

UENOHARA

広報うえのはら

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public
Relations

4

2024年
No.230

「広報うえのはらおトククーポン」は
19ページ左端に掲載しています。

3月9日（土）、上野原こども園で行われた卒園式。27
人の園児たちが、たくさんのお祝いとともに元気に園を
巣立っていきました。また、この日は、市内のこども園、
保育所で計46人の園児たちが卒園の日を迎えました。

令和5年度上野原こども園卒園式



上野原駅北口にある『見晴亭』 一度訪れてみませんか？

令和4年4月に上野原駅北口前にオープンした「見晴亭」。上野原駅徒歩30秒の立地にある元旅館を活用したテレワーク施設で、1階には20人程度が収容可能なコミュニティスペース、2階にはコワーキングスペースと貸しオフィスがあります。また、横にはテイクアウトカフェも併設されています。「見晴亭」では、セミナーやイベントなど、さまざまな活動が活発に行われています。皆さんも一度訪れてみてはいかがでしょうか？

●問い合わせ
政策秘書課政策担当
(☎62-3191)

上野原市こども家庭センターを 設置しました

市では、児童福祉法の改正を受けて、4月からこれまでの「子育て世代包括支援センター」の機能を強化して、「こども家庭センター」を設置しました。「こども家庭センター」は、妊娠・出産・子育てについてのワンストップ窓口です。産前・産後の体や心のこと、お子さんのこと、育児のこと、家庭の心配ごとなど、気になることがあったら相談してみませんか？相談者に寄り添ってサポートしますので、お気軽にご相談ください。

●問い合わせ
こども家庭センター
(☎62-1199)

見晴亭のマナビバ

見晴亭では、さまざまな分野のプロを講師に迎え、仕事や暮らしを楽しみながら学ぶ場を、月1回程度開催しています。ぜひご参加ください！



3月4日(月)には、プロ家庭教師のおおすみ大隅さんを講師に迎え、「参考書の選び方と使い方」と題して、中高生を対象に、塾や講師に依存しない自学力向上についてお話しいただきました。



令和5年12月17日(日)には、山野草のイノベーターあまの天野さんを講師に迎え、上野原駅周辺を歩いて集めた素材で、クリスマスリースを作る講座を開催しました。

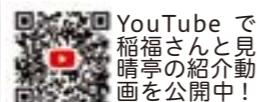


コーヒースタンド

見晴亭では、毎週水曜日の午前7時30分から9時30分の間、コーヒースタンドを開いています。また、テイクアウトスペースでは、ベークルや焼き菓子、たこ焼きなどが楽しめます。気軽にお越しください！



昨年9月から見晴亭で、地域おこし協力隊の稲福^{いなふく}さんが働いています。稲福さんは毎週水曜日、自家焙煎の豆を使用したコーヒースタンドを開いています。また、月2回(水曜日と土曜日)珈琲講座を開催しています。講座では、珈琲理論を実践で学ぶことができますので、興味のある人は、ぜひご参加ください。



YouTubeで稲福さんと見晴亭の紹介動画を公開中！

「めためた UENOHARA」



見晴亭の各種 SNS アカウント

【場 所】 総合福祉センターふじみ

1階 子育て保健課窓口

【電話番号】 62-1199

【受付時間】 午前8時30分～午後5時15分
(土日・祝日・年末年始を除く)



●こんなお悩みはありませんか？

子どもが泣き止まない
叩いてしまう…



子どもの体重が増えているか心配…



予期せぬ妊娠…
育てていけるかな



産後疲れやすく、
体調がすぐれない



子どもの言葉の発達が
遅い気がする…



近所から子どもの泣き声
が聞こえてくる



どんなお悩みでも、 まずは一度ご相談ください！

「こども家庭センター」では、上記の相談のほか、ひとり親家庭相談・児童家庭相談・児童虐待などの相談にも対応します。また、相談内容によって、保健・医療・福祉・教育などの関係機関と連携や調整をしながら解決のお手伝いをします。ひとりで抱え込まず、ぜひ一度ご相談ください。



がん患者アピアランスケア助成事業

がん患者のウィッグ・胸部補整具購入費用の一部を助成します

●申し込み・問い合わせ 子育て保健課医療保健担当 (☎ 62-4134)

市では、がんに罹患された人の心理的・経済的な負担をやわらげ、社会参加を応援し、生活の質の向上を図るため、がん治療にともなう外見の変化を補完する補整具の購入費用の一部を助成する「上野原市がん患者アピアランスケア助成事業」を実施します。



●対象者

- 次の①～⑤すべてに該当する人
- ①申請時において、市内に住民登録がある人
 - ②がんの治療を受けたまたは現に受けている人
 - ③令和5年4月1日以降にがんの治療に起因する脱毛または外科的治療などによる乳房の変形により、ウィッグや胸部補整具を購入した人
 - ④他の制度による助成などを受けていない人
 - ⑤対象者および対象者の属する住民基本台帳上の世帯全員の市税などの滞納がないこと

●対象補整具と助成回数、限度額

対象補整具	助成回数	助成限度額
ウィッグ（部分用ウィッグおよびヘアエクステンション、頭皮保護用ネット含む）、帽子（毛付きのものを含む）	1人あたり1回	2万円
乳房用補整下着（下着とともに使用するパッドを含む）	1人あたり左右1回ずつ	2万円/回
人口乳房・乳頭（乳房再建術などにより体内に埋め込まれたものを除く）	1人あたり左右1回ずつ	10万円/回

※保険適用外に限る。また、付属品およびケア用品（クリーナー、リンスおよびブラシなど）は対象外。

●申請方法

- 次の必要書類を子育て保健課窓口へ提出
- ・上野原市がん患者アピアランスケア助成事業申請書
 - ・がん治療に関する説明書、診断書、治療方針計画書など（がん治療を受けたまたは現に受けていることおよびがん治療に起因する脱毛または外科的治療などによる乳房の変形を証明する書類）
 - ・対象補整具の購入に係る領収書（氏名、購入した年月日、品名、金額、数量の記載のあるもの）
- ※コピー不可
- ・助成金の振込を希望する口座の通帳などの写し（カナ名義および口座番号が確認できるもの）

●申請期限

対象補整具を購入した日から1年以内



『上野原ごみ減ら～す宣伝部』 部員募集！

ごみ減量化意識啓発のための市民 PR チームを発足します

●問い合わせ 生活環境課クリーンセンター担当 (☎ 63-5353)

市では、市民の皆さんのごみ減量化に対する意識啓発・参画意欲の向上を図るためのごみ減量対策事業「上野原ごみ減ら～す宣伝部」を実施するにあたり、宣伝部の部員を募集します。



●募集要件

- 次の①～⑤すべてに該当する人
- ①ごみの減量などに関心のある18歳から49歳の人
 - ②市内在住・在勤・在学の人
 - ③FacebookかInstagramのアカウントを持っているまたは活動用にアカウントの作成ができる人
 - ④基礎講座すべてに参加可能な人
 - ⑤「ごみ減ら～す宣伝部」の活動を市内外にPRするため、新聞やテレビなどの取材に協力できる人
- ※広報誌や市ホームページなどの情報発信媒体に写真（顔出し）を公開させていただくことがあります。
※取材や校正などを部員間で共有するため、LINEなどのグループに参加していただきます。

●定員

10人（応募者多数の場合は抽選）

●申込方法

生活環境課クリーンセンター担当あてに電話

●申込期限

4月26日（金）午後5時

●基礎講座

- 《第1回》
- ・日時 5月11日（土）午前9時～正午
 - ・内容 入部式、サルベージパーティーなど
 - ・講師 田村文彦様（こども園「仁」園長）、石橋環芽様（順天堂大学医学部）
- 《第2回》
- ・日時 5月25日（土）午前9時～正午
 - ・内容 構図や撮影の工夫（実技あり）、Facebook・

Instagramの+αの使い方

- ・講師 Momoka様（山梨県大使・山梨県専門インフルエンサー）
- 《第3回》
- ・日時 6月8日（土）午前9時～正午
 - ・内容 情報の集め方、取材の手順、記事のまとめ方
 - ・講師 温野まき様（時雨出版代表・hanulu代表）
- 《第4回》
- ・日時 6月29日（土）午前9時～正午
 - ・内容 投稿までの手順やルール、生ごみ乾燥機「loofen」の使い方説明
 - ・講師 Momoka様など
- ※日時は、講師の都合により変更する場合があります。
※場所は、すべてクリーンセンターを予定しています。

●その他

- ・基礎講座修了後、7月中旬頃からSNSによる情報発信を開始していただきます。
- ・基礎講座への参加特典として、インフルエンサーのMomoka様から、定期的にSNS発信のアドバイスなどを受けられます。また、生ごみ乾燥機「loofen」を無償で1年間利用することができます。

◎「上野原ごみ減ら～す宣伝部」とは

「まだ、知らないだけ。」である市内のごみ減量化や再資源化などに関する取り組みを掘りおこし、市公式SNSやWebサイトで情報発信するごみ減量化や再資源化に特化した市民PRチームです。取材先の選定から記事作成までを参加した部員が担当し、それぞれの視点で暮らしに根ざした多様な取り組みの情報を市民や事業主の皆さんに届け、ごみ減量化などに対する意識啓発・参画意欲の向上を目指します。

市の財務書類

〔令和4年度決算〕

〈バランスシートから見た市の姿〉

市では、民間企業の会計手法を取り入れた「新地方公会計制度」の統一な基準に基づく財務書類4表を作成し、公表しています。ここでは、普通会計（一般会計・教育奨励資金特別会計）の概要をお知らせします。 ※各項目の金額は、単位未満を四捨五入しているため、内訳の計と合計が一致しない場合があります。

●問い合わせ
財政経営課財政担当
(☎ 62-3118)

市税などの納付が便利になりました！

市役所出張所で市税などの納付ができるようになりました

●問い合わせ 市民課窓口担当 (☎ 62-3112)

4月1日(月)から、市役所出張所の窓口で市税や各種使用料・手数料などの納付ができるようになりました。ご近所に市税などを納付できる場所がないため不便を感じている人や勤務先の近くに出張所がある人などは、お近くの出張所でお納めください。



●市役所出張所

- ・大目出張所 (上野原市大野 1261)
- ・甲東出張所 (上野原市野田尻 334-1)
- ・巖出張所 (上野原市四方津 940-2)
- ・大鶴出張所 (上野原市大倉 31-1)
- ・島田出張所 (上野原市鶴島 5433)
- ・桐原出張所 (上野原市桐原 2367-9)
- ・西原出張所 (上野原市西原 3947)

●取扱時間

月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
(土日・祝日・年末年始を除く)

●対象納付書

上野原市に納めていただくもので、納付書の発行者が「上野原市長」であるものおよび山梨県市町村総合事務組合に納める「交通災害共済掛金」

《納付できるものの例》

- ・市・県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税などの市税
- ・介護保険料、後期高齢者医療保険料
- ・こども園保育料、学童保育料
- ・市営住宅使用料
- ・簡易水道使用料

- ・収集粗大ゴミ手数料
- ・土地・建物使用料
- ・出張所会議室使用料 など

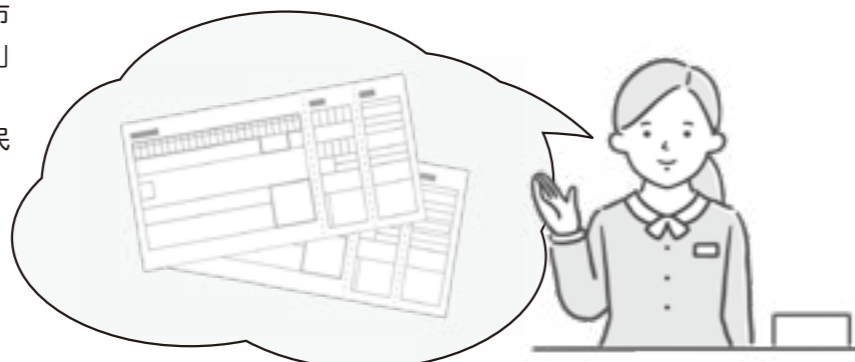
※納付の際には、納付書をお持ちください。

※「交通災害共済掛金納入書」は、各出張所窓口を用意してあります。

●注意事項

国に納める「国民年金」や「所得税」など、県に納める「自動車税」など、また、東部地域広域水道企業団に納める「上下水道使用料」については、出張所での納付はできません。

納期限内での納付にご協力ください♪



1. 貸借対照表 (バランスシート)

貸借対照表とは、年度末時点で市が保有する資産とその財源となった負債や純資産を表した財務書類です。

資産【100%】

市が保有している資産 (単位:千円)

1. 固定資産	65,469,853
・有形固定資産	55,025,508
・無形固定資産	89,684
・投資その他の資産	10,354,661
投資及び出資金	7,202,931
長期延滞債権	58,962
長期貸付金	15,203
基金	3,089,671
徴収不能引当金	△ 12,106
2. 流動資産	4,150,948
・現金預金	711,006
・未収金	65,266
・基金	3,380,428
・徴収不能引当金	△ 5,752
資産合計	69,620,802

負債【20.6%】

将来世代が負担する額 (単位:千円)

1. 固定負債	12,720,038
・地方債	10,444,703
・退職手当引当金	2,275,335
2. 流動負債	1,626,489
・1年内償還予定地方債	1,509,810
・賞与等引当金	116,679
負債合計	14,346,528

純資産【79.4%】

これまでの世代が負担した額 (単位:千円)

純資産合計	55,274,274
資産形成に使った市税や国県補助金等	
負債・純資産合計	69,620,802

2. 行政コスト計算書

行政コスト計算書とは、企業会計の損益計算書にあたるもので、1年間の費用と収益を表した財務書類です。 (単位:千円)

経常行政コスト [a]	11,376,905
1. 人にかかるコスト	2,152,626
2. 物にかかるコスト	5,101,442
3. 移転支的コスト	4,070,410
4. その他コスト	52,427
経常収益 [b]	622,165
・使用料、手数料	154,584
・その他諸収入	467,581
臨時損失 [c] 資産売却損等	17,771
臨時利益 [d] 資産売却益等	0
純経常行政コスト [a-b+c-d]	10,772,510

3. 純資産変動計算書

純資産変動計算書とは、貸借対照表の純資産が1年間でどのように変動したかを表した財務書類です。 (単位:千円)

期首純資産残高	55,448,091
・純行政コスト	△ 10,772,512
・一般財源 (市税、地方交付税など)	8,113,082
・国県等補助金	2,498,282
・固定資産等の変動	△ 12,669
期末純資産残高 (= 貸借対照表「純資産合計」)	55,274,274

4. 資金収支計算書

資金収支計算書とは、1年間の現金の収入と支出をその性質に応じて3つに区分し、表した財務書類です。 (単位:千円)

期首資産残高	777,487
1. 業務活動収支額	2,770,885
収入 (市税、地方交付税など)	10,905,380
支出 (人件費、社会保障給付など)	8,134,494
2. 投資活動収支額	△ 1,861,884
収入 (国県補助金、公共資産等売却収入など)	600,335
支出 (公共資産整備支出など)	2,462,218
3. 財務活動収支額	△ 975,482
収入 (地方債発行など)	825,175
支出 (地方債償還など)	1,800,657
期末資金残高 (= 貸借対照表「現金預金」)	711,006

令和5年度を振り返ってみました!

いぬい 上野原に来て、しばらくは1人暮らしに心細さを感じていました。実家の愛犬とも離れ、心の支えがひとつ無くなりましたが、夏のあの日から毎夜ヤモリが家の窓に現れるようになり、それが私の癒しになりました。



モナ 私は、探索中に見つけたムササビです。ムササビを見るのは人生初だったので、とても嬉しくて一番印象に残っています。上野原には、ムササビの他にも地元では見られない野生動物がたくさんいるので、探索して楽しいです。

ぺんぎん 私は2年目の上野原ですが、印象に残ったことは、通学路で会う猫が人なつっこいことです。実家の周辺にいる猫は、私が近づくと



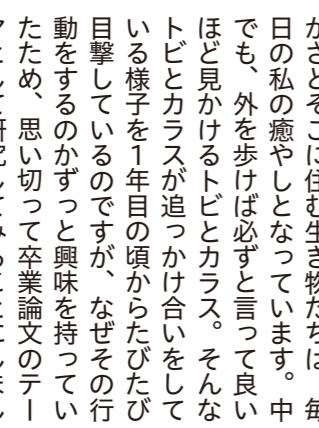
さくま この1年間、車で通学して印象に残ったのは、雪の存在です。地元では滅多に雪が降らないため、地面に雪が積もっていることに感動しました。スリップすることなく通えて安心しています。

りん 上野原に来て3年目、初めて要雪山に登りました。鏡渡橋から登り、山頂を過ぎてそのまま北上。



ずく 私を上野原での生活は3年目となりましたが、上野原の自然の豊かさやそこに住む生き物たちは、毎日の私の癒やしとなっています。中でも、外を歩けば必ずと言って良いほど見かけるトビとカラス。そんなトビとカラスが追っかけ合いをしている様子を1年目の頃からたびたび目撃しているのですが、なぜその行動をするのかずっと興味を持っていました。思い切って卒業論文のテーマとして研究してみようと思いました。これからの研究が楽しみです。

猫虫 おお、みんな上野原ならではの学生生活を楽しんでるね。新年度もまた頑張りますよ!



集落への下り道は細く、滑落しそうな斜面でしたが、普段味わえない冒険のワクワクを感じました。

帝京科学大学ねこの目報道部

『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。

『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。



広報うえのはら版ネコノメ

Vol.58

国民年金保険料学生納付特例制度について

電子申請用QR
 (日本年金機構
 ホームページ)



国民年金に加入している学生で、年金保険料の納付が困難な場合には、申請により在学期間中の保険料の納付が猶予される制度があります。

詳細は日本年金機構ホームページをご覧ください。

- 対象者 大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校に在学し、前年の所得が一定金額以下の人
 - 承認期間 4月～翌年3月(年度途中で20歳になる場合は、誕生日の前日が所属する月～3月)
 - 申請先 大月年金事務所、市民課国保年金担当、秋山支所および各出張所
- ※スマートフォンを利用した電子申請も可能です。事前にマイナンバーカードの取得と、マイナポータルの利用者登録の手続きが必要となりますので、

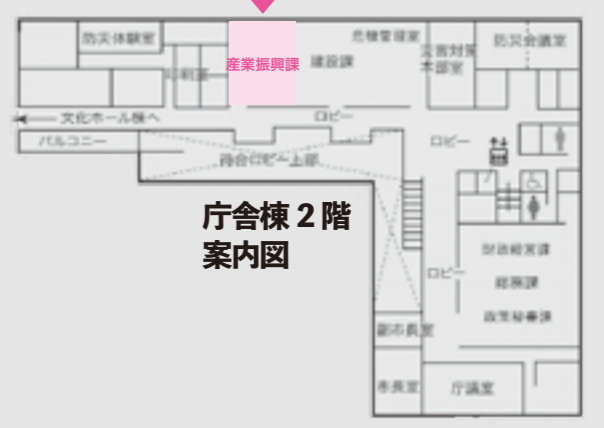
- 申請に必要なもの 学生証または在学証明書、基礎年金番号通知書または年金手帳
- 保険料の追納について 学生納付特例期間については、老齢基礎年金を受け取るための資格期間になりますが、将来受け取る年金額には反映されません。そのため、学生納付特例の承認を受けた期間の保険料は、10年以内であればあとから納めること(追納)ができます。詳細はお問い合わせください。

●問い合わせ
 大月年金事務所 (☎ 22-3811)
 市民課国保年金担当 (☎ 62-3112)

産業振興課引っ越しのお知らせ

庁舎棟1階に窓口があった産業振興課が、4月から庁舎棟2階の建設課横に移動になりました。これは、令和7年度オープンに向けてもみじホール1階に「文化財常設展示室」を整備するため、教育委員会が庁舎棟1階に移転することにもなうものです。市民の皆さんには、ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

●問い合わせ
 産業振興課 (☎ 62-3119)



なお、観光パンフレットなどは、引き続き正面玄関の右側に設置してあります。ぜひご利用ください。また、教育委員会は、庁舎棟1階の旧産業振興課執務室の改修工事が完了後の移転を予定しています。移転の際は、改めて広報などでお知らせします。

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 31 花見



両手掌を上下に叩き合わせる。



横に移動させ、上下の手の位置を入れ替えて叩き合わせる。



右手2指で作った輪を右目のあたりから前へ出す。

うえのはら健康家族



保健だより

●申し込み・問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)

★乳幼児健診

	実施日	該当児
4か月児	5月8日(水)	R5年12月10日~R6年1月6日生
9か月児	5月8日(水)	R5年7月1日~8月4日生
1歳6か月児	4月10日(水)	R4年9月4日~9月25日生
2歳児	4月24日(水)	R4年1月1日~4月20日生
3歳児	4月10日(水)	R2年12月8日~12月31日生

※詳細については、該当児にお知らせを郵送します。
 ※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)

★春の集団検診のご案内

- ◎対象者 市内に住民登録があり、令和7年4月1日までに20歳以上になる人
 - ◎会場・日程(午前実施)
<秋山小学校> 6月15日(土)
 - ◎検査項目 特定(基本)健診、大腸がん、肺がん、胃がん、乳がん、腹部超音波検査、PSA血液検査(前立腺)
- ※定員になり次第締切ります。

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)
※4月は20日(土)に実施します。
- ▶ 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。



★乳がん施設検診

- ◎対象者 市に住民登録があり、令和7年4月1日までに41歳以上になる女性
※R5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2方向検査
 - ◎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。)
- ※市の集団検診で実施する乳がん検診との重複受診はできません。

★子宮頸がん施設検診

- ◎対象者 市に住民登録があり、令和7年4月1日までに21歳以上になる女性
※R5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。)
- ※市の集団検診で実施する子宮頸がん検診との重複受診はできません。

今月号には「保健事業のご案内」が折り込まれています。令和6年度の乳幼児健診や母子保健事業の日程、秋の集団検診・婦人科検診の日程や内容などが掲載されていますので、ご確認ください。

●問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)



●上野原子育て支援センター土曜開所日

- ・日程 4月20日、5月11日、6月15日
 - ・時間 9時~正午/午後1時30分~3時30分
 - ・持ち物 オムツ、飲み物、その他着替えやお弁当など必要な物
 - ・問い合わせ 上野原子育て支援センター (☎ 56-8351)
- ※事前の申し込みは必要ありません。
 ※歳子育て支援センターの土曜開所はありません。

【母子保健事業、育児教室をリニューアルします】

4月から各種育児教室(かるがも・カンガルー教室)をリニューアルし、名称が『ホットスペースこ・こ・あの集い』になります。
 乳幼児期に必要な知識や情報を得る機会が数多く、気軽に参加できる教室になります。

●ホットスペースこ・こ・あの集い

- ・対象 生後9か月未満の乳児とその保護者
 - ・日時 毎週火曜日 午前10時~正午
 - ・場所 総合福祉センターふじみ 2階
 - ・問い合わせ こども家庭センター (☎ 62-1199)
- ※事前の申し込みは必要ありません。
 ※詳しくは、広報4月号折り込みの「令和6年度保健事業のご案内」をご覧ください。

保健師からのメッセージ No.136

今月のテーマ 子育て中の皆さん、集いましょう!

【上野原子育て支援センターの土曜日開所について】

令和5年12月に、0歳から6歳未満の子どもを持つ保護者を対象に、子育て支援センターの利用に関するアンケートを実施したところ、「0歳児の遊ぶ場所がない」、「平日は仕事で利用できない」、「ワンオペのときに利用したい」、「室内の遊び場がほしい」などのご意見が寄せられました。

そこで、4月から6月の3か月間、試行的に、上野原子育て支援センターを月1回土曜日に開所します。試行期間中の利用状況や利用者のご意見をうかがいながら7月以降の土曜日の開所日数を検討していきます。

子育ては、幸せで楽しく素晴らしいことですが、時にはつらくなってしまいうこともありますね。外に出て、気持ちをリフレッシュすることも必要です。子育て支援センターは「同年齢の子どもと一緒に遊べる」、「情報交換ができる」、「歌や手遊び、体操が楽しめる」、「相談ができる」など、親子で過ごせる安心・安全な場所です。皆様のご利用を心よりお待ちしております。



地域密着型サービス 指定候補事業者が決定しました

- 長寿介護課介護保険担当（☎ 62-3128）
福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）

市では、大鶴小学校跡地の利活用による介護施設および障害福祉施設の整備を計画し、地域の住民説明会を経て、整備・運営を行う事業者の公募を行っていましたが、このたび、「社会福祉法人 山の都福祉会」（山梨市）を、上野原市地域密着型サービス指定候補事業者として決定いたしました。今後、令和7年4月の開設とサービス開始に向けて進めていきます。

- 計画施設 地域密着型介護老人福祉施設(29人定員)
※障害福祉施設は、山梨県と協議しながら、今後、具体的なサービス内容と開設時期を決めていきます。

上野原の未来をデザインしよう！ 『うえのはら未来会議』参加者募集

- 政策秘書課政策担当（☎ 62-3191）

市では、人口減少に対応し、持続可能で魅力あふれる上野原市を創ることを目的として「第3期上野原市総合戦略」の策定を進めています。この総合戦略に市民の皆さまのご意見を反映させるために実施する「うえのはら未来会議」の参加者を募集します。

専門的な知識は必要ありません。市の未来を皆さんで描き、実践していきましょう。

- 募集人数 約30人
- 応募資格 市内在住の中学生以上の人で、会議に継続的に参加できる人

※会議は12月まで年7回程度開催する予定です。

※第1回目の会議を4月27日（土）に開催予定です。

- 申込方法 氏名、住所、年齢、電話番号を記載した電子メール

市役所政策秘書課政策担当あて

電子メール seisaku@city.uenohara.lg.jp

- 申込締切 4月15日（月）

お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和6年3月1日現在）		
	人口等	対前月比
人口	21,542人	-46
男性	10,798人	-25
女性	10,744人	-21
世帯	10,034世帯	-16

上野原市行政改革推進委員会 委員を募集します

- 政策秘書課政策担当（☎ 62-3191）

市の行政改革推進にあたり、市民の皆さんの幅広いご意見を反映させ、市民協働によるより良い行政運営を行っていくことを目的として、上野原市行政改革推進委員会の委員を募集します。

- 募集人数 若干名
- 任期 委嘱をした日（5月頃を予定）から令和9年3月31日まで
- 報酬 日額1,000円（距離数により交通費支給あり）
- 応募資格 市内在住の18歳以上の人で、平日日中の会議に継続的に参加できる人

※会議は年6回程度開催する予定です。

※市の常勤一般職および議員は対象外です。

- 提出書類 応募用紙および小論文

※応募用紙は、政策秘書課に用意しています。また、市ホームページからダウンロードもできます。

※小論文のテーマは、市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

- 応募方法 郵送、持参または電子メール
〒409-0192 上野原市上野原 3832
市役所政策秘書課政策担当あて

電子メール seisaku@city.uenohara.lg.jp

- 応募締切 4月22日（月） 当日消印有効



埋蔵文化財の照会について

- 社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

遺跡（周知の埋蔵文化財包蔵地）で建築・土木工事などを行う人には、文化財保護法の規定により、**工事着手の60日前までに届出をする義務**があります。工事を計画している人は、工事場所が遺跡に該当するか社会教育課へ早めに照会してください。

- 照会先 市教育委員会社会教育課窓口
電話 62-3409
FAX 63-4772
Eメール shakaikyoiku@city.uenohara.lg.jp

※工事場所がわかる地図をご用意ください。

特別児童扶養手当・障害児福祉 手当・特別障害者手当について

- 福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）

県は、支給対象者に「特別児童扶養手当」を支給し、市は、各支給対象者に「障害児福祉手当」、「特別障害者手当」を支給しています。

《特別児童扶養手当》

- 支給対象者 身体または精神に中程度以上で永続する障害がある20歳未満の児童を養育している父母など
- 支給額（月額） 1級 55,350円
2級 36,860円

● 支給制限 施設（通園施設を除く）に入所した場合や所得制限に該当する場合は支給されません。

《障害児福祉手当》

- 支給対象者 身体または精神に重度の永続する障害があり、日常生活において常時介護を必要とする在宅の20歳未満の人

- 支給額（月額） 15,690円

● 支給制限 支給対象者が障害を事由とする年金などの給付を受けている場合や、施設などに入所した場合、また所得制限に該当する場合は支給されません。

《特別障害者手当》

- 支給対象者 身体または精神が著しく重度の障害の状態にあるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする在宅の20歳以上の人

- 支給額（月額） 28,840円

● 支給制限 施設などに入所した場合や3か月以上入院している場合、また所得制限に該当する場合は支給されません。

令和6年度「富士山自遊大学」 受講生募集

- 富士山自遊大学事務局（☎ 0555-23-3100）

富士吉田市では、令和6年度の富士山自遊大学受講生を募集しています。多趣多彩な講座を開講して、皆様のご参加をお待ちしています。

詳細については、教育委員会に設置してある富士山自遊大学募集要項（冊子）をご覧ください。



お知らせチェックリスト

重度心身障害者などを対象に タクシー利用料金を助成します

- 福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）

市では、在宅で暮らす重度心身障害者（児）の社会参加と、生活圏の拡大を支援するため、タクシー利用料金の一部を助成します。

- 対象者 次のいずれかに該当する人

- ・身体障害者手帳所持者のうち肢体不自由または視覚障害の個別等級が1級もしくは2級の人
 - ・療育手帳所持者のうち障害の程度がAの人
- ※自動車税の減免を受けている人は対象外です。

- 助成内容 1枚につき普通車初乗り運賃分が利用できるタクシー券を年間最大24枚（交付決定月から翌年3月までの月数×2枚）交付します。

※乗車1回につき、1枚のみ利用可能です。

※初乗り運賃を超えた分は自己負担となります。

- 申請方法 交付申請書を福祉課障害福祉担当へ提出してください。

※交付申請書提出の際は、障害者手帳または療育手帳および印鑑をご持参ください。

※交付申請書は、福祉課窓口にて用意しているほか、市ホームページからダウンロードできます。



無料法律相談会

- 生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

- 日時 5月10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 法律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 4月30日（火）～5月8日（水）（土日・祝日を除く）先着順

※詳しくは、お問い合わせください。

教育委員に 任命されました



2月29日付けで南部晶子さんが教育委員に任命されました。任期は、令和8年3月31日までです。

南部 晶子さん

明響会おさらい会 & 記念演奏特別企画 『さくら』を演奏しませんか

おさらい会で「さくら」を演奏しませんか？

- 日時 6月30日（日）
- 会場 もみじホール（参加無料）
- 対象 これまでに市文化協会の夏休み体験活動（箏曲）に参加した人
- ※上記以外の人はお問い合わせください。
- 申込期限 4月30日（火）

●申し込み・問い合わせ 山口 ☎090-5776-2730

市文化協会芸能部

『福祉芸能大会』開催のお知らせ

市文化協会芸能部では、チャリティー事業として今年度も福祉芸能大会を開催します。多くの人に部員の芸をご覧いただき、福祉に貢献したいと計画しました。どうぞお越してください。

- 日時 4月21日（日）午前10時～
- 会場 もみじホール
- 後援 市、市教育委員会、市社会福祉協議会

●問い合わせ 市文化協会芸能部
志村 ☎090-3081-8887

不正大麻・けし撲滅運動



山梨県富士・東部保健所衛生課
☎0555-24-9033

国と県では、4月～8月の5か月間「不正大麻・けし撲滅運動」を展開します。「大麻」や麻薬の原料となる「けし」は、法律により、所持や栽培などが禁止されています。しかし、「大麻」や「けし」と知らずに栽培してしまう人もいます。また、自生していることもあります。これからの季節（春～夏）は、「大麻」や「けし」が成長し、特徴的な葉や花が現れ、発見しやすい時期になります。もし、「大麻」や「けし」を発見した場合は、抜かずに、最寄りの保健所へご連絡ください。

●大麻やけしの見分け方など（県ホームページ）

<https://www.pref.yamanashi.jp/eisei-ykm/2020taimakeshi.html>

高等支援学校桃花台学園 オープンスクール開催のお知らせ

高等支援学校桃花台学園相談支援部
☎055-263-7760

高等支援学校桃花台学園は、軽度知的障害のある生徒の企業就労を目指した高等支援学校です。

学校概要の紹介や専門教科の授業見学、生徒による授業の紹介、卒業後の進路についてなど、学校のことがよくわかるオープンスクールに参加してみませんか。

- 対象 中学生（2・3年生）・保護者・教員
- 日時 5月14日（火）午前、5月28日（火）午前 ※どちらかにご参加ください。
- 場所 県立高等支援学校桃花台学園（笛吹市石和町中川1400 ☎055-263-7760 FAX055-263-0741）
- 申込方法 各学校に案内を送付しておりますので、学校を通じてお申し込みください。なお、小学生保護者および教員、福祉関係者などを対象としたオープンスクールは、7月に開催予定です。

高齢者叙勲

地方自治功労 旭日単光章

石井 義定さん（上野原地区在住）



令和5年10月1日付けで、石井義定さんが高齢者叙勲を受章されました。

石井さんは、平成7年に旧上野原町議会議員に初当選して以来、3期9年の長きにわたり在職し、議長を務めるなど、旧上野原町の発展に大きく貢献しました。また、町村合併後は、市議会議員も務め、上野原市政をはじめとした地方自治の発展に尽力されました。受章にあたり、「長年支えてくれた家族、親戚、地域の人に感謝している」と話していました。

山梨県省エネ・再エネ設備 導入加速化事業費補助金



省エネ・再エネ設備導入加速化事業費
補助金事務局 ☎055-242-6260

県では、原油価格などの高騰に直面する県内事業者の皆さんのエネルギーコスト削減を支援するため、省エネルギー設備、再生可能エネルギー設備の導入に要する経費の一部を助成します。

- 対象者 中小企業者、農林漁業者、福祉施設・医療機関などを運営する者など
- 対象設備
【省エネ設備】
照明設備、高効率空調、業務用給湯器など
【再エネ設備】
太陽光発電設備、蓄電池、太陽熱利用設備
- 補助率 2/3以内（福祉施設などの場合は3/4以内）
※補助金額には、上限額および下限額があります。
- 申請期限 5月10日（金）
※申請方法など詳細は、県ホームページをご覧ください。

お知らせ

第四回上野原市チャリティーコンサート
～能登半島地震災害支援～

渥美二郎
スペシャルコンサート

5月18日（土）14:00 もみじホール
チケットは市内取扱店で
【問】オフィスはな ☎090-1434-1086

市アマチュアゴルフ 選手権大会参加者募集

市アマチュアゴルフ選手権大会事務局
横瀬 ☎090-1791-0945

- 日時 5月6日（月・祝）
- 場所 上野原カントリークラブ
- 参加費 3,000円（賞品代・連盟協力金含む）
- プレイ代 16,350円（セルフプレイ、食事・消費税込）、その他自己負担
- 定員 160人（定員になり次第締め切ります）
- 参加資格 市内在住・在勤の人
- 申込方法 参加申込書（1人でも可）に必要事項を記入の上、地区役員または大会事務局へ提出。
- 地区役員（敬称略）
▼甲東地区 網野秀行
▼四方津地区 木村信男
▼コモア地区 大枝靖
▼八ツ沢地区 小林輝男
▼松留地区 大神田治雄
▼大鶴地区 加藤哲夫
▼島田地区 佐藤和弘、河内剛
▼上野原地区 富田裕久、飯田隆男、横瀬明
▼桐原地区 長田章
▼西原地区 奈良長光
▼秋山地区 野崎栄作
- 申込期限 4月23日（火）
※詳しくは、お問い合わせください。



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

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



登山道をみんなできれいに！

コヤシロ山清掃ハイキング

4月29日（月・祝）午前9時～

【参加申込】八重山トレイルレース
実行委員会 事務局 木村
TEL:63-1040 FAX:62-5495
Mail: info@yaeyama-trail.com



消防 永年勤続表彰

3月16日（土）、山梨県立文学館にて開催された「第76回山梨県消防記念日式典」において、永年にわたり消防団で活躍している人に各種表彰が行われました。

受章者等（敬称略）

《消防庁長官定例表彰》

【永年勤続功労章】

船木力男、関戸俊仁、坂本美登

《知事定例表彰》

【勲功章】

加藤哲夫、安藤剛

《日本消防協会会長表彰》

【功績章】

安井和雅

【精績章】

船木力男、関戸俊仁

【勤続章】

白鳥里志、水野成仁、水越一彦、森屋智之、梶原明仁、和智称之、溝呂木克人、大庭邦雄、小林信一、佐藤文男、加藤浩一、志村文男、池田忠、遠藤英樹、山下吉丸、石井誠司、木下浩、佐渡忠行、岩木義英、長谷川政光、船木示一、降矢学、奈良善信、奈良隆行、武原清正、井上政司、杉本茂光

定期的に家族防災会議を行いましょう！



災害はいつ発生するかわかりません。特に地震においては、家族がバラバラにいるときに発生する可能性があります。災害が発生したときの対応や連絡方法などを家族全員で共有するため、家族防災会議を行いましょう。また、会議は1度だけでなく、定期的に行うようにしましょう。

家族防災会議で話し合っておくべきことの一例

- ①ハザードマップや被害想定から、自分の住む地域の災害リスクを確認
- ②大地震に備えたわが家の安全確認（自宅内の危険箇所や安全な場所など）
- ③避難場所や避難所への経路を、昼間と夜間、それぞれ実際に歩いてみる
- ④家庭内での備蓄品と保管場所の確認（期限切れの食品や薬がないかなど）
- ⑤非常持ち出し品の準備（季節によって中身が違うことに注意）
- ⑥消火用品、防災資機材などの準備
- ⑦災害時の対応確認。高齢者がいる家庭は、その避難方法。ガス栓・ブレーカーの措置など
- ⑧家族の連絡方法の確認、災害用伝言ダイヤル（171）や災害用伝言板などの安否確認ツール、SNSなどの活用

…など

図書返却ポストのご案内

●問い合わせ 社会教育課図書館担当（☎ 63-5241）

JR 上野原駅の北口と南口をつなぐ通路に、図書返却ポストを設置しました。このポストでは、市立図書館、移動図書館車「リンデン号」で借りた図書と雑誌を返却することができます。ぜひご利用ください。



●注意事項 DVD や CD、他館から借りた資料は、必ず図書館が開いている時間にカウンターまでお持ちください。また、ポストに返却された資料などは、返却処理が完了するまでに時間がかかるため「貸出中」となっている場合があります。

※詳しくは、お問い合わせください。

令和6年度市税・使用料などの納期 ●問い合わせ 税務課収納担当（☎ 62-3113）

月別	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
納期限・口座振替日	5月31日	7月1日	7月31日	9月2日	9月30日	10月31日	12月2日	12月25日	1月31日	2月28日
市・県民税		全期・1期		第2期		第3期			第4期	
固定資産税	全期・1期		第2期					第3期		第4期
軽自動車税	全期									
国民健康保険税			第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期
介護保険料			第1期	第2期	第3期	第4期	第5期		第6期	
後期高齢者保険料			第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期
こども園・保育所・学童保育料	毎月末日			ただし12月は25日						
市営住宅使用料	●納期限が土・日、祝日にあたる場合には、その翌営業日が納期限となります。									
上・下水道使用料	●口座振替で納税・納入されている人は、納期限前までに預貯金の残高を確認してください。									
簡易水道使用料	●法改正などにより納期限が変更になる場合もありますのでご注意ください。									
	●上・下水道使用料および簡易水道使用料の納期は2か月に1度となります。									

※納め忘れのないように、口座振替をお勧めします。市内金融機関の本・支店の口座をお持ちの方は、口座振替に切り替えることができます。申込用紙は、市内の金融機関窓口および市役所税務課窓口にて用意しています。口座振替をご利用いただくことで市の経費節減につながりますので、皆様のご協力をお願いします。

【納付方法別・1件に係る経費比較】

- 口座振替納付…………… 約10円
- 銀行・郵便局納付…………… 約330円（QRコード印字納付書は除く）
- コンビニ納付…………… 約60円

※上下水道使用料および簡易水道使用料は、口座振替の申し込み方法が異なります。上下水道使用料の口座振替については、水道企業団上野原事務所（☎ 63-0523）へ、簡易水道使用料の口座振替については、生活環境課簡易水道担当（☎ 62-3114）へお問い合わせください。

令和6年4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	18日（木） 午後1:00～5:15	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）	こども家庭センター （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	4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

クーポンは、切り取ってお使いください。

おトクーポン協力店募集中

広報うえのはらにクーポン券を提供していただける市内事業者を募集しています。掲載は無料です。工夫次第で新規顧客やリピーターを獲得できるかもしれません。ぜひご利用ください！

政策秘書課
秘書広報担当
☎ 62-3191

誕生

- 巖地区**
田中奨空 (健奨)
- 上野原地区**
町田楓佳 (恭兵)
鷹取あのん (愛)

婚姻

- 桐原地区**
坂本拓也 = 井上咲希

死亡

- 大目地区**
久島武正 (正史)
網野大文 (智)
- 島田地区**
梶原純子 (智覚)
- 上野原地区**
加藤頼男 (利光)
荒井エミ子 (文男)
橋本光義 (純子)
- 桐原地区**
岡部房江 (春美)
- 西原地区**
奈良なか糸 (剛)
武原守雄 (健)
- 秋山地区**
佐藤敦子 (強)
澤井重光 (久美子)

=2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】 4月4日(木) 午前10時～正午
5月2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をお願いします。室内では、各自で水分補給のみをお願いします。
【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】 4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】 4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】 4月20日(土)
【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】 4月13日(土) 午前10時～正午
【場所】 コモア内4丁目ウエスト集会所
【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桐原プレパ。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。



すくすく育て
うえのはらっ子～我が家の主役～



大鶴地区 **尾形 怜臣くん** (1歳4か月)
武さん、美緒さんの長男
“すくすく大きくなる怜臣くんが
パパもママもだいすきです!”

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】 4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)

● 『ごちゃませ広場☆こんぺいとう』

【日時】 4月24日(水)
【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)

クーポンは、切り取ってお使いください。

おトクーポン協力店募集中

広報うえのはらにクーポン券を提供していただける市内事業者を募集しています。掲載は無料です。工夫次第で新規顧客やリピーターを獲得できるかもしれません。ぜひご利用ください！

政策秘書課
秘書広報担当
☎ 62-3191

定休日/水曜 営業時間/9:00~18:00

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

●●●上野原市立病院 4月の外来診療 ●問い合わせ 市立病院 ☎62-5121

診療科・診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内科 一般外来	午前 初診 浮田(健)・細川	飯野・三澤	全・小池	三澤・村田	三澤・担当医	内科医師
	午前 予約 三澤(仁)・小池・唐澤	岡本・村田・片山・小池(第135のみ)	浮田(健)・長坂(浩)・演	浮田(健)	岡本・村田・進藤	
専門外来 【予約制】	午前					
	午後	<腎臓>尾田	<糖尿病>高橋	<腎臓>担当医(隔週) <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	杉田	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		
整形外科	午前	高橋(尚)・片山	須田	戸島・重橋	倉繁・片山	金沢・片山
眼科 【一般外来】	午前 午後	河西			佐藤	四條
耳鼻咽喉科	午前 午後		山下	渡邊		石井
泌尿器科	午前		岡根谷		村石	
婦人科	午前					山梨大非常勤医師 (受付8:00~10:30)
西原診療所	午後			内科医師 第3水曜日のみ		
秋山診療所	午前 午後	岡本注4		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、3月19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ご相談ください。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 第1・3・5月曜日は、午前のみ診療・午後休診です。

上野原市立病院〈睡眠外来〉竹内暢医師の睡眠コラム #13



睡眠薬の代わりの寝酒は不眠のもと

適度な飲酒は、心も身体もリラックスできるのでおすすめです。適度という言葉は、なかなか難しいようです。確かに、眠れないときにお酒を飲むと、意外に眠れたと感じたことがある人は多いと思います。睡眠薬はボケるからお酒の方がいいのではと考えても、お酒にはリラックス作用もありません。お酒にはリラックス作用もありませんが、お小水を出やすくする作用もあります。そのため、眠りをちよこちよこ断ち切ってしまう、睡眠に悪い影響を与えます。また、長期的な飲酒は、深い睡眠を奪い、以前と同じような眠りを求めると、飲酒量が増える傾向があります。さらに、お酒と睡眠薬を同時に使うと、寝ぼけて料理をしたり、物を食べたりに、夢遊病者のような症状が出てしまうこともあります。お酒にしても、睡眠薬にしても、適切な使い方が求められるという点では、どちらも変わらないのかもしれないですね。

スマイルニュース

SMILE NEWS # 208
男女共同参画推進委員会

市長への提言

上野原市男女共同参画推進委員会は、2月19日、村上市長に令和5年度の活動報告を届けるとともに、「市長への提言」を申し入れました。

この1年間、委員会は「広報うえのはら」で「スマイルニュース」の掲載を毎月続け、ぴゅあフェスティバルで寸劇を上演するなど、男女共同参画社会実現のための啓発活動に取り組みました。委員自身も毎月の委員会や外部の講座を聴講するなど認識を深めてきました。

市長への提言は、次の8項目を申し入れました。

- ①家庭内における男女間の古い固定観念の払拭
- ②政策意思決定過程への女性の参加
- ③本市の男女共同参画推進委員について
- ④仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)
- ⑤相対的貧困率の改善
- ⑥女性に対する暴力(女性の人権の侵害)
- ⑦小中学校時代における男女共同参画社会の基礎基本について
- ⑧地域における男女共同参画について

市長との懇談の中で、提言①に関して、若い人たちの間では、家事や育児の分担について進んできてはいても、男性の育児休業の取得などについては、一層の努力が必要となっていると話が進みました。上野原市では、女性職員の管理職への登用が進んできましたが、男性を含めた勤務条件の改善が求められています。

人口減少、少子高齢化が進んでいる市の状況を考えると、地域や民間企業でも、男女共同参画社会の実現のための活動が必要になってきているなどの話が語られました。



【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

リンデンだより

LINDEN DAYORI
市立図書館

一般書

- ◇『のち更に咲く』 澤田瞳子/著 新潮社
- ◇『そして誰かがいなくなる』 下村敦史/著 中央公論新社
- ◇『中野のお父さんと五つの謎』 北村薫/著 文藝春秋

児童書

- 『ふでばこのくにの冒険』 村上しいこ/作 岡本順/絵 童心社
- 『世界が広がる! 地図を読もう』 今和泉隆行/著 誠文堂新光社
- 『海のこびとと霧のおぼけ』 サリー・ガードナー/作 リディア・コーリー/絵 ポプラ社

絵本

- ◆『こどもべやのよる』 出久根育/文・絵 岩波書店
- ◆『ぼくは、ういている』 なががわちひろ/作 のら書店
- ◆『うちのピーマン』 柴田ケイコ/絵 川之上英子/文 アリス館

図書館イベント

- 子ども映画会 『ダンボ』ほか
4月13日(土) 午前10時~/午後2時~ 会議室
- あおぞらおはなし会 『そらいっぱいこのいぼり』ほか
4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
- リンデンドーム朗読館
『「ナミダさん」村岡花子/作』ほか3話
4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

クローズアップニュース

広報うえのはら版ネコノメ

うえのはら健康家族

お知らせチェックリスト

すくすく育つうえのはらっ子

リンデン・スマイルニュース

上野原フォトレコード



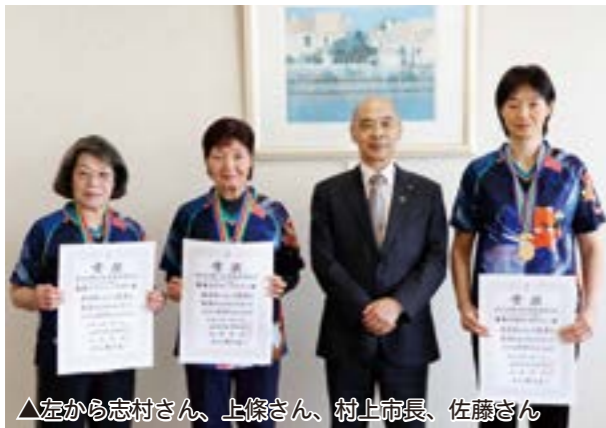
市民の安心・安全のために 消防団員入団促進キャンペーン

2月27日(火)、28日(水)、上野原駅および四方津駅で新規消防団員確保のためのキャンペーンが行われました。キャンペーンでは、通勤通学する人に広報用マスクを配布し、消防団への入団を呼びかけました。消防団員数は、全国的にも上野原市においても減少が続いており、地域防災力の低下につながる事が危惧されています。市では、新規消防団員を募集するとともに消防音楽隊員も随時募集中です。



上野原市から3人優勝の快挙 野口杯争奪卓球大会

3月2日(土)、3日(日)、甲府市で開催された「第78回野口杯争奪卓球大会」の女子ダブルスにおいて、上野原卓球連盟の上條末子さんと志村信江さんが150歳以上の部で優勝、さらに、同連盟の佐藤知子さんが129歳以下の部で優勝しました。78回を数える県内随一の歴史あるこの大会での優勝に佐藤さんは、「子どもの頃にずっと勝てなかった選手にも勝って優勝できたことが本当に嬉しい」と話していました。



△左から志村さん、上條さん、村上市長、佐藤さん

冬の伝統行事で地域交流 もちつき交流会

2月24日(土)、八米地区で「もちつき交流会」が開催されました。この会では、上野原市への移住者を中心に集まった約60人が、地元の人が育てたもち米を使用した餅を食べながら地域交流をしました。もち米を提供していただいたり、自家製の漬物も持ち寄っていただくなど、地元の協力のおかげで会にはぎやかとなり、参加者はつきたての餅や漬物などのおいしさに笑顔を見せていました。



ユネスコ無形文化遺産の踊り念仏 無生野の大念仏

2月25日(日)、秋山地区の無生野集会所で「無生野の大念仏」が行われました。青竹や注連縄、紙の切り飾りによって飾られ、荘厳な空気に包まれた会場には、念仏の声や太鼓・鉦の音が響き渡り、多くの人が見守る中、県下唯一の踊り念仏である大念仏は披露されました。令和4年11月にユネスコ無形文化遺産に風流踊として登録されたこの大念仏、地元の意気はますます盛んとなっています。



最期まで笑って生きていくために 人生会議をしてみませんか？

2月18日(日)、もみじホールで「人生会議」をテーマにした講演会が開催されました。講演会には、岐阜市に拠点を置く小笠原内科クリニック・小笠原文雄医師を講師にお招きし、人生会議のポイントや重要性、在宅医療の現場で実践してきたこと、最期まで笑って生きていくための心構えについてお話しいただきました。参加者は、命の尊さに触れるとともに、最期まで自分らしく生きるために必要なことを学びました。



うえのはらの未来を考える 市民と議会との意見交換会

2月18日(日)、もみじホールで「市民と議会との意見交換会」が開催されました。この会は、市が抱えている課題や市の未来について、市民の皆さんと市議会とが語り合い、その貴重なご意見を市政に活かせるよう企画したもので、この日は「うえのはらの未来を考える」をテーマに、地域公共交通の利便性向上や人口減少対策、若者の活躍についてなど、市の未来を想うご意見が活発に飛び交いました。



山梨県代表として全国へ 都道府県対抗剣道優勝大会

2月4日(日)、甲府市で開催された「第72回全日本都道府県対抗剣道優勝大会山梨県予選」次鋒の部で、市内のスポーツ少年団「天心館」に所属する大学生の大澤榎也さんが優勝しました。次鋒の大澤さん含む団体選山梨県代表は、4月29日(月・祝)に大阪府で開催される本大会へ出場し、各都道府県予選会各部門の優勝者で構成された強豪団体たちと日本一をかけて戦います。



▲大澤榎也さん(右)

介護予防でつながる輪 タイ王国視察団が表敬訪問

2月13日(火)、タイ王国の視察団が上野原市を表敬訪問し、日本の公衆衛生、市が実施する介護予防などの高齢者施策についての研修会が開催されました。研修後に視察団は、実際に市で行っている事業を見学し、積極的に質問をする姿も見られました。視察団員は「今回たくさんのごことを学ばせていただいた。このことを自国での取り組みに活かしていきたい」と話していました。



上野原 PhotoRecord + プラス



子どもたちの健やかな成長を願って…

「見守り鈴」を作りました！

3月7日(木)、総合福祉センターふじみで上野原地区更生保護女性会のメンバーが見守り鈴を手作りしました。この鈴は、子どもたちの安全と健やかな成長を願って作ったもので、昨年からはじめた取り組みとのこと。4月に小学校に入学する上野原市、丹波山村、小菅村の児童合わせて101人に配られます。会長の市川幸子さんは「子どもたちが元気で健やかに育つよう思いを込めました」と笑顔で話してくれました。



日大明誠高校が園児を学校へ招待

広いグラウンドでのびのび遊びました

1月26日(金)、日大明誠高校が上野原こども園の園児を学校へ招待し、グラウンドを開放してくださいました。かねてより日大明誠高校と上野原こども園は交流が続いていましたが、コロナ禍により数年途絶えており、高校は、コロナ禍前のように、また地域との交流を盛んにしていきたいとの想いから今回の招待に至ったとのこと。園児は青々とした人工芝の大きなグラウンドに興奮し、駆け回っていました。



平和を願う浪曲と秋山の民話

秋山中学校で浪曲口演

2月22日(木)、秋山中学校で浪曲鑑賞会が開かれました。秋山小5・6年生児童と秋山中生徒が参加したこの会には、上野原市PR大使である浪曲師・木村勝千代さんと曲師である沢村まみさんが招かれ、児玉辰春原作の広島原爆をテーマとした絵本作品「まっ黒なおべんとう」と秋山地区の民話「姥捨山」を浪曲にて口演しました。この日浪曲に初めて触れたという児童・生徒は、熱演に聞き入っていました。

