

広報うえのはら

UENOHARA

広報うえのはら

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public
Relations

8

2023年
No.222



すいかのおじさん、
ありがとう！

ご利用ください
広報うえのはら
おトクーポン

27ページ左端に掲載
ご覧ください！！



令和元（2019）年台風 19 号の被害（秋山地区小和田）

防災・減災について考えよう

vol.28

毎月テーマを変えて掲載している「防災・減災について考えよう」の拡大版をお届けします。

これから秋にかけては台風シーズンです。ゲリラ豪雨や線状降水帯による災害も、全国的に数多く発生しています。土砂災害が起きたときの備えについて、改めて確認しましょう。

また、今年は大正 12（1923）年に発生した関東大震災から 100 年の節目です。改めて地震への備えも確認しましょう。

8 月 27 日（日）には総合防災訓練を行います。お住まいの区の訓練に参加し、非常時の避難行動について確認しておきましょう。



100 年前の 9 月 1 日午前 11 時 58 分、関東大震災が発生。当時、上野原市内にも烈震が襲いました。多くの建物が倒壊したり、軒が傾いたりしたといえます。そんな中でも、京浜方面からの避難民 700 人以上を受け入れ、消防組員などが救護にあたりました。

秋山地区小和田では、草刈り中の青年一人が地震による落石で命を落としました。青年を偲び、現地には供養塔が建てられています。

問
危機管理室（☎62・3145）

知っていますか？ 市の指定避難所・指定緊急避難場所

市の指定避難所・指定緊急避難場所を知っていますか？

市では、大規模な自然災害時には被害状況に応じて避難所を開設します。地震と土砂災害では、避難する場所が違いますのでご注意ください。

また、自然災害が発生したからといって、必ず指定避難所・指定避難場所へ"行かなければならない"ということではありません。各自が最善の選択をする中で、知人宅や集会所などへ避難することも選択肢の一つであり、今いる場所が安全であれば、そこに留まることも避難です。

日頃から災害時を想定し、避難する場所を確認しておきましょう。



宿泊避難訓練の様子 (上野原西小学校体育館)

●地震のときの【指定避難所】

| 名称 | 所在地 |
|--------------|---------------|
| 旧大目小学校体育館 | 大野 4013 |
| 旧平和中学校校舎・体育館 | 野田尻 808 |
| 旧沢松小学校体育館 | 八ッ沢 12 |
| 上野原高等学校体育館 | 八ッ沢 555 |
| 上野原西中学校体育館 | 四方津 215 |
| 上野原西小学校体育館 | コモアしおつ 2-13-1 |
| 旧大鶴小学校体育館 | 鶴川 1571 |
| 島田小学校体育館 | 鶴島 2024 |
| 旧島田中学校体育館 | 鶴島 2255 |
| 日大明誠高等学校体育館 | 上野原 3200 |
| 上野原小学校体育館 | 上野原 3454 |
| 上野原中学校体育館 | 上野原 9191 |
| 旧桐原小学校体育館 | 桐原 7234 |
| 旧西原小学校体育館 | 西原 6996 |
| 旧桜井小学校体育館 | 秋山 3325 |
| 秋山中学校体育館 | 秋山 6770 |
| 秋山小学校体育館 | 秋山 8674 |
| 旧浜沢小学校体育館 | 秋山 11862 |

●土砂災害のときの【指定緊急避難場所】

| 名称 | 所在地 |
|----------------|---------------|
| 大目出張所 | 大野 1261 |
| 旧甲東小学校和見分校 | 和見 955 |
| 甲東出張所 | 野田尻 334-1 |
| 旧平和中学校校舎・体育館 | 野田尻 808 |
| 旧沢松小学校体育館 | 八ッ沢 12 |
| 上野原西中学校体育館 | 四方津 215 |
| 上野原西小学校体育館 | コモアしおつ 2-13-1 |
| 旧大鶴小学校体育館 | 鶴川 1571 |
| 島田小学校体育館 | 鶴島 2024 |
| 上野原小学校体育館 | 上野原 3454 |
| 文化ホール (もみじホール) | 上野原 3832 |
| ふるさと長寿館 | 桐原 2374-1 |
| 西原出張所 | 西原 3947 |
| 旧桜井小学校体育館 | 秋山 3325 |
| 秋山小学校体育館 | 秋山 8674 |
| 無生野集会所 | 秋山 12370-1 |

非常時の情報収集

防災無線で発信する情報は、インターネットなどでも配信しています。いざというときのため、事前に登録しておきましょう。



申請が必要です。
詳しくは危機管理室
(☎ 62-3145) まで



災害時情報収集用関連サイトリンク集



気象情報、道路情報、ハザードマップなど、防災に関するさまざまな情報を確認できます。



上野原市公式 LINE

市が発信する情報や「行政防災うえのはらメール」の情報を配信しています。



電話・FAX でも災害時の避難情報を配信

携帯電話を持っていない人や、高齢者・障害者などで携帯電話の操作が困難な人に向け、防災無線の情報のうち災害時に必要な避難情報などを、ご自宅の固定電話やファックスに配信します。

食料品

- 米
- 缶詰
- 乾パン、クラッカー
- チョコレート、飴
- インスタント・レトルト食品
(非常食3日分を含め7日分)
- 飲料水(1人1日3リットルを目安に7日分)

医薬品

- 救急医薬品
- 常備薬
- 持病薬
- お薬手帳

便利品・日用品

- 懐中電灯(予備電池を含む)
- ヘルメット、防災ずきん
- ホイッスル
- ロープ
- 軍手
- マッチ、ライター
- 使い捨てカイロ
- レジャーシート
- 卓上コンロ(予備燃料含む)
- ラップ類
- 万能ナイフ
- スプーン、はし、カップ
- 雨具
- エマーゼンシーブランケット
- 毛布または寝袋
- ポリ・レジ袋(大・中・小)
- 新聞紙
- マスク
- スリッパ
- テント
- パール、ジャッキ
- 自転車、バイク
- 給水袋

非常時の備蓄品・持ち出し品 チェックリスト



チェックリストを参考に、自分や家族の状況に応じて必要な備蓄品・非常用持ち出し品を、日ごろから準備しておきましょう。

貴重品

- 現金(小銭を含む)
- 貯金通帳のコピー
- 印鑑
- 免許証のコピー
- 健康保険証のコピー
- 母子手帳

情報収集用

- 携帯電話(充電器を含む)
- 携帯ラジオ(予備電池を含む)
- 家族の写真(はぐれた時の確認用)
- 緊急時の家族・親戚・知人の連絡先
- 筆記用具、ノート
- ガムテープ、マジック(家族への伝言メモ)

衛生・健康のためのもの

- タオル
- トイレトペーパー、ティッシュペーパー
- ウェットティッシュ
- 携帯トイレ
- 着替え(上下を含む)
- 予備の入れ歯、補聴器
- 歯磨きセット
- めがね、コンタクトレンズ

その他・個別

- 紙おむつ(幼児用・高齢者用など)
- 生理用品
- 哺乳瓶、粉ミルク
- 離乳食
- 清浄綿
- ペットフード(ペット用品)
- その他自分の生活に欠かせないもの

- ★非常用持ち出し品は、両手が見えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- ★避難の妨げにならないように、軽くコンパクトにまとめ、玄関周りに置きましょう。
- ★定期的に中身をチェックし、入れ替えを行いましょ。
- ★生き延びるために必要なものを準備しましょう。

上野原市 総合防災訓練

8月27日(日)



市では、8月27日(日)に総合防災訓練を実施します。

お住まいの区の訓練に参加し、いざというときの行動を確認しておきましょう。

それぞれの区で確認された安否状況や被害状況などは、地区ごとに集計され、市災害対策本部まで報告されます。

災害時には、地区からの報告が重要となります。みなさんのご協力をお願いします。

【訓練内容】

- ①午前8時30分に訓練開始の合図として、防災無線から訓練用の緊急地震速報を放送します。
- ②突然の地震を想定し、自分や家族の安全を確保したのち、近所の安否確認などに協力してください。

同日開催！

防災フェスタ

午前9時～午後3時
市役所正面駐車場

★各種体験コーナー



地震体験



消火体験



煙体験

★働く車が大集合!!



★模擬演習(予定)

- ・陸上自衛隊による倒壊家屋からの救出
- ・上野原警察署による車両からの救出
- ・消防本部による建物からの救出
- ・消防団による建物火災を想定した消火活動

その他、協力団体の活動紹介、防災備品などの紹介、災害保険の内容紹介……などなど

市民課窓口にキャッシュレス決済を導入！

クレジットカードや電子マネーでお支払いできます

●問い合わせ 市民課窓口担当 (☎ 62-3112)

窓口における市民サービスの向上および新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、市民課が取り扱う各種証明書の交付手数料のお支払いに、キャッシュレス決済が利用できるようになりました。

7月3日(月)から、市民課の窓口にセミセルフレジが導入されています。交付手数料の確定を職員が行い、利用者が直接現金を投入しお釣りを受け取ったり、現金受け渡しの必要のない非接触型の決済を行ったりと、職員との接触機会を減らし、感染リスクの軽減を図っています。

手軽にお支払いできますので、ぜひご利用ください。



利用できる窓口

市役所 1階 市民課窓口

キャッシュレス決済できるもの

各種証明書(住民票の写し、戸籍謄本、印鑑登録証明書など)の手数料

利用できるキャッシュレス決済

- クレジットカード
Visa、Mastercard、JCB、AMEX、ダイナース
- 電子マネー
nanaco、楽天Edy、WAON、
交通系電子マネー(Suica、PASMOなど)
- QRコード決済
QUICPay、Alipay、WeChatPay、d払い、
PayPay、楽天Pay、スマートコード

利用上の注意

- ・クレジットカードの支払い回数は1回払いのみとなります。
- ・市役所窓口での電子マネーのチャージはできません。あらかじめ残額をお確かめください。
- ・キャッシュレス決済と現金の併用はできません。
- ・市税などの納付は対象外です。地方税共同機構が運営する「地方税お支払いサイト」がキャッシュレス決済に対応しています。詳しくは、下記QRコードから市ホームページをご確認ください。

地方税お支払いサイトを利用した
納付方法について(市ホームページ)



指定納付受託者の名称・所在地

地方自治法第231条の2の3第1項の規定に基づき、次のとおり指定納付受託者を指定しました。

- 名称 山梨中銀ディーシーカード株式会社
- 所在地 山梨県甲府市武田2丁目9番4号
- 名称 三菱UFJニコス株式会社
- 所在地 東京都文京区本郷3丁目33番5号
- 名称 株式会社ジェーシービー
- 所在地 東京都港区南青山5丁目1番22号

ともに頑張ろう上野原!



上野原市



最大 **25%** 戻ってくるキャンペーン **第3弾**

キャンペーン対象期間：9月1日（金）～30日（土）

昨年度に引き続き、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します。

●ポイント付与率 ※条件あり

決済額の最大 25%

【上限】3,000 ポイント / 回 10,000 ポイント / 期間

●付与予定日

支払日の翌日から起算して 30 日後。ユーザーの利用状況や、システムの都合により、付与のタイミングが前後する場合があります。

●対象支払い方法

PayPay（残高）、PayPay（クレジット）※旧あと払い、PayPay あと払い（一括のみ）

※クレジットカード、PayPay 商品券は対象外。
PayPay カード（旧 Yahoo! JAPAN カード含む）でのお支払いは「PayPay（クレジット）※旧あと払い」以外は対象外。

●対象店舗

市内の PayPay 加盟店のうち、上野原市と PayPay が指定した中小規模事業者の店舗

※店頭のパスターやのぼりが目印です。

※スーパー、大手フランチャイズ契約のコンビニエンスストア、大手チェーン店、ドラッグストア、ホームセンター、ガソリンスタンドなどは対象外です。

●PayPay の使い方を説明します

PayPay 社員がアプリの使い方を説明する特設ブースを設置します。気軽にご参加ください。

・日時 9月4日（月）・5日（火）・6日（水）午前10時～午後3時

・場所 市役所 1階 展示室特設会場

●キャンペーン参加店舗を募集します

キャンペーンの参加には、PayPay 加盟店となる必要があります。導入検討中の事業者はご連絡ください。

●問い合わせ

産業振興課商工観光担当（☎ 62-3119）

PayPay を使いこなしてお得にお買い物！ ～高齢者スマホ教室参加者募集!!～



●問い合わせ・申し込み 長寿介護課地域包括支援担当（☎ 62-3128）

スマートフォンを使い慣れていない高齢者でもキャンペーンに参加できるよう、PayPay の使い方を学べる高齢者スマホ教室を開催します。

●講師 ソフトバンク

●参加費用 無料

●対象者 市内在住の65歳以上の人で、スマートフォンの購入を検討している人またはスマートフォン初心者（利用中の携帯電話会社は問いません）

●申込期間 8月7日（月）～17日（木）午前8時30分～午後5時15分（土日・祝日を除く）

●申込方法 長寿介護課へ電話で以下の内容をお伝えください。

・氏名、住所、電話番号、参加希望の講座

※先着順です。定員に達し次第締め切ります。

スマートフォン体験講座（興味があるけど不安、スマホに変更したい人向け）

●内容 日常よく使う機能（マップ、カメラ、電話 / メール、音声アシスタント）

●日時 8月28日（月）午後2時～4時（途中休憩あり）

●定員 10人

●場所 総合福祉センターふじみ 3階 会議室 E・F

PayPay 使い方講座（長く持っているけどほとんど使えていない、PayPay に興味がある人向け）

●内容 画面の見方、支払い方法、チャージなど

●日時 8月31日（木）・9月4日（月）午後2時～3時30分（途中休憩あり）

●定員 各日6人

●場所 総合福祉センターふじみ 2階 会議室 B・C

住民税非課税世帯に対する物価高騰対策支援金

対象の1世帯あたり3万円を給付します

物価高騰対策として、令和5年度の住民税均等割非課税世帯に現金を給付します。この支援金は、法律の規定により、「差押禁止等及び非課税」の対象です。

●支援金の支給額

1世帯あたり3万円（口座振込により支給します）

●申請書の発送時期

7月下旬より順次発送しています。

●支援金の支給時期（目安）

「支給要件確認書」または「支援金申請書（請求書）」を市へ提出した日から3～4週間後です。「支援金支給のお知らせ」が届いている場合は、お知らせに印字されている振込予定日以降、順次支給します。

●給付対象世帯・申請方法など

①対象世帯

- ・令和5年1月1日時点で日本国内のいずれかの市区町村に住居登録があり、かつ令和5年6月1日時点で上野原市に住居登録があること
- ・世帯全員の令和5年度の「住民税均等割」が「非課税」であること

②申請方法

対象世帯には、世帯主あてに「支給要件確認書」を郵送しています。記載内容を確認し、必要事項を記載して返信用封筒にて期限までに返送してください。

※令和4年度電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金（5万円）の受給者には、受給手続きの簡素化のため「支給要件確認書」に替えて「支援金支給のお知らせ」を送付します。「支給金支給のお知らせ」に記載された口座に、振込予定日以降順次支給します。「口座変更」・「受給拒否」の場合のみ、同封の書類にて手続きが必要です。

●問い合わせ

上野原市非課税世帯等臨時特別給付金受付窓口
（☎ 62-3210）

※令和5年1月2日以降に上野原市に転入された人がいる世帯で給付対象となる場合は、「支援金申請書（請求書）」を郵送しますので、必要事項を記入し添付書類とともに期限までに申請してください。

※市民課で課税証明書を取得することで、ご自身の上野原市における令和5年度住民税均等割が非課税かどうか確認できます。なお、電話での問い合わせなどで確認することはできませんのでご了承ください。

●申請書提出先

市役所 福祉課福祉総務担当
〒409-0112 上野原市上野原 3163 番地
総合福祉センターふじみ

●申請書類提出期限

10月31日（火）【郵送の場合は必着】

●配偶者やその他親族からの暴力（DV）を理由に避難している人へ

DVなどで住民登録を変更せず上野原市に避難中の人も、一定の要件（DV避難中であることの証明と収入要件）を満たせば支援金をご自身で受給できる可能性があります。手続きについてはお問い合わせください。

支援金の「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください。



運送コスト増大の影響を受ける運送事業者を応援します

上野原市運送事業者支援金

●問い合わせ
産業振興課商工観光担当 (☎ 62-3119)

原油価格高騰の影響を強く受ける運送事業者の事業継続を応援するため、支援金を支給します。

●対象事業者

令和5年4月1日時点で市内で次のいずれかの運送事業を営み、今後も事業を継続する意欲のある事業者

- ・一般乗合旅客自動車運送事業
- ・一般貸切旅客自動車運送事業
- ・一般乗用旅客自動車運送事業
- ・一般貨物自動車運送事業
- ・特定貨物自動車運送事業
- ・貨物軽自動車運送事業

※納期の到来した市税などを完納し、もしくは税務担当課などと納付についての協議を実施し、納税などに関する計画を適正に履行していること

※代表者や役員などが上野原市暴力団排除条例に規定される暴力団員などでないこと

●支援金の額

自動車車検証において「使用の本拠の位置」が市内

にある事業用の車両1台につき、自動車5万円、軽自動車3万円(小型特殊自動車、二輪自動車は対象外)

●提出書類

- ・上野原市運送事業者支援金交付申請書兼請求書
- ・事業の許可書または届出書などの写し
- ・対象車両の車検証の写し
- ・口座確認書類(口座番号・口座名義人などがわかるものの写し。通帳見開きページ写しなど)

※申請書は産業振興課で配布しているほか、市ホームページからダウンロードもできます。

●申請書類提出先

市役所 建設産業部 産業振興課商工観光担当
〒409-0192 山梨県上野原市上野原 3832

●申請期間

8月1日(火)～9月29日(金)

【郵送の場合は必着】

※詳しくは、ホームページを確認いただくか、お問い合わせください。

新型コロナウイルスワクチン接種について



●令和5年春開始接種の予約

当初の接種は集団免疫の獲得を目的として短期集中的に行うものでしたが、令和5年度の接種は個人の重症化予防を目的とし、各医療機関による個別接種へ移行することが適当とされたため、上野原市でも個別接種への移行を行いました。

市立病院の8月末までの接種予約は終了しました。接種希望があるものの、予約が取れていない人は8月25日(金)までに子育て保健課へお問い合わせください。その時点での受付状況をご案内します。

●令和5年秋開始接種

初回接種を完了した5歳以上の全ての人を対象に、令和5年秋開始接種を9月以降実施します。対象者には次のとおり個別通知をお送りします。

① 5月8日以降に令和5年春開始接種を受けていない12歳以上の人

8月下旬頃「接種のお知らせ」と「接種券発行申請書」をお送りします。未使用の接種券がお手元にある人はそのままお使いください。接種を希望する人のうち、未使用の接種券がない人は、同封した「接種券発行申請書」を子育て保健課へ提出してください。申請方法や受付開始日は個別通知でご確認ください。

●問い合わせ
子育て保健課医療保健担当 (☎ 62-4134)

② 5月8日以降に令和5年春開始接種を受けた12歳以上の人

9月以降接種券を順次お送りします。市外で接種を受けるため、発送予定日より前に接種券が必要な場合は「接種券発行申請書」を提出いただくと交付することができます。申請方法などは市ホームページをご確認いただくか、子育て保健課までお問い合わせください。

③ 5～11歳で2回以上接種を受けている人

日程調整が別途必要となるため、令和5年秋開始接種意向調査を実施します。詳細はお送りする個別通知をご確認ください。

●まだ1度も接種を受けたことがない5歳以上の人へ

新型コロナワクチン接種を自己負担なく受けられる期間は、現時点では国の方針として令和6年3月末までです。また、令和5年秋開始接種などの追加接種を受けるためには、初回接種の完了から規定の接種間隔を空ける必要があります。現在行っている追加接種とはワクチンの種類が異なり、日程調整が別途必要となるため、初回接種を希望する人は8月25日(金)までに子育て保健課へお問い合わせください。

※接種は強制ではありません。接種による効果とリスクを理解し、本人の意思で接種をご検討ください。

児童扶養手当現況届・ひとり親家庭医療費受給資格更新申請書

8月中に忘れず提出をお願いします!!

**8月中に
提出を!**



●問い合わせ 子育て保健課子育て支援担当 (☎ 62-4134)

ひとり親家庭医療費助成制度

病気やけがで医師の治療を受けたとき、保険診療による自己負担金を助成することで、ひとり親家庭などの精神のおよび経済的負担を軽減する制度です。

※所得税の納付義務のないひとり親の父または母で、満18歳に到達後最初の3月31日までの児童と親（または養育者）の医療費が助成されます。

※県内の医療機関（薬局を含む）で受診したときに受給資格者証を提示すると、保険診療に係る自己負担分の医療費が窓口で無料になります。



現在、児童扶養手当（支給停止者などを含む）・ひとり親家庭医療費助成金を受給している人は、「児童扶養手当現況届」・「ひとり親家庭医療費受給資格更新申請書」を8月31日（木）までに子育て保健課子育て支援担当窓口へ提出してください。

これは、受給者の前年の所得の状況、生活状況などを確認するために必ず提出していただくものです。提出がないと11月分以降の手当などが受けられません。忘れず提出してください。

※これらの手当を受けていない人で支給要件に該当する人は、早めに手続きをしてください。

※所得制限などがあります。

※現況届や更新申請書の用紙は、受給者全員に郵送しています。

※提出時に審査を行います。必ず受給者本人が提出してください。

※支所・各出張所への提出、郵送による提出はできません。

児童扶養手当制度

父母の離婚などにより父または母と生計を同じくしていない児童が養育される家庭の生活の安定と自立の促進を支援する制度です。

●対象者

日本国内に住所があって、次のいずれかに該当する18歳に達する日以降の最初の3月31日までにいる児童（障害児の場合は20歳未満）を監護している父、母、または父もしくは母に代わって児童を養育している人

- ・父母が婚姻を解消した児童
- ・父または母が死亡した児童
- ・父または母が一定の障害の状態にある児童
- ・父または母の生死が明らかでない児童
- ・父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童
- ・父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童
- ・父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた児童
- ・未婚の母の子
- ・棄児



●手当額（月額）令和5年4月～

| 児童数 | 全部支給額 | 一部支給額 |
|------------------|---------|-------------------------------|
| 児童1人の場合 | 44,140円 | 所得に応じて月額44,130円～10,410円の範囲で決定 |
| 2人目の加算額 | 10,420円 | 所得に応じて月額10,410円～5,210円の範囲で決定 |
| 3人目以降の加算額(1人につき) | 6,250円 | 所得に応じて月額6,240円～3,130円の範囲で決定 |

※全部支給額および一部支給額は、所得に応じて決められます。

●手当の一部支給停止（児童扶養手当法第13条の3）

手当は、支給要件に該当した月の初日から7年を経過したとき、または支給開始月の初日から5年を経過したときは、手当の額が2分の1になります。ただし、適用除外事由に該当し、届出書などを提出すれば減額されない場合があります。

●支払時期

年6回、奇数月にそれぞれの前月分（2か月分）までを支給

※申請が必要です。申請翌月から対象になります。

※認定請求書には、手当を受ける人の支給要件によって添付する書類が異なります。事前にご相談ください。

子どもの力になりたい人は、ぜひご参加ください！

里親相談会 & ファミサポ説明会



現在、さまざまな事情で自分の家族と暮らせない子どもたちが、県内に約 300 人います。

そのうち約 200 人が乳児院や児童養護施設などの児童福祉施設で、約 100 人が里親家庭で暮らしています。

●里親とは

里親は、なんらかの事情で実親が養育できない子どもを、ある期間、都道府県などの委託を受けて自分の家庭に迎え入れ、育てていく人です。数日・数か月から子どもが 18 歳になるまでの長期間の場合もあり、事情によりさまざまです。


●ファミサポ援助会員とは

「仕事で遅くなるので、保育園へ子どもを迎えに行ってほしい」「上の子の学校行事の間、子どもの面倒を見てほしい」など、依頼会員の希望に応じて子育てを助けてくれるのが「ファミリー・サポート・センター」(ファミサポ) の援助会員です。

●里親登録までの流れ



里親相談会 & ファミサポ説明会

- ・日時 9月10日(日) 午前11時～午後4時
(受付は午後3時まで)
- ・場所 市立図書館 視聴覚室
- ・主催 地域総合子ども家庭支援センター・テラ
甲府市伊勢三丁目 8-8
E-mail terra-foster@y-risyou.net
ホームページ 
- ・共催 上野原市

- 問い合わせ
地域総合子ども家庭支援センター・テラ
(県指定里親養育包括支援機関)
☎ 055-222-8012

精神科医による 子どもと親の心配ごとと相談

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。総合福祉センターふじみで、精神科医(三生会病院医師)に相談できます。

●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。

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

例えば、こんな心配ごと・困りごと

- ・昼夜逆転して、朝起きられない
- ・ゲームばかりしている
- ・不登校になり学校に行けない
- ・親に反発して言うことをきいてくれない



Lesson 23 かみなり (雷)



両手2指のつまみを開きながら、素早くジグザグに下ろす。

手話は言語です

～ 9月23日は「やまなし手話言語の日」～

市では、手話が言語であるとの認識に基づき、全ての市民が共生することのできる地域社会を実現することを目的として、平成28年4月1日に「上野原市手話言語条例」を施行しています。

また、山梨県では、全ての県民が、手話言語に対する理解を深め、障害のある人もない人も、社会を構成する対等な一員として、安心して暮らすことのできる共生社会の実現を目指して、令和5年3月24日に「山梨県手話言語条例」を施行し、条例では、9月23日を「やまなし手話言語の日」としています。

手話は言語です。手話でコミュニケーションの輪を広げていきましょう。

●問い合わせ 県障害福祉課
(☎ 055-223-1460 FAX 055-223-1464)



●県民のみなさんへのお願い

- ・手話がろう者の意思疎通の手段として、必要な言語であることを理解しましょう。
- ・手話の普及や手話を使用しやすい環境づくりにご協力をお願いします。

▶昭和11(1936)年、現在の
上野原地区本町で行われた防空演習。



上野原市歴史文化ミニ展示会
「戦争と上野原展」開催中

8月18日まで「戦争と上野原展」を開催中です。
展示の様子は9月号で紹介します。

- 日時 7月24日(月)～8月18日(金)
午前8時30分～午後5時
(土日・祝日を除く)
- 場所 市役所展示室1(正面口ビー横)
※見学は無料です。

みんなの願いが華やかに、上野原の夜を彩る 七夕ナイトバザール に行ってきました！

今回は7月8日(土)に開催された「七夕ナイトバザール」へと足を運び、関係のみなさんに突撃インタビューをしました！

— 商工会商業部会 部長 植松さん —

「今年もクラスターなどの不安のため、計画は少し難航しました。なんとか開催を実現し、さらにエリアごとでお店の毛並みを揃えて配置したことで、大成功で終わることができました。人との繋がりや笑顔が増える場として、少しずつアップグレードしていきたいと思えます。想像以上に人が来てくれたという嬉しい誤算があった中で、駐車場や交通整理などが、人手不足などの問題もありましたが、それをネガティブに捉えず、来年への課題とするのが、次回への重要な取り組みになっていくと思



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

ます」

そう話されながらも、植松さんは接近する車や歩行者への呼びかけを行っていました。「私たちの上野原で、みんなが楽しめるような笑顔の増えるようなものを作っていきたい」とも話されており、上野原に住む人たちの交流や、このような楽しいイベントの裏には、商工会の人たちのようなさまざまな願いや工夫があるのだと実感しました。改めて、素晴らしいイベントを開催していただき、ありがとうございます。

— 青年会議所 理事長 尾形さん —

「青年会議所は若くアクティブなメンバーで構成されており、1年ごとに役職も全て代わるので、年ごとに違った色が見られます。今年も七夕ナイトバザールが4年ぶりの再開ということもあって例年以上に人が集まり、活気と勢いにあふれて盛り上がりしました。コロナ禍前も毎年、帝京科学大学の学生さんに販売などを手伝ってもらっていて、今回も学祭実行委員会の学生さんたちがよく動いてくれてとても助かりました。こうした販売などの経験が、将来に少しでも繋がるいいなと思っています」と、予想以上の集客に驚きなが



らも、嬉しそうに話されていました。最後に、尾形さん自身は今回のイベントをどう感じたか聞いてみました。即答で一言、「大成功だった」とのことです。なんでも、物品は少し余ることを予想して用意していたものの、途中で売り切れてしまったほどに大繁盛だったのだとか。

— チラシデザイン担当の笹木さん —

「4年ぶりの七夕ナイトバザール、大盛況でしたね。関係の皆様方、大変お疲れさまでした。今回もチラシを制作できたことを大変嬉しく思っています。また、普段このように感謝の気持ちを皆様方にお伝えすることができないので、このような機会をつくってくださったねこの目報道部のみなさん、本当にありがとうございます。今回のチ

ラシは『七夕』『夜』『懐かしさ』『賑わい』『商売繁盛』『子どもが楽しい』『人懐っこいビジュアル』というキーワードと、薄い色調という依頼があり、七夕の色でやさしいトーンの調整、キーワードを元にしたイメージを考え制作しました。お客さんがたくさん来ますように、楽しいイベントでありたいという願いを込め、商店街の人々が笑顔になるイメージを思い浮かべながら制作しました。次回も、もしご縁がありましたら是非ラフスケッチの段階から実行委員会の皆様方と話し合い、作り上げたいです。本当に本当にありがとうございます」

淡い色を基調としたとても素晴らしく目を引くチラシでしたので、ご本人から制作にあたってのコンセプトなどお聞きできて、とても参考になりました。今回の七夕ナイトバザールを大成功させることができたのは、人を魅了する華やかなチラシがあったからだと思えます。

(ヤチ ずく、うり ゆづき)

この記事には続きがあります！
ぜひネット版もご覧ください！



▲ 続きはこちらから ▼

<http://nekonome.s5.valueserver.jp/main0/2023/07/11/post-832/>



保健だより

●申し込み・問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)

クローズアップニュース

歴史文化・ネコノメ

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

★乳幼児健診

| | 実施日 | 該当児 |
|--------|----------|------------------|
| 4 か月児 | 8月2日(水) | R5年3月7日～4月2日生 |
| | 9月1日(金) | R5年4月3日～5月5日生 |
| 9 か月児 | 8月2日(水) | R4年9月26日～10月31日生 |
| | 9月1日(金) | R4年11月1日～11月30日生 |
| 1歳6か月児 | 8月9日(水) | R4年1月1日～2月5日生 |
| 2 歳 児 | 8月25日(金) | R3年5月6日～6月10日生 |
| 3 歳 児 | 8月9日(水) | R2年4月3日～5月6日生 |
| 5 歳 児 | 8月23日(水) | H30年7月1日～8月10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☆につき)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)

★母子健康手帳交付・妊婦相談日

◎実施日 予約制(必ず事前にご連絡ください)

◎場 所 総合福祉センターふじみ

◎持ち物 マイナンバーカード(取得していないときは、マイナンバーがわかる書類と、身分証明書1点)

※書類の記入や説明がありますので、おおむね1時間程度かかります。

★検診のご案内

実施場所 総合福祉センターふじみ

申し込み 医療保健担当 (☎ 62-4134) へ電話

【集団検診】

◎実施日 10月12日(木)、13日(金)、14日(土)、15日(日)、16日(月) 午前実施

◎検診項目 特定(基本)健診、胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん・乳がん(マンモ)検診、乳房超音波検査、腹部超音波検査

【婦人科検診】

◎実施日 10月12日(木)、11月13日(月) 午後実施

◎検診項目 乳がん(マンモ)検診、乳房超音波検査、子宮頸がん・大腸がん検診

【子宮頸がん検診】

◎実施日 9月5日(火)、25日(月)、28日(木)、10月11日(水)、20日(金)、21日(土)、11月14日(火) 午後実施

※10月21日(土)のみ午前実施

※定員になり次第締め切ります。

※市の施設検診との重複受診はできません。

※乳がん(マンモ)検診と子宮頸がん検診は、2年に1度の検診になります。昨年度受診している場合は受診できません。

※年間日程や自己負担金などの詳細については、広報4月号折り込み「保健事業のご案内」または市ホームページでご確認ください。

伝言板



市立病院からのお知らせ

●問い合わせ 上野原市立病院 (☎ 62-5121)

★脳ドックを受診しよう



▶ 検診項目 ①診察(問診)、身長、体重、血圧測定
②血液、生化学的検査③頭頸部MRI・MRA

▶ 検診料金 33,000円(税込)

※オプション: 頸動脈超音波検査 6,050円(税込)

▶ 実施日時 毎月最終土曜日の午後(月1回)

▶ 定員 4人(定員を超えた場合は翌以降のご案内)

★睡眠外来のご案内

▶ 実施日時 平日木曜日午後(要予約)

▶ 問い合わせ 平日午後1時～4時 担当: 亀井医師

不眠が長期間にわたって続くと、昼間に精神や身体の不調が現れて、生活の質が低下します。これを不眠症といいます。不眠の原因にはさまざまあり、原因に応じた対処法が必要です。不眠が長く続いて困っているときは、睡眠外来を受診してみてください。なお、精神疾患が原因の場合は精神科の受診が必要となる場合があります。



★一般健康診断を実施しています



| ▶ 健診日(下記の月曜日) | ▶ 受付時間 ※時間厳守 |
|---------------|--------------|
| 8月7、21日 | 午後2時～3時 |
| 9月4日 | |
| 10月2、16日 | |

▶ 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、3日以内に発熱・せき・のどの痛みの症状がある場合は、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ください。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.128

今月のテーマ

がん検診を受けましょう

みなさんはがん検診を受けていますか？

「毎年、必ず受けています」「自覚症状もないし、特に受けようと思いません」「マンモグラフィは痛いと聞くので、どうしようか迷っています」「バリウムの検査は大変だから……」「受けなくても大丈夫だと思う」など、いろいろな声が聞こえてきます。

市では、今年度 17 回の集団検診を予定しています。集団検診では、特定健診とがん検診と一緒に受けられるように設定していますが、特定健診は加入している医療保険によっては受診できない場合もあります。がん検診は 20 歳以上の市民で年に 1 回であれば、どなたでも受診することができます。

市が行うがん検診のうち、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がんは、対策型検診と呼ばれるもので、集団からがんの疑いのある人を見つけ出し、早期発見・早期治療に結びつけ、集団全体の死亡率を減少させることを目的とし、その効果が確立している方法で実施しています。

指針で定められたがん検診は表のとおりです。

【表】指針で定められたがん検診

| 検診名 | 検査方法 | 対象年齢 | 受診間隔 |
|---------|-----------|--------|----------|
| 肺がん検診 | 胸部 X 線検査 | 40 歳以上 | 年 1 回 |
| 大腸がん検診 | 便潜血検査 | | |
| 胃がん検診 | 胃部 X 線検査 | 50 歳以上 | 2 年に 1 回 |
| | 胃内視鏡検査 | | |
| 乳がん検診 | マンモグラフィ検査 | 40 歳以上 | |
| 子宮頸がん検診 | 頸部細胞診 | 20 歳以上 | |

対象年齢や受診間隔を確認し、該当する場合で、今年度に他で受診する機会のない人は、市が行う秋の集団検診をご利用ください。

申込方法や検診費用などの詳細は、市ホームページをご確認いただくか、子育て保健課医療保健担当 (☎ 62-4134) までお問い合わせください。

また、子宮頸がん検診無料クーポン券・乳がん検診無料クーポン券については、対象者に既に発行しています。期限内に有効に活用しましょう。

【精密検査が必要と判定された場合は】

検診受診後、要精密検査という判定になった場合は、もう一度詳しい検査をする必要があります。市の検診でも、毎年、数人はがんや前がん病変を発見される人がいます。全く異常がなかったという人もいますが、詳細な検査をしないと治療の必要性はわかりません。

市の集団検診を受診し、精密検査が必要と判定された人には、医療機関宛の書類をお渡しします。医療機関がその書類に受診結果を記載し、検診実施機関に返送することにより、検診実施機関の検査・判定の精度管理に役立てることができます。書類が戻らない場合などは状況が不明なため、市の保健師から受診者に連絡することがありますので、状況把握へのご協力をお願いします。

また、精密検査を受けていない人は、大腸がん検診の受診者に多いです。令和 4 年度に市が実施した「大腸がん検診」で精密検査となった人のうち、「異常なし」は 9.3%「早期がん・進行がん」は 8.3%、「がん以外の疾患」は 53.1% でした。

早期発見・早期治療のために、早めに精密検査を受けましょう。



ことぶきマスターを募集しています！

☎☎ 長寿介護課地域包括支援担当（☎ 62-3128）

●ことぶきマスター制度とは

60歳以上の高齢者で、これまで培ってきた知識や技能、生活の知恵などを持ち、地域づくりなどに貢献する活動を行っている人やグループをことぶきマスターとして認定しています。山梨県が昭和56年に創設した制度で、登録された人は市町村や各種施設のイベントなどで活動をしています。

- 募集分野 手品、ギター、レクリエーション指導、日本舞踊、尺八、大正琴、ハーモニカ、フラダンス、絵手紙、囲碁、書道など
- 申請期限 9月1日（金）

家族介護慰労金事業

☎☎ 長寿介護課地域包括支援担当（☎ 62-3128）

市では、家族介護者の労をねぎらい、負担軽減を図る目的で家族介護慰労金を支給しています。

●対象者 市に住民登録があり、次の①～⑤全ての要件に該当する在宅の要介護者を介護する人

- ①申請日において、市に引き続き1年以上住民登録があり、かつ、その登録された住所を生活の本拠としている
- ②介護者と同居または同一敷地内に居住している
- ③申請月の前月までの1年間（対象期間）において、要介護4または5に認定されている
- ④対象期間中の入院日数が通算90日未満である
- ⑤対象期間中の介護サービス（福祉用具貸与、特定福祉用具販売および住宅改修を除く）の利用日数が通算10日以内である

- 支給額 年額60,000円
- 申請 要件に該当することとなった翌月中に申請してください。以前に慰労金の支給を受けた人が同一の要介護者に対する慰労金の支給を受ける場合は、前回の支給決定対象期間末日から1年を経過すれば、再度申請できます。

※対象期間中の介護サービス利用状況などを調査の上、支給決定します。詳細は、お問い合わせください。



お知らせチェックリスト

令和6年二十歳を祝う会の開催と 実行委員募集

☎☎ 社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

- 市では、令和6年の「二十歳を祝う会」を開催します。
- 日時 令和6年1月7日（日）午前10時30分受付開始・11時開式
 - 会場 もみじホール
 - 対象者 平成15年4月2日～平成16年4月1日に生まれた人
- ※事前申込は不要です。該当される人は会場にお集まりください。

「二十歳を祝う会」実行委員募集!!

二十歳を祝う会を自分たちで作ってあげてみませんか。二十歳を祝う会の実行委員を募集しています。

●募集期間

8月1日（火）
～9月29日（金）

※詳細は、お問い合わせください。



第50回信玄公祭り 通訳案内ボランティア募集



☎☎ 信玄公祭り実行委員会（☎ 055-231-2230）

山梨県では「信玄公祭り」をお手伝いいただく通訳案内ボランティアを募集しています。

- 募集業務・人員 通訳案内ボランティア（20人）
※原則として18歳以上70歳未満の人
※英語または中国語の通訳ができる人
- 業務日時 10月28日（土）午後2時～7時30分（予定）
- 応募方法 住所、氏名、年齢、性別、電話番号、対応可能な外国語、過去の経験の有無を明記し、応募フォームまたはFAX、Eメールで応募してください。
・宛先 信玄公祭り実行委員会「会場ボランティア係」
応募フォーム 右上QRコード
FAX 055-221-3040
Eメール a-shimizu@yamakan-sk.jp
- 締切 9月15日（金）必着

第25回富士ふれあいの村まつり

富士ふれあいセンター (☎ 0555-72-5533)

障害のある人と地域の人とが一日楽しくふれあい、お互いに交流を深め、楽しむイベントとして「第25回富士ふれあいの村まつり」を開催します。子どもから大人まで楽しめます。多くのご参加をお待ちしています。

併せて、障害のある人たちが制作した作品を展示した「富士ふれあいの村まつり作品展」も開催します。こちらもぜひご覧ください。

【第25回富士ふれあいの村まつり】

●日時 9月9日(土) 午前10時～午後2時10分

●場所 富士ふれあいの村運動場(富士河口湖町船津6663-1)

※雨天の場合は、ふじざくら支援学校体育館ほか

●内容

- ・支援学校、福祉施設(作業所)、福祉関係団体および地域住民などによる演技・演奏の発表、作品の展示・即売
- ・特別ゲストによる演技・演奏
- ・福祉施設による模擬店、フリーマーケット、お楽しみ抽選会など

【富士ふれあいの村まつり作品展】

●開催期間 8月28日(月)～9月22日(金) 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)

※村まつり開催の9月9日(土)は、午前10時30分～午後1時50分

●会場 富士ふれあいセンター研修室

【ボランティアを募集します】

富士ふれあいの村まつりの運営のサポートにご協力いただくボランティアを募集します。障害とは何か、福祉施設ではどんな活動をしているのか、自分の目で見て学べるチャンスです。一緒にまつりを盛り上げ、楽しい思い出を作りましょう!

●活動日時 9月9日(土) 午前9時～午後4時

●活動場所 富士ふれあいの村

●活動内容 運営スタッフの補助業務

●募集人員 25人程度

●申込方法 8月25日(金)までに富士ふれあいセンターへ電話申し込み

※暑くなることが予想されますので、帽子やタオルを持参してください。



気軽にご参加を! オレンジカフェ(認知症カフェ)

長寿介護課地域包括支援担当 (☎ 62-3128)

オレンジカフェは、物忘れがある人やその家族、知人など、誰もが安心して時間を過ごせる場所です。ゆっくりと相談をしたり、情報交換もできます。

また、地域の中で、認知症の人やその家族、認知症に対する不安を抱えているような人を支える場となることを目指しています。

ぜひ気軽にご参加ください。

★市内5か所のオレンジカフェ

【はる Cafe】

●場所・日時

総合福祉センターふじみ 3階 教養娯楽室
第2または第3土曜日 午前10時～正午

●カフェの特徴

- ・同じ悩みを持っている人たちと情報交換
- ・介護、医療専門職による介護、福祉相談

【まちなかの会】(2か所)

●場所・日時

①もみじホール

第3土曜日 午後1時30分～3時30分

②上野原中部地区防災支援センター(国道20号沿い)

第1水曜日 午後1時30分～3時30分

●カフェの特徴

- ・歌をうたう、クイズ、体操、ミニイベント
- ・みんなでおしゃべりをして、楽しく過ごします

【とんびの会】

●場所・日時

コモア内3丁目センター集会所

第3月曜日 午後1時30分～3時30分

●カフェの特徴

- ・お茶を飲んだり自由に過ごす場です
- ・当日のミニイベントもあります
- ・相談ごとなどもお聞きします

【ほんさん】

●場所・日時

上野原中部地区防災支援センター(国道20号沿い)
第2木曜日 午後1時～3時

●カフェの特徴

- ・軽い体操、脳トレ、おしゃべりタイム、レクリエーション
- ・「やー!久しぶり」と月に1回会えるみなさんの「居場所」を目指します

※参加費(お茶代)があります。

※それぞれのカフェの連絡先は、長寿介護課までお問い合わせください。



「こどもの人権相談」強化週間

甲府地方法務局・山梨県人権擁護委員連合会
（☎ 0120-007-110）

学校における「いじめ」や、家庭内における児童虐待などの事案は依然として数多く発生しています。これらの子どもをめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、全国一斉で「こどもの人権相談」強化週間を実施します。

●山梨県における実施機関

甲府地方法務局および山梨県人権擁護委員連合会

●相談先電話番号

こどもの人権 110 番

☎ 0120-007-110（フリーダイヤル）

●実施期間

8月23日（水）～29日（火）午前8時30分～午後7時（土曜・日曜は午前10時～午後5時）

※相談は無料で、秘密は厳守します。

無料法律相談会

生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

●日時 9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東

※相談前に1階生活環境課（5番窓口）にお越しください。

●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 8月28日（月）～9月6日（水）（土曜・日曜を除く）先着順

※詳しくは、お問い合わせください。

有料広告

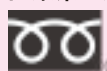


あなたの身近な不動産パートナー

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



0120-42-6101



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 8月23日（水）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 7月3日（月）から受付中

●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。



お知らせ

8月は経済産業省主唱の
電気使用安全月間です!

アース線
漏電した電気を大地に逃がし、感電等の危険を防いでくれます

感電事故は
アース線と漏電遮断器
で防ぎましょう!

一般財団法人
関東電気保安協会
ぼくは安全エシちゃん

KDH
<https://www.kdh.or.jp/>

中央公民館「イスヨガ教室」

☎☎ 社会教育課社会教育担当 (☎ 62-3409)

中央公民館では次の日程で「イスヨガ教室」を開催します。以前に開催した教室よりも運動強度を高くします。身体をしっかりストレッチしたい人向けの少しハードな運動となりますので、ご注意ください。

- 開催日 8月22日(火)、29日(火)
- 時間 午後7時～8時
- 会場 もみじホール
- 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



※人数把握のため、事前申込をお願いします。

身体障害者巡回相談

☎☎ 福祉課障害福祉担当 (☎ 62-4133)

- 日時 9月14日(木) 午前10時～正午
※受付は午前11時30分まで
 - 場所 総合福祉センターふじみ 3階 会議室D・G
 - 対象 身体障害者手帳を所持する肢体不自由の人など
 - 相談内容 補装具の医学的判定など
 - 申込方法 8月31日(木)までに福祉課までお越しください。
- ※相談希望者は書類の提出などが必要です。
※人数制限があります。
- 主催 山梨県障害者相談所



中央公民館

「あなたは大丈夫? フレイル予防講座」

☎☎ 社会教育課社会教育担当 (☎ 62-3409)

中央公民館では明治安田生命保険相互会社の公民館講座を利用して「あなたは大丈夫? フレイル予防講座」を開催します。気軽にお申し込みください。

- 日程
 - ・9月12日(火)「フレイル予防 学習編」
 - ・9月19日(火)「フレイル予防 実践編」
- 時間 午後2時～3時30分
- 会場 もみじホール 会議室2
- 定員 各回30人
- 参加費 無料

※必ず事前申込をお願いします。一人も申込者がいない場合は、開催を中止することがあります。
※各講座の詳細は、市ホームページをご覧ください。

不動産無料相談会

☎☎ 生活環境課生活環境担当 (☎ 62-3114)

公益社団法人全日本不動産協会山梨県本部では、不動産無料相談会を開催します。

- 日時 9月15日(金) 午後1時30分～4時
 - 場所 市役所 2階 会議室D東
 - 相談内容 不動産に関する法律・税金や住宅の建築など、不動産に関するあらゆる相談に宅地建物取引士が応じます。
 - 定員 5組(1組30分)
 - 申込方法 事前に電話予約(先着順)
 - 予約期間 9月4日(月)～13日(水) 午前8時30分～午後5時(土曜・日曜を除く)
- ※必ずご予約の上、当日は生活環境課窓口までお越しください。
※マスクの着用にご協力ください。

有料広告

上野原市内のゴルフ場で楽しく働きませんか?

キャディ(正社員・アルバイト)大募集!!

賃金【日給】10,000円～【月給】205,500円～
研修期間 3カ月(未経験者優遇) 就業時間 6.5時間程度
※土・日・祝日出勤できる方。その他委細面談。



上野原カントリークラブ
TEL:0554-63-2525

お気軽にお電話下さい。(担当 佐藤・鈴木)

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12,000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

就学義務猶予免除者などの 中学校卒業程度認定試験



県義務教育課教育指導担当
(☎ 055-223-1765)

中学校卒業程度認定試験（中卒認定試験）をご存知ですか。やむを得ない事由によって、保護者が義務教育諸学校に就学させる義務を猶予または免除された子などに対し、高等学校入学に関し、中学校を卒業した者と同等以上の学力があるかどうかを認定するために国が行う試験です。合格した人には、高等学校の入学資格が与えられます。

- 出願期間 7月3日（月）～9月1日（金）※消印有効
 - 受験票の送付 10月上旬
 - 試験日 10月19日（木）
 - 試験結果の送付 11月28日（火）予定
- ※詳細は、県義務教育課ホームページ(右上 QR コード)をご確認ください。

災害発生のお問い合わせは 消防テレホンサービスへ

消防総務課警防救急担当 (☎ 62-4112)

市内で火災などの災害が発生したとき、「どこで、どんな災害が発生したか」をいち早く音声でお知らせする「消防テレホンサービス」をご存知ですか。

災害の発生に関するお問い合わせについては、消防テレホンサービスの電話番号へおかけください。

- 消防テレホンサービス（自動音声案内）
☎ 0554-56-7782

119番は緊急通報の専用回線です。災害内容に関するお問い合わせに119番を使用することは、緊急通報の妨げとなりますので、絶対におやめください。

お知らせ

共生・信頼・融和

上野原市立病院

看護補助者 (※資格不問) 募集

こんな働き方もできますよ
 土・日のみ ・ 夜勤のみ (入院病棟)
 17時～19時まで など

自分のライフスタイルに合った働き方してませんか？

TEL 0554-62-5121

木造住宅の耐震診断・ 耐震改修支援事業



建設課都市計画担当 (☎ 62-3123)

市では、市民の生命や生活を守るため、住宅の耐震診断や耐震改修の支援を行っています。

来年度以降の事業実施は未定です。申し込みを検討している場合は、早めにお問い合わせください。

【木造住宅の耐震診断】

●対象住宅（次の項目全てに該当する住宅）

- ・市内に存する住宅（1所有者につき1棟が対象）
- ・昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅
- ・2階建て以下で延べ床面積300㎡以下の住宅
- ・専用住宅または住宅部分が2分の1以上の併用住宅
- ・長屋および共同住宅以外の戸建住宅
- ・市税などの未納のない人が所有する住宅

●診断費用 無料（個人負担はありません）

●申込期限 令和6年1月31日（水）

※申込状況により変更する場合がありますので、事前にご相談ください。

●申込方法 申込書に必要事項を記入し、建設課まで提出してください。申込書は建設課で配布しているほか、市ホームページからダウンロードもできます。

【木造住宅の耐震改修】

●対象住宅（次の項目全てに該当する住宅）

- ・上記の耐震診断の対象で、診断を実施した結果、倒壊の危険性があると診断された住宅
- ・令和5年度内に工事が完了する住宅
- ・改修もしくは建替の結果、耐震診断判定基準の総合評点が1.0以上になる住宅

●補助金の額

- ・対象工事費の80%以内で上限100万円
- ・低コスト工法を活用した改修の場合上限120万円

●申込期限 工期によって異なりますので、事前にご相談ください。

●申込方法 建設課窓口もしくはお電話にてお問い合わせください。

有料広告

クレーン農業協同組合

令和6年度採用職員募集

応募資格 令和6年3月高校卒業見込者等

詳細はホームページで
<http://www.ja-crane.or.jp>

クレーン農協

検索

●問い合わせ 企画総務部 人事課 TEL: 0554-20-8810

甲種防火管理新規講習



山梨県消防設備協会 (☎ 055-223-0119)
消防総務課予防担当 (☎ 62-4671)

●講習日程

- ・9月28日(木) 午前9時50分～午後4時50分頃
 - ・9月29日(金) 午前9時50分～午後4時頃
- ※受付は両日とも午前9時20分～50分

●講習会場 大月市民会館 3階 講堂 (大月市御太刀二丁目11番22号)

※駐車台数に限りがありますのでご了承ください。

●募集人数 100人

●講習料金 8,000円

●申込期間 【1次】8月10日(木)～17日(木)
【2次】9月4日(月)・5日(火)

※土日・祝日を除く午前9時～午後4時

※1次申込で満席となった場合は、2次申込は実施しません。

●申込方法 (一財)日本防火・防災協会のホームページ(右上QRコード)からお申し込みいただくか、申込書をダウンロードし、FAXでお送りください。

・日本防火・防災協会
(☎ 03-6263-9903 FAX 03-6274-6977)

『令和5年度危険物取扱者試験』
受験案内

消防総務課予防担当 (☎ 62-4671)

●試験種目 甲種・乙種(全類)・丙種

●試験日・会場

- ・第3回 11月5日(日) 山梨県地場産業センター(甲府市東光寺3-13-25)、ジットプラザ(甲府市高畑2-19-2)
- ・第4回 11月11日(土) 都留文科大学(都留市田原3-8-1)

●願書受付期間

- ・書面申請 9月4日(月)～11日(月) 午前8時30分～午後5時(土曜・日曜を除く)
消防試験研究センター山梨県支部に提出(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。

- ・電子申請 9月1日(金) 午前9時～8日(金) 午後5時
消防試験研究センターホームページ(右上QRコード)から申請



危険物取扱者保安講習



消防総務課予防担当 (☎ 62-4671)

●受講対象者 危険物取扱者免状の交付を受けている人のうち、危険物製造所、貯蔵所または取扱所において、現に危険物の取扱作業に従事している次のいずれかに該当する人

- ①継続して従事している人……前回受講日以後における最初の4月1日から3年以内に受講
- ②新たに従事する人または再び従事することになった人……危険物取扱作業に従事することになった日から1年以内に受講
- ③②の人のうち、従事することとなった日から遡って2年以内に免状の交付または講習を受けた人……免状交付日または前回受講日以後における最初の4月1日から3年以内に受講

●会場講習日程

- 9月28日(木) いちのみや桃の里ふれあい文化館
- 10月3日(火) 富士吉田市民会館
- 10月11日(水) 桃源文化会館

●会場講習時間

- ・給油取扱所講習 午前9時30分～午後0時30分(受付 午前9時～9時30分)
- ・その他の講習 午後1時30分～4時30分(受付 午後1時～1時30分)

●オンライン講習

- ・第1回 10月5日(木) から1か月間
- ・第2回 11月28日(火) から1か月間

●受講申請

①直接受付(会場講習・第1回オンライン講習)

- ・受付期間 8月21日(月)～25日(金) 午前9時～正午、午後1時～4時
- ・受付場所 県内各消防本部、山梨県危険物安全協会(甲府法人会館2階)

②郵送受付(第2回オンライン講習)

- ・受付期間 10月20日(金)～27日(金) 消印有効
- ※書留で送付してください。
- ・提出先 山梨県危険物安全協会(〒400-0032 甲府市中央4丁目12-21 甲府法人会館2階)

●必要書類など ①受講申請書(消防本部に用意してあります。右上QRコードの山梨県危険物安全協会ホームページからダウンロードもできます) ②受講手数料4,700円(申請書の手数料欄に山梨県収入証紙を貼ってください) ③危険物取扱者免状

※詳しくは、お問い合わせください。



下水道の污水管に 雨水が流れていませんか？

生活環境課下水道担当（☎ 62-3114）

市の下水道は分流式です。污水管に流せるものは、トイレや風呂・台所などの汚水のみで、雨水は流すことができません。

しかし、雨の日になると晴れた日の数倍の汚水が流れ込み、マンホールから汚水が噴き出したり、家庭の汚水ますに逆流する危険が高まっています。

●下水管に雨水が流入する主な原因

原因として以下のような事由が考えられます。

- ・雨どいからの雨水排水が污水管に接続されている。
- ・マンホールや汚水ますの隙間から、雨水が浸入している。
- ・老朽化や破損した配管や汚水ますから、雨水や地下水が浸入している。
- ・外流しが雨ざらしになっており、雨水排水されている。

●確認とご協力をお願いします

下水道区域にお住まいの皆様は、以下の点の確認と、ご協力をお願いします。

- ・雨どいからの雨水排水は、污水管につなげないでください。
- ・破損した汚水ますや配管を見つけた場合は、修理などの対応を行ってください。

※公共汚水ますの破損については、下水道担当までご連絡をお願いします。

- ・外流しからの雨水の浸入を防ぐために、屋根などの雨よけをつけるか、排水口にゴム栓をつけるなどの対策をお願いします。



下水道マスコットキャラクター
スイスイ



浄化槽の適正な維持管理と 点検をお願いします

生活環境課下水道担当（☎ 62-3114）

浄化槽は、微生物などの働きを利用して生活排水をきれいにする装置です。そのため、浄化槽の機能を十分に発揮させるには、定期的な維持管理（保守点検・清掃）と法定検査が必要です。これは、法律により実施が義務付けられています。

適正な維持管理と法定検査を行い、浄化槽を正しく使っていただきますようお願いします。

●保守点検

浄化槽内の機器、送風機やタイマーなどの点検を行います。また、消毒剤を定期的に補充し、放流先が不衛生にならないようにする重要な作業です。

10人槽以下の家庭用浄化槽の場合、3～4か月に1回点検が必要です。点検は県に登録している保守点検業者に委託してください。

●清掃

浄化槽の機能を十分に発揮させるため、槽内にたまった汚泥、異物などの引き抜きおよび機器類の洗浄を行う作業です。年に1回以上（全ぱっ気方式は6か月に1回以上）行う必要があります。市の許可を受けた業者に委託してください。

●法定検査

浄化槽の保守点検・清掃が適切に実施され、浄化槽の機能が正常に維持されているかや、放流水の水質が基準を満たしているかを検査します。

最初の検査は、浄化槽を使い始めてから3～8か月の間に1回、その後は毎年1回行う必要があります。

●単独処理浄化槽から合併処理浄化槽への転換

単独処理浄化槽は、トイレからの汚水のみを処理し、台所やお風呂などの生活雑排水はそのまま放流しています。生活雑排水も併せて処理できる合併処理浄化槽に転換することで、放流する汚れの量を8分の1に減らすことができます。身近な水環境の保全のため、合併処理浄化槽への転換をお願いします。

合併処理浄化槽の設置には、市から補助金が交付されます。今年度から合併処理浄化槽への転換に有利な、既存単独処理浄化槽の撤去費・宅内配管工事費についても補助金を加算して交付できるような制度となりました。予算に限りがありますので、早めの申請をお願いします。

詳しくは、お問い合わせください。



市および東部地域広域水道企業団の競争入札参加資格中間審査



山梨県市町村総合事務組合業務課
(☎ 055-268-3446)

市および東部地域広域水道企業団が行う入札における参加資格の審査については、山梨県市町村総合事務組合（以下「組合」）において共同実施をしています。

今回実施される中間審査は、令和6年度分における「建設工事」、「測量・建設コンサルタント等業務」、「物品製造・役務提供等」の各職種における競争入札に参加するための資格審査です。

詳細は、組合ホームページ（右上QRコード）をご覧ください。

- 実施内容公開 9月1日（金）
 - 申請期間 10月2日（月）～26日（木）
 - 申請書類提出期間 10月30日（月）～11月22日（水）
- ※9月1日（金）から組合ホームページに申請の手引などを掲載します。申請予定事業者は、申請の手引を熟読し、申請の準備、提出書類の準備などを、この期間を利用して行ってください。

●申請受付内容

- ①新規申請 現在、参加資格を有していない事業者が対象です。なお、職種の追加は新規申請となります。
- ②業種追加 定期審査において、参加資格を有する事業者を対象とし、各職種における業種の追加をするための申請となります。
- ③市町村追加 定期審査において、参加資格を有する事業者を対象とし、市町村の追加をするための申請となります。



お知らせ

人も、会社も、**もっと** 元気に！

中退共済 制度

◆ 掛金の一部を国が助成
◆ 掛金は全額非課税。手数料も不要
◆ 外部積立型なので管理が簡単
◆ パートさんの加入もOK

詳しくはホームページへ
中退共 検索

(独) 勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211

「原爆と人間」 - パネル展 -

「原爆と人間」パネル展実行委員会 松澤 (☎ 63-3214)

広島・長崎の原爆写真をパネル展示し、平和の大切さを共に考えます。

●日時 8月7日（月）～9日（水）
午前10時～午後4時

●場所 市役所 1階 ロビー

※新型コロナウイルス感染症の状況によって日程などを変更する場合があります。



8月は道路ふれあい月間です

建設課管理担当 (☎ 62-3123)

国土交通省では、毎年8月を「道路ふれあい月間」として、道路を利用しているみなさんに、改めて道路の役割および重要性を再認識してもらい、道路の正しい利用の啓発と道路愛護活動の推進などを図るための活動を行っています。

道路は、日常生活に欠くことのできない基本的な公共施設ですが、あまりにも身近な存在のため、その重要性が見過ごされがちです。この機会に道路の重要性を再認識するとともに、道路は常に正しく、美しく、安全に利用しましょう。

気持ちいい 道路であいさつ につっここ

(令和5年度「道路ふれあい月間」代表標語)





クローズアップニュース

歴史文化・ネコノメ

うえのはら健康家族

お知らせテックリスト

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

令和5年度自衛官等募集

| 募集種目 | | 資格 | 受付期間 | 試験日 | 待遇・その他 |
|--------------|------|--|--|--|--|
| 医科・歯科幹部 | | 医師・歯科医師免許取得者 | 8月1日(火)～10月26日(木) | 11月17日(金) | 2等陸・海・空尉以上で採用(経歴年数等により異なります) |
| 航空学生 | | 海:18歳以上23歳未満の者 空:18歳以上21歳未満の者 共通:高卒(見込含)または高専3年次修了(見込含)の者 | 7月1日(土)～9月7日(木) | 《1次》9月18日(月・祝) 《2次》10月14日(土)～19日(木) 《3次》 海:11月17日(金)～12月13日(水) 空:11月11日(土)～12月14日(木) | 入隊後約6年で3等海・空尉 |
| 一般曹候補生 | | 18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者) | ①7月1日(土)～9月5日(火) ②9月6日(水)～11月30日(木) | ①《1次》9月15日(金)～24日(日) 《2次》10月14日(土)～11月5日(日) ②《1次》12月9日(土)～14日(木) 《2次》令和6年1月6日(土)～14日(日) ※いずれか1日を指定 | 入隊後2年9か月経過以降、選考により3等陸・海・空曹 |
| 自衛官候補生 | | 18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者) | 随時 | 受付時にお知らせします。 | 所要の教育を経て、3か月後に2等陸・海・空士に任用 陸上(技術系を除く)は1年9か月、陸上(技術系)・海上・航空は2年9か月を1任期として任用(以降2年を1任期) |
| 防衛医科大学校学生 | 推薦 | 18歳以上21歳未満かつ高校または高専3年次修了(見込含)の者で、成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者 | 9月5日(火)～8日(金) | 9月16日(土)・17日(日) | 修学年限4年 卒業後約1年で3等陸・海・空尉 |
| | 総合選抜 | 18歳以上21歳未満(自衛官は23歳未満)かつ高校または高専3年次修了(見込含)の者 | | 《1次》9月16日(土) 《2次》10月21日(土)・22日(日) | |
| | 一般 | | 7月1日(土)～10月18日(水) | 《1次》10月28日(土) 《2次》11月28日(火)～12月2日(土) | |
| 防衛医科大学校医学科学生 | | 18歳以上21歳未満かつ高校または高専3年次修了(見込含)の者 | 7月1日(土)～10月11日(水) | 《1次》10月21日(土) 《2次》12月13日(水)～15日(金) | 修学年限6年 医師免許取得後2等陸・海・空尉 |
| 防衛医科大学校看護科学生 | | 18歳以上21歳未満かつ高校または高専3年次修了(見込含)の者 | 7月1日(土)～10月4日(水) | 《1次》10月14日(土) 《2次》11月25日(土)・26日(日) | 修学年限4年 看護師免許取得後、卒業後約1年で3等陸・海・空尉 |
| 陸上自衛隊高等工学校生徒 | 推薦 | 男子で中卒(見込含)かつ17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者 | 10月1日(日)～12月1日(金) | 令和6年1月6日(土)～8日(月・祝) ※いずれか1日を指定 | 修学年限3年 卒業後は陸士長 卒業後約1年で3等陸曹 |
| | 一般 | 男子で中卒(見込含)かつ17歳未満の者 | 10月1日(日)～令和6年1月5日(金) | 《1次》令和6年1月13日(土)・14日(日) 《2次》令和6年1月25日(木)～28日(日) ※いずれか1日を指定 | |
| 貸費学生 | 技術 | 大学の理学部、工学部の3・4年次または大学院(専門職大学院を除く)修士課程在学かつ正規の修業年限を終わる年の4月1日現在で26歳未満の者(大学院修士課程在学者は28歳未満) | 6月1日(木)～11月10日(金) | 12月3日(日) | 貸費学生として採用された4月分から大学または大学院の正規の修業年限を終わる月まで毎月54,000円貸与されます。 |
| 予備自衛官補 | 一般 | 18歳以上34歳未満の者 | | | 階級は指定しない 教育訓練招集手当:日額8,500円 所定の教育訓練修了後、予備自衛官として任用 |
| | 技能 | 18歳以上で国家免許資格などを有する者(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満) | 6月1日(木)～9月21日(木) | 9月23日(土・祝)～10月9日(月・祝) ※いずれか1日を指定 | |

●問い合わせ 自衛隊山梨地方協力本部 (☎ 055-253-1591)
山梨地本大月地域事務所 (☎ 22-1298)

山梨地本

検索





▶▶▶教育支援員（会計年度任用職員）募集

●問い合わせ
学校教育課教育総務担当
(☎ 62-3408)

●募集業種・職務内容

・教育支援員（学習指導員）……授業での教員の補助、
その他教員の補助

●募集人数 若干名

●募集要件

- ・児童生徒や人前で話をするのが苦手でない人
- ・普通自動車運転免許をお持ちの人

※年齢や学歴は問いません。

※教員免許などの資格の有無は問いません。

●勤務場所 市内小中学校

●勤務時間 上限7時間までのパートタイム

※日数・時間については要相談

※土日・祝日は休み

●報酬 時給 924円～1,153円

●申込期間 随時

●応募方法 学校教育課教育総務担当へ電話連絡の上、
履歴書（顔写真添付）を持参または郵送してください。

●選考方法 面接

※選考日などについては、後日お知らせします。



●●●8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☎62-1199) | 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～金曜日 (祝日除く) | 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 | 学校カウンセラー 教育相談 | 毎週月～金曜日 (祝日除く) 午前9:00～午後4:00 | もみじホール相談室 ☎63-5700 ☎0120-28-7830 |
| 母子父子家庭相談 | 午前8:30～午後5:00 | | 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 | 8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)、25日(金) 午前10:00～正午 | | 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 |

お知らせ

～人の動き～

| 人口と世帯 (令和5年7月1日現在) | | |
|--------------------|----------|------|
| | 人口等 | 対前月比 |
| 人口 | 21,792人 | -4 |
| 男性 | 10,925人 | +4 |
| 女性 | 10,867人 | -8 |
| 世帯 | 10,081世帯 | +9 |

広報うえのはら有料広告募集

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

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

詳しくは、お問い合わせください。

●申し込み・問い合わせ 政策秘書課秘書広報担当 (☎62-3191)

すくすく育て うえのはらっ子～我が家の主役～



上野原地区 吉原 駿^{しゅん}くん (5か月)
稔さん、史織さんの長男
“元気いっぱい育ててね”



上野原地区 山下 和花^{わか}ちゃん (9歳4か月)
斐与^{いよ}ちゃん (6歳11か月)
時正^{ときまさ}くん (5歳)
充さん、倫理子さんの長女、次女、長男
“スポーツでも、遊びでも、何でも一生懸命！”

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】 8月12日(土)、26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】 8月23日(水) 午後1時～4時

【場所】 こもれび庵 (島田地区新田)

※場所は変更もありますのでLINEでご確認ください

【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)

★最新情報はQRコードから公式LINEにて



～ 子育てサポート情報 ～

● 子育て支援センター

子育て支援センターは親子で自由に遊ぶことができ、親同士の交流や情報交換、悩み相談ができる場所です。誕生会、お話広場、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9時～午後4時

※ランチルーム：午前11時30分～午後0時30分

【場所】 上野原こども園内、巖こども園内

● 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
守屋朔(樹)
- 巖地区
水越帆奏(英樹)
水越陽彩(英樹)
平賀鈴菜(宏典)
- 島田地区
岡沢奏空(壮人)
- 上野原地区
伊東詩恩(優真)

婚姻

- 甲東地区
和智浩 = 菅田佐織
- 上野原地区
高橋力 = 武藤怜華

死亡

- 甲東地区
和智國子(称之)
- 巖地区
浅倉静子(公一)
- 島田地区
岡田ふ志江(辰幸)
- 上野原地区
杉本環枝(武史)
山崎かよ子(喜好)
坂本丈一(康嘉)
大石敏夫(千恵子)
- 西原地区
富岡英二(有子)
- 秋山地区
原田保(賢治)
磯部シメミ(孝文)

=6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】8月はお休みします
9月は9月7日(木) 午前10時～正午

【場所】島田コミュニティセンター
※息抜きやお友達づくりに気軽にどうぞ。
※マスクの着用は各自の判断でお願いします。室内では、各自で水分補給のみお願いします。
【問い合わせ】代表者 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】8月10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 高橋 (☎ 090-7234-0593)

●あそびにおいでよ!(第4木曜日)
【日時】8月24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】8月はお休みします
【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】8月26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)
※最新情報はQRコードから公式LINEにて
※親子の飲み物をお持ちください。



『森の冒険遊び場・桐原プレーパーク』

【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桐原プレーパーク。桐原地区・椿(市役所より車で10分)にて、開催中。当日、好きな時間にご利用ください。



おトククーポン
ファッション
上野原2012 ☎ 0554(62)3225
国産品・グンゼ 肌着 男性用・婦人用各種
正味の25%引き

おトククーポン
Cafe & Restaurant
シーク SIEG
上野原3632 ☎ 0554(63)2882
1枚で当日4名様まで(11時～16時までの利用に限る)
デザートセット500円 (税別880円)

おトククーポン
おトククーポン
ヨガリソタ 上野原
1枚で1回まで
体験レッスン通常500円を無料で!
☎ 080-4407-5957
施設センターふじみにて開講いたします。

おトククーポン
おトククーポン
古民家サロン カナ・ロータ
1枚で1名様まで(お1人様1回限り)
体験レッスン
通常1,500円を500円で!
☎ 090-6948-2559

おトククーポン
おトククーポン
ハルビコンデイズヨニク
1枚で1名様まで(お1人様1回限り)
体験レッスン5,000円→3,000円
初回体験(50分)6,000円→3,000円
☎ 070-8368-5092

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 花輪・片山 | 内田・飯野 ・三澤 | 谷口・小池 | 山崎・村田 | 三澤・ 担当医 | 内科医師 |
| 午前 予約 | 三澤(仁)・ 唐澤 | 岡本・村田・ 片山 | 花輪・ 長坂(浩)・濱 | 花輪・片山 | 岡本・村田・ 進藤 | |
| 午前 | | | <糖尿病>高橋 | | | |
| 午後 | | | | <糖尿病>山崎 <腎臓>担当医 <睡眠>亀井 注2 | <睡眠>竹内 注1 | |
| 神経内科 | 午前 | | | 森嶋(予約) | | |
| 小児科 | 午前 | 小野 | 成澤 | 小野 | 玉井 | 小野 |
| 小児科 【専門外来】 | 午後 | <心臓外科>河野 第1月曜日のみ | | | | |
| 脳神経外科 | 午前 | 長坂 | 長坂 | 長坂 | 山梨大非常勤医師 | 長坂 |
| 外科 | 午前 | 富田 注3 | 遠藤 | 菊池 | 富田 | 富田 |
| 皮膚科 | 午前 午後 | 浅川 | | 三井 | | 福島 |
| 整形外科 | 午前 | 高橋(尚)・ 名田屋 | 須田 | 戸島・重橋 | 桐山・名田屋 | 金沢・名田屋 |
| 眼科 【一般外来】 | 午前 午後 | 河西 (受付8:00~11:00) | | 8/10, 24 篠原 8/3,17,31 福山 | 菊島 | |
| 耳鼻咽喉科 | 午前 午後 | | 根岸 | 五十嵐 | | 堀内 |
| 泌尿器科 | 午前 | | 岡根谷 | | 村石 | |
| 婦人科 | 午前 | | | | 小野(洋) (受付8:00~10:30) | |
| 西原診療所 | 午後 | | | 内科医師 第3水曜日のみ 注4 | | |
| 秋山診療所 | 午前 午後 | 岡本 注5・注6 | | ツル虎ノ門医師 | 上條 | |

●受付時間 診療：午前8時～11時30分、午後2時～4時 小児科予防接種：午後2時～3時15分
診察予約変更：平日午後1時～4時 電話での問い合わせ：午前8時30分～午後5時
※この案内は、7月20日現在のものです。都合により変更・休診となる場合があります。
※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、来院の際に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、平日金曜日の菊島医師または櫻田医師の外来を受診してください。
注1 睡眠時無呼吸症候群は、平日金曜日竹内医師が診察します。初診で受診希望の人は平日午後1～4時にお問い合わせください。
注2 眠りに関する悩みを気軽に相談ください。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。
注3 8月14日(月)は千葉医師と富田医師の2診体制です。
注4 7月から西原診療所の診察日が第3木曜日から第3水曜日に変更となっています。
注5 第1・3・5月曜日は、午前のみ診療・午後休診です。
注6 8月14日(月)は午前・ツル虎ノ門医師が担当します。午後は休診です。



上野原市立病院〈睡眠外来〉竹内暢医師の睡眠コラム #05

眠たくなつてから床に就く、就寝時刻にこだわりすぎない
みなさん、こんにちは。唐突ですが、睡眠表というものをご存知でしょうか？ インターネットでもダウンロードできますし、市立病院の睡眠外来にもご用意しています。簡単に言うと日記のようなものです。いつ頃眠って、何時頃に起きたか、その時の気分はどうかなどを書き入れていきます。睡眠の検査と違い、正確な睡眠時間を把握できませんが、自分で自分の睡眠の状態を書き出すことで、気づきがありますし、睡眠の専門外来では比較的良く使われるツールでもあるので、お勧めです。さて、今回のお題の眠くなつてから床に就くというのは、夜更かし傾向などの睡眠の習慣や、持病がある人では不都合なことも出てくることもあるのですが、眠くないのに床に就く習慣は不眠の症状を助長する可能性がありますし、不必要な睡眠薬の使用にも繋がりがありません。睡眠表で、自分の睡眠のパターンを眺めてみて、あとは病院で相談してみるのがいいのではないのでしょうか。

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！

おトクーポン協力店募集中

定休日/水曜 営業時間/9:00～18:00

定休日/水曜 営業時間/11:30～20:00

定休日/水曜 営業時間/10:00～11:30

定休日/土日・祝日 営業時間/10:00～20:30

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。
※本券を使用の際は、必ず清算時に提示してください。
※本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・クーポンとの併用はできません。
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※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8月末日まで

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

- ◇『この夏の星を見る』
辻村深月／著 KADOKAWA
- ◇『縁切り上等!』
新川帆立／著 新潮社
- ◇『雫の街』
乃南アサ／著 新潮社

児童書

- 『金曜日のあたしたち』
濱野京子／作 静山社
- 『ゆうすげ村の紙すき屋さん』
茂市久美子／作 門田律子／絵 講談社
- 『日本の昆虫』
今森光彦／著 田中良尚／監修 アリス館

絵本

- ◆『ねこのゆめ』
荒井良二／著 NHK 出版
- ◆『しゅつどう!かがくしょうぼうたい』
鎌田歩／作・絵 金の星社
- ◆『ペンギンたんけんたい』
高島純／絵 齊藤洋／作 講談社

図書館イベント

- ◆子ども映画会『すいかのたね』
8月12日(土) 午前10時～/午後2時～
会議室
- ◆あおぞらおはなし会
8月19日(土) 午後2時30分～ 屋上庭園
◎たんぼぼ会
※雨天などのときは 会議室で実施します。
- ◆リンデンドーム朗読館
8月27日(日) 午後2時～ 会議室
◎上野原朗読の会



≪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

200

男女共同参画推進委員会

男女共同参画社会とは

今回は男女共同参画社会というものがどんなものなのか考えてみたいと思います。

暖かくなってきて、夏野菜がおいしくなってきました。読んでいる人の中にも野菜を作っている人は多くいると思います。私の家でもお米や野菜を作っていて、土日は手伝いをしています。夫婦で作業していると、お互いの得意な作業が異なっていることに気づきました。

田んぼの作業で考えると、田植えなどのかがんで行う作業は、背の低い私の方が腰の負担なく長時間作業することができます。一方、稲刈り後のはざかけ作業などでは、背が高い夫の方が、高いところから束ねた稲を竿にかけられるので、効率よく作業が進みます。

ちなみに、新潟でお米作りをしている友人夫婦は、女性が機械作業が得意でトラクターを使いこなし、男性がそれをフォローする、という農作業スタイルです。夫婦によっていろんな役割分担の形があるな、と感じました。

昨今、家事負担が女性に偏っているといわれています。女性がみんな家事が好きで得意なわけではなく、男性の中でも家事が好きな人もいます。男女関係なく、誰しも得意なことと不得意なことがあります。得意なことを活かして、不得意な部分は助けてもらう、そんな社会も男女共同参画社会が目指す社会の一つなのだろう、と思いました。



【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

健やかな成長のため学び、考える 青少年の非行・被害防止市民大会

7月8日（土）、もみじホールで第19回青少年の非行・被害防止市民大会が開催されました。コロナ禍を経て4年ぶりの開催です。「考えよう 私たち大人のできること～地域の子どもは地域で守り育てる～」をスローガンに、県教育庁職員による講演などが行われました。青少年や子どもにかかわる関係団体のみなさんも出席し、たくさんの質疑応答が飛び交うなど、活発な意見交換がされていました。



無生野の大念仏を含む風流踊 ユネスコ登録記念式典

昨年11月、秋山地区の「無生野の大念仏」を含む「風流踊」の、ユネスコ無形文化遺産への登録が決定されました。7月10日（月）、東京都千代田区の文部科学省で登録記念式典が行われ、無生野大念仏保存会のみなさんが出席。原田住治会長に認定書が伝達されました。毎年、冬季と8月に行われている大念仏。次回は8月16日（水）に実施予定で、保存会のみなさんが着々と準備を進めています。



栽培・収穫・加工に奮闘する生産者さん キヌア収穫シーズン！

7月13日（木）、上野原地区八米のキヌア畑にお邪魔しました。この日はテレビで紹介する生中継があり、山下雅一さんの畑に、市内の生産者さんたちが集合。テレビでは、地域おこし協力隊員でもある吉野艶子さんによる、キヌアを使ったレシピなども紹介されました。収穫を待つばかりのキヌア畑をバックに、生産者さんたちを記念撮影。キヌアを市の特産品にすべく、日々奮闘されています。



千葉県の酒井さんへ感謝状 "人権の花" がつないだ縁

平成29年、人権の花運動で上野原こども園の園児が飛ばした風船が、千葉県の酒井新さんに届き始まった交流。酒井さんは7月18日（火）に初めてこども園を訪問。「風船が運んでくれたご縁に感謝。今後も交流を続けたい」と話しました。長年続く交流に、市長から感謝状を贈呈しました。

【表紙の写真】酒井さんからいただいたすいかを前に、上野原こども園の園児と記念撮影しました。



上野原 PhotoRecord



上野原高校 3年の亀井さん 円盤投げで全国へ！

6月19日（月）、甲府市の小瀬スポーツ公園で行われた関東高等学校陸上競技大会。上野原高校3年の亀井翔かめい しょうさんが円盤投げで優勝し、8月のインターハイへの出場を決めました。中学からスポーツを始め、高校で顧問の吉田裕貴よしだ ゆうき先生の指導を受けたことがきっかけで実力を伸ばすことができたという亀井さん。「卒業しても競技を続けたいし、世界を目指していきたい」。その目は未来を見据えていました。



中日本高速・警察・消防で連携し対応 高速バス・テロ対策訓練

7月7日（金）、大鶴地区日野の中央自動車道廃道敷で、高速バスのテロ対策訓練が行われました。これは、災害やテロなどが発生した際に連携がとれるよう実施したもので、市消防本部と京王バス株式会社、中日本高速道路株式会社、山梨県警察本部および大月市消防本部が参加しました。バスジャックが起きた想定で、交通規制や犯人の取り押さえ、けが人の救出などを各機関で連携して訓練しました。



有事の際に適切な応急手当を 市職員対象の救命講習

7月5日（水）、もみじホールで市職員を対象とした救命講習が開催されました。この講習会は、全職員を対象としていて、この日が初回。有事の際に、市民の安心安全を担保し、適切な応急手当による救命率の向上が図られるよう、来年の3月までに26回の講習を開催予定です。いざというときに備え、職員215人が、心臓マッサージなどの救命を学んでいます。



普段と違う角度から桂川を学ぶ 島田小で"桂川探検"

7月7日（金）、島田地区の桂川で「桂川探検」が行われました。これは、島田小学校4年生の親子活動として企画されたものです。桂川漁業協同組合のみなさんの協力により、ボートで神奈川県との県境まで川下り。普段見ることのできない橋の裏側や、上野原地区を流れる用水路の流末が滝のように流れ落ちる様子など、見慣れている陸からの風景とは違う桂川に、子どもたちは歓声を上げていました。

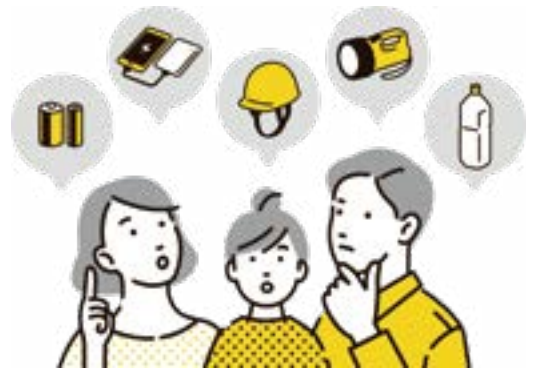


防災行政無線を LINE で受信できます！

市の防災行政無線で放送される「お知らせ」や「防災放送」を、市公式 LINE から確認できます。

「放送を聞き逃した」「もう一度確認したい」というときでも安心です。

●問い合わせ
総務課特命情報基盤整備担当 (☎ 62-3117)



設定方法



- ① QR コードを読み取って 友だち追加
- ② 上野原市 LINE トークメニューより「防災・緊急情報」の受信設定をしてください。

いざ、撃退じゃ!!



●問い合わせ 上野原警察署 (☎ 63-0110)

電話詐欺撃退三箇条

- その一 「電話でお金の話」 それ疑うべし
- その二 「ATMで還付金」 それ疑うべし
- その三 「オレだけど、携帯なくした」 それ疑うべし