

UENOHARA

広報うえのはら

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public
Relations

5

2024年
No.231

小よく大を制す 上野原から世界へ

3x3 (スリーエックススリー) の国内プロリーグ「3x3.EXE PREMIER JAPAN」への新規参入が決定した「上野原サンライズ .EXE」。トライアウトなどによりチーム編成も決定し、2024シーズンの闘いが“今”始まる。

山田 光哉

[上野原サンライズ .エグゼ]

「広報うえのはらおトククーポン」は23ページ左端に掲載しています。



UENOHARA 上野原サンライズ .エグゼ

SUNRISE.EXE

始動



UENOHARA 上野原サンライズ .エグゼ SUNRISE.EXE

人口2万人規模の小さな街上野原市から、3x3（スリーエックススリー）プロバスケットボールチームが誕生しました。チームの名は「上野原サンライズ .EXE」。昨年12月に市とチーム運営会社である株式会社山梨プロスポーツオフィスとの間で締結した「ホームタウン推進に関する連携協定」に基づき、上野原市をホームタウンとした地域密着型のスポーツチームとして、市民に感動と彩りをもたらすとともに、市のスポーツ振興やまちづくりへの貢献、地域振興などに寄与することを目的として、活動していきます。

プロリーグ 3x3.EXE PREMIER JAPAN 参入

3x3（スリーエックススリー）とは、ストリートバスケットボールとして、世界各地で自由なローカルルールのもと親しまれてきた3人制のバスケットボールです。「スリーオンスリー」や「スリーバイスリー」などとも呼ばれており、若者を中心に支持を集め、五輪正式種目としても採用されています。この3x3のプロチームである「上野原サンライズ .EXE」は、国際バスケットボール連盟（FIBA）承認の3人制バスケットボール国内プロリーグである「3x3.EXE PREMIER JAPAN」への新規参入が決定しました。チームは、5月25日（土）に静岡県焼津市で行われる試合を初陣として、9月まで行われる2024シーズンを闘います。広報うえのはらは、代表選手へのインタビューとして、チーム唯一の上野原市出身である山田光哉選手と、強化担当役員兼テクニカルアドバイザー兼選手である長谷川恵一選手に、今後のチームとしての活動に対する意気込みなどを伺いました。



上野原サンライズ .EXE 唯一の上野原市出身
やまだ みつや
山田 光哉 選手

私は、生まれも育ちも上野原市で、上野原小学校、上野原中学校を卒業し、日川高校、山梨学院大学へと進学して、ずっとバスケットボールを続けてきました。そして昨年12月、上野原市をホームタウンとする3x3のチームが誕生したことを知り、この街を活気のある街にするためには、上野原市民である自分が頑張らないといけないと思い、このチームのトライアウトを受けました。

今後は、上野原サンライズ .EXE が日本で有名なチームになれるよう、また、上野原市民の皆さんが3x3やバスケットボールに興味を持っていただけるよう精一杯頑張っていきます。



MATCH SCHEDULE 2024

3x3.EXE PREMIER JAPAN 2024 試合日程

対戦相手	日時	会場
EPIC .EXE	5月25日（土）午後1時5分～	焼津 PORTERS
SHONAN SEASIDE .EXE	5月25日（土）午後2時35分～	焼津 PORTERS
BRIDGE LINE .EXE	6月1日（土）午後12時40分～	品川インターシティ「S&R 棟前屋外広場」
SANJO BEATERS .EXE	6月1日（土）午後2時5分～	品川インターシティ「S&R 棟前屋外広場」
TRYHOOP OKAYAMA .EXE	6月22日（土）午後4時20分～	オアシス 21「銀河の広場」
SAITAMA WILDBEARERS .EXE	6月22日（土）午後5時20分～	オアシス 21「銀河の広場」

and more...

OTHER その他情報

上記の日程以降、9月上旬まで試合が予定されています。以降の試合日程の詳細およびチケットの購入方法などについては、3x3.EXE PREMIER ホームページをご確認ください。



Sunrise Festa サンライズフェス'2024

上野原市で生まれた3x3プロチーム「上野原サンライズ .EXE」が、音楽とスポーツを交えた初めてのホームイベントを開催します。

※イベントの詳細については、チーム公式ホームページをご確認ください。

日時 5月6日（月・振休）午前11時～午後4時

場所 市役所センタープラザなど

内容 上野原サンライズ .EXE デモゲーム、
ステージパフォーマンス、フード&ドリンク・
ショッピング出店 ほか



強化担当役員兼テクニカルアドバイザー兼選手

は せ が わ け い い ち
長谷川 恵一 選手

2年ぶりに選手として3x3のコートに立ちます。38歳での現役復帰は、あのマイケルジョーダンと同じです。そして今年39歳。マイケルジョーダンまでには到底及びませんが、同年代または上の世代の方々に、元気や勇気を与えられるようなプレーをしたいと思っています。記録に残ることはもちろん大切なことですが、皆さんの記憶に残るような選手およびチームを目指し、勝ちに貪欲に日々精進して練習していきます。上野原市の地域活性化、また、3x3がよりメジャーに、より発展していけるように尽力していきたいと思っています。



PLAYER PROFILES

所属選手紹介

UENOHARA SUNRISE.EXE

#1

KEIICHI HASEGAWA



名前 | 長谷川 恵一 ハセガワケイチ

出身 | 新潟県

身長 | 190cm

体重 | 83kg

記録にも記憶にも残る
チームを目指します!

UENOHARA SUNRISE.EXE

#6

JUON AZEGAMI



名前 | 畔上 樹音 アゼガミジュオン

出身 | 東京都

身長 | 174cm

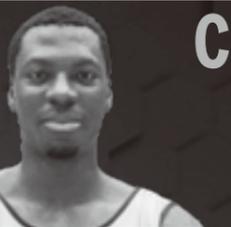
体重 | 79kg

常に挑戦を忘れず、
チームに貢献します!

UENOHARA SUNRISE.EXE

#7

COULIBALY GAOUSSOU



名前 | クリバリー ガウソウ

出身 | マリ共和国

身長 | 203cm

体重 | 105kg

上野原サンライズを
トップに導きます!

UENOHARA SUNRISE.EXE

#9

DAIZEN SAEKI



名前 | 佐伯 大全 サエキダイゼン

出身 | 東京都

身長 | 181cm

体重 | 77kg

チームのために全
力で頑張ります!

UENOHARA SUNRISE.EXE

#21

YVES NIYOKWIZERA



名前 | イーヴェ ニヨキゼラ

出身 | ブルンジ共和国

身長 | 201cm

体重 | 110kg

チームの勝利のため、
精一杯頑張ります!

UENOHARA SUNRISE.EXE

#29

JOHNPAUL OPIA



名前 | ジョンポール オピア

出身 | ナイジェリア

身長 | 189cm

体重 | 86kg

上野原サンライズに参
加できて嬉しいです!

UENOHARA SUNRISE.EXE

#64

mitsuya YAMADA



名前 | 山田 光哉 ヤマダミツヤ

出身 | 山梨県上野原市

身長 | 180cm

体重 | 80kg

上野原出身として地元
のために頑張ります!

上野原サンライズ.EXEでは、公式ホームページでチーム情報や各種イベント情報を発信していくほか、InstagramやYouTubeなど各種公式SNSでも随時情報を発信していきます。ぜひ皆さんもチームの活躍をチェックしてみてください。

Instagram



Facebook



X(旧Twitter)



YouTube



チーム主催トライアウトの様子①



チーム主催トライアウトの様子②



チーム主催トライアウトの様子③

リーグを闘う 7名の選手が集結

上野原サンライズ.EXEでは、国内プロリーグ「3x3.EXE PREMIER JAPAN」へ新規参入が決定し、リーグを闘う選手を獲得するため、チーム主催のトライアウトを2月4日(日)に旧平和中学校体育館で実施しました。トライアウトには、100人以上の入団希望者の中から書類選考にて選ばれた19人が参加し、実践形式や面談などによる選考が行われた結果、上野原市出身の山田光哉選手がチームに加入することとなりました。また、2月12日(月・振休)には、リーグが主催するトライアウトであり、複数のプロチームスカウトが参加する「3x3.EXE PREMIER COMBINE」が東京都町田市内で実施され、このトライアウトでチームは、ジョンポール・オピア選手を獲得しました。さらに、これまで大学やプロチームなどで活躍し、バスケットボール選手としての実績があるクリバリー・ガウソウ選手、畔上樹音選手、イーヴェ・ニヨキゼラ選手、佐伯大全選手の4選手を加え、強化担当役員兼テクニカルアドバイザーでもある長谷川恵一選手を筆頭に、2024シーズンを闘う7名の選手がここに揃いました。

県内初！「スマホ市役所」を開設しました！

「行かない・書かない・待たない役所窓口」を実現

●問い合わせ 総務課情報推進担当（☎ 62-3117）

市では、上野原市公式 LINE を大幅リニューアルし、LINE 公式アカウントから行政手続きが可能となる「スマホ市役所」を山梨県内で初めて開設しました。今後は、市民の皆さんのニーズに合わせて随時アップデートしてまいりますので、ぜひ友達追加をお願いします。



上野原市スマホ市役所の特徴

24 時間 365 日 LINE から証明書請求・手数料の支払い

各種証明書（住民票の写し、戸籍附票、税の証明など）を、市役所の窓口に行かなくても、24 時間 365 日オンラインで請求可能。

公共施設・運動施設の予約と支払いが LINE で完結

市が運営する公共施設（会議室やもみじホールなど）の予約と利用料の支払いが LINE で可能。予約内容は LINE で確認でき、前日に予約確認通知が LINE で届く。キャンセルや変更も開庁時間を気にせずいつでもオンラインで可能（8 月公開予定）。

PUSH 型の支援

友だち追加して受信設定を行うことで、住民一人ひとりに当てはまる手続きや制度に関するお知らせを「PUSH 型」で配信（ごみの日アラーム、防災無線など）。みずから検索することなく、必要な情報が随時通知され、手続きもそのままオンラインで可能。

上野原市スマホ市役所で提供するサービス

- 住民票等の証明書請求
- 公共施設の予約
- 保育園の出欠席連絡や、保育園からの案内通知
- 防災情報や暮らしの情報配信
- 避難所検索
- ゴミ収集日通知
- 道路・街路灯の不具合などの通報

※提供サービスは今後も拡張予定です。
※公共施設予約は準備が整い次第公開します。



友だち追加



国民健康保険の手続きはお済みですか？

退職や就職などにもなう加入・喪失は 14 日以内に手続きを

●問い合わせ 市民課国保年金担当（☎ 62-3112）

退職したとき

職場の健康保険や後期高齢者医療保険などに加入しないときは、必ず国民健康保険に加入しなければなりません。加入手続きが遅れると、一度に納める保険料が高額になる場合がありますので、必ず本人または同一世帯の人が手続きしてください。

《手続きに必要なもの》

- 健康保険資格喪失証明書または退職証明書など
- 世帯主と国保加入者のマイナンバー確認書類（マイナンバー（個人番号）カードや通知カード）
- 窓口に来た人の身分証明書（運転免許証などの顔写真付きの証明書）

※次の場合は国保への手続きは不要です

- 引き続き職場の健康保険を任意継続する場合
- 転職先などの新たな健康保険に加入する場合
- 家族の健康保険の扶養に入る場合

就職したとき

●国民健康保険に加入している人が、新たに職場の健康保険に加入する場合は手続きが必要です

職場の健康保険に加入しても、自動的に国民健康保険の資格が喪失するわけではありません。

喪失の手続きをしないと、国民健康保険税が請求され続けることとなりますので、必ず本人か同一世帯の人が手続きしてください。

《手続きに必要なもの》

- 国民健康保険証
- 職場の健康保険の保険証
- 世帯主と国保喪失者のマイナンバー確認書類（マイナンバー（個人番号）カード）や通知カード
- 窓口に来た人の身分証明書（運転免許証などの顔写真付きの証明書）

教えてください。
あなたの「こころの風景」のこと。

「にっぽん縦断こころ旅」お手紙募集

NHK-BS プレミアム 4K および NHK-BS で放送する「にっぽん縦断こころ旅」。俳優の火野正平さんが、番組に寄せられたお手紙をもとに日本各地の「こころの風景」を訪ねる旅番組です。今年で 14 シーズンを迎えるこの番組では、4 月 8 日（月）から「2024 春の旅」がスタートします。

「2024 春の旅」は、4 月 8 日に南国、鹿児島をスタートし、熊本、長崎、佐賀から三重に渡り、愛知、岐阜、静岡、山梨を経由して春の長野を目指す 10 週間の旅です。旅の手がかりは、視聴者の皆さんから寄せられたお手紙で決定します！

何気ない風景や思い出の風景、忘れられない風景、みんなに伝えたい風景、また、音の記憶と重なる情景など、皆さんの心にある、「こころの風景」をエピソードを添えて応募しませんか？

●応募方法 住所、氏名、電話番号、年齢、思い出の場所・風景、場所にまつわるエピソードを記入して、下記までお送りください。

●応募先

- 番組ホームページ <http://nhk.jp/kokorotabi>
- FAX 03-3465-1327
- 郵送 〒150-8001 NHK「こころ旅」係

●応募締切 5 月 13 日（月）必着



2024 上野原市の予算編成

前年度比 1 億 1,292 万 3 千円増 (+1.0%) の
112 億 7,665 万 1 千円

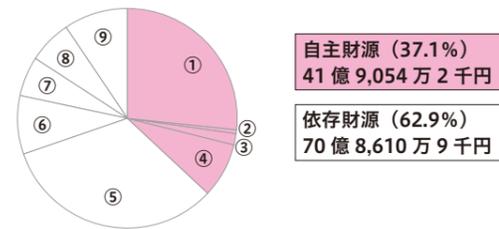
令和6年度の予算編成

今年度当初の一般会計の総額は、112億7665万1千円、前年度の当初予算に比べて1億1292万3千円の増(+1.0%)となっています。予算編成にあたっては、前年度に引き続き「上野原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」に基づき、すべての市民が安全・安心に生活を営むことができる地域基盤の整備、地域を担う個性豊かな人材の確保・育成に力を入れています。

また、魅力的で多様な就業機会の創出や若者世代に対する結婚・出産・子育ての支援に重点を置くなど、人口減少に歯止めをかけ、将来にわたる活力あるまちづくりを進められるように、事業の成果や施策の優先度を精査し、財源の重点的・効率的配分に努めました。

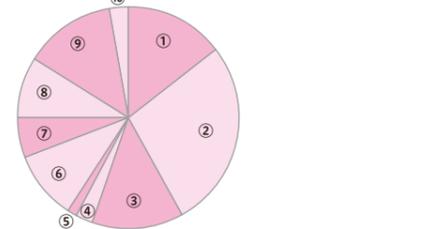
● 財政経営課財政担当
(☎62-3118)

▶▶▶ 一般会計歳入の内訳 歳入総額 112 億 7,665 万 1 千円



- ①市税.....30 億 2,888 万円 (26.9%)
- ②分担金・負担金.....6,920 万 7 千円 (0.6%)
- ③使用料・手数料.....1 億 7,017 万 6 千円 (1.5%)
- ④その他自主財源 (財産収入、寄附金、繰入金、繰越金、諸収入).....9 億 2,227 万 9 千円 (8.1%)
- ⑤地方交付税.....36 億 8,399 万 3 千円 (32.8%)
- ⑥国庫支出金.....9 億 7,849 万 6 千円 (8.7%)
- ⑦県支出金.....6 億 4,408 万 6 千円 (5.7%)
- ⑧市債.....7 億 3,760 万円 (6.5%)
- ⑨その他依存財源 (地方譲与税・各種交付金).....10 億 4,193 万 4 千円 (9.2%)

▶▶▶ 一般会計歳出の内訳 歳出総額 112 億 7,665 万 1 千円



- ①総務費.....16 億 6,764 万円 (14.7%)
- ②民生費.....31 億 576 万 7 千円 (27.5%)
- ③衛生費.....14 億 9,723 万 2 千円 (13.2%)
- ④農林水産業費.....2 億 8,879 万 1 千円 (2.6%)
- ⑤商工費.....1 億 4,189 万 2 千円 (1.3%)
- ⑥土木費.....11 億 1,688 万 5 千円 (9.9%)
- ⑦消防費.....6 億 4,841 万 9 千円 (5.8%)
- ⑧教育費.....10 億 2,129 万 1 千円 (9.1%)
- ⑨公債費.....14 億 9,795 万円 (13.3%)
- ⑩その他 (議会費、労働費、災害復旧費、諸支出金、予備費) 2 億 9,078 万 4 千円 (2.6%)

▶▶▶ 特別会計

- 国民健康保険特別会計.....28 億 7,496 万 6 千円
- 後期高齢者医療特別会計.....7 億 6,102 万 6 千円
- 介護保険特別会計.....27 億 2,107 万円
- 介護サービス事業特別会計.....567 万 3 千円
- 教育奨励資金特別会計.....517 万 9 千円
- 大目財産区特別会計.....6,591 万 4 千円

- 甲東財産区特別会計.....103 万 3 千円
- 蔵財産区特別会計.....9,845 万円
- 島田財産区特別会計.....6,557 万 4 千円
- 上野原財産区特別会計.....2,327 万 2 千円
- 檜尾根外十二恩賜林保護財産区特別会計.....472 万 4 千円
- 小金沢土室山恩賜県有財産保護組合西原分収益事業特別会計.....269 万 6 千円
- 秋山財産区特別会計.....1,013 万 9 千円
- 西棚ノ入外十一恩賜林保護財産区特別会計.....306 万 5 千円

▶▶▶ 主な事業の内容 (一般会計)

■ 魅力ある雇用の創出と担い手を確保するまちづくり

- 地域おこし協力隊事業.....1,275 万 2 千円
地域おこし協力隊員 1 名を配置し、キヌアの商品開発と販路開拓および生産者を増やすことにより、キヌアの特産化を進める事業
- 中小企業・小規模企業等支援事業.....2,925 万円
市内中小規模事業者に対して課題抽出のためのアンケート実施や返済利息の一部を補助 (限度額 10 万・3 年間) することで、経営安定・経営強化を支援する事業 など

■ 多くの人が訪れ、住みたくなるまちづくり

- ふるさと納税推進事業.....5,177 万 8 千円
ふるさと納税制度を活用し、市の魅力を PR しながら、市・地域・市民の協力により、上野原市を元気にする事業
- 地域住人主導型共助コミュニティ創生事業.....1,768 万 8 千円
子育て世帯の困りごとについて、地域の中で解決できるような仕組みを作るため、頼り合えるコミュニティ形成やその核となるシェア・コンシェルジュを育成する事業 など

■ 結婚・出産・子育ての希望をかなえるまちづくり

- 出産・子育て応援交付金事業.....945 万 5 千円
妊婦が安心して子どもを産み育てられるよう、妊娠届や出産届を行った妊産婦に対し、経済的支援 (妊婦 5 万円、産婦 5 万円) を行う事業
- 第 3 子以降保育料無料化事業.....342 万 4 千円
18 歳以下の子どもを 3 人以上扶養し、保育所・こども園に第 3 子以降を通わせる場合に、その保育料を無料化する事業 など

■ 時代にあった地域をつくり、快適で安心な暮らしを守るまちづくり

- 地域交通充実事業 (デマンドタクシー).....3,589 万 7 千円
交通弱者を中心とする市民の移動手段の確保や交通空白地域の解消のため、デマンドタクシーを運行する事業
- 高齢者運転免許返納支援事業.....52 万 5 千円
高齢者の交通事故が社会問題化している中で、運転免許証を自主返納しやすい環境づくりを進めるため、共通利用券を交付する事業 など

■ 連携と協働で郷土愛あふれるまち・ひとを育むまちづくり

- サテライトオフィスなどの施設を活用した交流事業.....120 万円
上野原駅北口にあるテレワーク施設を活用し、学びにつながるイベントなどを開催することで若者や企業が交流できる機会を創出する事業
- GIGA スクール構想事業.....1,633 万 5 千円
ICT 環境の整備と活用を進めていくため、1 人 1 台パソコンの整備と付属するソフトウェアやその他環境の整備を進めていく事業 など

- 問い合わせ
下水道事業会計 生活環境課下水道担当 (☎62-3114)
簡易水道事業会計 生活環境課簡易水道担当 (☎62-3114)
病院事業会計 子育て保健課医療保健担当 (☎62-4134)

▶▶▶ 公営企業会計

- | | | |
|---|--|--|
| ▶下水道事業会計
収益的支出.....6 億 5,569 万 7 千円
収益的収入.....6 億 5,569 万 7 千円
資本的支出.....4 億 1,279 万円
資本的収入.....2 億 5,651 万 4 千円 | ▶簡易水道事業会計
収益的支出.....1 億 8,908 万 2 千円
収益的収入.....1 億 9,175 万 1 千円
資本的支出.....3,589 万 5 千円
資本的収入.....3,077 万 6 千円 | ▶病院事業会計
収益的支出.....3 億 7,483 万 6 千円
収益的収入.....2 億 5,211 万 5 千円
資本的支出.....1 億 2,463 万 3 千円
資本的収入.....8,790 万 9 千円 |
|---|--|--|

～協力隊活動日記～
キヌア栽培と普及担当！
竹内 清子



地域おこし協力隊委嘱式の様子

4月1日に上野原市地域おこし協力隊員として委嘱を受け、キヌア栽培と普及担当として活動することになりました、竹内清子です。

4月にキヌアの種まきも無事に終わり、現在は、芽が出て無事に成長してくれることを祈りながらお世話をしています。畑のこともまだまだ勉強中である私がキヌアというスーパーフードに出合ったのは、私の前任としてキヌア担当をしていた吉野艶子さんの作ったキヌアコーヒーがきっかけでした。夏の暑い時期の畑作業終わりに出してもらった甘酒キヌアコーヒーがとても美味しくて「また飲みたい！」とハマってしまいました。しかも、美味しいのに栄養たっぷり、罪悪感なく飲めて、ダイエット中の私にはとてもありがたい飲み物でした。

皆さんにも、この畑からの恵みを届けられるように頑張って作っていきます！キヌアコーヒーは、左のイベントで「みつばち農場」として販売します。皆さん、ぜひお越しください。

Sunday Picnic
5月26日(日) 午前11時～午後5時
上野原市ふれあい防災公園(入場無料)



Instagram

オコシタイ
通信 vol.49

上野原市
地域おこし協力隊



Facebookで
活動報告中！

手話奉仕員養成研修を
開催します

●申し込み・問い合わせ
市社会福祉協議会(☎63-0002)



市社会福祉協議会では、聴覚に障がいがある人の置かれている状況や生活を理解し、手話の基礎知識や聴覚に障がいがある人との日常会話に必要な程度の手話技術や表現方法などの基本技術を習得するための手話奉仕員養成研修を開催します。まずは、手話に触れることから始めますので、初めてでも安心して受講いただけます。ぜひ手話を学びながら、聞こえない人への理解を深めましょう。

●日程(毎週木曜日・42講座)

【入門課程・全20回】

5月16日(木)～10月17日(木)

【基礎課程・全22回】

10月24日(木)～令和7年3月13日(木)

※日程表および各講義の詳しい内容は、市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

●時間 午前10時～正午

●場所 市総合福祉センターふじみ 会議室

●申し込み 申込書に必要事項を記入し、市社会福祉協議会窓口まで提出してください。申込書は、市社会福祉協議会窓口にて用意しているほか、ホームページからもダウンロードできます。

●申込期限 5月10日(金)

●定員 20人

※定員を超える申し込みがあった場合は、幅広く手話に触れることができるよう、未経験者を優先させていただくことがあります。

●受講料 無料

※実費としてテキスト代4,290円がかかります。※8月1日(木)に予定しているビデオ講義については、別途500円がかかります。

●修了証 各課程とも、規定を満たした人には、修了証を交付します。

詳しいご案内や申込書は市社会福祉協議会のホームページに掲載しています。QRコードからご確認ください。



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13回 病院や患者を裏から支える医療情報のエキスパート



上野原市立病院で診療情報管理士(Health Information Manager: HIM)をしている平山真紀です。

私は、当院に保存されている診療記録(カルテ)や医療データなどの記録を国際統計分類に基づいて収集・管理・点検・分析をしています。診断群分類包括支払制度やがん登録推進法など関係する重要な制度も多くありますが、患者さんの大切な個人情報を守りながら、医療の質の向上や医療政策の構築のために、さまざまなニーズに合った情報を提供できるよう努めています。

Uenohara Municipal Hospital

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 32 電話をする・メールをする

電話をする



右手2指を伸ばし、親指を耳に、小指を口にあてる。



右手をそのまま前に出す。

メールをする



右手の指文字「メ」形を手掌の上に置く。



右手をそのまま前に出す。

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
	6月5日(水)	R6年1月7日~2月6日生
9 か月児	5月8日(水)	R5年7月1日~8月4日生
	6月5日(水)	R5年8月5日~8月31日生
1歳6か月児	5月10日(金)	R4年9月26日~10月31日生
3 歳児	5月10日(金)	R3年1月1日~1月31日生
5 歳児	5月29日(水)	H31年4月2日~5月16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☆)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)

★がん検診推進事業のご案内

がん検診推進事業は、特定の年齢に達した人に対して、市が「がん検診無料クーポン券」を配布し、がん検診の受診促進を図る事業です。

※有効期限が決まっていますので、早めにご利用ください。
 ※この事業は、乳がん検診と子宮頸がん検診が対象です。
 ※受診機関は、委託医療機関となります。
 ※詳細は、対象者あて通知でご確認ください。

◎問い合わせ 医療保健担当 (☎ 62-4134)

★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。

保健師からのメッセージ No.137

●問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)



今月のテーマ

喫煙について

【5月31日は『世界禁煙デー』です】

平成元年にWHO(世界保健機関)は、毎年5月31日を『世界禁煙デー』と決めました。これを受けて厚生労働省は、平成4年から世界禁煙デーに始まる5月31日から6月6日までの1週間を『禁煙週間』と定めています。

たばこの煙には、多くの有害物質が含まれており、喫煙には、悪性腫瘍(がんなど)や生活習慣病を発症させる大きなリスクがあります。また、妊娠中の女性が喫煙したり受動喫煙にさらされることで、胎児の健康や成長にも悪影響があります。

っています。たばこを1度吸ってしまうとなかなか止められないことも多いことから、まずは、はじめの1本を吸わないことが重要なポイントになります。たばこを吸い始めた人で禁煙しようと思っている人や禁煙にチャレンジしたが挫折してしまった人は、禁煙外来を利用する方法もあります。禁煙外来における治療では、約7~8割の人が禁煙に成功していると言われています。上野原市立病院にも禁煙外来がありますので、禁煙を考えている人は、ご相談ください。

なお、以下のサイトでも参考になる情報が掲載されていますのでご活用ください。

●「たばこと健康に関する情報ページ(厚生労働省)」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/tobacco/index.html



●「たばこ対策に関する取り組み(山梨県)」

<https://www.pref.yamanashi.jp/kenko-zsn/tabaccotaisaku.html>



(表1) 健康実態調査【喫煙率】

	2018年	2023年
男性 20歳以上	15.4%	19.7%
女性 20歳以上	5.0%	5.1%
男性 30歳代	42.9%	29.2%
女性 30歳代	6.3%	2.6%
男性 40歳代	23.3%	25.5%
女性 40歳代	7.0%	12.9%
男性 50歳代	30.2%	34.3%
女性 50歳代	11.0%	10.5%

【喫煙の状況】

令和6年3月に上野原市健康増進計画中間改定計画を策定しました。健康実態調査の結果(表1)を2018年と2023年で比べると、男女どちらも喫煙率は増加傾向で、特に男性が増加しています。中でも40歳代男性・女性、50歳代男性の喫煙率が増加しています。また、現在喫煙している人の中で、禁煙したいと考えている人は25%、本数を減らしたいと考えている人は27.5%と禁煙に関心のある人は半数以上いました。さらに、国立がんセンターが令和4年に行った、たばこに関する調査では、吸い始めたきっかけは「家族がたばこを吸っていて、たばこが身近にあったから」と回答した人が52%と最も多く、「友人や知人にすすめられたから」と回答した人が37.3%となっており、身近にたばこがある環境が喫煙率を増やす大きな要因になっていると推察できます。

【禁煙をはじめたい人へ】

たばこに含まれるニコチンは、強い依存性を持

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
5月20日	午後2時~3時
6月3日、17日	
7月1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。 ※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。

甲府地方裁判所より 法廷見学ツアー開催のお知らせ

- 日時 5月31日（金）午後1時30分～3時15分
- 場所 甲府地方裁判所（甲府市中央1-10-7）
- 対象 どなたでも
- 内容 裁判所に関する〇×クイズ、裁判官トークライブ、質問コーナー
- 募集人数 30人程度（応募多数の場合は抽選）
※参加費は無料です。
- 申込方法 電話またはメール
- 申込先 甲府地方裁判所事務局総務課庶務係
電話 055-235-1133（土日・祝日を除く午前8時30分～午後5時）
Eメール dc.kofu.koho@courts.go.jp
- 申込期限 5月24日（金）

●問い合わせ
甲府地方裁判所事務局総務課庶務係
☎055-235-1133

しゅんせつ工事を実施します

☎ 神奈川県企業庁相模川水系ダム管理事務所
分館 ☎042-684-3522

- 神奈川県企業庁では、相模湖上流域の災害防止などを目的としたしゅんせつ工事を次のとおり実施します。皆様にはご不便をおかけしますが、工事にともない発生する騒音、粉塵の抑制について、引き続き努力してまいりますので、ご理解とご協力をお願いします。
- 工事名 相模貯水池堆積土砂しゅんせつ工事
 - 内容 堆積土砂掘削、運搬、仮置き、搬出の各作業
※しゅんせつ量は15万m³の予定です。
 - 場所 桂川（桂川橋から下流）
 - 期間 6月上旬（予定）～令和7年3月末

お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和6年4月1日現在）		
	人口等	対前月比
人口	21,454人	-88
男性	10,747人	-51
女性	10,707人	-37
世帯	10,033世帯	-1

中央公民館 「親子リトミック教室」

☎ 社会教育課社会教育担当 ☎62-3409

- 中央公民館では「親子リトミック教室」を開催します。お友達と一緒に、新しいお友達づくりに、音楽にあわせて楽しく遊びましょう。ぜひ気軽にご参加ください。
- 日時 6月1日（土）午後1時30分～2時30分
 - 場所 もみじホール 3階 会議室5・6
 - 対象 1～6歳の未就学児とその保護者
 - 内容 ピアノにあわせて踊ったり歌ったり、音楽を楽しもう。
 - 講師 藤野曜子先生、高崎純子先生
 - 定員 30組
 - 参加費 無料
 - 申込方法 社会教育課まで電話申込

JICA 海外協力隊募集！ 「人生なんてきっかけひとつ」

☎（公社）青年海外協力協会 ☎045-410-8923

- 独立行政法人国際協力機構（JICA）は、開発途上国で現地の人々と一緒に生活をしながら、互いに学びあい、人づくり国づくりに参加できるボランティアを募集しています。また、それにあわせ、事業に関する説明会を県内で開催します。
- ボランティア募集期間
5月17日（金）～7月1日（月）
 - 【JICA 海外協力隊 2024 春募集説明会 山梨会場】
 - 日時 6月1日（土）午後2時～4時（入退場自由）
 - 会場 山梨県立青少年センター（甲府市和戸町1303）
※参加費無料、予約不要。
※説明会に関する詳細は、お問い合わせください。
 - 問合せ先
・（公社）青年海外協力協会 ☎045-410-8923
・JOCA あーす（メール boshu-earth@joca.or.jp）

上野原市 PR 大使「木村勝千代」が
秋山の民話をラジオで熱演



NHK FM ラジオ「浪曲十八番」

放送 5月13日（月）11:25～11:50
演目 「秋山の民話～姥捨山」

関東総合通信局からのお知らせ

「守ろう！電波のルール」

総務省では、6月1日～10日を「電波利用環境保護周知啓発強化期間」として、「守ろう！電波のルール」をキャッチフレーズに、電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動および不法無線局の取り締まりを強化しています。

●電波の3つのルール

- ①無線機器を使用の際は「技適マーク」の確認を。
- ②外国規格の無線機にはご注意ください。
- ③電波の利用の際には、原則、免許が必要です。
ルールを守らない不法な無線局は、テレビ・ラジオ放送、携帯電話などの身近なものから、警察・消防・救急用無線などの人命に関わる重要な無線に対して混信・妨害を与えるなど、わたしたちの生活や安全をおびやかします。
安全で豊かな社会を実現するために、電波はルールを守り、正しく使いましょう。

●問い合わせ

関東総合通信局
不法無線局による混信・妨害 ☎03-6238-1939
テレビ・ラジオの受信障害 ☎03-6238-1945

『令和6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1回 6月30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）
・第2回 7月6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 5月8日（水）～16日（木）午前8時30分～午後5時（土日・祝日を除く）
・電子申請 5月8日（水）～16日（木）申請開始日午前9時～申請最終日午後11時59分
・消防試験研究センターホームページ（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、消防本部に用意してあります。

お知らせチェックリスト

軽自動車税（種別割）の減免申請

☎ 税務課収納担当 ☎62-3113

- 障害を持つ人のために使用する軽自動車は、一定の要件を満たす場合、軽自動車税（種別割）が全額免除されます（バイクも対象となります）。なお、減免できる自動車は1台のみです。
- 対象 4月1日現在で、市の軽自動車税（種別割）の課税があり、身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳および精神障害者保健福祉手帳のいずれかを交付されている人が、通院・通学・事業などのために使用する原付バイク、オートバイ、軽自動車など
※療育手帳および精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人が運転する場合も対象になります。
 - 申請期間 5月1日（水）～31日（金）午前8時30分～午後5時15分（土日・祝日を除く）
※軽自動車税（種別割）の納期中
 - 必要な書類
・身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれか
・自動車検査証のコピー
・運転免許証
・減免資格証明書（家族運転の場合）
 - ※障害の等級などにより該当しない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

「笑顔の花咲く福祉の杜マルシェ 2024」 が開催されます

☎ 東部圏域自立支援協議会日中活動部会事務局
（大月市福祉介護課） ☎23-8031

- 「笑顔の花咲く福祉の杜マルシェ」は、東部地域6市村にある障害福祉サービス事業所の利用者が心を込めて作った美味しいお菓子や素敵な小物など、各事業所自慢の商品を合同で販売するイベントです。当日は、商品を作った人たちが店頭立ち、笑顔で皆様のご来場をお待ちしていますので、ぜひお越しください。
- 日時 5月15日（水）午前10時～午後2時
※天候により、5月16日（木）午前10時～午後2時に変更になる場合があります。
 - 場所 道の駅つる（都留市大原88）

森林・林業体験教室参加者募集！

●問い合わせ
産業振興課農林整備担当（☎ 62-3119）

市では、今年度も森林・林業体験教室を開催します。多くの子どもたちが森林に触れ合う楽しい時間をご用意していますので、ぜひご参加ください。

森林・林業親子1日体験教室（日帰り）



市ホームページ

- 日程 8月8日（木）、9日（金）
※いずれの日程も日帰り
- 場所 緑と太陽の丘キャンプ場
- 集合・解散場所 市役所駐車場（午前9時集合、午後3時30分解散）
- 内容 ネームプレート作り、林業体験（間伐）
- 対象 小学1～6年生とその保護者（1家族3名まで）
- 定員 各日程25人（応募多数の場合は抽選）
- 参加費 無料



森林・林業体験教室（宿泊）



市ホームページ

- 日程 ①8月3日（土）～8月4日（日）
②8月24日（土）～8月25日（日）
※いずれの日程も1泊2日
- 場所 緑と太陽の丘キャンプ場
- 集合・解散場所 市役所駐車場（午前9時集合、翌日午後3時30分解散）
- 内容 木工教室、林業体験、昼・夕食作り、マスのつかみ取り など
- 対象 小学4～6年生
- 定員 各日程25人（応募多数の場合は抽選）
- 参加費 2000円



- 申込方法 次の①～⑦を明記し、持参、ハガキ、FAXまたはメールのいずれかでお申し込みください。
①住所②氏名（ふりがな）③性別④学年⑤年齢⑥保護者氏名および電話番号⑦希望教室・日程
- 申込先 産業振興課農林整備担当（〒409-0192 上野原市上野原 3832 番地）
FAX 62-1086
メール nourinseibi@city.uenohara.lg.jp
- 申込期間 5月15日（水）～7月10日（水）

5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	9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	5月の申請書提出期限 10日（金）	農委委員会（産業振興課内） ☎62-3119
人権相談	10日（金）、24日（金） 午前10:00～正午		市税収納・納税相談	26日（日） 午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
行政相談	20日（月） 午前10:00～正午	市役所 2階会議室D	市民課日曜窓口	26日（日） 午前9:00～正午	市民課カウンター ☎62-3112

市職員の人事異動

4月1日付け、市職員の人事異動の主な内容は、次のとおりです。なお、昇任、配置換えについては課長級職員のみ掲載しています。（順不同。()は旧所属）
 <新規採用>▶政策秘書課主事 村松真帆▶税務課主事 清水優輝▶財政経営課主事 池田尚将▶子育て保健課保健師 谷口彩▶子育て保健課保健師 塩島冬麻▶子育て保健課副主査保育士 巖こども園 志村恵美子▶子育て保健課主任保育士 上野原こども園 小林早季▶長寿介護課副主査 小山貴之▶建設課主事技師 小倉秀斗▶消防総務課消防士 加藤涼亮▶消防総務課消防士 横山夏絃▶消防総務課消防士 古屋尚章
 <新規採用・派遣>▶総務課付け派遣医師 浮田健太郎▶総務課付け派遣医師 浮田紗代
 <定年延長>▶税務課主幹 尾形武徳▶長寿介護課主幹 白鳥恵美子▶生活環境課主幹 花本弘行▶長寿介護課副主幹 鷹取みち子▶消防総務課消防司令 杉本桂司
 <昇任>▶会計課長（子育て保健課） 上條千花▶消防本部

消防長（消防総務課長） 岡本功▶消防総務課長（消防総務課） 古瀬村健司
 <派遣>▶東部地域広域水道企業団（生活環境課長） 井田浩由▶山梨県後期高齢者医療広域連合（学校教育課） 岡部裕太▶富士・東部広域環境事務組合（税務課） 池田隆根
 <派遣解除>▶税務課長（東部地域広域水道企業団） 桑名定則▶生活環境課（富士・東部広域環境事務組合） 吉田晴信▶福祉課（大月市企画財政課） 石井健
 <配置換え>▶市民課長（会計課長） 安留圭▶生活環境課長（市民部長） 安藤哲也▶福祉課長（学校教育課長） 山口和裕▶子育て保健課長（税務課長） 川田利一▶学校教育課長（子育て保健課長） 石井則夫
 <退職>（3月31日付け）▶長門みどり（子育て保健課秋山保育所）▶関戸理恵（子育て保健課巖こども園）▶東島信幸（税務課）▶花輪幸太郎（総務課付け派遣医師）▶名田屋辰規（総務課付け派遣医師）▶岡健太郎（消防署）
 <休職>（3月31日付け）▶総務課付け専従自治労山梨本部主査（財政経営課） 加藤直樹
 <再任用任期満了>（3月31日付け）▶原田みつ子（市民課）▶井上幸正（消防総務課兼消防署）

小学校複式学級教諭（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）

- 秋山小学校では、複式学級教諭を募集します。
- 募集人数 1人
- 職務内容 学習指導ほか
- 必要資格 小学校教員免許、普通自動車運転免許
- 勤務場所 秋山小学校（秋山 8674）
- 雇用期間 採用日～令和7年3月31日（月）

- 勤務時間 月～金曜日の1日7時間
- 給与 月給（詳細は、お問い合わせください。）
- 募集期間 随時
- ※応募される場合は、お問い合わせください。面接日時や応募方法の確認・調整を行います。

中学校非常勤講師募集

●問い合わせ
山梨県教育委員会
富士・東部教育事務所（☎ 45-7820）

- 上野原中学校の非常勤講師を募集します。
- 募集人数 英語科1人、その他いずれかの教科1人
- 職務内容 英語の授業もしくはその他いずれかの教科の授業と授業支援
- 必要資格 志望教科に相当する教員免許
※専修・1種・2種いずれでも可
※授業の経験がある人が望ましい
※教員免許の更新については不問
- 勤務場所 上野原中学校（上野原 9191）

- 雇用期間 採用日～令和7年3月31日（月）
- 勤務時間 月～金曜日の1日4時間程度
- ※日数・時間については応相談
- 給与 山梨県公立非常勤講師の募集要項に基づき1時間あたり2,820円（臨時免許の場合は2,480円）
- 募集期間 随時
- ※応募される場合は、お問い合わせください。面接日時や応募方法の確認・調整を行います。



新たに地域おこし協力隊員を任命しました！

4月1日、新たな上野原市地域おこし協力隊員として神奈川県出身の竹内清子さんが加わりました。

竹内さんは、農業支援担当として地域特産品の開発や普及、市内農家への支援など、農業を通じた上野原市の活性化を目指して活動していただきます。任期は最長で3年です。今後の活動に期待しています。



竹内 清子さん



令和5年度市政功労者等表彰式



3月27日（水）、もみじホールで令和5年度市政功労者等表彰式が行われました。被表彰者紹介ののち、村上市長から一人ひとりに表彰状が授与されました。また、被表彰者を代表して有功の東山洋昭さんから謝辞が述べられました。

《令和5年度市政功労者等被表彰者》（敬称略）

- 有功 東山洋昭、古家智喜
- 功労 遠藤美智子、安藤成子、碓井恆夫、鈴木由香子、長田陽子
- 善行 細田光弘、和智寛

新消防団長任命・消防団員に辞令交付

4月1日（月）、上野原市消防団長任命式および令和6年度上野原市消防団辞令交付式が行われました。市長室で行われた任命式では、尾形善光前消防団長から上條恭一新消防団長へ法被の引き継ぎが行われました。もみじホールで行われた辞令交付式は、上條新団長から団員に辞令が交付されました。



物価高騰対策支援金について

●問い合わせ
政策秘書課特命低所得者・定額減税
給付金担当 ☎62-3410、62-3191

物価高騰が継続する中、特に影響の大きい低所得世帯の生活を守るため、市では、物価高騰対策支援金を支給します。それぞれ給付対象となる世帯には、順次通知を発送しますので、内容のご確認をお願いします。詳しくは、お問い合わせください。

住民税均等割のみ課税世帯

- 給付対象 令和5年12月1日時点で上野原市に住民登録があり、令和5年度の住民税均等割のみ課税の人または均等割のみ課税と非課税の人で構成されている世帯
- ※令和5年度住民税非課税世帯に対する物価高騰対策支援金（7万円）の給付対象世帯を除きます。

給付額

1世帯あたり

10万円

子ども加算分

- 給付対象 令和5年度住民税非課税世帯に対する物価高騰対策支援金（7万円）または令和5年度住民税均等割のみ課税世帯への給付金（10万円）の給付対象で、基準日（令和5年12月1日）において18歳以下の子どもがいる世帯
- ※令和5年12月2日以降に生まれた子どもがいる場合は、別途申請が必要となる場合があります。

給付額

子ども1人あたり

5万円

こども園・保育所職員（会計年度任用職員）募集

●問い合わせ
総務課人事担当
☎62-3117

市立こども園および保育所で働く会計年度任用職員を募集します。

- 募集職種・職務内容
 - ・保育士……こども園・保育所での保育業務
 - ・調理員……こども園・保育所での調理業務
- 募集人数 若干名
- 任用期間 採用から令和7年3月31日（月）まで
- 勤務時間 1日7時間（早番あり）のパートタイム
 - ※日数は、週5日程度を想定
 - ※日数・時間については応相談
- 報酬 月給（詳細は、お問い合わせください。）

●申込期間 随時

●応募方法 履歴書（顔写真貼付）を総務課人事担当あてに持参または郵送にて提出。なお、保育士は、保育士資格証・幼稚園免許状の写しを、調理員は、調理師または栄養士の免許状の写しを添付してください。



お知らせ

傷害保険 賠償責任保険 傷害保険

スポーツ安全保険

対象となる事故 団体活動中の事故 / 往復中の事故

保険期間 4月1日（月）午前0時～2025年3月31日（月）午後12時

※保険内容や資料請求は、スポーツ安全協会ホームページ（「スポーツ安全保険」で検索）をご覧ください。

■問い合わせ（公財）スポーツ安全協会 ☎03-5510-0033

いいじゃん収穫祭！！

市内の新鮮野菜を販売します

5月25日（土）午前9時～午後4時

島田駐在所横

【問】 いいじゃん島田 高祖 ☎090-9300-4239

防災・減災について考えよう vol.37

問 危機管理室（☎ 62-3145）

能登半島地震から学ぶ防災意識



石川県からの派遣要請により、山梨県と県内市町村で班を編成し、1月から3月までの期間で、市の事務職員4名を石川県珠洲市へ派遣し、被災地支援を行いました。

支援活動の内容や被害状況を上野原市と重ね合わせて想像すると、とても他人事とは思えません。「いざとなればなんとかなる」、「自分は大丈夫」ではなく、実際に起きている災害を「明日は我が身」として捉え、備えておく必要があります。

【派遣期間および派遣人員】

- ・1回目 1月31日～2月6日 2名
- ・2回目 2月24日～3月1日 2名

【活動内容】

- ・珠洲市健民体育館での支援物資の管理
- ・在宅避難者への支援物資の配布 など

【活動環境】

- ・水道使用不可（簡易トイレを使用、入浴不可）
- ・電気、電話は使用可能
- ・体育館内で就寝
- ・水、食料持参 など



派遣職員出発式の様子①



派遣職員出発式の様子②



支援物資の管理の様子



支援物資の配布の様子

～被災状況から防災意識を醸成する～

災害が発生した場合、上野原市においても、「複数地域の孤立化、市自体の孤立化」、「水道・電気、電話、物流、交通機関などのライフラインの寸断」などの被害が起こり得ます。

具体的には、お風呂に入れない、トイレ、洗濯機、冷蔵庫、冷暖房、携帯電話が使えない、家の照明が点かない、食料が店にないなど、これまで当たり前にしてきた生活ができなくなってしまう。

常にこのような状況を想定して、気持ちも物もいざというときに備えておきましょう。

地域防災リーダー養成講習を実施します



●問い合わせ 危機管理室（☎ 62-3145）

地震や台風、集中豪雨などによる災害教訓として、「自助」「共助」といった地域防災力の重要性、自主防災組織の必要性が指摘されています。市においても、地域防災力の強化が急務です。災害の発生に備え、自立する自主防災組織の活動を推進できるよう、防災の知識・技能を有し、地域の防災啓発活動や防災対策を積極的に推進できる防災リーダーを養成し、地域全体の防災力を強化していくことを目的として、講習を実施します。

●内容

講習は関係機関から講師を招き、防災情報に関するカリキュラムを実施。実習訓練では、自主防災マップや地区防災計画の作成方法を学びます。

●受講対象者・定員

- ①推薦公募（111人）…各行政区（自主防災組織）から推薦された者各1人
- ②一般公募（20人）…市内在住で防災に関心があり、自主防災組織の活動に積極的に関わられる20歳以上の者
※令和5年度までに受講・修了した人は対象外です。ただし、単位未取得により未修了の場合は受講できます。

●受講費用 無料（交通費、昼食代などは参加者負担）

●講習日程（3日間）

- 【1日目】6月24日（月）午後6時30分～9時ごろ
 - 【2日目】（ア）6月29日（土）（イ）6月30日（日）
午前8時50分～午後4時ごろ
 - 【3日目】（ア）7月6日（土）（イ）7月7日（日）
午前8時50分～午後5時ごろ
- ※2・3日目は（ア）・（イ）いずれかを選択してください

●場所 市役所 展示室2・3

●応募・申込方法（5月31日（金）締め切り）

- ①推薦公募…各区長から秋山支所または各地区出張所へ推薦者を報告（上野原地区は市役所危機管理室へ報告）
- ②一般公募…電話申し込みまたはホームページに掲載されている申込書に必要事項を記載し郵送または持参
※郵送の場合は、封筒に「令和6年度上野原市地域防災リーダー養成講習申込書在中」と書いて危機管理室まで送ってください（当日消印有効）。

●名簿の開示

本講習修了者が在籍する行政区および地区から請求があった場合は、名簿を開示します。
※講習の詳細は、市のホームページに掲載します。

●問い合わせ 危機管理室（☎ 62-3145）

洪水ハザードマップを作成しました！



住民説明会を開催します！

令和4年9月に市内を流れる「桂川」の浸水想定区域が県から公表されたことにともない、市では洪水ハザードマップを作成しました。

洪水ハザードマップは、大雨によって河川が氾濫した場合に、どの範囲がどれだけ浸水するおそれがあるのか、またそのような場合における避難場所など災害対応のための情報を市民の皆さんにお知らせするための地図です。

記載されている「洪水時の避難フロー」で避難方法を確認するなど、洪水ハザードマップを活用することで、自助の備えだけでなく、近隣の人とマップを確認し合うなど、共助の備えも行いましょう。

次のとおり住民説明会を開催します。洪水ハザードマップについての解説や活用法など、洪水ハザードマップについて知識を深めてみませんか。ぜひご参加ください。

●日時 5月18日（土）午後7時～

●場所 もみじホール1階 多目的ホール

●定員 346人

※事前申し込みは不要です。

※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
Best home 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

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！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 5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・浮田	三澤・村田	三澤・担当医	内科医師
	午前 予約 三澤(仁)・小池	岡本・村田・片山・小池(第135のみ)	小池・長坂(浩)・唐澤	浮田(健)	岡本・村田・進藤	
専門外来 【予約制】	午前		<糖尿病>高橋	<腎臓>担当医(隔週) <睡眠>亀井注2	<睡眠>竹内注1	
	午後	<腎臓>尾田				
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	午前 午後	河西		杉谷		四條 5/10,24 櫻田 5/17,31 菊島
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				多田 (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、4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時~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時~4時にお問い合わせください。
注2 眼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時~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 #14



睡眠薬は、医師の指示で正しく使えば安全

『睡眠障害対処12の指針』の解説を行ってきた睡眠コラムも今回が最終回になります。皆さんの生活に少しはお役に立てたでしょうか。最終回は睡眠薬についてです。
睡眠薬も薬ですので、出来れば使わない方が良く決まっています。血圧の薬や糖尿病の薬などは、しっかりと飲んだ方が良くかかりつけの先生から言われていると思います。睡眠薬はむしろ、多少忘れて飲まない方が良く、ただし、多くの睡眠薬を長い期間飲み続けた人が急にやめるのは危険です。減薬するときは、かかりつけ医との相談をおすすめします。また、血圧でも糖の病気で、ごちそうをたらふく食べたままでは、薬の効果は半減します。睡眠についても、薬を飲む前に、本当に薬が必要なのか、生活の工夫だけで十分ではないか考える必要があると思います。そうは言っても自分一人ではいろいろ悩むと余計眠れなくなってしまうですね。そうなる前に一度気軽にご相談ください。

スマイルニュース

SMILE NEWS # 209
男女共同参画推進委員会

児童の意見で「君」呼び廃止

4月に第11期の男女共同参画推進委員が委嘱され、新たなスタートとなりました。今年度も推進委員会は、第2次上野原スマイルプラン(上野原市男女共同参画プラン)の基本理念である「一人ひとりが生き生き輝くまち」の実現を目指し、広報うえのはらでのスマイルニュースの連載などで啓発活動に取り組んでいきます。

さて、2月下旬の地方新聞に次のような記事が掲載されていました。

『東京のとある区内の小学6年生児童30人が、昨年11月に授業の一環として議場を訪れ、定例会を傍聴。その後の児童へのアンケートに“議長が議員を「〇〇君」と呼んでいるのが不思議だった、気になった”との意見が寄せられた。この意見を受けて議長は、1週間後の議会運営委員会にて議員の呼び方を「〇〇議員」へと統一することを提案し、可決された。』

この意見を取り入れたのは、男女共同参画やジェンダー平等が叫ばれている状況からだと理由を述べています。「君」という呼称に反応した児童たちの学校でも男女共同参画やジェンダー平等についての学習が行われていると推察できます。議会で長きにわたっていた習慣に違和感を覚えた児童たち、また、その意見を真摯に受け止め、前へ進めた議員の皆さんの弾力性に富んだ決断に爽やかな気分になりました。

上野原市議会でも、令和6年3月定例会から呼称が「議員」に統一されています。それぞれの呼び方について、皆さんはどのような感想を持ちましたか。

【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

- ◇『こまどりたちが歌うなら』寺地はるな/著 集英社
- ◇『ぼくらは回収しない』真門浩平/著 東京創元社
- ◇『トイレからはじめる防災ハンドブック』加藤篤/著 学芸出版社
- ◇『ミステリな建築建築なミステリ』篠田真由美/文 長沖充/イラスト エクスナレッジ

児童書

- 『スタート』楠章子/作 みなはむ/絵 あかね書房
- 『あなたの言葉を』辻村深月/著 毎日新聞出版
- 『闇に願いを』クリスティーナ・スートーンヴァット/著 こだまともこ/訳 静新社

絵本

- ◆『ないたにわとり』スズキトモコ/作・絵・装丁 ひかりのくに
- ◆『きみとぼく』谷口智則/著 文溪堂
- ◆『ともだちともる』黒井健/絵 内田麟太郎/文 文研出版

図書館イベント

- えいご絵本おはなし会 『はらぺこあおむし』ほか 手遊びなど
5月12日(日) 午前10時30分~正午
- あおぞらおはなし会 『ネコノテパンヤ』ほか
5月18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 『「赤とんぼの来た道」長坂幸夫/作』ほか3話
5月26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



4年ぶり待望の開催 大目桜まつり

3月31日(日)、大野貯水池広場で「大目桜まつり」が開催されました。雄大な景観が広がる大野貯水池のほとりで桜を楽しむこの祭典は、コロナ禍より実に4年ぶりとなる待望の開催です。気温が低い日が続いた影響で桜の開花が遅れ、会場で満開の桜は見られませんでした。フラダンスやカラオケ大会、吹奏楽、じよいそーらなどの舞台発表、また、多くの食の店が祭りに花を咲かせていました。



上野原ごみ減ら〜す宣伝部 事業に関わる3者が協定を締結

4月1日(月)、株式会社ALPACAおよび株式会社ピアラと「上野原ごみ減ら〜す宣伝部事業の協力に関する協定」を締結しました。この協定は、市内のごみ減量化やリサイクルなどの取り組みを独自に取材し、市公式SNSやWebサイトで発信する市民によるPRチーム「上野原ごみ減ら〜す宣伝部」の事業を円滑に実施できるよう、市と両社が連携・協力していく内容となっています。



「まだ、知らないだけ。」 地域活性化プロジェクト活動報告

上野原せいだプラントが「まだ、知らないだけ。」プロジェクトとして取り組む「せいだ芋のブランド化」では、市内生産者の協力のもと、連携栽培や調査栽培にも取り組んでいます。調査栽培では、県富士・東部農務事務所と協働で「上野原せいだ芋の"美味しさ"の理由」を調べます。3月26日(火)には、農務事務所による試験圃場の視察が行われ、市に根付く「せいだ芋」の栽培環境や慣習的な栽培方法などを視察しました。



あおぞらクラブが新しくなりました 新学童保育所開所式

3月27日(水)、秋山小学校区の学童保育所である「あおぞらクラブ」の新施設開所式が行われました。この「あおぞらクラブ」は、これまで秋山老人福祉センターの1室を利用して運営されていましたが、利便性向上や児童の安全確保の観点から、秋山小の敷地内に新しく設けられました。児童代表として挨拶した佐藤蓮杏さんは、「ここで友達と一緒に遊んだり、勉強するのが楽しみ」と話していました。



▲児童代表として挨拶する佐藤蓮杏さん

音楽で皆さんに幸せを届ける クラスペディアハーモニー定期演奏会

3月23日(土)、もみじホールで「クラスペディアハーモニー定期演奏会」が開催されました。クラスペディアハーモニーは、市内中学校の吹奏楽部卒業生が中心となって昨年に創設された吹奏楽団で、今回が初の定期演奏会です。会には、上野原中、上野原西中、都留興譲館高校の吹奏楽部や市内で合唱活動をしている有志メンバーも参加し、立ち見客が出るほど超満員の会場は、美しく楽しい音色で満たされていました。



地域防災力の向上を目指して 地域防災リーダー支援の会

3月23日(土)、もみじホールで「地域防災リーダー支援の会」の発会式が行われました。この会は、市内の地域防災リーダー、防災士、地区防災会の知識・技術・能力の向上を目的として、東京消防庁と上野原市消防本部のOBが中心となって設立されたものです。会は、地区などの要請に応じて、初期消火や応急手当の指導、地区防災計画策定の支援などを行い、さらなる地域防災力の向上を目指します。



消防署と消防団大目分団 合同連携訓練

3月10日(日)、犬目地区の法勝寺付近で消防署と消防団大目分団の合同連携訓練を実施しました。この訓練は、火災発生時、地域防災力の要である消防団が適切で迅速な消火活動を行えるよう実施されたもので、今回の訓練では、林野火災を想定し、連携消火活動や無線の運用要領、防火水槽への消火水の補充操作などが行われました。消防署と消防団で知識・技術の共有がなされ、大変有意義な訓練となりました。



一人ひとりの意識で変える地球の未来 身近にできる地球温暖化対策

3月15日(金)、もみじホールで「身近にできる地球温暖化対策」と題した講座が開講されました。講座には、県の担当課職員が講師として招かれ、地球温暖化の仕組みや生活への影響、近年の日本の動向や国・県の取り組み、一人ひとりが身近にできる地球温暖化対策などの話がされました。会場には、熱心にメモを取る人や意見や質問を投げかける人がみられ、とても活発な講座となりました。



上野原 PhotoRecord + プラス

94人の児童が新しい1歩を踏み出す 市立小学校入学式

4月8日(月)、各市立小学校で入学式が行われました。写真は、上野原西小学校の入学式。保護者や先生に見守られながら入場した28人の新1年生たちは、これからの学校生活に少し緊張した面持ちながらも、担任の先生から1人ずつ名前を呼ばれると元気いっぱい返事をして起立していました。今年度の市内新入児童は94人(上野原小54人、上野原西小28人、島田小6人、秋山小6人)。新しい学校生活のスタートです。



菜の花と桃の木で地域おこし 羽佐間の菜の花畑

上野原地区羽佐間の観音堂裏山にある菜の花畑です。この菜の花畑は、同地区在住の阿部統一さん(あべとういち)が、年々過疎化して活力が低下していく地域を憂い、地域おこしのため平成27年頃から1人で桃の木とともに植え始めて作り上げたものです。畑からは市街地を見渡すことができ、また、天気の良い日は富士山や八重山の姿も望むことができます。皆さんも色彩豊かな景観をぜひご覧になってみてはいかがでしょうか。



Uenohara Municipal Hospital
病院職員募集
Let's work together.

**看護師・看護補助者
募集中!!**

地域の医療と笑顔を守りたい

2025年 春 卒業予定の
看護学生のみなさん

病院説明会・見学会
に参加してみませんか
病院ホームページの
看護師募集サイトにて受付中

公益社団法人 地域医療振興協会

上野原市立病院

〒409-0112 山梨県上野原市上野原3504-3

看護師募集サイト QRコード

UENO HARAKANGO Instagram

【申し込み・お問い合わせ】
担当：総務課人事

☎ 0554-62-5121