

広報うえのほら

UENOHARA

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public
Relations

1

2024年
No.227

いつもの景色が、変わるかも。

まだ
知らないだけ
上野原

ご利用ください
広報うえのほら
おトククーポン

25ページ左端に掲載
ご覧ください!!

新春鼎談

「まだ、知らないだけ。」



新年特別企画・新春鼎談

「まだ、知らないだけ。」

上野原市長
村上 信行

1949年生まれ、74歳。駒沢大学
仏教学部を卒業後、上野原市八米
地区にある龍泉寺の住職などを務
めながら市議会議員を経て、令和3
年3月に第5代上野原市長へ就任。

上野原せいだプラント
長岡 夏未さん

1983年生まれ、上野原市出身。都内の外資系
出版社で働きながら、父親が代表を務めるせい
だ芋の農業生産グループである「上野原せいだ
プラント」の一員として、精力的にせいだ芋の
広報活動や活動支援をしている。

「logue / ローク」
井上 真吾さん

1983年生まれ、神奈川県相模原市出身。相模原
市内の社会福祉法人で働く傍ら、上野原市内で生
活介護事業所兼カフェ「logue / ローク」を開設し、
障害のある人、ない人関係なく、誰もが楽しくて、
居心地のいい場所を目指して活動している。

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、新春鼎談をお送りいたします。

鼎談テーマである、『まだ、知らないだけ。』とは、市の魅力を示し、市に関わる人々が目指す未来のビジョンとして、上野原市が昨年策定した、市のブランドメッセージです。このブランドメッセージを掲げて市が実施する“「まだ、知らないだけ。」プロジェクト”と題した地域活性化の取り組み募集に対し、応募くださった団体の代表者である、長岡夏未さんと井上真吾さんのお2人をゲストに迎え、今後の上野原市の展望について語り合いました。その内容の一部を抜粋してご紹介します。

■それぞれの歩み

村上市長 お2人のこれまでの歩みと、現在の活動内容をお聞かせください。

長岡さん 上野原市生まれです。現在は、外資系の出版社で働いています。実家は、新井地区で「近江屋ながおか」という、お酒を中心とした小売と卸業を営んでいます。プライベートでは、父が代表を務める、せいだ芋の農業生産グループ「上野原せいだプラント」の一員として、せいだ芋の栽培促進と伝承活動を行っています。その中でも私は、せいだ芋の広報活動と、活動支援が主な役割です。

井上さん 生まれは神奈川県相模原市藤野地区ですが、祖母が上野原市に住んでいたため、上野原市は、特別で身近な場所だったというのが私のルーツとしてあります。令和4年に、地元のみなさんと一緒に、元々、アポロ衣料店だった建物をリノベーションして生活介護事業所兼カフェである、「logue」という施設を作りました。なぜそのような施設を作ろうと思ったかというと、私には2歳下の弟がいて、自閉症という障害があ

行政放送 新春鼎談の様子は UBC で放送されます。

■放送期間 1月1日(月)～7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。

ります。彼との生活の中で、「普通って何だろう」ということをすごく考えていた背景があった、障害があるうとなかろうと、同じまちの中で、誰もが生活しやすい、そんな場所を作りたいなと思ったのが、「ローグ」を始めるきっかけになりました。



村上市長 お2人のとても熱い思いが今日に繋がっているんですね。

■「まだ、知らないだけ。」プロジェクト

村上市長 上野原市には魅力がたくさんあるのに、その魅力が十分に認知されていないと感じています。そんな中で、上野原市の魅力をさらに発信していこうと、「まだ、知らないだけ。」というブランドメッ

「だけ。」というブランドメッセージを策定したのですが、このブランドメッセージに対するお2人の印象や感想をお聞かせいただけますか。

長岡さん 私は、今の上野原市を素直に表現しているメッセージだなと思いました。なぜかというところ、私自身もこの数年、ふるさとに向き合う機会をいただいて、今まで知らなかった価値や未来への可能性に魅了された1人でもあるからです。特に、せいだ芋の歴史や文化は、唯一無二の非常に貴重で、世界にも誇れるキラキラしたものに私には映りました。そして、関わる人々もみなさん温かくて、ふるさとへの愛情と未来への希望に溢れているなと思いました。何よりも、上野原市の「行政と地域が一緒になって、みんなが賑わいを作っていくまじょう」というオープンで一緒に楽しむ姿勢もとても素敵だなと思っています。

井上さん 私は、率直に言っただけでこのメッセージが大好きです。一般的に「メッセージ」は、発信者から受信者に向けて何かを伝えることを指しますが、この、「まだ、知らないだけ。」を聞いたとき、発信者も

受信者も共有できる考え方だなと思いました。上野原市に住んでいる人の、まだ知らないだけと、上野原市にやってくる人の、まだ知らないだけを持ち寄ることで対話が生まれて、新しい価値が生まれるような気がしたんです。「ローグ」も、実は同じ考え方で、障害のある人、ない人とか、こちらとあちらみたいな、境界線を無くしたくて作ったので、このブランドメッセージを聞いた瞬間にすごくワクワクしたことを覚えてます。

村上市長 このブランドメッセージを作るとき、たくさんの人たちがいろんな案を出してくれました。そうしてみんなで決めたのがこのブランドメッセージです。このメッセージを私が聞いたとき、これから多くの人たちに知らないことを知らせるのが、行政としての私たちの仕事かなと感じました。

■それぞれのプロジェクトについて

村上市長 お2人が、「まだ、知らないだけ。」プロジェクトに応募した理由と、その取り組みの内容について教えてください。

長岡さん 私は、中井清太夫のジャガイモの栽培推進によって飢饉から民が救われ、この素晴らしい歴史と文化が生み出されたように、せいだ芋のまだ知らない価値を追求し、その見出された新しい価値がきっかけとなり、上野原市に新しい歴史や産業がもたらされていかなければいけない、このプロジェクトに応募しました。具体的な取り組み内容としては、せいだ芋の美味しさと歴史を探索し、美味しさの理由と、その歴史的な背景を明文化することに取り組んでいます。そして、それらを基に、せいだ芋が上野原市の魅力を伝える「地域ブランド」に育つことを願って活動しています。





井上さん 私のプロジェクトは、「景色をきいてみる」というものです。簡単に説明すると、上野原市内をみんな歩いて、「この景色、気になるな」という映像と、「この音、心地良いな」という音を集めて、それらを一つの作品にするというものです。さりげない日常の音をまちの映像に重ねていくというのがこの取り組みです。なぜ応募したかというところですが、上野原市内外の人々が、丁寧に何かを見たり聞いたりする経験を、このプロジェクトで共有することで、障害の有無など関係なく、その人が生きてきた過程、背景などに心を配れるような意識作りになるんじゃないかというのがきっかけです。

村上市長 お2人のお話を伺って、胸が躍るといいますか、ワクワク感でいっぱいになりました。なんとというか、物事が広がっていく感じがしてとても感動しています。

■今後の上野原市のビジョン

村上市長 お2人が考える、上野原市の可能性について、ご自身の希望や期待も含めてお聞かせいただけますか。

長岡さん 市内で実施したアンケート調査の結果では、7割以上の人が「せいで芋が地域ブランドに発展すると嬉しい」と回答していました。そこで、地域と行政が一丸となって育てていくのはどうかかなと思っていました。さらに、この地域ブランドがきっかけとなって、上野原市の産業が発展していくような仕組み作りもできるといいのかなと思っっています。そのためにも市には、「上野原せいだ芋」に関する施策や支援を充実させて、みなさんが一緒に取り組める環境を作っていただけたら嬉しいです。

井上さん 去年、牛倉神社の祭りに久しぶりに遊びに行ったとき、子どもも大人も色とりどりのはっぴを着て祭りに臨んでいる光景を見て、私は、お祭り自体よりもむしろ、そこに集う人たちに注目しました。人それぞれ楽しみ方や関わり方が違って、そこには理由があつて、上野原はこういう一人ひとりの生活で作られているんだなと改めて感じました。そう考えると、まだ読んでいないだけの本が街中に散らばっているような印象を受けました。ますます、上野

原を作っている一人ずつのお話が聞きたいなと感じたので、個人の生活や大切にしているものを持ち寄って共有できるようなイベントなどを企画できたらなと思います。

村上市長 いろいろな年代、仕事、階層の人たちそれぞれが新しい可能性を秘めているということですね。そういうことからすると、上野原市に限らず、地方を元気にするためには、どんなことが必要だとお2人は考えますか。

長岡さん 地方には、ふるさとへの愛と、未来への希望や高い志であったり、情熱を持っている人が本当によくいるという人思いと一緒に、行政も地域も一緒になって取り組んでいくことが大切だと思っっています。私個人としても、「上野原せいだ芋」というものが上野原市の新しい歴史や文化、産業を導いていってくれたら嬉しいなと思っっています。何より、これから来る未来が、みなさんにとって豊かで楽しいものであつてほしいなと心から思っっています。市長にも市民のみなさまにも、一緒に愛と希望を持って取り組んでいただけたら嬉しいですよ。

井上さん 地域で暮らすみなさんが、何気ない日常生活に目を向け、それを互いに大切にできるようなになればと考えています。私が行っている「ローグ」という施設なんですけど、「ローグ」という言葉は、何かとくっつくことで初めて意味をなす言葉なんです。例えば「プロローグ」や「エピローグ」など、関わることで生まれる言葉や経験をすごく大事にしています。それは障害があつてもなくても同様です。上野原市に住んでいる人同士が、少しずつ接点を持ちながら参加できるような取り組みが、このまちで進んでいくことを願っています。

村上市長 お2人のお話は、市内のいろいろな人たちが、それぞれ活躍をして、行政と一緒に新しい未来を作っていく、希望の持てるまちを作っていくということですね。お2人のような活動を行う政として伴走して支えていくことが大切なんだと感じました。そして、まだ知られていない活動、人、ものなどが、市内にはまだまだたくさんあると思っしますので、今後、行政としてしっかりと取り組んでいきたいと思っっています。

プロジェクト活動の様子

「せいだ芋のブランド化」

長岡 夏未さん



江戸時代から今日まで、上野原地域で栽培され続け、愛されている「せいだ芋」。この「せいだ芋」を「上野原せいだ芋」という形で地域ブランド化し、市の魅力の発信および関連活動支援、産業の発展を願う。

【主な取り組み内容】

- ・「せいだ芋」の美味しさの理由の探求（他産地との違い、風土との相性など）
- ・「せいだ芋」の歴史の探求（中井清太夫、せいだ芋の伝播、文化価値など）
- ・歴史的、文化的な背景を明文化し、公的な資料として残す。



「せいだ芋」収穫の様子



「せいだ芋」に関するアンケート調査の様子

「景色をきいてみる」

井上 真吾さん



エマルジョンレンズ
『emulsion lens』(立石剛 / 作)

覗くと、夢の中で見ているような独特な景色が映る。「まち」の映像は、このレンズを使って撮影している。

普段みんなが何気なく過ごしている色のない「日常」。インパクトの強い映像や音楽に心を奪われがちだけど、「まち」を作っているのは、そういう日常の景色や音であり、そこにこそ「うえのはら」そのものが詰まっていると考え、「まち」の映像と音を1つの作品にすることで、市の魅力の発信につなげている。

【主な取り組み内容】

- ・「まち」の映像と音を拾い集め、作品を作るワークショップの開催



「まち」の景色を撮影する参加者



身近なものを使って奏でた音を録音する参加者



ビジュアルポスターできました！

市のブランドメッセージ「まだ、知らないだけ。」を、市の魅力を伝えるコミュニティツールとして、広報活動や市で活動する団体とのコラボレーションなど、幅広い活用・展開を図れるよう、ビジュアルポスターを制作しました。以下に制作に携わってくださった方々からのコメントを紹介します。

たけべ どりゅう

武部 努龍さん

(フォトグラファー / 山梨県出身)

今回のプロジェクトに参加し、上野原市について知らない事ばかりだったので、とても有意義で貴重な体験をさせていただきました。日の出の撮影、空から見た景色、熱気溢れるお祭り、食べ比べができる酒まんじゅう。訪れるたびに新しい発見があって、もっと色々な場所に行ってみたいと思うようになりました。また、ビジュアルポスターをご覧いただいたみなさんとも、また違った上野原市の魅力を共有できたら嬉しく思います。

おぐり しおり

小栗 詩織さん

(コピーライター / 岐阜県出身・山梨県在住)

前回のブランドメッセージ策定に続き、今回も上野原市のシティプロモーションに携わらせていただき、大変光栄に思います。私1人の力ではできないことは少ないので、今回は、信頼するカメラマン、デザイナー、スタイリストと一緒に、「まだ、知らないだけ。」のビジュアルポスターを作らせていただきました。ピックアップしたいことはまだたくさんあり、やはり上野原市は、知れば知るほど好きになれる「まち」なのだと思っています。

うらかわ しょうた

浦川 彰太さん

(デザイナー / 山梨県出身)

このプロジェクトを通して、グッと解像度が上がり、上野原市の面白さを知れたことは大きな財産となりました。

上野原市について、まだ知らないことを知ることができる喜びと、輝きをデザインに込められたらと思い、今回のブランドメッセージロゴを制作いたしました。

今後もデザインを通して、上野原市の魅力を発信していければと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

あおき もえみ

青木 萌実さん (スタイリング担当)

(フリーウェディングプランナー / 山梨県出身)

今回、撮影のスタイリング担当としてプロジェクトに参加させていただき、山梨県出身ながらも、上野原市の魅力や文化を改めて知ることが出来ました。豊かな自然と共生しながらも都内に近いという立地と、人々の温かさ。昔からの伝承文化や新たなアクティビティ。もっと上野原市のことを知りたくなりました。季節を通して、上野原市の魅力を多くの人に知っていただき、たくさんの人に気軽に足を運んでいただきたいと思っています。



今後の取り組みなど…

●問い合わせ

政策秘書課政策担当 (☎ 62-3191)



(仮称) 市民ライターの募集 (予定)

上野原市内に数多く散らばっている「まだ、知らないだけ。」の魅力。

市民のみなさんだけが知っている、読者が上野原市に「住んでみたい」、「住み続けたい」と思ってもらえるようなこのまちの魅力を、それぞれの視点から発信していただける人を「(仮称) 市民ライター」として募集する予定です。詳細については、追って発表します。

「まだ、知らないだけ。」ワークショップ開催中

市のブランドメッセージ「まだ、知らないだけ。」

市では、まだ十分には認知されていない市の魅力の周知・発信を考えるワークショップを開催しています。途中参加も可能ですので、興味のある人はお問い合わせください。



ブランドメッセージの周知活動のひとつとして、市職員有志でポロシャツを作成し、令和5年11月23日(木・祝)に市役所で開催した「上野原オータムフェスティバル2023」で披露しました!



年頭のあいさつ

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、常日頃より、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に、心から御礼申し上げます。

さて、昨年5月、新型コロナウイルスの感染法上の位置付けが5類へ移行されたことに伴い、自粛されていた多くのイベントが順次復活し、コロナ禍以前の賑わいがようやく戻ってまいりました。基本的な感染症対策の徹底など、市民の皆様の長きにわたる取り組みにより、ウィズ・コロナ、ポスト・コロナの時代へと着実に歩みを進めることのできた年となりました。これまでの市民の皆様のご尽力に、改めて感謝申し上げます。

昨年、上野原市では、市の魅力を示し、市に関わる人々が目指す未来を見通す言葉「ブランドメッセージ」を決定しました。10字のメインコピーと249字のボディコピーで構成されています。メインコピーは、「まだ、知らないだけ。」。ボディコピーは、「中央線の駅があつて」から始まり、「気になるは、きつと好きになる。」で締められています。既に、このコピーのロゴ化事業や「まだ、知らないだけ。」プロジェクトなども積極的に展開しておりますが、「将来に希望の持てるまちづくり」の一環として、本年を上野原市における更なる魅力発信の強化元年とすべく取り組んでまいりますので、お力添えを賜りますようお願いいたします。

辰年の本年、上野原市が昇龍のごとく力強く躍進する年となりますよう、また、世界に平和が広がり、幸せ多き年となりますよう祈念いたします。年頭のあいさつとさせていただきます。

上野原市長
村上信行

市民のみなさんのご意見をお聞かせください！

パブリックコメントを募集します!!

次の各計画案について、パブリックコメント制度により、市民のみなさんのご意見を募集します。

■第2次上野原市健康増進計画・食育推進計画中間改定計画（案）

- 募集期間 1月12日（金）～2月1日（木）
- 問い合わせ・提出先 子育て保健課医療保健担当または子ども家庭担当（☎ 62-4134）
《持参、郵送の場合》
〒409-0192 上野原市上野原 3163 番地
上野原市総合福祉センターふじみ
- 《ファックスの場合》
Fax 30-2041
- 《電子メールの場合》
医療保健担当 iryo@city.uenohara.lg.jp
子ども家庭担当 boshi@city.uenohara.lg.jp



■上野原市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画（案）

- 募集期間 1月12日（金）～2月1日（木）
- 問い合わせ・提出先 長寿介護課介護保険担当（☎ 62-3128）
《持参、郵送の場合》
〒409-0192 上野原市上野原 3163 番地
上野原市総合福祉センターふじみ
- 《ファックスの場合》
Fax 30-2041
- 《電子メールの場合》
介護保健担当 kaigo@city.uenohara.lg.jp



■上野原市第4次障害者基本計画・第7期障害福祉計画・第3期障害児福祉計画（案）

- 募集期間 1月12日（金）～2月1日（木）
- 問い合わせ・提出先 福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）
《持参、郵送の場合》
〒409-0192 上野原市上野原 3163 番地
上野原市総合福祉センターふじみ
- 《ファックスの場合》
Fax 30-2041
- 《電子メールの場合》
障害福祉担当 shougai@city.uenohara.lg.jp



【募集に関する共通項目】

- 提出方法 「パブリックコメント意見等提出用紙」に必要事項を記入の上、各提出先に持参、郵送、ファックス、電子メールのいずれかの方法で提出してください。
- 閲覧場所 各担当課窓口または市ホームページ

新型コロナウイルスワクチン接種について

公費負担による接種は3月までです！

●問い合わせ

子育て保健課医療保健担当（☎ 62-4134）

現在、新型コロナウイルスワクチン接種は無料（公費負担）で行われていますが、その期間は3月までとされており、それ以降の接種は自己負担となる見込みです。また、3月に向けて接種規模が徐々に縮小していくことも見込まれます。接種を希望する人は、お早めに下表の市内各医療機関へご予約ください。

●令和5年秋開始接種の実施医療機関（1月の予定）

医療機関（順不同）	対象者	予約方法	接種日
上野原市立病院 上野原 3504 番地 3	12 歳以上	電話予約のみ（☎ 0554-56-8870） 平日の午前 9 時～午後 4 時	毎週金曜日 受付 午後 3 時 45 分～ 4 時 定員 1 日 42 人
秋山診療所 秋山 7112 番地	18 歳以上 慢性疾患などで定期的に 受診している人のみ	接種日は受診の際にご相談ください	
川原医院 上野原 1984 番地	18 歳以上	窓口での予約のみ 平日の午前 9 時～午後 5 時 ※接種券を持参してください	月、火、木、金曜日 受付 午後 2 時～ 2 時 30 分 定員 1 日 6～12 人
西井クリニック 上野原 729 番地 1	18 歳以上	Web 予約 (https://nishii-cl.jp/)	火、水、木曜日 定員 1 日 6～12 人
山下クリニック 上野原 509 番地 1	18 歳以上 慢性疾患などで定期的に 受診している人のみ	受診時に予約	1 月 15 日以降の月、水、金曜日 定員 1 日 6 人
山本内科クリニック 松留 644 番地 2	18 歳以上 慢性疾患などで定期的に 受診している人のみ	受診時に予約 (1 月 5 日頃から予約開始)	月、火、土曜日の中で週 2、3 回 定員 1 日 6 人
渡部耳鼻咽喉科医院 上野原 3753 番地 1	12 歳以上	Web 予約 (https://k.inet489.jp/wtnbent0621/)	月、水、土曜日 定員 1 日 6～12 人
上條内科クリニック 大野 1284 番地	調整中（随時、クリニックのホームページで案内します） https://dcco.jp/clinic		

●総合福祉センターふじみでの接種は終了しました

上野原市立病院が行う 12 歳以上の人への接種は、総合福祉センターふじみを会場として実施していましたが、1 月以降は、市立病院内での接種となります。接種場所を間違えないようご注意ください。

●第一三共社製ワクチンの接種を希望する人

第一三共株式会社が開発した XBB.1.5 対応 1 価ワクチン（販売名：ダイチロナ[®]筋注）も令和 5 年秋開始接種で使用可能となりました。ワクチンの種類は、ファイザー社およびモデルナ社製と同じ mRNA ワクチンです。詳しい情報は、厚生労働省ホームページをご覧ください。なお、第一三共社製ワクチンを令和 5 年秋開始接種として受けることができる人は、以下の全ての条件に該当する人です。

- ①接種日時時点で 12 歳以上
- ②令和 5 年 9 月 20 日以降に接種を受けていない（初回接種を除く）
- ③初回接種から 3 か月以上経過している

厚生労働省ホームページ



希望者数に応じて接種機会を設ける予定です。①～③の全ての条件に該当し、第一三共社製ワクチンでの接種を希望する人は、接種券をご用意の上、1 月 16 日（火）までに、子育て保健課医療保健担当へお問合せください。※締め切り後、医療機関と接種日程を調整し、接種日などについてご連絡します。なお、接種は 2 月下旬頃となる見込みです。希望日に接種を実施できない場合もありますので、ご了承ください。※ファイザー社またはモデルナ社製ワクチンの接種を希望する人は、通常どおり医療機関に直接ご予約ください。

市民税・県民税申告相談について

1月1日時点で市内に住所がある人は、前年（令和5年1月1日から12月31日まで）の収入を3月15日（金）までに市に申告する必要があります。収入がない人も申告の必要があります。前年度の申告の状況により、該当すると思われる人には申告書を郵送しますので、税務課に申告書を持参または郵送するか、次ページの会場で、3月15日（金）までに申告してください。

※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。

●次の①～④に該当する人は市民税・県民税申告書の提出は不要です。

①所得税の確定申告書を税務署に提出する人

※2月16日（金）から3月15日（金）までの間に確定申告をしてください。（還付申告は2月16日以前でも可能）

※提出のみや簡易な申告の場合は、次ページの会場でも受け付けます。

※確定申告書作成や内容などに関する詳細は、国税庁ホームページをご確認ください。

国税庁ホームページ（<https://www.nta.go.jp>）

②市内に住んでいる人の税法上の扶養になっている人

※扶養者が市外に住んでいる人は申告が必要です。

③給与収入の他に収入がなく、源泉徴収票に記載された各種控除以外に追加する控除がない人

※給与の支払者から、市に給与支払報告書が提出されている場合に限る

④公的年金の他に収入がなく、源泉徴収票に記載された各種控除以外に追加する控除がない人

※公的年金の支払者から、市に公的年金等支払報告書が提出されている場合に限る

●申告がない場合、次の軽減等が受けられない場合があります。

・国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の各種軽減制度（簡素な給付措置）が不適用となり、また、高額医療費や入院したときの食事代で減額認定が認められないなど不利益となる場合があります。

・公営住宅入居・児童手当などの申請に必要な課税証明書の発行ができません。

□市民税・県民税申告受付（相談）会について

2月15日（木）から3月15日（金）までの期間（土日、祝日は除く）、市役所本庁舎及び各地区会場で市民税・県民税の申告および簡易な確定申告の相談を受け付けます。

◎申告に必要なもの

・源泉徴収票や収入および必要経費のわかるもの

・各種控除証明書や支払金額がわかるもの（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・国民年金保険料など）

・本人の口座がわかるもの

・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。

◎申告会場では、受付順に申告相談を行います。円滑な申告相談のため、次の点にご協力ください。

○医療費控除の申告をされる人は「**医療費控除の明細書**」を作成し、提出してください。

※領収書などは、税務署から提示などを求められる場合がありますので、確定申告期限から5年間保管してください。

※医療費通知に記載されていないものがある場合、領収書に基づき**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、農業所得などがある人は必ず**各経費の集計**をしてきてください。

※集計をされていない人は申告相談をお断りする場合があります。

○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年度申告、雑損控除、過年分の申告がある人は、市役所では受付できません。大月税務署での相談・申告をお願いします。

■ 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	受付日	受付時間	申告会場	該当地区
2/15 (木)	9:30～11:00 13:00～15:00	西原出張所	西原地区	3/1 (金)	※設営準備のため、受付は行いません		
2/16 (金)	9:30～11:00 13:00～15:00	ふるさと 長寿館	桐原地区	3/4 (月)	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
2/19 (月)	9:30～11:00 13:00～15:00	甲東出張所	甲東地区	3/5 (火)	9:00～11:00 13:00～15:00		新一、新二
2/20 (火)	9:30～11:00 13:00～15:00	大目出張所	大目地区	3/6 (水)	9:00～11:00 13:00～15:00		本一、本二、本三
2/21 (水)	9:30～11:00 13:00～15:00	島田コミュニ ティセンター	島田地区	3/7 (木)	9:00～11:00 13:00～15:00		原、田町、新田倉
2/22 (木)	9:30～11:00 13:00～15:00			3/8 (金)	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
2/23 (金・祝)	※祝日のため、受付は行いません			3/11 (月)	9:00～11:00 13:00～15:00		大鶴地区
2/26 (月)	9:30～11:00 13:00～15:00	巖出張所	巖地区	3/12 (火)	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、巖、大鶴）
2/27 (火)	9:30～11:00 13:00～15:00	コモアしおつ 3丁目集会所	コモアしおつ1丁目	3/13 (水)	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）
	コモアしおつ2丁目						
2/28 (水)	9:30～11:00 13:00～15:00		コモアしおつ3丁目	3/14 (木)	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）
	コモアしおつ4丁目						
2/29 (木)	9:30～11:00 13:00～15:00	秋山支所	秋山地区	3/15 (金)	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。

●問い合わせ

【市民税・県民税について】税務課（☎ 62-3113）

【所得税・消費税について】大月税務署（☎ 22-3151）

税理士による無料申告相談



●問い合わせ 大月税務署 (☎ 22-3151)

★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

年金受給者、給与所得者および小規模納税者の所得税の申告書（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（火）、7日（水） 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

※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。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10日（水）



※事前申込みサイトの操作方法についてのお問い合わせは、【☎ 050-1808-7285】までお願いします。
※郵送での申告書提出先は、東京国税局業務センター甲府分室（〒400-8541 甲府市丸の内1-1-18 甲府合同庁舎）です。

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16日（金）～ 3月15日（金） ※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 ●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月中の来場をおすすめします。

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）をご覧ください。

メリット

① 国税庁ホームページから電子申告

③ 還付がスピーディー

② 添付書類の提出を省略

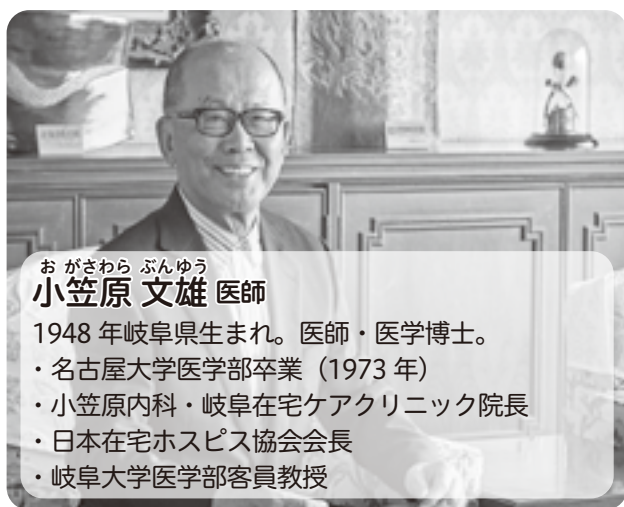
④ 24時間いつでも利用可能

「人生会議」をしてみませんか？

「人生会議」をテーマに、市民公開講座を開催します！

日時 2月18日（日）
午後2時～4時

場所 もみじホール
1階 多目的ホール



おがさわら ぶんゆう
小笠原文雄 医師

1948年岐阜県生まれ。医師・医学博士。
・名古屋大学医学部卒業（1973年）
・小笠原内科・岐阜在宅ケアクリニック院長
・日本在宅ホスピス協会会長
・岐阜大学医学部客員教授

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みである「人生会議」。

市では、在宅医療の第1人者である小笠原文雄医師をお講師にお迎えし、「人生会議」をテーマに、市民公開講座を開催します。

人生の最後まであなたらしく生きるために、そして、あなたの大切な人の笑顔のために、「人生会議」について一緒に学んでみませんか。気軽にご参加ください。

講座内容

『あなたと大切な人の～もしものときのために～
「人生会議をしてみませんか？」』

《①基調講演》

「最期まで家で笑って生きたいあなたへ
～なんとめでたいご臨終～」

《②トークセッション》

「もしものとき」のための人生会議



●問い合わせ

長寿介護課地域包括支援担当（☎ 62-3128）

上野原市指定文化財を 新たに指定しました！！

●問い合わせ

社会教育課社会教育担当
（☎ 62-3409）

市教育委員会は、市文化財保護審議会の答申を受け、令和5年11月28日に、次の2つの物件を新たに有形文化財に指定しました。市民の宝として大切に保護、活用していきましょう。



①木造 聖観音菩薩 立像

甲東地区野田尻の西光寺が所蔵する一木造の仏像です。同じ野田尻にあった長福寺の本尊でした。天衣をまとい、腰をわずかにひねった優美な姿です。平安時代半ば（11世紀）頃の聖観音像で、現存する市内最古の仏像として貴重です。拝観できます。



②鶴川宿の高札

大鶴地区鶴川の個人が所蔵する高札4枚。江戸時代の文政から文久年間（1828～1862）に道中奉行が作った鶴川宿の掲示板で、旅人の荷物などを隣宿まで運ぶ際の料金が木板に墨書されています。甲州道中の遺品として学術的価値が高いものです。通常非公開です。

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 28 八重山に登る

8

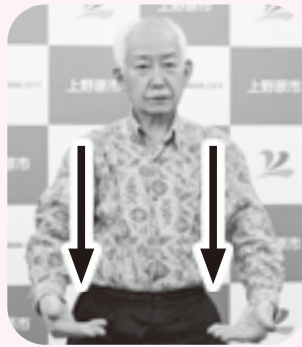
重い

山

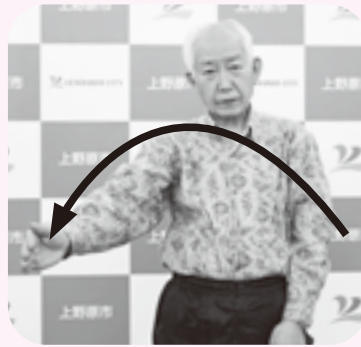
登る



右手の小指以外を伸ばし、甲をこちらに向ける。



掌を上に向け、指を向け合わせた両手を腹の前でゆっくり下ろす。



甲を上に向けた右手で、左から右へ山の形を描く。



2指を交互に出して、斜め上へ進める。



上野原市歴史文化ミニ展示会、11月27日(月)～12月22日(金)は「ユネスコ無形文化遺産登録一周年記念展」でした。
秋山地区無生野に伝わる伝統芸能である無生野の大念仏が全国41件の風流踊と併せてユネスコ無形文化遺産に登録されたから令和5年11月30日で1周年を迎えました。そのことを記念した今回の展示会では、大念仏のあらましや全国の風流踊などを写真や資料で紹介しました。展示の様子は前後編に分けて2月号でも紹介します。



当日の流れの紹介



大念仏のあらまし

1月は「災いの歴史展」

1月26日の文化財防火デーにちなみ、市の災害史(風水害・地震・火災・疾病など)を記録写真や史料で紹介します。なお、歴史文化ミニ展示会は、今回が最終回となります。

●日時 1月15日(月)～1月26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。



認定書

誌上レポート 21 上野原市歴史文化ミニ展示会
ユネスコ無形文化遺産登録一周年記念展(前編)

～協力隊活動日記～

地域の魅力発信と
コミュニティ造成担当

稲福隊員

令和5年9月から上野原市地域おこし協力隊員になりました稲福です。

私は、令和5年7月から住まいのサブスクサービス「ADDress」を利用し、9月に初めて上野原市を訪れました。

もともとは、大阪でマイクロ法人を立ち上げ、業務改善のコンサルタントとして、主に飲食業のDX化を行っており、関東方面での仕事をしている中でADDress上野原A邸と出会い、リノベーションされた築300年の古民家に一目惚れして、上野原市への定住を決めました。

現在は、フルリモートで業務改善のコンサルタントの仕事しながら、ADDress上野原A邸の家守、上野原市地域おこし協力隊員、11月からオープンした三十日珈琲 Shared Roasting（珈琲豆の焙煎所）の運営と、4足の草鞋で活動しています。また、朝の通勤・通学をするみなさんの楽しみを何か増やせれば良いなという思いから、毎週水曜日の午前7時～9時は、見晴亭にてコーヒースタンドを営業しています。今後は、コーヒーに関連するイベントや、何か事業に取り組む人の資金調達方法としてのクラウドファンディングに関する説明会など、地域に貢献できるようなことを実施していく中で、上野原の良さをさらに模索しながら、今までの経験を活かして、地域に根ざしていければと思っています。



通信 オコシタイ

vol.
47

上野原市
地域おこし協力隊



Facebookで
活動報告中！

市立病院 通信

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。

第11回 診療放射線技師のみなさん

異常の早期発見、早期治療のために、健康でも定期的に検査を受けましょう



上野原市立病院診療放射線科の診療放射線技師です。

私たちは、レントゲンと言われる一般撮影を始め、CT・MRI・マンモグラフィなどの装置を使って撮影し、画像情報を提供する仕事をしています。

検査では、常に患者さんの気持ちに寄り添い、撮影による被ばくに不安を感じている患者さんでも安心して検査を受けられるよう心がけています。若いスタッフの多い部門ですが、全ての画像検査に対応出来るよう頑張っていますので、お気軽にお声がけください。

Uenohara Municipal Hospital



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・オコシタイ・市立病院

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つ子

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	1月5日(金)	R5年8月7日～9月3日生
	2月2日(金)	R5年9月4日～10月3日生
9 か月児	1月5日(金)	R5年3月1日～3月31日生
	2月2日(金)	R5年4月1日～4月30日生
1歳6か月児	1月12日(金)	R4年6月2日～6月30日生
3 歳 児	1月12日(金)	R2年9月1日～10月10日生
5 歳 児	1月24日(水)	H30年12月20日～H31年2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)

★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6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6年4月1日までに42歳以上になる女性
※R4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い合わせください。)

★子宮頸がん施設検診

◎対象者 市に住民登録があり、令和6年4月1日までに20歳以上になる女性
※R4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い合わせください。)

※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



▶ 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月以降のご案内)

★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。



★小児科予防接種の同時接種を実施しています

▶ 対象者 1歳以降の小児

▶ 同時接種できるワクチン ①MR・水痘・おたふく・

ヒブワクチン・肺炎球菌ワクチン(最大5種類)

②おたふく・日本脳炎

▶ 予約・問い合わせ 平日午後4時～5時

★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
1月29日	午後2時～3時
2月5、19日	午後2時～4時
3月4、18日	
3月11日	午前8時30分～10時30分

▶ 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。

※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.133



今月のテーマ

生活習慣病を予防しましょう

令和4年度の上野原市集団検診を受診した人の中で、中性脂肪・悪玉コレステロールが基準値を上回る人は34.2%、血圧が基準値を上回る人は56.6%、血糖値などが基準値を上回る人は66.3%と、各項目において、多くの人が基準値を上回っていました。これらは、悪化すると脂質異常症・高血圧・糖尿病といわれ、生活習慣病の代表的な病気としてご存じの人も多いのではないのでしょうか。

生活習慣病を予防しましょう、とよく聞かれますが、なぜ予防が必要なのでしょう。

生活習慣病は症状がほとんどありません。しかし、血管を硬くさせ（動脈硬化）、脳出血や脳梗塞、心筋梗塞などの病気や腎臓の機能を低下させ、透析が必要になるなど、大きな病気へつながる危険性が高くなります。数値が高くても、「症状がないから大丈夫」と考えず、生活習慣を見直しましょう。

【生活習慣病を予防するために気をつけたいこと】

①運動する習慣をつくりましょう。

毎日続けるのは難しいという人も、週に2～3回の運動習慣があれば、生活習慣病の予防になります。肥満の予防だけではなく、筋力向上と柔軟性回復によって代謝が良くなり、動きやすくなることで効率があがるといわれています。

★おすすめの運動

- ・ウォーキング 最初はゆっくり、徐々に速く、胸を張って歩くと効果的です。
- ・ストレッチ 筋肉と関節を柔軟にします。
- ・ジョギング 会話できる速さで続けましょう。
- ・バランストレーニング 呼吸を止めないように注意しましょう。

②1日3食、バランスの良い食事を摂りましょう。

特に、朝食は1日の始まりの大事な食事です。また、ゆっくりよく噛んで食べ、ながら食いや（テレビを見ながらなど）やまとめ食いをしない、夜食は食べない、間食は控えるなど、体重を増やさない工夫をしましょう。また、塩分の取り過ぎは高血圧のリスクを高めます。

うどんやラーメンのスープは飲まないなど減塩を心がけましょう。



③たばこはやめましょう。

喫煙することで、がんや心臓病、脳卒中など、特定の重大な疾病の罹患率や死亡率などが高くなります。禁煙することが一番の対策ですが、難しいときは禁煙外来などを検討しましょう。

④節度ある適度な飲酒を心がけましょう。

厚生労働省の調査によると、1日あたり純アルコール20gまでがもっとも死亡率が低く、それ以上アルコール量が増えると死亡率が上昇するとされています。1日の目安は、ビール500ml、清酒なら1合（180ml）までです。

⑤しっかりと睡眠をとりましょう。

睡眠不足は、肥満、高血圧、メタボリックシンドロームなどを発症させる危険性を高めるといわれています。また、睡眠時無呼吸症候群も生活習慣病の原因となり、いわゆる「いびき」が危険因子です。生活習慣病のリスクを低減する睡眠時間は7時間前後とされています。

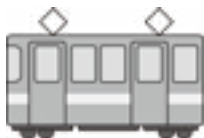
今年1年を健康に過ごすために、ご自身の生活習慣を振り返ってみましょう。

**市外通院の人工透析患者に
交通費の一部を助成します**



☎ 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
※血液透析のみが対象です。
- 限度額 月額 6,000 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。



**「後期高齢者に係る医療費のお知らせ」
の発送について**

☎ 市民課国保年金担当（☎ 62-3112）
山梨県後期高齢者医療広域連合（☎ 055-236-5671）

- 75 歳以上の人の医療費のお知らせを 1 月下旬に発送します。なお、2 月上旬までに順次配達となります。
- 記載される診療月 令和 4 年 12 月～令和 5 年 11 月
 - ※医療費控除の申告に使用する際の利便性を向上させるため、令和 5 年 1 月～11 月の自己負担額の合計などが記載されています。
 - 発送方式 封書にて発送（普通郵便）

【重要】

令和 5 年 12 月診療分については、今回発送する医療費のお知らせには記載されていません。令和 5 年 12 月診療分の医療費控除の申告を行う場合は、その領収書が必要となりますので、ご注意ください。



お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和 5 年 12 月 1 日現在）		
	人口等	対前月比
人口	21,653 人	-32
男性	10,857 人	-9
女性	10,796 人	-23
世帯	10,052 世帯	-10

お知らせチェックリスト

「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

**産前産後期間の
国民健康保険税が軽減されます**

☎ 市民課国保年金担当（☎ 62-3112）

- 軽減対象期間 単胎妊娠の場合は、出産（予定）月の前月から 4 か月分、多胎妊娠の場合は、出産（予定）月の 3 か月前から 6 か月分が軽減されます。
※令和 6 年 1 月以降の期間が対象です。
- 対象者 令和 5 年 11 月 1 日以降に出産した国民健康保険被保険者で、妊娠 85 日以上の方（死産、流産、早産および人工妊娠中絶の場合も含みます）
※軽減を受けるには届出が必要です。届出書は、市民課国保年金担当窓口または市ホームページから取得できます。
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- 届出に必要な書類
 - ・産前産後期間にかかる保険税軽減届出書
 - ・出産（予定）日が確認できる書類（母子手帳など）

応急手当講習会について



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開催します。

- 日時 1月27日(土) 午前9時～正午
- 場所 消防本部 2階 会議室
- 内容 成人の心肺蘇生法(胸骨圧迫・AED使用方法、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19日(金)
- 費用 無料

※当日のマスク着用は任意とします。

※軽い運動ができる服装でお越しくください。

※受付時に健康状態を確認し、発熱・倦怠感・せきの症状がある人は、受講をお断りすることがあります。



令和6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7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、西原分団による小型ポンプ操法の実演

★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70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築物である法隆寺(奈良県斑鳩町)の金堂が炎上し、壁画が焼損しました。その後、昭和30年に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」と決めました。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、本市でも、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。

『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5回 3月10日(日)山梨県地場産業センター(甲府市東光寺3-13-25) およびジットプラザ(甲府市高畑2-19-2)
 - 願書受付期間
 - ・書面申請 1月15日(月)～22日(月) 午前8時30分～午後5時(土曜・日曜を除く)
 - ・電子申請 1月12日(金)～19日(金)
 ※詳しくは消防試験研究センターホームページをご覧ください。「消防試験研究センター」で検索)
 - 願書受付場所 消防試験研究センター山梨県支部(郵送可)(〒400-0026 甲府市塩部2-2-15 湯村自動車学校敷地内)
- ※願書は、市消防本部に用意してあります。

有料広告

タクシードライバーになりませんか?

タクシー乗務員大募集!

年齢制限無し!年金受給者・女性ドライバー・未経験者大歓迎!
短時間勤務でもOK!普通二種免許取得もご相談ください!

有限会社島田交通
TEL:0554-62-4614

まずはお気軽にお電話ください。(担当 石井)



男女共同参画計画策定委員を募集します

● 総務課総務担当（上野原市男女共同参画計画策定委員会事務局）（☎ 62-3117）

市では、男女共同参画計画策定委員を募集します。上野原市男女共同参画プラン（第2次上野原スマイルプラン）は、平成27年4月に策定され、人権尊重と真の男女平等という理念に立って、男女がお互いを尊重し、性別に関係なくその個性と能力を十分に発揮することができる「男女共同参画社会」の実現を目指すもので、上野原市における推進策を市民のみなさんの視点から示したものです。

現在のプランは、平成27年度から令和6年度までの10年間を計画期間としており、令和6年度中に評価を行い、次期プランを策定する予定です。

●任期 委嘱した日から計画の策定完了まで

●募集人数 7人程度

※委員には、報酬および交通費が支給されます。

●応募締切 3月8日（金）

令和5年度 食の安全・安心を語る会



● 山梨県県民生活部県民生活安全課
（☎ 055-223-1588）

県では、「令和5年度食の安全・安心を語る会」を開催します。食品添加物をテーマとして、その役割や安全性などについて正しい知識を解説します。

●日時 2月9日（金） 午後1時30分～4時15分

●場所 山梨県立文学館 講堂（甲府市貢川1-5-35）

●申込方法 ファックスまたはウェブ

Fax 055-242-6178（甲府市生活衛生業務課あて）

Web 上記QRコードから（やまなしくらしねっと）

※必ず事前申込をお願いします。

●申込期限 2月5日（月）

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

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。



第11期男女共同参画推進委員を募集します

● 総務課総務担当（上野原市男女共同参画推進委員会事務局）（☎ 62-3117）

市では、第11期上野原市男女共同参画推進委員を募集します。

男女共同参画推進委員会は、平成27年4月に策定された第2次上野原スマイルプランのもと、男女が互いに認め合い、社会を支えるために力を合わせようという、男女共同参画社会の推進のために設けられました。

第2次上野原スマイルプランに定められた基本目標と、それに基づく基本計画（課題）の実現のために、月に1回委員会を開いて、さまざまな活動を行っています。

今年4月から第11期推進委員会の活動がはじまります。男女共同参画について興味を持ち、よりよい社会を築くために、知恵と力を出してみませんか？

●任期 2年（4月～令和8年3月）

●募集人数 10人程度

※委員には報酬および交通費が支給されます。

●応募締切 3月1日（金）



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



猫は室内で飼いましょう



生活環境課生活環境担当 (☎ 62-3114)

市には、猫の飼育に関する苦情が多く寄せられています。近隣住民とのトラブルを未然に防ぐためにも、猫は室内で飼育するよう心がけましょう。

【猫を放し飼いすると】

他人の敷地内で糞尿をしてしまったたり、感染症にかかってしまうなどのトラブルが考えられます。また、市内の道路上では多くの猫が車に轢かれて亡くなっています。もしも猫が外に出てしまったときのためにも、首輪を付けて飼い主がわかるようにしましょう。

【可能であれば不妊去勢手術を受けさせましょう】

生まれてくる子猫の面倒を見るのが困難であれば、不妊去勢手術を受けさせることをおすすめします。不妊去勢手術を受けさせることで、病気のリスクが軽減されたり、猫の性格が穏やかになるなどのメリットもあります。なるべく早期に実施することが有効です。



好評につき第2弾

『もっと弾いてほしい! ベーゼンドルファー』



社会教育課社会教育担当 (☎ 62-3409)

もみじホールで所有する世界三大ピアノのひとつ「ベーゼンドルファー モデル 275」をホールで弾いてみませんか?

- 開催日 2月20日(火)
- 時間帯 午前9時～午後5時 1枠55分間(8枠)
- 場所 もみじホール
- 費用 1枠(55分)2,000円
- ※演奏者が1人増えるごとに+500円
- 対象 どなたでも
- 申込期間 1月16日(火)～31日(水)

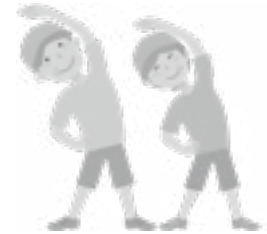
午前9時～午後5時(土曜・日曜を除く)
※先着順です。電話でお申し込みください。
※発表会やリハーサルなどはご遠慮ください。
※詳細は、市ホームページをご覧ください。

中央公民館
「ハレバレ体操教室」

社会教育課社会教育担当 (☎ 62-3409)

中央公民館では、フレイル予防のための「ハレバレ体操教室」を開催します。いつまでも健康であるために、ご自身の身体のチェック、フレイル予防運動をしてみませんか。お気軽にお申し込みください。

- 日程(全5回)
1月17日(水)、19日(金)、26日(金)、31日(水)、
2月2日(金)
- 時間 午後2時～3時30分
- 会場 もみじホール(アリーナ)
- 講師 ハレバレコンディショニング 坂本大地さん
- 持ち物 タオル、室内履き、水分補給用の飲み物
- 参加費 無料
- 申込期限 1月15日(月)
- ※必ず事前申込をお願いします。

みなさまの声を聞かせください
『市民と議会との意見交換会』

議会事務局庶務議事担当 (☎ 62-3344)

市議会では、市が抱えている課題や市の未来について語り合う意見交換会を開催します。市民のみなさんの意見を市政に活かせるよう、多くのご参加をお待ちしています。

- 日時 2月18日(日) 午後2時～4時
- 場所 もみじホール 2階 会議室
- テーマ 「うえのはらの未来を考える」
- ※会場設営の都合上、事前に申込みをお願いします(当日参加も可能です)。

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



●問い合わせ
総務課人事担当
(☎ 62-3117)

▶▶▶ 会計年度任用職員募集

●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
- ・学校図書館司書……各小中学校での学校図書館の整備、読書指導、授業支援など
- ・校務助手……各小中学校での労務作業など
- ・保育士……子ども園・保育所での保育業務
- ・調理員……子ども園・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（月）～令和7年3月31日（月）

※面接の結果、職種により3月31日（日）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

※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22日（月）～2月9日（金）

※申込期間後も随時受け付けている場合がありますので、お問い合わせください。

●応募方法 履歴書（顔写真添付）を持参または郵送の上、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、学校図書館司書は、司書教諭または教員免許状の写しを、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・栄養士の資格がある場

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、介護福祉士、介護支援専門員などの保健・医療・福祉に関する専門的な資格をお持ちの人、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、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。

●●● 1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	11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	1月の申請書提出期限 10日（水）	農業委員会(産業振興課内) ☎62-3119
人権相談	10日（水）、26日（金） 午前10:00～正午		市税収納・納税相談	28日（日） 午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
行政相談	15日（月） 午前10:00～正午	市役所 2階会議室D	市民課日曜窓口	28日（日） 午前9:00～正午	市民課カウンター ☎62-3112

クローズアップニュース

歴史文化・オンライン・市立病院

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

大雪に備えよう！

上野原市は、平成26年2月の記録的な大雪（104cmの積雪）により、交通網が数日間遮断され「陸の孤島」と化し、市民生活に甚大な影響を受けました。この教訓を活かし、雪に対する備えをしておきましょう。



食料や飲料水などの備蓄を確認しよう。

道路が通行止めになった場合には、スーパーやコンビニエンスストアには商品が届かない可能性があります。食料や飲料水などの備蓄は、最低3日分、できれば7日分を準備しておきましょう。



防寒、防災用品を準備しておこう。

倒木などの影響で停電になり、復旧に時間がかかることも想定されます。暖房器具に使用する灯油や、カイロ、懐中電灯、携帯用充電器など、事前に使えるか確認して備えておきましょう。



常備薬や通院などについて相談しておこう。

道路が通行止めになった場合には、薬の処方を受けることや通院もできなくなる可能性があります。常備薬の確認や通院方法などについて、家族や医師と事前に相談しておきましょう。



注意して雪かきをしよう。

慣れていない雪かき作業は、思わぬ事故やケガにつながりますので、次の点に十分注意して行いましょう。

- ・できるだけ2人以上で行う。
- ・高いところから雪が落ちてくることがあるので、周囲を確認する。
- ・高い場所で作業するときは、はしごを固定したり、ヘルメットを被ったり、滑りにくい靴を履く。
- ・こまめに休憩をとる。



すくすく育て うえのはらっ子～我が家の主役～



上野原地区 ^{しおん} 有井 紫音ちゃん (2歳9か月)

隆介さん、友紀さんの長女

“たくさんの笑顔とたくさんの幸せをありがとう♡
これからも元気で面白い紫音でいられますように☆”



上野原地区 ^{ふうり} 関戸 風璃くん (2歳6か月)

祐基さん、礼比奈さんの長男

“毎日癒やしをありがとう！すくすく育てね♡”

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13日(土)、27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月はお休みします。

※2月の予定はLINEでご確認ください。

【場所】 こもれび庵(島田地区新田)

【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)

★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

●大鶴地区

原田 柚花 (竜実)

●上野原地区

桑田 陽菜 (悠)

渡邊 光 (拓海)

山田 翔介 (茜)

船橋 蒼汰 (正和)

婚姻

●巖地区

本城 谷洋人 = 小俣 瞳

●島田地区

飯島 進也 = 児島 みなみ

●上野原地区

安藤 丈雄 = 平田 実優

死亡

●甲東地区

白倉 義照 (強)

●巖地区

小俣 弘 (英明)

●大鶴地区

中村 初代 (正高)

●島田地区

平本 光男 (悦子)

加藤 りょう子 (真之)

●上野原地区

東條 喜美 (佐藤 博子)

渡邊 貞子 (良國)

大場 節子 (卓)

大久保 菊子 (公雄)

早川 國夫 (美子)

小林 勲 (治)

●西原地区

橋本 よしほ (康博)

●秋山地区

原田 喜夫 (和久)

安留 富美子 (政治)

井上 恒夫 (照代)

=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月はお休みします。

2月1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】1月11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】1月25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】1月13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・柵原プレーパーク』

【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、外で遊んでいますか?」

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柵原プレーパーク。柵原地区・柵(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
1枚で1回まで
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
1枚で平日4名様まで(11時～16時までの利用に限る)
デザートセット700円(税別880円)
上野原 3632 ☎ 0554 (63) 2882

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

おトククーポン
古民家サロン カナ・ロータス
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!
ハツ采 1562 ☎ 090-6948-2559

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
初回体験(50分)7,700円→3,300円
上野原 534-5 ☎ 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・細川	内田・飯野・三澤	和才・小池	山崎・村田	三澤・荒井	内科医師
午前 予約	三澤(仁)・片山・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 午後			<糖尿病>高橋	<糖尿病>山崎 <腎臓>担当医 <睡眠>亀井注2	<睡眠>竹内注1	
専門外来 【予約制】				森嶋(予約)		
神経内科	午前					
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	小金澤注3	遠藤	菊池	小金澤	小金澤
皮膚科	午前 午後	福島		三井		浅川(理)
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		杉谷	山梨大非常勤医師	四條
耳鼻咽喉科	午前 午後		根岸	佐藤		高橋(真)
泌尿器科	午前		岡根谷		村石	
婦人科	午前				吉原 (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		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、12月18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、平日金曜日午後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 第3月曜日は千葉医師が担当します。
注4 令和5年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。
※1月15日は、午前・岡本医師、午後・ツル虎ノ門医師が担当します。



上野原市立病院〈睡眠外来〉竹内暢医師の睡眠コラム #10

眠りが浅い時は、おしろ積極的に遅寝、早起きに皆さん、こんにちは。眠りが浅く感じると、もっと長い時間寝ていようとか、睡眠薬を飲んで寝てしまおうとか考えがちです。そもそも、眠りが浅くなる原因は何でしょう。か。身体やこころの病気、普段飲んでいる薬の影響はないでしょうか。睡眠の病気では、無呼吸や歯ぎしりなども一因になり得ます。また、夕方以降の嗜好品(お茶、たばこ、チョコレートなど)が眠りに悪影響となる人もいます。色々考えたけれど、思い当たる節がない人は、年齢に伴う変化も考えてみてください。

身体だけでなく、睡眠も年齢によって質と量が変わっていきます。若い時のようにすぐ眠れて、途中で起きず、朝もすっきり起きられることは徐々に減っていきま。それが人としての宿命なのですが、中々受け入れられない人もいます。北風と太陽の童話ではないですが、無理をすると逆効果になることもありま。眠る時くらい、リラックステキるといいですね。

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
※本券1枚につき1名構まで使用可能です。
※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・クーポンの使用はできません。
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2024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名構まで使用可能です。
※本券を使用の際は、必ず注文時に提示してください。
※本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・クーポンの使用はできません。
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2024年1月末日まで

定休日/水曜 営業時間/10:00～11:30
※本券1枚につき1回まで使用可能です。(一人一回限り)
※本券を使用の際は、必ず参加時に提示してください。
※本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・クーポンの使用はできません。
※クーポン券は、現金とのお引き換えはできません。
※有効期限：2024年1月末日まで

定休日/土日・祝日 営業時間/10:00～20:30
※本券1枚につき1名構まで使用可能です。(一人一回限り)
※本券を使用の際は、参加時に本券を必ず提示してください。
※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：2024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名構まで使用可能です。(一人一回限り)
※本券を使用の際は、参加時に本券を必ず提示してください。
※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：2024年1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

- ◇『ツミデミック』
一穂ミチ／著 光文社
- ◇『月ぞ流るる』
澤田瞳子／著 文藝春秋
- ◇『龍の墓』
貫井徳郎／著 双葉社



児童書

- 『ホワイトバード』
R・Jパラシオほか／原作 ほるぶ出版
- 『空と星と風の歌』
小手鞠い／作 堀川理万子／絵 童心社
- 『世界の文化遺産になった日本の伝統「風流踊」』
日本の伝統「風流踊」製作委員会／編著 汐文社

絵本

- ◆『プテラノンのそらとぶいちにち』
鈴木まもる／絵 竹下文子／文 偕成社
- ◆『食べものはどこからきたの?』
ユリア・デュア／作 木本栄／訳 ほるぶ出版
- ◆『ぼくはなんのほん?』
カロリーナ・ラベイ／著 はせがわけい／訳 光文社

図書館イベント

- ◆子ども映画会 『家なきこレミ』
1月13日(土) 午前10時～/午後2時～
会議室
- ◆おぞらおはなし会 『はつてんじん』ほか
1月20日(土) 午後2時30分～ 図書館屋
上庭園(雨天の場合は会議室)
◎たんぼぼ会
- ◆映画鑑賞会 『アルジャーノンに花束を』
1月21日(日) 午後2時～
会議室
- ◆親子文芸講座 『茶道マナー教室』
1月27日(土) 午後2時～
会議室
- ◆リンデンドーム朗読館
『物語「はだしのゲン」より』ほか3話
1月28日(日) 午後2時～
会議室
 <<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

205

男女共同参画推進委員会

ドラえもののしずかちゃん

私が男女共同参画推進委員会に参加しようと思ったのは、広報うえのはらに掲載されていた男女共同参画推進委員募集のお知らせを目にした時に、この委員会がどのような目的で設立されて、どのような活動をしているのか興味を抱いたのがきっかけとなりました。

なぜそのような思いに至ったのか。それは、幼い頃の私が知っていた社会は、男女が区別されており、それを不公平だと感じていたからです。そんな私の漠然とした思いを、端的に言語化して、発信しておられる、ハーバード大学医学部のアソシエイトプロフェッサー兼マサチューセッツ総合病院小児うつ病センター長の内田舞医師のお話をご紹介します。

内田医師は、日本の女性の理想像はドラえもののしずかちゃんではないかと提唱されています。しずかちゃんは、勉強が出来て優秀で、人付き合いも上手で優しいのに、いつも控えめで、決してリーダーシップを発揮することはない、それが日本女性の典型のように感じたそうです。女性自身がその生き方を選択するのであれば良いのですが、その選択以外には無いように感じられる社会は問題であるとおっしゃっています。そして、日本でキャリアを築きながら、総合的な幸せを得られる姿が想像できなかったということでアメリカに渡ったそうです。

このように優秀な女性医師が、日本での活動を選択できなかった社会背景は、私を感じていた不公平さと同根であるように思います。誰もがそれぞれの責任の下、キャリアと幸せを自由に選択できる、そんな社会の実現のために、一個人として何が出来るのかを考え、そして行動してゆきたいと思います。

【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

地域の歴史を未来へつなぐ… 供養塔 158 年ぶりに復活

上野原地区山風呂の旧道に埋もれていた橋の供養塔を、地域住民のみなさんが調査し、このほど復元して披露しました。供養塔は、高さ 94cm、幅 55cm の自然石で出来ており、表面の「圪橋供養塔」などの銘文から、江戸時代である 1865（元治 2）年の正月に山風呂沢に架けられたが、今では失われてしまった土橋の完成を記念したものであることが分かりました。実に 158 年ぶりの復活となります。



災害時の迅速な救助活動のために 緊急消防援助隊合同訓練

令和 5 年 11 月 14 日（火）、山中湖交流プラザきららをメイン会場として、“令和 5 年度緊急消防援助隊関東ブロック合同訓練”が行われました。この訓練は、総務省消防庁など多数の防災関係機関が参加し、大規模災害時を見越した各機関の連携強化を目的として行われました。訓練には、市消防本部職員も多く参加し、今後の上野原市の受援体制を見直す上で貴重な機会となりました。



お得にお買い物するために学ぶ PayPay 使い方講座

令和 5 年 11 月 27 日（月）～ 28 日（火）、総合福祉センターふじみで、65 歳以上の人を対象に、キャッシュレス決済サービス「PayPay」の使い方を学ぶスマホ教室が開催されました。参加者は、実際にスマホを操作しながら、PayPay の画面の見方、支払い方法などを講師のサポートを受けながら学んでいました。また、「12 月からのキャンペーンでさっそく使ってみよう」などと話していました。



上野原市初の実施！ 緊急事態対処合同訓練

令和 5 年 12 月 6 日（水）、もみじホールおよびセンタープラザで、“緊急事態対処合同訓練”が実施されました。市で初めてのこの訓練では、上野原警察署、山梨県警察機動隊、市消防本部などが参加し、不審者が市役所で化学物質を拡散するという想定のもと、不審者へのさすまたでの対応や、負傷者の救助、現場の除染などの行動を実践的に確認しました。各機関の連携が強化される有意義な訓練でした。



上野原 PhotoRecord



住友生命保険相互会社山梨支社と 市民の健康づくりに関する協定を締結

令和5年11月15日（水）、住友生命保険相互会社山梨支社と、「市民の健康づくりに関する協定」を締結しました。この協定は、市が行う市民の健康づくりに向けた取り組みに対して、同社に連携・協力していただける内容となっており、同社山梨支社長にし の たかのりの西野貴智さんは、「市が目指す健康寿命の延伸などのテーマを中心に、地域の皆様に積極的に情報発信を行っていききたい。」と話していました。



講談を通して知る上野原の歴史 歴史を知る会

令和5年11月24日（金）、もみじホールで“歴史を知る会”が開催されました。この会は、上野原の歴史や伝統などをテーマに、次世代への文化継承につながる勉強の場となるよう企画されたもので、今回は、街道芸人として県内各所で活動されている扇屋文雀さんによる「木食白道と原の井戸」と題した講談が披露されました。初開催ながら、20人の参加者が集まり、力のこもった嘶に耳を傾けました。



みんなで築こう人権の世紀 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5年12月7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、通勤・通学で道行く人へ、人権への正しい理解を呼びかけました。



うえのはら×食×産業×女川町 上野原オータムフェスティバル2023

令和5年11月23日（木・祝）、「上野原オータムフェスティバル2023」が開催されました。市役所の敷地全面が活用された会場には、市内農林産物の直売、宮城県女川町や市内商店の屋台、協力団体などによるブースが所狭しと立ち並び、さらには、市内保育所およびこども園、中学高校、お囃子団体などによる舞台パフォーマンスも行われ、来場者は200人以上にも上るほどの大盛況でした。





～写真とともに振り返る～

上野原駅伝 2023



第19回上野原市駅伝競走大会

令和5年12月10日(日)



第19回上野原市駅伝競走大会結果

▶一般の部			▶中学男子の部		
1	山梨大学 A	1 時間 01 分 04 秒	1	上野原中学校	1 時間 11 分 11 秒
2	YGU.AC	1 時間 03 分 42 秒	2	上野原西中学校 A	1 時間 17 分 26 秒
3	上野原陸協	1 時間 04 分 08 秒	3	上野原西中学校 B	1 時間 21 分 17 秒
▶市内スポ協の部			▶中学女子の部		
1	島田 JC	1 時間 20 分 33 秒	1	上野原中学校	1 時間 36 分 08 秒
2	東部体育会	1 時間 24 分 40 秒			
3	ゆずりはら	1 時間 38 分 47 秒			
▶市内職場の部			▶市内小学男子の部		
1	石垣エンジニアリング B	1 時間 07 分 10 秒	1	リヴィエール FC ブルー	28 分 18 秒
2	上野原市役所	1 時間 21 分 57 秒	2	上野原 F.C. ドリーム③	29 分 01 秒
3	上野原梶谷整形外科	1 時間 24 分 02 秒	3	四方津ファイターズ A	32 分 32 秒
▶市内壮年の部			▶市内小学女子の部		
1	甲東体育会	1 時間 23 分 32 秒	1	上野原バレーボールスポーツ少年団★	33 分 59 秒
2	チーム原睦 2023	1 時間 55 分 45 秒	2	上野原バレーボールスポーツ少年団◆	34 分 34 秒
			3	ゼローズ A	36 分 13 秒



有料広告

PayPay で **25%** ポイントバックキャンペーン！
ぜひ、『みやがわ』でお得にお買い物ください。

『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 91 年
とけい・めがね・補聴器

みやがわ

☎ 0554-63-0234 水曜定休

SNS もやっています！

フェイスブック インスタグラム



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。みなさんが困ったときに頼りになりたいたい日々思っております。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きますよう、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。

令和6年
新年号『みやがわ』は
おかげさまで創業91年