な内容

上野原市観光大使	2～3
上野原市長選挙	5
市職員の給与状況等をお知らせします	6～7
国民年金制度保険料の割引制度のご案内	8
うえのはら健康家族	12～13
くらしのガイド	14～17

版画家 **河内成幸** (写真右)  
洋画家 **降矢組人** (写真左)





## 洋画家

### 降矢組人

(写真右)



#### Profile

- 1930年 上野原市西原に生まれる。
- 1956年 東京芸術大学美術学部 油画科卒業
- 1974年 迎賓館赤坂瑞宮壁画天井画修復作業現場責任者を務める。
- 1976年 高松宮古墳壁画再現研究員を務める。
- 1998年 紺綬褒章受章
- 2006年 日中友好交流展をはじめ 世界各国の国際展に出展、山梨県立美術館などに多くの作品を収蔵している。

## 版画家

### 河内成幸

(写真左)



#### Profile

- 1948年 上野原市新田に生まれる。
- 1970年 多摩美術大学在学中、第38回日本版画協会展で新人賞受賞
- 1973年 多摩美術大学油画科卒業
- 1976年 第44回日本版画協会展で最優秀賞受賞
- 1982年 第6回ノルウェー国際版画ピエンナーレ展で最優秀賞受賞
- 2007年 名古屋造形大学の客員教授を務める。
- 2011年 紫綬褒章受章



# 上野原市 観光大使

## 上野原市観光大使委嘱

市では、世界的にも有名な版画家の河内成幸さんと洋画家の降矢組人さんの2人に、「上野原市観光大使」を委嘱しました。

この観光大使は、市の魅力を広く市内外に紹介し、市のイメージアップと観光振興を図る目的で市が設置しました。

観光大使の二人には、2年間の任期中、市の魅力を広く市内外に紹介することが期待されます。

なお、昨年の11月2日に、河内さんは、東京都多摩市の自宅で、降矢さんは、東京都千代田区にある有楽町ギャラリーで、江口市長から委嘱状が渡されました。

二人の観光大使からは、「ふるさと上野原」のために、広く市の魅力を発信する決意をいただきました。

## 作品の紹介

版画家の河内さんの作品「単なる右と左」と降矢さんの作品「桂川眺望上野原風景」などは、市役所やもみじホールに展示してあります。

また、降矢さんは、上野原市立病院に作品11点を寄贈しています。お立ち寄りの際は、ぜひご覧ください。



- ①上野原市立病院に展示してある降矢組人さんの11点の作品は、1階～3階の通路などに展示しています。
- ②降矢組人さんの作品「桂川眺望上野原風景」は、市役所1階ロビーに展示しています。
- ③河内成幸さんの作品「単なる右と左」は、もみじホール1階ロビーに展示しています。





# 不法投棄から

## 地域を守ろう

私たちの生活環境を良好に保ち、不法投棄から地域を守るには、「自分には関係ない」と知らない顔をするのではなく、地域の問題としてみんなで取り組み、不法投棄されない環境をつくるのが最も大切です。市では、これまでも県や上野原建設業協会と協力し、市内の不法投棄パトロールを実施するほか、地域ボランティアによる清掃活動の支



※市内ボランティアグループ「上野原をきれいにしようの会（UKK）」の清掃活動の様子



不法投棄は犯罪行為です。「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」第25条で「5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金に処し、または併科とする」と規定されています。

援など、不法投棄の未然防止と早期発見に努めてきました。しかし、市が平成24年4月から1月までに撤去した不法投棄の量は約7トンにのぼり、不法投棄が跡を絶たない現状です。不法投棄から地域を守るには、みなさんの協力が重要です。ぜひ、みなさんも次に示す内容を確認し、不法投棄のない良好な生活環境を作りましょう。

### ◆土地所有者の責務

自分の所有地・管理地に不法投棄が行われ、ごみの投棄者が判明しない場合は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」第5条（清潔の保持）の規定により、原則として土地の所有者・管理者が、自らの責任でごみを処理しなければなりません。

そのため、土地を所有・管理する方は、ごみを捨てられないような環境づくりをお願いします。

### ◆不法投棄を未然に防ぐポイント

#### 《不法投棄を予防するために》

#### 対策を立てましょう

- ①ごまめに草刈をし、見通しのきれいな状態にしておく
- ②柵をする、入口に鍵を設けるなど、進入されにくい環境をつくる
- ③定期的に見回りをするなど、常に土地の状況を把握しておく

《土地等を貸すときは、相手方や事業内容を調べて契約を書面で結びましょう》

土地を賃貸するときは、相手方を調査し、使用用途制限や不適正処理防止などに関する条項を盛り込んだ契約書を作成することが重要です。

また、ごみの野積みや放置が行われないように、土地の状況を定期的に把握してください。ごみが

放置されたまま放っておくと、地主が片付けをしなければならぬことがあります。

### ◆家電4品目の排出方法

不用になったテレビ、家庭用エアコン、電気冷蔵庫・冷凍庫、電気洗濯機・衣類乾燥機は、家電リサイクル法に基づき、小売業者または製造業者等（製造業者等が指定）に引き渡してください。市では一切引き取る事ができません。

### ◆粗大ゴミの処理方法

- ①クリーンセンターへ持込む
  - ②集積所に出す場合は予約が必要
- ※②の場合は、クリーンセンター（☎63-5353）に連絡してください。

### ◆市民のみなさまによる監視

不法投棄を防止するためには、市民のみなさんによる監視などの協力が不可欠となります。

不法投棄現場を発見した場合などは、現場の状況や不法投棄を行った車のナンバー等をわかる範囲で、すぐに市役所生活環境課や上野原警察署（☎63-0110）への通報をお願いします。

●問い合わせ 生活環境課生活環境担当（☎62-3114）

## 平成25年2月17日執行 上野原市長選挙

任期満了にともなう上野原市長選挙が2月17日（日）に執行され、第3代上野原市長が決まりました。現職の江口英雄市長が再選しま

した。翌日の18日（月）には、山川新選挙管理委員会委員長から江口新市長に当選証書が交付されました。

江口市長は、平成25年3月20日（水）から再び4年間の上野原市の舵取りを行います。

なお、上野原市長選挙の投票者数は、男性8,109人、女性8,053人、合計1万6,632人で、前回行われた市長選挙の投票率83.05%を6.11ポイント下回る76.94%の投票率でした。各地区別の投票者数等は下の表のとおりです。

●問い合わせ 市選挙管理委員会（総務課行政防災担当内） ☎62-3117



山川選挙管理委員会委員長から当選証書を受けとる江口市長



上野原市長選挙の開票の様子

### 1. 候補者別得票数

投票総数：16,632 票  
【有効投票：16,486 票、無効投票：146 票】

候補者名	党派	得票数
市川正末	無所属	4,917
渡辺敦雄	無所属	1,721
江口英雄	無所属	5,761
山口照義	無所属	4,087

### 2. 上野原市長選挙地区別投票者数

※各地区の投票者数・投票率は、期日前投票を含めた数値です。

地区	投票当日の有権者数（人）			投票者数（人）			投票率（%）		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計
大目	425	465	890	326	346	672	76.71	74.41	75.51
甲東	455	469	924	388	406	794	85.27	86.57	85.93
巖	2,456	2,541	4,997	1,669	1,807	3,476	67.96	71.11	69.56
大鶴	457	481	938	390	397	787	85.34	82.54	83.90
島田	946	980	1,926	689	759	1,448	72.83	77.45	75.18
上野原	4,285	4,381	8,666	3,260	3,470	6,730	76.08	79.21	77.66
桐原	526	505	1,031	443	431	874	84.22	85.35	84.77
西原	332	295	627	254	224	478	76.51	75.93	76.24
秋山	812	806	1,618	690	683	1,373	84.98	84.74	84.86
計	10,694	10,923	21,617	8,109	8,523	16,632	75.83	78.03	76.94

## 6. 一般行政職の級別職員数の状況

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	計
標準的な職務内容	主事補 主事	主任	副主査 主査	副主幹	主幹 課長補佐	課長 局長	部長	—
職員数	8人	10人	42人	41人	24人	11人	4人	140人
構成比	5.7%	7.1%	30.0%	29.3%	17.1%	7.9%	2.9%	

※(1) 上野原市職員の給与と条例に基づく給与表の級区分による職員数です。(2) 標準的な職務内容とは、それぞれの等級に該当する代表的な職名です。

## 7. 職員の平均給料月額等の状況

区分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	333,600円	44.8歳
技能労務職	306,300円	50.1歳

## 9. 職員の初任給の状況

区分	初任給	年齢	
一般行政職	大学卒	172,200円	22歳
	高校卒	140,100円	18歳

## 10. 主な職員手当の状況

区分	内容
期末勤労手当	(23年度支給割合)
	期末 勤労
	6月期 1.225月分 0.675月分 12月期 1.375月分 0.675月分 計 2.60月分 1.35月分
退職手当	(支給率) 自己都合 勤奨・定年
	勤続20年 23.50月分 30.55月分
	勤続25年 33.50月分 41.34月分
	勤続35年 47.50月分 59.28月分
	最高限度額 59.28月分 59.28月分
1人あたり平均支給額	(自己都合) 2,171千円 (勤奨・定年) 26,458千円

※退職手当の1人あたり平均支給額は、前年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。

## 11. 特別職の報酬等の状況

区分	給料月額等	期末手当
給料	市長	765,000円
	副市長	618,000円
	教育長	560,000円
報酬	議長	310,000円
	副議長	280,000円
	議員	260,000円
		6月期 1.60月分 12月期 1.80月分 計 3.40月分
		6月期 1.60月分 12月期 1.75月分 計 3.35月分

## 8. 職員の経験年数別、学歴別平均給料月額の状況

区分		経験年数		
		10年	15年	20年
一般行政職	大学卒	272,200円	309,700円	364,600円
	高校卒	—	281,300円	305,200円
技能労務職	大学卒	—	—	—
	高校卒	222,000円	—	—

※(1) 経験年数とは、採用後の勤務年数に採用時の前歴換算年数を加えた年数です。(2) 経験年数別の10年とは10年以上15年未満、15年とは15年以上20年未満、20年とは20年以上25年未満の区分に基づきます。

区分	全職種	
特殊勤務手当	支給職員数	—
	1人あたり平均支給月額	—
	手当の種類(手当数)	2種
時間外勤務手当	手当の名称	診療手当 出勤手当
	支給職員数(平成24年4月)	145人
	1人あたり平均支給月額	30,300円

区分	内容
扶養手当	①配偶者 13,000円 ②配偶者以外 1人 6,500円 ただし配偶者のいない場合、1人目のみ11,000円 ※特定期間の子については、1人につき5,000円加算 ※特定期間とは、満15歳に達する日以降最初の4月1日から満22歳に達する日以降最初の3月31日までです。
	住居手当
通勤手当	①交通機関利用の場合は運賃相当額を全額支給 ②自動車等使用者は通勤距離が片道2km以上の場合に通勤距離に応じて支給

# 市職員の給与状況等をお知らせします

平成24年4月1日現在における上野原市職員の給与や職員数などの人事行政運営状況等の概要をお知らせします。なお、詳細については、総務省様式に基づいた職員の給与・定員管理等の公表を後日市ホームページで行いますので、ご覧ください。●問い合わせ 総務課人事秘書担当 (☎62-3117)

## 1. 職員の採用状況(平成23年度)

職種	採用者数
一般行政職	4
消防職	4
医療職	0
派遣解除	1
合計	9

※派遣解除(山梨県東部広域連合)

## 2. 事由別退職者数の状況(平成23年度)

職種	定年	勤奨	普通	死亡	派遣	計
一般行政職	8	2			4	14
消防職	1	2				3
技能労務職						0
医療職			1			1
合計	9	4	1	0	4	18

※(1) 普通とは、退職者の自己都合による退職のことです。(2) 派遣先は、山梨県東部広域連合・東部地域広域水道企業団です。

## 4. 人件費の状況(普通会計決算)

区分	住民基本台帳人口	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率(B/A)
平成23年度	26,065人	11,431,981千円	122,052千円	2,126,981千円	18.6%

※人件費には、議員報酬・手当、委員等報酬および市長等特別職の給与等を含みます。

※住民基本台帳人口は、平成24年3月31日現在の数です。

## 5. 職員給与費の状況(普通会計予算)

区分	職員数(A)	給与費				1人あたり給与(B/A)
		給料	職員手当	期末勤労手当	計(B)	
平成24年度	233人	903,203千円	147,098千円	329,618千円	1,379,919千円	5,922千円

※(1) 職員手当には、退職手当を含みません。(2) 給与費は、当初予算に計上された額です。

## 3. 部門別職員数の状況

区分	部門	職員数		対前年増減数	
		H23.4.1現在	H24.4.1現在		
普通会計部門	一般行政部門	議会	4	4	0
		総務	49	45	△4
		税務	17	16	△1
		労働	0	0	0
		農林水産	9	9	0
		商工	7	6	△1
		土木	10	12	2
		民生	47	44	△3
		衛生	25	26	1
		小計	168	162	△6
		教育	21	21	0
	消防	55	53	△2	
	小計	76	74	△2	
公営企業等会計部門	病院	2	1	△1	
	水道	3	3	0	
	下水道	6	4	△2	
	国保・介護	13	15	2	
	小計	24	23	△1	
総合計		268	259	△9	

※職員数は、一般職に属する職員であり、教育長を含みます。





# 国民年金制度保険料の割引制度のご案内

## ◆国民年金保険料の割引制度

国民年金保険料の納付には、6か月前納や1年前納などのお得な割引制度（下表参照）があります。  
例えば、平成25年度の国民年金保険料月額1万5040円を6か月納め続けると9万240円となりますが、納付書で6か月分前納すると8万9510円になり、半年で7300円の割引になります。



また、1年分を前納すると17万7280円で、1年間で32000円の割引になります。  
納付書で前納する場合は、前納用の納付書で、納付期限までに納めてください。また、全国の金融機関のほか、コンビニエンスストアでも納めることができます。

### 〈納付書送付時期〉

納付書（国民年金保険料納付案内書）は、4月上旬頃に日本年金機構から本人宛に送付されます。

### 〈平成24年度に申請免除を受けられていた方の納付書送付時期〉

・全額免除の方 平成25年6月まで全額免除が承認されているので、4月に納付書は送付されません。  
7月以降に7月分～翌3月分の納付書が送付されます。  
・一部免除の方 平成25年6月まで一部免除が承認されているので、4月に4月分～6月分の一部免除された金額の納付書が送付され、7月以降に7月分～翌3月分の定額の納付書が送付されます。

## ◆便利でお得な口座振替をご利用ください

国民年金保険料は、口座振替にすれば、指定された口座から毎月自動的に保険料が引き落とされます。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、納め忘れもありません。

### 〈口座振替の早割制度〉

保険料を納期限より1か月早く、当月末の口座振替（早割）にすると、月々50円割引になり、年間で600円お得です。

### 〈申込方法〉

金融機関等の窓口を用意してある「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、金融機関等の届出印を押印のうえ、お申込みください。申出書は市役所市民課国保年金担当にも用意してあります。  
※4月から口座振替での1年前納・



平成25年度 国民年金保険料 納入額早見表（現金納付・口座振替比較）

平成25年度	1か月分保険料 （割引額）	6か月分保険料 （割引額）	1年度分保険料 （割引額）
毎月納付（納付書納付） 翌月末振替の口座振替	15,040円（-）	90,240円（-）	180,480円（-）
毎月振替・【早割】	14,990円(50円)	89,940円(300円)	179,880円(600円)
6か月前納（現金納付）	-（-）	89,510円(730円)	179,020円(1,460円)
6か月前納（口座振替）	-（-）	89,210円(1,030円)	178,420円(2,060円)
1年前納（現金納付）	-（-）	-（-）	177,280円(3,200円)
1年前納（口座振替）	-（-）	-（-）	176,700円(3,780円)

※一部納付（一部免除）されている方は「毎月納付（翌月末振替）」のみのご利用となります。

# 秋山温泉利用料金無料化事業のお知らせ

市では、平成25年度も高齢者の福祉と健康増進を目的に、秋山温泉（入浴施設のみ）の利用を年間5回まで無料とする事業を実施する予定です。

●対象者 市内に住所を有する75歳以上の方で利用者証の交付を受けた方（申請が必要です）

●利用回数 年間5回  
※申請された月により利用回数が異なります。

申請月	利用回数
3月～5月	5回
6月～8月	4回
9月～11月	3回
12月～平成26年2月	2回
平成26年3月	1回

## ●利用上の注意

平成25年度の利用者証は平成25年4月1日より利用できます（平成24年度に交付された利用者証は、本年3月31日が有効期限です）。  
で、更新の申請が必要です。  
・土・日・祝日および午後5時以降は利用できません。



※申請は、長寿健康課および、秋山支所または最寄りの出張所でお願います。  
●問い合わせ 長寿健康課高齢者介護担当（☎62-41333）

# 上野原市危機管理指針をまとめました

市では、「上野原市危機管理指針」をまとめました。

この指針では、危機を災害、武力攻撃事態等および緊急対処事態、事件・事故等の3つに分けて定義し、それぞれに対応するため、市の責務や市民、事業者の役割を定めています。

また、危機管理に対する市役所組織の充実を図り、危機管理の基本方針となる事前対策、応急対策、事後対策の計画および実施マニュアルの策定を義務付ける内容となっています。

詳しい内容については、市ホームページをご覧ください。ただ、市役所および支所、出張所で閲覧することができます。

●問い合わせ 総務課行政防災担当（☎62-3117）



# 老人医療費助成制度廃止のお知らせ

68歳・69歳で市町村民税世帯非課税の方を対象に実施している老人医療費助成制度が、3月31日で廃止となります。

なお、この制度廃止にともなう影響を考慮し、次のとおり経過措置を設けています。

◆経過措置期間 4月1日～平成27年3月31日

●問い合わせ 市民課国保年金担当（☎62-3112）

項目	適用
対象者	《次の①～③のすべてに該当する方》 ①昭和20年3月31日以前生まれの市町村民税世帯非課税の方 ②3月31日時点で老人医療費受給者証の交付を受けている方 ③70歳に達する日の属する月の末日までの年齢の方
受給者証交付	経過措置期間中は、上記対象者に限り更新できません
対象診療期間	最長で平成27年3月31日診療分まで
未申請の診療分があった場合の受付期間	診療を受けた日から起算して2年間 ※制度廃止前の未申請の診療分も同様



# もしもこちら市長室！！

No. 36

## ～市長と市民のホットライン～ *Hot Line*



上野原市長 江口英雄

### 市長のちょっとひと言

#### 「自助の意識」

甚大な被害をもたらした平成23年3月11日の東日本大震災の発生から2年が過ぎようとしています。

私は、気仙沼市をはじめとする被災地を視察し、多くの津波被害を目のあたりにしてきました。また、被災された方から話を聞くと、子どもや親、友人などを亡くした悲しみは計り知れません。被災された方を思うと、一日も早い復興・復旧を願うばかりです。

き、気仙沼市への支援を行いたいと考えています。さて、東日本大震災は、多くのことをわたしたちに教えてくれました。その教訓を生かすため、市では、防災、減災への取り組みを進めています。しかし、災害への備えは、まずはじめに自分の身は自分で守ることだと思います。「釜石の奇跡」にあるように、自分の身は自分で守るという教育により、多くの尊い命が守られました。私たちも、この「釜石の奇跡」に学び、一人ひとりが災害に対して高い意識を持つことが必要だと思います。



もしもこちら市長室！

うえのはら健康家族

くらしのガイド

わが家の主役

リンデンだよ

### あそびの市長

#### 気仙沼市応援物資搬送出発式

1月30日（水）、市役所センタープラザで気仙沼市応援物資搬送出発式が行われました。

応援物資は、市観光協会や市職員から集めた義援金28万3685円で購入したブルーヒーター4台と石油ス



- ※写真右上 ブルーヒーターなどの応援物資
- ※写真左上 出発式で復興支援への思いを話す江口市長
- ※写真左下 応援物資を載せた公用車を見送る市職員
- ※写真右下 気仙沼市役所に届けられた応援物資

トープ6台で、市職員2名と自然の里職員2名が気仙沼市役所まで直接搬送しました。出発式では、江口市長が、「上野原市としても、東日本大震災にともなう津波の被害を受けた気仙沼市の復興・復旧に向けて、積極的に支援していきたい」と述べ、応援物資を搬送する職員に対して「気仙沼市までは、遠いみちのりだが、事故のないように気をつけて物資を届けて欲しい」と話しました。

### 市民のみなさんと市長とのふれ愛トーク

「市民のみなさんと市長とのふれ愛トーク」は、市長が市民のみなさんから地域の身近な課題や提言等を直接お伺いし、お答えするものです。

●日時 3月26日（火）午前9時～11時  
※毎月1回、2時間を目安に開催しています。

●方法 1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分間です。  
●場所 市長室  
●申込み・問い合わせ 企画課政策推進担当（☎621-3118 F A X 621-5333）  
●メールアドレス Kakaku@city.uenohara.lg.jp



※写真上 参加者の意見を聞く江口市長  
※写真下 市民のみなさんと市長とのふれ愛トークの様子

### 気仙沼通信 #2

市では、昨年4月1日から宮城県気仙沼市に職員1名を派遣して、復興、復旧のお手伝いをしています。派遣職員の東山佑紀主任には、広報特派員として、気仙沼の様子を紹介してもらっています。

#### 《震災から2年》

平成23年3月11日の東日本大震災の発生から、もうすぐ2年が過ぎようとしています。



しかし、気仙沼市のみなさんは、このような問題を議論し合いながら少しずつ乗り越えています。また、地域でお祭りを開催するなどして絆を深め、気仙沼市を盛り上げようとしています。

みなさんには、実際に気仙沼市を訪れて、気仙沼市民の取り組みを目で見て感じてもらいたいと思います。最後に、私の派遣の任期も残りわずかとなりました。残りの1か月も全力で復興支援に取り組みしていきたいと考えています。

（派遣職員 東山佑紀）

また、陸に打ち上げられた大型船の保存については、市民の意見がわかるなど、多くの問題が山積しています。

- ※写真右 津波で陸に打ち上げられた大型船
- ※写真左 職務中の東山主任

市長室！

健康家族

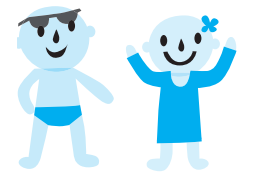
くらしのガイド

わが家の主役

リンデンだよ



# うえのはら 健康家族



## 生活習慣の見直し

先月の広報うえのはら2月号の「保健師からのメッセージ」では、生活習慣の見直しについてお伝えしました。今月号は、特定(基本)健診につ



平成24年度の特定(基本)健診の結果を見ると、基準値を超える方が多かった項目は、1位が過去1〜2か月の血糖の状態を見る「HbA1c」で、この値が高値だと糖尿病が疑われます。2位は「LDLコレステロール」であり、「悪玉コレステロール」とも呼ばれ、増えすぎると血管壁に沈着し動脈硬化を進めます。3位は、心臓がギュッと縮んで血液を全身に送り出す時に血管壁にかかる圧力である「収縮期血圧」でした。

これらの数値が基準値を超えると、生活習慣病のリスクが高まります。生活習慣病は、進行するまでなかなか症状が出ないこともあります。よって、発症前に今の自分の健康状態を知るチャンスが健診です。さらに、定期的な健診を受けることで、体の経年の変化を確認したり、より細かな健康管理ができるため、生活習慣の改善につながります。

## 伝言板

### 救急医療を必要としている人がいます

平成22年の富士・東部保健所管内における救急搬送件数は約8,000件で、そのうちの半数以上が軽症者でした。比較的軽い症状の患者が救急医療を利用することから、本来必要とする患者への診療が遅れ、助かる命も助からない可能性があります。限りある医療資源を地域のみなさんが有効に活用できるように救急医療の適正利用をお願いします。  
●問い合わせ 富士・東部保健福祉事務所健康支援課 (☎ 0555-24-9034)

## 子育て情報館

### 子育てプレイルーム

●日時 3月6日(水)、13日(水)、19日(火)、27日(水)、4月3日(水) 午前9時～正午  
●場所 もみじホール2階会議室2  
※子育てプレイルームとは、就学前のお子さんとその保護者を対象に、親子で安心して遊べる場所、保護者の情報交換の場所を提供する市の事業です。  
※初めて利用される方は事前にお申し込みください。  
●問い合わせ 福祉課子育て支援担当 (☎ 62-3115)

### ★子宮頸がん施設検診

- ◎対象者 市内に住民登録のある成人女性
- ◎検診料 1,500円
- ◎内容 子宮頸部がん検診
- ◎医療機関 大月市：武者医院、稚枝子おおつきクリニック  
都留市：磯部医院、都留市立病院  
※その他の医療機関を希望される方は、保健担当にお問い合わせください(山梨県内のみ)。

### ★骨粗しょう症検診

- ◎対象者 市内に住民登録があり平成25年4月1日までに次の年齢になる女性  
40・45・50・55・60・65・70歳
- ◎検診料 700円
- ◎内容 医師の診察(問診)・骨塩定量検査
- ◎検診日 3月19日(火)
- ◎医療機関 上野原市立病院
- ◎申込み 直接、上野原市立病院にお申込みください。(☎ 62-5121)
- ◎受付時間 午後1時～5時(土・日・祝日除く)

※市の集団検診との重複受診はできません。

### ★がん検診推進事業

がん検診推進事業は、市が特定の年齢に達した方に対し子宮頸がん、乳がん、大腸がん検診の「がん検診無料クーポン券」を配布し、受診促進を図る事業です。「がん検診クーポン券」の有効期限は、3月31日(日)までとなっていますので、期限までに受診してください。

### ★歯周疾患検診

- ◎対象者 市内に住民登録があり平成25年4月1日までに次の年齢になる方  
40・45・50・55・60・65歳
- ◎検診料 800円
- ◎医療機関 山梨県歯科医師会加盟の歯科医院
- ◎申込み 保健担当へ電話でお申込みください。

### ★麻しん・風疹混合予防接種はお早めに

今年度の麻しん・風しん(MR)第2～4期の対象者で未接種の方は、早めの接種をお勧めします。  
※平成25年4月1日以降に接種した場合は、全額自己負担(1万円前後)になりますのでご注意ください。

### ★母子健康手帳交付・妊婦相談日

- ◎日時 毎週火曜日・木曜日(祝日除く)  
午前9:00～11:00
- ◎持ち物 印鑑
- ◎場所 保健センター(勤労青少年ホーム)  
※日時等でご都合のつかない方は、保健担当へお問い合わせください。

### ★1日人間ドック

- ◎対象者 35歳以上74歳以下の国民健康保険加入者  
75歳以上の後期高齢者医療制度の被保険者
- ◎持ち物 自己負担金・14,200円(昼食代含む、オプション検査は別途)  
婦人科を受診される方は16,400円(子宮がん1,500円、乳がん700円)
- ◎申込み お早めに各実施機関に直接お申し込みください。  
※オプション検査・料金・実施日・送迎日・持ち物など、詳細は各実施機関へお問い合わせください。

実施機関	申込み・問い合わせ	送迎
上野原市立病院	0554-62-5121	なし
山梨県厚生連健康管理センター(甲府市)	0120-28-5592	一部あり
仁和会総合病院健診センター(八王子市)	042-644-3721	なし
クアハウス石和(笛吹市)	055-263-7071	一部あり

### ★乳幼児健診(3/1～4/10の予定)

	実施日	該当児
3～4か月児	3月5日(火)	平成24年10月16日～11月19日生
	4月3日(水)	平成24年11月20日～11月30日生
9～10か月児	3月5日(火)	平成24年4月16日～5月20日生
	4月3日(水)	平成24年5月21日～6月30日生
1歳6か月児	3月22日(金)	平成23年7月26日～9月15日生
3歳児	3月18日(月)	平成22年1月1日～2月28日生

※詳細については、該当児にお知らせを郵送します。

### ★乳幼児すこやか発達相談

- 「子どものことばが遅い」、「子どものくせが気になる」、「子どもがすぐかんしゃくをおこして大変」などの悩み事に対し、心理相談員、保健師が相談を行います。
- ◎日時 3月11日(月) 予約制となります。
  - ◎対象 市内在住の就学前の子と保護者
  - ◎申込み 保健担当へ電話でお申込みください。

市長室！

健康家族

くらしのガイド

わが家の主役

メンテナンス

市長室！

健康家族

くらしのガイド

わが家の主役

メンテナンス





くらしのガイド

履きたくて  
黄色の靴と  
春を待つ  
伊津千恵美さん(上野原地区)

「今月の俳句・短歌・川柳」を募集します。応募が多数の場合は、企画課で選考し掲載します。申込みは、名前、連絡先、作品、句の解説等をメールまたは郵送でお送りください。締切は毎月10日です。  
〒409-0192 上野原市上野原3832  
企画課政策推進担当 宛  
kikaku@city.uenohara.lg.jp

主な問い合わせ先	
部署名	電話番号
市役所(代表)	(62)3111
総務課	(62)3117
企画課	(62)3118
秋山支所	(56)2111
税務課	(62)3113
市民課	(62)3112
生活環境課	(62)3114
福祉課	(62)3115
長寿健康課	(62)4133
経済課	(62)3119
建設課	(62)3123
駅周辺整備推進課	(62)3191
会計課	(62)3116
議会事務局	(62)3344
教育学習課	(62)3409
学校適正配置推進課	(62)3408
保健センター	(62)4134
地域包括支援センター	(62)3128
消防本部	(62)4111

お掛け間違いのないように  
お願いします。

平成26年上野原市成人式

- 開催日 平成26年1月12日(日)
- 会場 もみじホール
- 対象者 平成5年4月2日から平成6年4月1日まで生まれた方
- ※招待状は送付しませんので、該当する方は直接会場にお越しください。
- ※市内に住所がなくても、当市出身者であれば気軽にご参加ください。
- 問い合わせ 教育学習課 社会教育担当 (☎62-3409)

軽自動車の手続きはお早め

軽自動車税は、毎年4月1

- 手続きの場所 問い合わせ先
- ① 原動機付自転車 (125CC以下、ミニカー)、小型特殊自動車 税務課課税担当 (☎62-3113)
- ② 軽三輪、軽四輪 軽自動車検査協会(笛吹市石和町唐柏792-1) (☎055126217269)
- ③ 軽二輪(125CCを超え250CC以下)、二輪の小型自動車(250CCを

二ユースポーツ教室 参加者募集

- 実施期間 3月～12月(毎月第2水曜日午前10時～全10回)
- 申し込み・問い合わせ 税務課課税担当 (☎62-3113)
- 問い合わせ先 税務課課税担当 (☎62-3113)
- 申し込み・問い合わせ 市スポーツ推進委員会事務局(教育学習課社会教育担当内) (☎62-3409)

献血のお知らせ

- 日時 3月11日(月)午前10時～11時30分、午後0時30分～3時
- 場所 市役所センタープラザ
- 対象 16歳～64歳までの健康な方(現在妊娠中の方はできません)
- 持ち物

うえのはら少年少女合唱団の団員を募集

- 対象者 新小学1年生～新小学6年生
- 指導者 金谷奈津絵先生
- 活動場所 もみじホール3階会議室5・6
- 活動期間 毎月2回 土曜日 午前10時～正午
- 申込期限 3月25日(月)
- 申し込み・問い合わせ 教育学習課社会教育担当 (☎62-3409)

第28回国民文化祭・やまなし2013ポランティア・スタッフ募集

- 活動場所 もみじホール・センタープラザほか
- 受付案内 来場者の受付案内やプログラムの配布など
- 会場整理 会場内の案内誘導、会場周辺の案内誘導など

実施日	事業名	内容
4月14日(日) 10月27日(日)	じょいそーらんフェスティバル	よさこい踊りの競演、おもてなしコーナー(飲食店、物産店)など
11月9日(土) 11月10日(日)	長寿食文化の祭典	健康・長寿食の講演会、郷土芸能の披露、おもてなしコーナー(長寿食・郷土食、物産店)など

- 応募資格 市内在住で、平成9年4月1日以前に生まれた方
- 活動条件 高校生が応募する場合は、保護者の同意が必要
- 活動内容 報酬はありません。活動場所および事前研修場所までの交通費は、自己負担となります。

- 重点目標 ①住宅防火対策の推進 ②放火火災・連続放火火災防止対策の推進 ③特定防火対象物等における防火安全対策の徹底 ④製品火災の発生防止に向けた取組みの推進
- 住宅防火 いのちを守る 7つのポイント ①寝たばこは、絶対にやめる ②ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する ③ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

春季火災予防運動が実施されます

市消防本部では、『消すまでは 出ない行かない 離れ

- ④逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
- ⑤寝具や衣類からの火災を防ぐために、防炎型を使用する
- ⑥火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器を設置する
- ⑦お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所

就農希望者を対象とした職業訓練

専門学校山梨県立農業大学校では、就農希望者を対象とした職業訓練「農業科」を開校しています。また、就農を検討している他産業従事者等を対象に休日を利用して農業を体験する「就農トレーニング塾」も実施します。詳しくは、お問い合わせください。

3月の相談日

区分	日時	場所
児童巡回相談	14日(要予約 ☎62-3115) 午前10:00～午後3:00	もみじホール3階和室
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	福祉課子育て支援担当 ☎62-1199
母子家庭相談	毎週月曜日～金曜日(祝日除く) 午前8:30～午後5:00	福祉課子育て支援担当 ☎62-3115
ふれあい福祉相談	毎週木曜日 午前10:00～午後3:00	市勤労青少年ホーム相談室 ☎63-3444
定例人権相談	7日・22日 午前10:00～正午	市役所1階会議室B
市税収納・納税相談	24日 午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
行政相談所	18日 午前10:00～正午	市役所1階会議室A
障害者出張相談	21日(要予約 ☎62-3115) 午後1:30～4:00	市役所1階会議室B
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 ☎63-3800
学校カウンセラー教育相談	毎週火・水・金曜日(祝日除く) 午前8:30～午後4:00	もみじホール相談室 ☎63-5700 ☎0120-28-7830
消費生活相談	毎週火曜日 午前8:30～午後5:00	生活環境課生活環境担当 ☎62-3114



## 飲用水環境放射能測定値報告

●問い合わせ 生活環境課簡易水道担当（☎ 62-3114）

◆飲用水環境放射能の測定結果

測定場所	採取日	試料種類	放射性ヨウ素 (1-131)	放射性セシウム (Cs-134,136,137)
仲間川簡易水道	1月10日(木)	浄水	検出せず	検出せず
秋山東部簡易水道	1月10日(木)	浄水	検出せず	検出せず
下城河原簡易水道	1月16日(水)	浄水	検出せず	検出せず

※平成24年4月1日から、食品衛生法に基づく飲料水の基準値が10Bq/kg（セシウム134、136、137の合計値）  
 ※放射能濃度は、測定値の値です。また、測定方法は、ゲルマニウム半導体検出器によるγ線スペクトロメトリーです。  
 ※「検出せず」は、検出下限値未満（検出下限値：1Bq/kg）のことです。

## 《上野原市立病院 3月の外来診療のご案内》●問い合わせ市立病院（☎ 62-5121）

	診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	午前	反頭・細川 清水	岡本・村田 石井・津久井	小池・津久井 反頭・牛島	清水・瀧山 津久井・村田	岡本・村田 竹内・進藤
神経内科	午前				瀧山	
小児科	午前	非常勤小児科医交替	杉津	中根	非常勤小児科医交替	小林
小児心臓外科	午後				戸田	
脳神経外科	午前	長坂	長坂	長坂	山梨大非常勤医師交代	長坂
外科	午前	吉田			協会派遣医師	協会派遣医師
胸部外科	午後				平良(予約)	
皮膚科	午前/午後	柴垣		岡本		川村
整形外科	午前	前之原	松原	戸島	中島	須田
ペイン外来	午前				※1長嶺	
眼科	午前	後藤		館野	※2大野(予約)	※3大野(時間制限)
耳鼻咽喉科	午前/午後			石井		森山
泌尿器科	午前/午後	桜井		小林		豊永
婦人科	午前/午後			中島		
西原診療所	午後				※4	
秋山診療所	午前	岡本	上條	古屋		細川
	午後	岡本				

★婦人科外来を始めています。毎週火曜日の午前と午後の診療となります。

●受付時間は、午前8時から11時30分までです。午後の受診がある場合は、午後2時から4時までです。

●土曜日は内科の診療(常勤内科医が週交替で診療)を午前中に行います。

●※印は、担当医師や受付時間が通常と違いますので、詳しくはお問い合わせください。

※1 ペイン外来の木曜日の長嶺医師は、完全予約制外来です。

※2 眼科の木曜日の大野医師は、白内障手術対象の方のため、完全予約制外来です。

※3 眼科の金曜日の大野医師は、午前10時30分までに受付した患者様の診療となります。

※4 西原診療所は第1・3週のみ診療を行います。

●診療予定は都合によりやむを得ず変更となる場合があります(表は2月23日現在の予定です)。

**ペイン外来**  
 木曜日診療のペイン外来は、4月から火曜日に変更となります。

広報うえのはら、市ホームページに  
**広告を掲載しませんか**  
 市では、「広報うえのはら」のこの位置と、「市ホームページ」のトップページに有料広告を掲載しています。みなさんの会社やお店の宣伝にご利用ください。  
 なお、広報うえのはらに掲載する掲載規格は、右の広告の大きさが1枠となります。(一枠 縦45.5mm、横85mm)  
**●申込み・問い合わせ 企画課政策推進担当（☎ 62-3118）**

**Best Home 有限会社 ベストホーム**  
 土地や建物の相続・購入・売却の相談、  
 建物の建築・リフォーム  
**不動産のことならお任せ下さい。**  
 〒409-0112 上野原市上野原1001協栄ビル1F  
 ☎ 0554-63-6101  
 ☎ 0120-42-6101  
 E-mail best-6101@best-home.co.jp  
 http://www.best-home.co.jp

### 上野原自然探検隊の隊員を募集

●対象者 新小学3年生～新小学6年生  
 ●定員 20名  
 ●コーディネーター 上野原西中学校 小俣和弥教諭  
 ●目的 子どもたちが楽しく継続的に自然体験を行える場を提供します。  
 ①次世代を担う子どもたちの環境に対する意識を高める  
 ②自然に対する感性を培い、豊かな心を育てる  
 ●活動場所および期間 上野原市周辺をフィールドに、平成25年4月から平成26年3月までの1年間をとおして活動します。(主に月1回土曜日実施予定)  
 ●参加条件  
 ①1年間参加する意思があること  
 ②保護者の同意があること  
 ③安全に野外活動ができること  
 ④協力して集団活動ができること  
 ⑤保護者の責任において集合場所(主にもみじホール)まで来られること  
 ●参加費 年間1万2千円  
 ●申込期限 3月21日(木)  
 ●申込み・問い合わせ 教育

### 農業委員会からお知らせ

農地の売買や賃借、農地を農地以外に転用する場合は、農地法に基づく許可が必要になります。  
**3月の申請書提出期限**  
 3月11日(月)  
 ※詳細は、農業委員会へお問い合わせください。  
 ●問い合わせ 上野原市農業委員会(経済課内 ☎ 62-3119)

### 上野原市メールマガジンサービスのお知らせ

市では、「行政防災うえのはらメール」「上野原市消防メールマガジン」「広報うえのはらメールマガジン」の配信サービスを行っています。これは、災害関連情報や火災の発生、鎮火報、広報うえのはらに掲載されているお知らせなどの情報をメールでお届けするサービスです。  
 配信サービス希望される方は、次のアドレスにアクセスして登録してください。  
<https://www.e-tetsuzuki99.com/eap-pj/yamanashi/>  
 ※登録方法は、QRコードを読み取り登録する方法もあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。  
 ●問い合わせ 企画課情報推進担当（☎ 62-3118）

### 空間放射線量等測定値報告

●問い合わせ 生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）  
 この測定は、帝京科学大学が進める地域連携推進活動の一環として学生の協力を受けながら行っています。

◆主な市内の空間放射線量測定結果【2月13・15日測定】(単位:  $\mu\text{Sv/h}$ )

測定場所	1 m	測定場所	1 m	測定場所	1 m
大野貯水池	0.033	島田小学校	0.048	諏訪神社	0.055
甲東保育所	0.065	少年野球場	0.051	牛倉神社	0.058
蔵出張所	0.033	桂川球場	0.052	桐原出張所	0.049
沢松幼稚園	0.047	上野原市役所	0.039	西原保育所	0.067
帝京科学大学	0.054	第二保育所	0.064	西原小学校	0.070
コモアしおつ石の公園	0.041	上野原小学校	0.058	秋山保育所	0.049
大鶴出張所	0.045	上野原中学校	0.047	秋山小学校	0.040

※市役所敷地内に放射線量を測定するモニタリングポストを設置しています。測定結果は、市ホームページで確認することができますのでご利用ください。  
 ※空間放射線量を測定する測定器の貸出を行っています。

### 上野原市民プール祭り

**当日は全館入場無料！！**  
 ☆開催日時 3月20日(祝) 午前9時30分～  
 各種プログラムの無料体験・バザー・抽選会もあります。  
 ご家族おそろいで一日楽しくお過ごしください。  
 詳しくは、お問い合わせください。  
**●お問い合わせ 上野原市民プール 電話 0554-63-6070**

### ぽかぽか水泳教室

**春休み短期水泳教室募集！！**  
 ☆時間 午後0時15分～1時20分 ☆登録料 1,050円  
 ☆期間 3月27日～4月1日(5日間) ☆参加料 5,250円  
 送迎バスあります  
**2013春 新入会受付中**  
**上野原市新田227-2 富士スポーツクラブ**  
**TEL 0554-63-6222**





秋山地区 小俣 結愛ちゃん (4歳0か月)  
葵愛くん (1歳0か月)  
智明さん樹里さんの長女・長男  
“ずっと幸せな家族でいようねっ”



上野原地区 石井 颯涼くん (4歳4か月)  
瑛太くん (3歳0か月)  
七海ちゃん (0歳8か月)  
友和さん葉月さんの長男・二男・長女  
“僕たちのアイドルななみちゃん”

《募集》わが家の主役に掲載する写真を募集しています。  
掲載を希望される方は、企画課までお問い合わせください。 企画課政策推進担当 (☎62-3118)

ニュース  
スマイル

男女共同参画 #78

推進委員になって  
思うこと

男女共同参画推進委員になって、一年になろうとしていきます。堅苦しい呼称の委員会ですが、主に女性の社会進出、家庭での円満な夫婦関係などをテーマに活動しています。私は夫が長男であったため、結婚後しばらくして親世帯と同居し、大家族の『嫁』となりました。妻や母といった役割に加え、家族、親戚、地域それぞれの間で望まれる嫁の姿は、旧来の価値観が根強く残っていました。そのような環境にあった私にとって、男女共同参画の目指す社会は、現実味のないものでした。しかし、子どもたちが育ち、改めて地域や家族の幸せを考えたとき、男女共同参画の取り組みはとても大切なことだ

問い合わせ  
総務課行政防災担当(☎62-3117) (上野原市男女共同参画推進委員会)

と思うようになりました。また自分自身の境遇や経験も生かせるのではないと思い、委員をお受けしました。推進委員会は月1回開催され、家庭、地域、社会における男女のあり方などについて幅広く話し合いを行っています。昨年には「びゅあ富士フェスティバル」(県男女共同参画推進センター)で寸劇を上演し、男性の家事参加を訴えました。委員長さんをはじめ、魅力的なメンバーと共に学び、考え、知恵を出し合う時間はとても充実しています。できることから行動していけば、いつか、もっと自由で住み良い社会になると今は確信しています。(推進委員 山崎由美子)



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  
|| 1月中届出分 ||

誕生

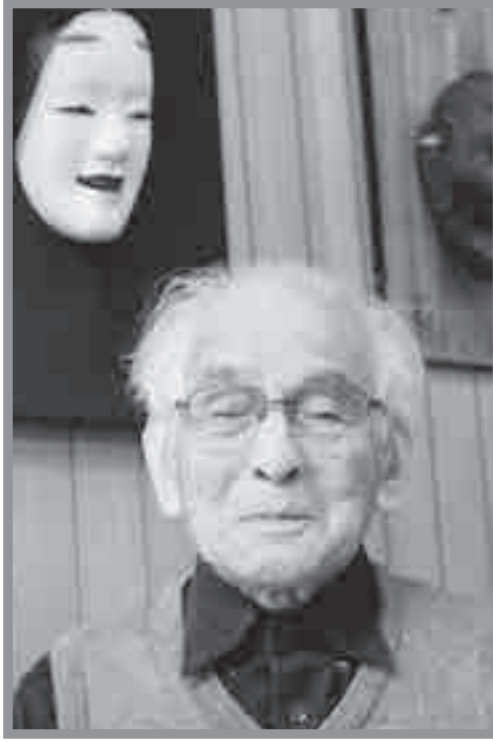
- 巖地区 斧窪紗和(聖人)、飯田哲史(貴幸)、飯島由依(亮太)
- 大鶴地区 松橋悠人(洋光)
- 島田地区 河内亜紘(将近)、細田愛友(明宏)
- 上野原地区 山添香蓮(重幸)、石沢穂佳(隆之)、久田龍慶(真弘)、竹内凱大(孝二)、山口莉菜(祐介)
- 大目地区 上條剛央(安富恵)

婚姻

- 巖地区 井上一茂(古川希)
- 上野原地区 竹中英就(畑野沙紀)
- 田村真士(倉林宏予)

死亡

- 大目地区 水越道宗(孝道)
- 甲東地区 小俣喜一(信喜)、長門芳徳(貴夫)
- 巖地区 久島一二(良夫)
- 上野原地区 杉本富美子(義二)、畑野良子(孝治)、金谷榮藏(進)、白井治子(満治)、熊崎虎王(ゆう子)、天野好徳(祥仕)、奈良おくめ(武臣)、横瀬久恵(正人)、由村みさを(満造)、中川たりえ(優)、坂本剛(佳彦)
- 西原地区 原島道光(孝男)、浅倉むかい(厚友)



The Face of Uenohara #7

能面をつくり続けて  
しむらまさお  
志村政夫さん

能面に込めた想い  
大正11年4月生まれで現在91歳の志村政夫さん。これまで縫製の会社で働いた。今でも自営のクリーニング店で働いている。  
ある日、出張先の会場に掛けてあった能面に出合った。その能面に魅了され、3年間能面づくりの勉強を重ねた。これまでに約80個の能面を作った。志村さんは、「能面の一つ一つに筋がある。その筋を理解し能面を作らなければならぬ」という。  
今後は、「今まで作った能面を息子に渡し、いつまでも親の存在を感じていて欲しい」と息子を思う親心をのぞかせた。

このコーナーは、上野原市内で頑張っている人、輝いている人をご紹介します。

リンデン  
だより  
上野原市立図書館  
☎63-5241

☆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



図書館イベント情報

	子ども映画館	おはなし会	リンデンドーム朗読館	親子文芸講座
タイトル名	「ふしぎの国のアリス」	「安寿とずし王」	「やかんの告白」 東海林さだお/作	「ピース教室」
開催日	3月9日(土)	3月16日(土)	3月17日(日)	3月23日(土)
時間	午前10時～10時30分 午後2時～2時30分	午後2時30分～	午後2時～	午後2時～3時
協力		たんぼぼ会	上野原朗読の会	

市長室！

健康家族

くらしのガイド

わが家の主役

リンデンだより

市長室！

健康家族

くらしのガイド

わが家の主役

リンデンだより