

UENOHARA

広報うえのはら

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public
Relations

6

2024年
No.232

Kosyu Yamanashi
UENOHARA

第2回 甲州・肉とワイン・のフェスティバル

令和元年に上野原市役所を会場に開催され、多くの来場者が熱狂した伝説の食フェスが4年ぶりに復活。上野原駅周辺をジャックして野外フェスとして盛大に開催されました。



「広報うえのはらおトクーポン」は19ページ左端に掲載しています。

Wine Wall Uenohara presents.



第2回 肉とワインの 甲州-肉フェスティバル

4月6日(土)、7日(日)、上野原駅周辺で「第2回甲州・肉とワイン・のフェスティバル」が2日間にわたって盛大に開催されました。

上野原駅北口から南口まで駅周辺を広範囲にジャックした特設会場には、山梨県産ブランド肉、魚野菜、200銘柄以上にものぼる山梨ワインの出店など総勢50店舗以上が所狭しと立ち並び、さらには、駅南口のロータリーの歩道上に設置されたステージで、甲斐國組太鼓やヒーローショー、バンド演奏、ワイン紹介なども行われ、その合間には、DJが音楽で会場を盛り上げていました。

1日目のステージパフォーマンスのトリでは、吉本興業所属のお笑いコンビ「BANBANBAN」が主宰するアニメソングのDJイベントである「アニソングディスコ」が行われ、往年の名曲から流行の曲までたくさんアニメソングなどで市民やこの日のために駆けつけたアニメファンを熱狂の渦へと巻き込んでいました。

今回のイベント、2日間での来場者数は約8000人にものぼり、幅広い世代の人が胃袋で、耳で、からだで楽しめることも熱いイベントとなりました。次回の開催が待ち望まれます。

大盛況に終わったこのイベント。仕掛人は、上野原市出身で現在も市内在住の松吉輝明さんです。松吉さんは、上野原市地域おこし協力隊として上野原市観光協会で働く吉川愁さんをはじめ、多くの方々との連携により、今回のイベント開催を実現しました。

広報うえのはらでは、イベント開催のために奔走した松吉さんと吉川さんにインタビューをしました。4、5ページで紹介します。





開催のため、市内外の関係団体との協力体制構築に奔走

委託型地域おこし協力隊

きっかわ しゅう

吉川 愁 さん

(上野原市観光協会)

INTERVIEW

■ イベントを牽引しようと思ったきっかけ
 まず、私が上野原市地域おこし協力隊に応募したきっかけとして、地域おこし協力隊員の募集要項に記載されていた「地域活性化施設（ふらっと上野原）および Wine Wall Uenohara を拠点とする山梨県産ワインを基軸とした上野原市の観光振興および地域活性化に資する活動」という文章に惹かれたということがあります。今回のイベントは、私が協力隊に応募したきっかけにおけるひとつの大きな成果となる事業である

■ イベント開催にあたって苦労したこと
 今回のイベントを「いかに少ない予算でいかに盛大に開催できるか」などを考えると、市内外含めた関係団体の協力が不可欠でしたが、その協力体制を作り上げるのに苦労しました。ご協力いただいた皆さんのおかげで盛大な開催となり、心から感謝申し上げます。次回以降の開催でもご協力いただけますと幸いです。

■ 今後の展望

地域おこし協力隊として、市に人を呼び込むための仕掛けづくりをしたいです。具体的には、旅行業の資格を取得して市観光協会による市内観光名所の案内ツアーなどを開催したいと考えています。もちろん、市の観光などについて、市内での PR 活動はもとより地域活性化施設「ふらっと上野原」の利活用などについてもいろいろと考えて行きたいと思っています。

地元であるからこそ、ココでしかできないイベントで賑わいを

イベント仕掛人

まつよし てるあき

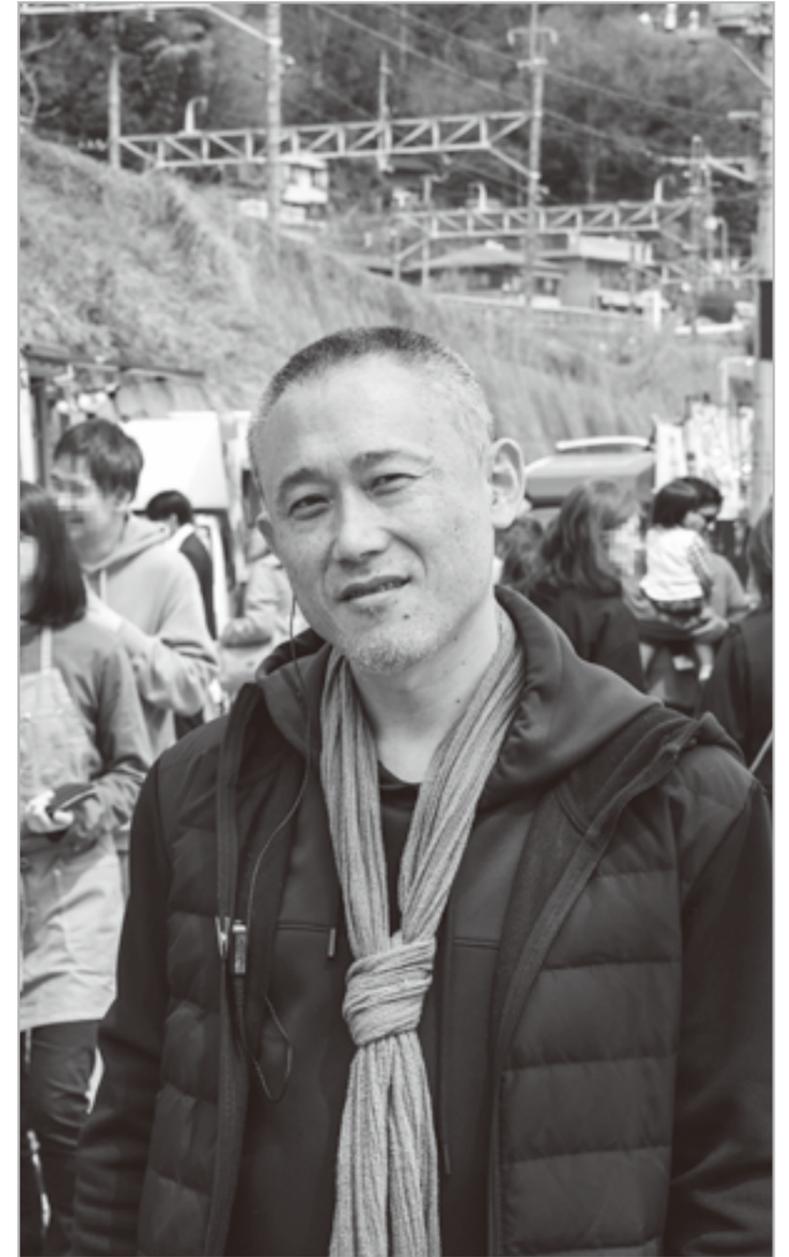
松吉 輝明 さん

(市の魅力創出プロデューサー)

INTERVIEW

■ イベント開催の理由
 地元上野原市に市内外から人を呼び込みたいと考え、「ココでしか出来ないイベント」を目指して企画し、Wine Wall Uenohara のコンセプトを企画に盛り込み、さらにブラッシュアップした形で開催しました。「ココでしか出来ない」差別化をするためには首都圏から山梨県への玄関口である市の立地を前面に押し出すことが必要だと考え、「県産ワインおよび県産ブランド肉を利用する構想」と「都心から

■ イベント後の感想
 地元だからこそそのやりがいと大変さを多く経験させていただきました。市役所や観光協会の皆さまをはじめ、多くの方々に多大なるご協力をいただき、なんとか無事に終える事が出来ました。2日間で約8000人の来場でしたが、大きな事故も無く、今は素直にホッとしています。



■ イベント開催にあたって苦労したこと
 多くの店舗にご出店いただきましたが、地元エリアに対しての情報共有が思うように行かず、出店数が少なかった事です。一番最初にお声がけしましたが、開催後「知らなかった」「聞いていなかった」という声もあり、残念に感じています。

■ 今後の展望
 先日立ち上げた「甲州 Wine Stream 構想」の拠点として、Wine Wall Uenohara が首都圏と山梨県を繋ぐ中心になればと思っています。県の特産品で集客しつつ、市の特産品や見所を紹介して行く形を作れば、継続的な観光客やワーケーション客の増加が見込めると考えています。観光案内所の機能として県全域のコンシェルジュ的なポジションを目指すのが当面の目標です。

レントゲン撮影バスで巡回検診

費用
無料

65歳以上の人は、年に1回、結核の定期健康診断を受ける義務があります

●問い合わせ 子育て保健課医療保健担当 (☎ 62-4134)

対象者

市内に住民登録のある65歳以上の人

対象とならない人

- ①会社や施設などでレントゲン検診を受けた人・受ける予定の人
- ②市の集団検診または人間ドックで肺がん検診を受けた人・受ける予定の人
- ③現在、結核で治療中の人およびその家族
※市の集団検診、人間ドックとの重複受診はできません。

持ち物

健康保険証

撮影時の注意事項

- ①ネックレス、コルセット、磁気治療器などは身につけないでください。
- ②簡単に着替えができる服装で受診してください。
- ③貴重品は持参しないでください。



※検診結果については、異常が認められた人、経過観察が必要な人のみに連絡します(1~2か月後)。

日程表

実施日	受付時間	検診会場	実施日	受付時間	検診会場
6月20日(木)	午前 9:10 ~ 午前 9:20	秋山郵便局前空き地	6月24日(月)	午前 9:00 ~ 午前 9:10	日寄橋 (バス転回所)
	午前 9:30 ~ 午前 9:40	市役所秋山支所駐車場		午前 9:30 ~ 午前 9:40	初戸 (長田助成様宅前)
	午前 10:10 ~ 午前 10:20	島田コミュニティセンター		午前 9:50 ~ 午前 10:00	藤尾 (蔵春院前)
	午前 10:30 ~ 午前 10:40	大柵 (中村幸記様宅前)		午前 10:10 ~ 午前 10:20	市役所西原出張所前
	午前 10:50 ~ 午前 11:00	荻野 (志村延勝様宅前)		午前 10:30 ~ 午前 10:40	原地区集会所前 (西原地区)
	午前 11:15 ~ 午前 11:25	芦垣公民館前		午前 11:00 ~ 午前 11:10	大垣外 (網野治行様宅前)
6月21日(金)	午前 9:00 ~ 午前 9:20	市役所センタープラザ		午前 11:20 ~ 午前 11:30	ふるさと長寿館前
	午前 9:30 ~ 午前 9:40	旧クレイン農協蔵支店跡地		午前 11:50 ~ 午後 0:05	総合福祉センターふじみ
	午前 9:50 ~ 午前 10:10	公正屋コモアプラザ店駐車場		午後 1:15 ~ 午後 1:30	三生会病院前
	午前 10:15 ~ 午前 10:25	あい里		午後 1:40 ~ 午後 1:50	塚場 (諸角祐三様宅前)
	午前 10:45 ~ 午前 10:55	川合 (久島章司様宅前)			
	午前 11:05 ~ 午前 11:15	市役所大目出張所前			
	午前 11:20 ~ 正午	ケアハウス 結いの泉			

※道路交通の状況などにより、発着に多少の遅れが生じる場合がありますが、ご理解ください。
※当日、発熱やせき、のどの痛みなどの症状がある場合は、受診を見合わせてください。

介護保険料改定のお知らせ

65歳以上の人(第1号被保険者)の介護保険料を改定しました

●問い合わせ 長寿介護課介護保険担当 (☎ 62-3128)
税務課住民税担当 (☎ 62-3113)

令和6年度介護保険制度改正により、国が設定する標準的な所得段階が9段階から13段階へと改められました。これにともない、本市においても「上野原市介護保険条例」に規定する所得段階を9段階から13段階へと改め、3月に策定した「上野原市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画」の中で推計した令和6年度から令和8年度までの3年間の介護サービス給付費などの見込額に基づき、65歳以上の人(第1号被保険者)にご負担いただく介護保険料を算出しました。変更後の所得段階、保険料率、介護保険料は次のとおりです。

所得段階	対象となる人	介護保険料			
		保険料率	令和6年度年額(円)	改定前年額(円)	
第1段階	○生活保護受給者				
	○老齢福祉年金受給者で、世帯全員が市民税非課税の人				
	本人が市民税非課税 同じ世帯にいる人全員が市民税非課税	本人の前年の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が80万円以下の人	0.455 (0.285)	27,300 ※ (17,100)	30,600 ※ (18,400)
		本人の前年の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が80万円超120万円以下の人	0.685 (0.485)	41,100 ※ (29,100)	45,900 ※ (30,600)
		本人の前年の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が120万円を超える人	0.690 (0.685)	41,400 ※ (41,100)	45,900 ※ (42,900)
第2段階	本人が市民税非課税 同じ世帯に市民税課税者がいる人	本人の前年の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が80万円以下の人	0.900	54,000	55,000
第3段階		本人の前年の「公的年金等収入額」と「その他の合計所得金額」の合計が80万円を超える人	1.000	60,000	61,200
第4段階		本人の前年の合計所得金額が120万円未満の人	1.200	72,000	73,400
第5段階(基準)	本人が市民税課税	本人の前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	1.300	78,000	75,900
第6段階		本人の前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	1.500	90,000	91,800
第7段階		本人の前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満の人	1.700	102,000	104,000
第8段階		本人の前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満の人	1.900	114,000	
第9段階		本人の前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満の人	2.100	126,000	
第10段階		本人の前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の人	2.300	138,000	
第11段階		本人の前年の合計所得金額が720万円以上の人	2.400	144,000	
第12段階					
第13段階					

※第1段階から第3段階までの保険料については、公費による軽減措置を実施しています(下段()内)。

●40歳から64歳までの人(第2号被保険者)の保険料は、各医療保険の保険者により算定されます。

●令和6年度の保険料決定額のお知らせは、7月中旬ごろに発送します。

●介護保険料の納付に関するお問い合わせは、税務課へお願いします。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



私有地の樹木の適切な維持管理について

道路に張り出した樹木は剪定・伐採をお願いします！

●問い合わせ 建設課管理担当 (☎ 62-3123)

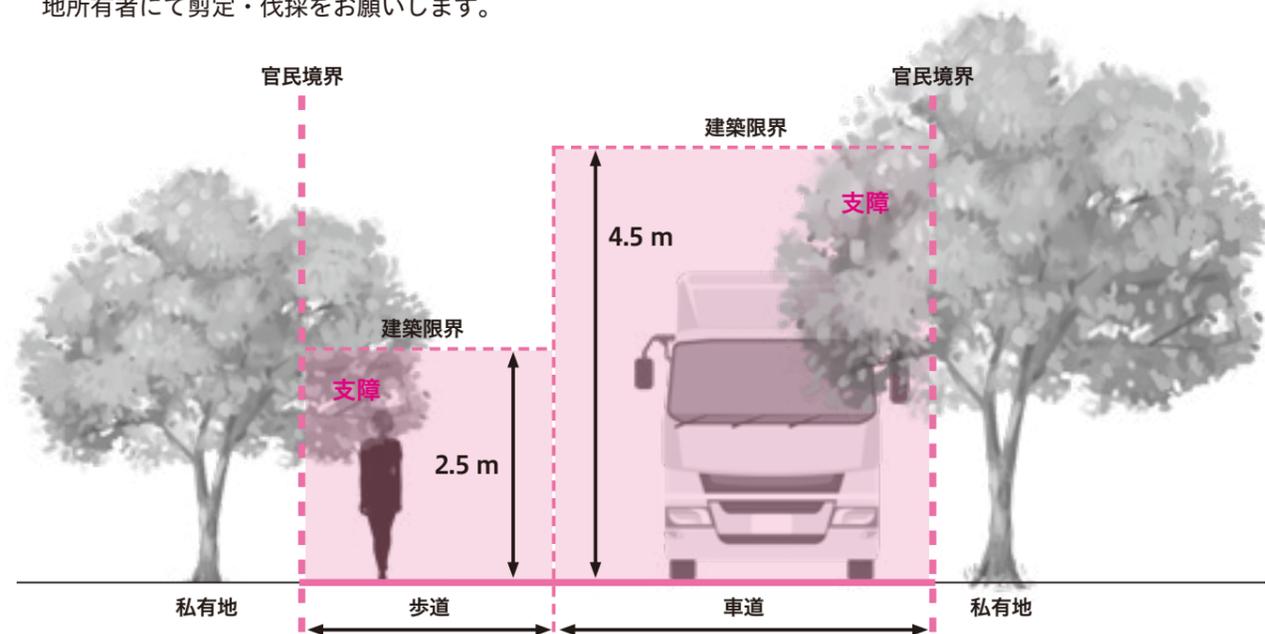
道路に張り出した樹木は、自動車や歩行者の通行の支障となります。私有地から道路に張り出している樹木は、土地所有者に維持管理の責任があり、倒木や枝葉が原因で事故が発生した場合、被害者から所有者に対して管理責任を問われることがあります。安心・安全な道路空間確保のため、樹木の適切な維持管理をお願いします。

●支障となる範囲

道路法では、道路の安全な交通を確保するため、車道の上空 4.5m、歩道の上空 2.5m の範囲内に障害となるものを置いてはならないとしています（建築限界）。これを超えて道路上に張り出した樹木は、土地所有者にて剪定・伐採をお願いします。

●緊急時の対応

樹木が著しく交通の妨げとなっており、事故の発生が予測されるなど緊急の場合は、道路管理者が所有者に予告なく剪定・伐採することがあります。



一緒に学ぼう！うえのはら手話くらぶ

Lesson 33 地震・避難する

●問い合わせ 福祉課障害福祉担当 (☎ 62-4133)

地震



両手掌を上に向けて並べて置き、同時に前後させる。

避難する（逃げる）



両手を握って交互に素早く腕を振る。

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

Vol.59

肉フェスに行ってきました！



今回は、4月6日(土)、7日(日)に開催された『第2回甲州・肉とワイン・のフェスティバル』について取り上げようと思います。今年で2回目となるこのイベントは、本来なら2020年3月に行われる予定でしたが、新型コロナウイルスの影響で開催が延期となりました。しかし、4年が経過して感染が落ち着いた今、ようやく開催できたということですね。



そんな『肉フェス』に我々ねこの目報道部も参加したので、その様子をお届けしようと思います！海鮮やスイーツ、ワインの試飲や販売など、肉以外の出店も充実していました。やはり甲州牛をはじめとしたさまざまな山梨県産の肉を主体とした出店が多かったです。その中で甲州ワインビーフ、オーギービーフ、アメリカンビーフの3種の鉄板焼きを食べ比べることができたのと、信玄どりを使ったヤンニョムチキン、フランクと新鮮なキャベツにサルサソースをかけてパンで挟んだホットドッグに似たソーセイジピタドッグを購入しました。どれも肉本来のジューシーさと味付けのバランスが良く、とてもおいしかったです！その他にも猪のジビエを提供しているところもあったので、次の機会があればぜひ食べてみたいです！

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

ワインの試飲では、1杯300円〜500円でさまざまなワインを飲み比べることができました。受付で500円を払ってグラスをレンタルし(グラスを割らずに返却したら500円は戻ってきました)、早速お店へGO！200銘柄以上の山梨ワインを体験することができ、歩行者天国化した駅前の道路にワインの出店がずらりと並んでいる様は圧巻でした。販売しているワインについて出店スタッフの方に質問すると、そのワインの特徴や合う料理などを丁寧に教えてくださったため、ワインについての知識を深めることができました。

帝京科学大学のAAE研究部という団体も子ども向けのブースを出していました。蘭玉に色を付けたりスパンコールなどでデコレーションする「蘭玉クラフト」や、蝶々の形にくり抜いた発泡スチロールをデコレーションしたものや、遊べるコーナー、うさぎとモルモットのふれあいコーナーもあり、親子連れで賑わっていました！



また、吉本興業所属のお笑いコンビ「BAN BAN BAN」が主宰するアニソンDJイベントである「アニソンディスコ」も行われ、たくさんのアニメ曲で会場を盛り上げてくれました！

今回の肉フェスは、食べ物や飲み物の出店がとても充実していて、また、会場が駅の目の前だったということもあり、家族で来ている人がとても多かった印象です。お客さんに楽しんでもらいつつ、地域の活性化が進み、市内の人々にさらに上野原の魅力を知ってもらえる良いきっかけになったと思います！次回以降の開催にも期待が高まっていますね！
(たぎ ホーク すけろく)

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.138

毎年6月は
食育月間です



今月のテーマ

食育について考え、健康増進を目指しましょう!!

食育基本法が施行されてから、今年で19年になります。市では、平成30年度に「第2次健康増進計画・食育推進計画」を策定し、それから5年経った昨年度には、中間改定計画を策定しました。改定の際に実施した健康実態調査によると、「食育の言葉も意味も知っている人」の割合は、49.9%と約半数の人が食育の意味を知っていた一方で、「食育に関心がある人」の割合は、19.9%と約2割にとどまっています。

食育という、大人には関係ないと思う人もいるかもしれませんが、大人も子どもも不規則な食事や偏った食事など、食生活の乱れで心と身体の健康が崩れてしまいます。具体的には、「朝食を欠食すると肥満や生活習慣病につながる」、「食事のバランスが悪いと死亡リスクが高くなる」、「孤食(1人で食べる)だと食欲不振や、高齢者の場合は、うつ病のリスクが高くなる」などがあります。

このような状態にならないためには、食育を意識して健全な食生活を実践することが必要です。

●健全な食生活とは・・・

- ①早寝早起き朝ごはん
- ②3食しっかり食べる
- ③主食・主菜・副菜を揃える
- ④共食の機会を増やす



健やかな毎日を送るために、全世代で食育に取り組みましょう。バランスの良い食事については、食事バランスガイド(下図)を参考にしましょう。

●食育について、詳しくはこちら

農林水産省ホームページ
https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/minna_navi/



食事バランスガイド



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	6月5日(水)	R6年1月7日～2月6日生
	7月5日(金)	R6年2月7日～3月6日生
9か月児	6月5日(水)	R5年8月5日～8月31日生
	7月5日(金)	R5年9月1日～9月30日生
1歳6か月児	6月14日(金)	R4年11月1日～11月30日生
3歳児	6月14日(金)	R3年2月1日～3月6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)

★薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

国および県では、6月20日(木)～7月19日(金)の1か月間、「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を展開します。薬物乱用の恐ろしさを正しく理解し、身近な人の薬物乱用に気づいたときには、勇気をもって保健所へ相談しましょう。

◎問い合わせ 富士・東部保健所衛生課 (☎ 0555-24-9033)



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)

★助産師による母乳外来のご案内

- ▶ 実施日時 平日、要予約(状態、相談内容で決定)
 - ▶ 問い合わせ 平日午後2時～5時
 - ▶ 費用 全額自費
- 母乳に関する相談対応や指導を行っており、助産師が1対1で個室で対応します。「乳房が痛い、熱っぽい」、「母乳は足りているのか」、「授乳の方法を知りたい」、「卒乳はどうすれば良いのか。」など、些細なことでもご相談ください。市内の助産院とも連携して対応します。

★検診のご案内

実施場所 総合福祉センターふじみ
申込方法 医療保健担当 (☎ 62-4134) へ電話

【集団検診】

- ◎実施日 10月16日(水)、17日(木)、18日(金)、19日(土)、20日(日)
午前実施
- ◎検診項目 特定(基本)健診、胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん・乳がん(マンモ)検診、乳房超音波検査、腹部超音波検査

【婦人科検診】

- ◎実施日 6月28日(金)、7月2日(火)、10月16日(水)、17日(木)
午後実施
- ◎検診項目 乳がん(マンモ)検診、乳房超音波検査、子宮頸がん・大腸がん検診
※6月28日(金)は、乳房超音波検診はありません。

【子宮頸がん検診】

- ◎実施日 9月9日(月)、19日(木)
午後実施

※市の施設検診との重複受診はできません。
※乳がん(マンモ)検診と子宮頸がん検診は2年に1度の検診になります。(昨年度受診している場合は受診できません)
※年間日程や自己負担金などの詳細については、広報4月号折り込み「保健事業のご案内」または市ホームページでご確認ください。

★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
6月3日、17日	午後2時～3時
7月1日	
8月5日、19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。
詳しく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。

日本語教室 パートナー募集



市では、市内の外国人を対象として開催予定の日本語教室に参加し、外国人と日本語で対話するボランティア（パートナー）を募集します。外国人との対話や協働活動を通じて、互いの文化や考え方を理解し合ったり地域情報を交換してみませんか？なお、パートナーには「外国人の背景理解、傾聴、やさしい日本語」などをテーマとした全5回のパートナー研修を受講していただきます。

●対象 市内在住・在勤の人（国籍、年齢、外国語能力不問）

●申込方法 申込みフォーム（右QRコード）から申し込んでください。



●申込締切 6月25日（火）

●パートナー研修（土曜日・全5回・参加無料）
7月6日、13日、20日、27日、8月3日
午後1時～4時（オンラインおよび対面開催）

※日本語教室は、7月頃～12月頃の間で全15回の開催を予定しています。教室への参加は、都合の良いときだけでかまいません。

※本事業は、山梨県地域日本語教育推進事業を活用して市が主催します。

●問い合わせ
（公財）山梨県国際交流協会 古屋（☎090-7705-7513 メール y-nihongo@yia.or.jp）

あなたも弾ける！ 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（火曜日・全7回）

6月18日、7月16日、9月17日、11月19日、12月17日、令和7年1月21日、2月18日

●時間帯 午前9時～午後4時15分 1枠60分間（6枠）

●場所 もみじホール

●費用 1枠（60分）2,000円

●対象 どなたでも

●申込方法 市公式LINE

※開催月の1日から申し込みをしてください。

※先着順となります。

※発表会やリハーサルなどはご遠慮ください。

※その他詳しくは、ホームページをご確認ください。



危険物安全週間を実施します

消防総務課予防担当（☎62-4671）

市消防本部および市危険物安全協会では、6月2日（日）～8日（土）に危険物安全週間を実施します。

●危険物安全週間推進標語

「次世代へつなごう無事故と青い地球」

●期間 6月2日（日）～8日（土）

●目的 この期間に危険物の保安に対する意識の高揚および啓発を推進することにより、各事業所における自主保安体制の確立を図ります。

●重点項目

- ①危険物施設における保安体制の整備促進
- ②危険物に関する知識の啓発普及
- ③危険物保安功労者の表彰

●危険物の取り扱いにご注意を！

みなさんの身近にある灯油、ガソリン、オイルなどは危険物です。使用方法を誤ることにより、思わぬ事故や火災を引き起こすことがあります。今一度、危険物の取り扱いや維持管理、点検状況を確認しましょう。尊い生命と貴重な財産を失わないよう、危険物の取り扱いに十分ご注意ください。

帝京科学大学 令和6年度公開講座



帝京科学大学地域連携担当（☎23-6808）

帝京科学大学では、アニマルサイエンス学科の授業「アニマルサイエンス・トピックス」を公開講座として一般開放しています。第一線で活動している専門講師が1日で完結するわかりやすい講演を行います。無料で受講できますのでふるってご参加ください。

●日時 下記日程の午後3時20分～4時50分

●会場 帝京科学大学東京西キャンパス本館棟401教室（開始10分前から入室可）

※当日は、本館棟1階事務室で受付をお願いします。

●日程・講座（毎週月曜日・《》内は講師）

6月3日 ヒトとネコの共生がもたらすもの《麻布大学獣医学部特任助教 子安ひかり》

6月10日 動物園飼育員について《長崎バイオパーク飼育展示課係長 末竹純》

6月17日 人と昆虫の関わり - 絶滅危惧種ベッコウトンボの保全、養蚕業をとらして - 《NPO法人桶ヶ谷沼を考える会、株式会社鈴生 保崎有香》

6月24日 イルカとアシカとペンギンと - 私が歩んだアニマルライフ - 《元キュラソールドルフィンセンター職員 小澤由紀子》

7月1日 水族館就職から現在《新江ノ島水族館飼育員 雨宮優香》

7月8日 オオサンショウウオの生態と保全の現状《オオサンショウウオ生態保全教育文化研究所所長 田口勇輝》

7月22日 絶滅の危機に瀕した猛禽類との共生を目指して - 北海道における希少種保全の最前線から - 《猛禽類医学研究所 齋藤慶輔》

7月29日 ウガンダでの野生動物の保全活動およびこれからの動物園の運営について《株式会社ウェバレッジ代表取締役 高橋文彦》

7月30日 カエルの音声コミュニケーション《カエルの音声コミュニケーション 合原一究》

※7月30日のみ火曜日の実施となります。

※演題は変更になることがあります。

●申込方法 各講座の3日前までに帝京科学大学ホームページ内公開講座ウェブサイトの申込みフォームからお申し込みください。



お知らせチェックリスト

家族介護慰労金事業



長寿介護課地域包括支援担当（☎62-3128）

市では、家族介護者の労をねぎらい、経済的負担を軽減することを目的として、家族介護慰労金を支給しています。

●支給対象者 次の①から⑤までのすべての要件を満たした在宅の要介護者を介護する人

①申請日において、市の住民基本台帳に引き続き1年以上記録されており、かつ、その記録された住所を生活の本拠としていること

②介護者と同居または同一敷地内に居住していること

③申請月の前月までの1年間（対象期間）において、要介護4または5に認定されていること

④対象期間中の入院日数が通算90日未満であること

⑤対象期間中の介護サービス（福祉用具貸与、特定福祉用具販売および住宅改修を除く）の利用日数が通算10日以内であること

●支給額 年額60,000円

●申請方法 対象期間経過後の翌月末までに申請してください。以前に慰労金の支給を受けた人が同一の要介護者に対する慰労金の支給を受ける場合は、前回の支給決定対象期間末日から1年を経過すれば、再度申請することが可能です。

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

令和5年度電源立地地域対策 交付金事業の実施報告

財政経営課財政担当（☎62-3118）

電源立地地域対策交付金事業は、発電用施設の設置および運転の円滑化に資することを目的として、ダムなどの発電用施設の周辺地域における公共用施設の整備促進や地域住民の福祉向上のために、毎年一定額が国から交付されます。

市では、この交付金を活用して、次の事業を実施しました。

●事業名 市道テクノパーク1号線他1路線舗装改修工事業

令和5年度 事業費 8,722千円

交付金 8,497千円

無料法律相談会

生活環境課生活環境担当（☎62-3114）

●日時 7月12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階の生活環境課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 7月1日（月）～7月10日（水）（土日を除く）（先着順）

※予約は電話受付のみとなります。

※詳しくは、お問い合わせください。

中央公民館「イスヨガ教室」

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

中央公民館では、次の日程で「イスヨガ教室」を開催します。イスに座りながら身体をストレッチします。日頃の運動を不足解消し、健康維持へとつなげましょう。ぜひ気軽にご参加ください。

●日程（木曜日・全5回）
6月27日、7月4日、11日、18日、25日

●時間 午後1時30分～3時
●場所 もみじホール
●講師 佐藤早代先生

●参加費 無料（予約不要）
※当日は、首にかけられる長さのタオル、水分補給用飲み物、室内履き、外靴を入れる袋をお持ちください。



中央公民館「生ゴミ処理機キエーロ講座」

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

中央公民館では、次の日程で「生ゴミ処理機キエーロ講座」を開催します。実際に生ゴミ処理機を作ってゴミの減量化について学びましょう。ぜひ気軽にご参加ください。

●日時 6月22日（土）午前10時～11時
●場所 もみじホール 2階 会議室2
●講師 城野仁志先生

●定員 30人
●参加費 無料
●申込方法 社会教育課まで電話申込
●申込締切 6月20日（木）

※定員になり次第締め切りとします。
※当日は、汚れても良い服装でお越しください。

第20回上野原市民合唱祭 新規参加団体募集

第20回上野原市民合唱祭事務局 鷹取（☎ 67-2038）

市民合唱祭に参加する新規の合唱団を募集します。
●開催日 11月24日（日）
●場所 もみじホール
●応募資格 市内在住者で構成されている合唱団
●申込方法 電話でお申し込みください。
●申込期限 7月13日（土）

市役所本庁舎およびもみじホールの一部改修工事のお知らせ

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

市では、市役所本庁舎およびもみじホールの一部改修工事を行う予定です。工事中は、騒音・振動などをご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。なお、工事の進捗状況は、広報うえのはらや市ホームページで随時お知らせします。

●工事期間
・市役所本庁舎 6月～8月（1階旧産業振興課執務室を教育委員会執務室に改修）
・もみじホール 9月～11月（1階教育委員会執務室を文化財展示室に改修）
※工事にともない、8月からもみじホール1階の会議室1は使用できません。

中央公民館「浴衣着付け教室」

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

中央公民館では、次の日程で「浴衣着付け教室」を開催します。夏祭りや盆踊りの季節を迎える前に浴衣の着付けを練習してみませんか。ぜひ気軽にご参加ください。

●日程（木曜日・全3回）
6月27日、7月4日、11日
●時間 午後7時～9時

●場所 市役所 2階 和室
●講師 山口恵子先生
●参加費 無料

●申込方法 社会教育課まで電話申込
●申込締切 6月26日（水）
※当日は、浴衣、着物用肌着、帯、腰紐（3、4本）、伊達締め、帯板、足袋（あれば）、バスタオル（補正用）、フェイスタオル（2枚程度）をお持ちください。



お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和6年5月1日現在）		
	人口等	対前月比
人口	21,431人	-23
男性	10,738人	-9
女性	10,693人	-14
世帯	10,047世帯	14

令和6年度山梨県 調理師試験の実施について

県福祉保健部健康増進課（☎ 055-223-1493）

●日時 10月26日（土）午後1時30分～3時30分
※12時から入室可能です。
※災害などにより試験の実施が困難になった場合は、予備日（12月14日（土））に試験を実施します。

●会場 かいてらす（甲府市東光寺3-13-25）
※予備日は山梨県防災新館（甲府市丸の内1-6-1）
●受験願書配布

・配布期間 5月10日（金）～6月14日（金）
午前8時30分～午後5時15分（土日を除く）
・配布場所 各保健福祉事務所（保健所）、甲府市健康支援センター、県福祉保健部健康増進課
※願書の郵送を希望する場合は、返信用封筒（角形2号）に返信先の住所と「調理師試験願書郵送希望」と明記の上、140円分の切手を貼って、各保健福祉事務所、甲府市健康支援センターまたは県福祉保健部健康増進課に送付して下さい。

●受験願書受付
・受付期間 6月10日（月）～6月14日（金）
午前9時～正午、午後1時～4時
※願書の提出は原則として本人が持参してください。郵送による提出は受け付けません。

・受付場所
①甲府市以外の県内在住者 住所地を管轄する保健福祉事務所（保健所）健康支援課
②甲府市在住者 甲府市健康支援センター医務感染症課（甲府市相生2-17-1）
③県外在住者 県福祉保健部健康増進課（甲府市丸の内1-6-1）
※住所地を管轄する保健福祉事務所（保健所）については、県ホームページにてご確認ください。

●受験通知書などの発送 願書提出時の書類（はがき）に記載された住所に、10月上旬に発送予定です。
※その他詳しくは、県ホームページをご確認ください。

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

地域密着型サービス事業者の公募について

長寿介護課介護保険担当（☎ 62-3128）

市では、上野原市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画に基づき、地域密着型サービス施設（定期巡回・随時対応型訪問介護看護）の整備・運営を行う事業者の公募を行います。

●募集数 1事業所（市内全域を対象圏域とする）
●対象 令和7年3月までに施設整備および指定手続きを完了し、同年4月よりサービスの提供開始が見込める事業者
●受付期間 6月3日（月）～7月19日（金）午後5時まで（土日・祝日を除く）
※公募要領などは、長寿介護課窓口または市ホームページから取得できます。

フリースクール・オンリーワン オープンスクール開催

学校法人上田煌桜学園さくら国際高等学校 大月キャンパス（☎ 22-3362）

学校法人上田煌桜学園さくら国際高等学校大月キャンパス（併設フリースクール・オンリーワン）は、生徒に寄り添い、ともに成長できる居場所・学びの場をつくり、生徒の主体性の育成を大切にしています。

次のとおりオープンスクールを開催します。気軽にご参加ください。
●対象 小・中学生、高校生など
●日時（土曜日・全4回）
7月27日、8月17日、10月12日、12月7日
午前10時～正午
※上記日時以外でも見学を受け付けています。

●内容 スクール紹介、個別相談など
●場所 大月市賑岡町強瀬747番地 2F（最上階）
●申込締切 開催日前日の午後5時

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

防災・減災について考えよう vol.38 問 危機管理室（☎ 62-3145）

毎年6月は、 土砂災害防止月間です！



国土交通省では、梅雨や台風の時期を迎えるにあたり、国民一人ひとりが土砂災害の防止および被害の軽減の重要性について認識し、理解を深めることを目的として、毎年6月を「土砂災害防止月間」と定めています。そこで今回は、土砂災害の特徴と主な前兆現象についてお伝えします。

がけ崩れ

特徴
地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、集中豪雨や地震などにより地盤が緩み、瞬時に斜面が崩れ落ちます。がけ崩れは、突発的に起こり、崩れ落ちるスピードが速いため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人が多く、死者の割合が高い特徴があります。

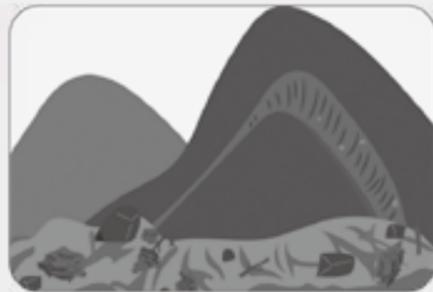


主な前兆現象

がけから急に水が湧き出る。がけから小石がパラパラ落ちてくる。がけから木の根が切れる音がする。

地すべり

特徴
比較的緩やかな斜面において、地中の滑りやすい層の地盤が地下水の影響などを受けて、斜面の一部または全部がゆっくりと斜面下方に動き出します。一度に広範囲が動くため、ひとたび発生すると人家、道路、田畑などに大きな被害を及ぼしたり、川をせき止め、洪水などを引き起こす原因になることもあります。

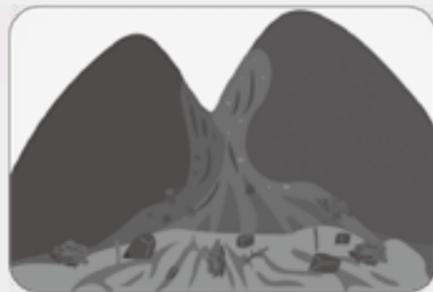


主な前兆現象

沢や井戸の水が濁る。家や擁壁、樹木、電柱などが傾く。斜面から水が湧き出るようになる。

土石流

特徴
渓流に溜まった土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へ押し流されます。その流れの速さは規模によって異なりますが、時速20km～40kmの速度で流れるため破壊力がとても大きく、一瞬のうちに人家や田畑を押し流し、大きな被害をもたらします。



主な前兆現象

土や木の葉の腐ったようなにおいがする。雨が降り続けているのに川の水位が下がる。山鳴りがする。急に川の流れが濁り、流木が混ざる。

災害に備えて、日頃からハザードマップを確認しておきましょう！（市ホームページ）



令和6年春の叙勲

4月29日付けで、次のおふたりが令和6年春の叙勲を受章されました。

地方自治功勞 旭日小綬章

おがた しげとら
尾形 重寅さん（大鶴地区在住）



1995（平成7）年、旧上野原町議会議員に初当選以来、町議並びに市議を7期27年余り務め、永きにわたり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「支えてくれた家族や親戚、地域の方々にも感謝申し上げます」と話していました。

消防功勞 瑞宝単光章

おさだ あきお
長田 秋男さん（西原地区在住）



1957（昭和32）年、消防団に入団し、団長を務めるなど、永きにわたり地域の防火・防災リーダーとして尽力されました。受章にあたり「先輩、後輩、多くの同僚に支えてもらい感謝している。今後も消防団や地域のために力を尽くしていきたい」と話していました。

芸術家の作品が身近に楽しめる美術展 第18回りんどうの里美術展

上野原市にゆかりの深い画家や書家、工芸作家の作品を展示する「第18回りんどうの里美術展」を開催します。皆様のご来場をお待ちしています。

●日時 6月11日（火）～18日（火）午前10時～午後4時30分（初日は午後1時から、最終日は午後3時まで）

※6月13日（木）、15日（土）の午前10時～午後2時は呈茶があります。

●会場 市役所1階 展示室1・2・3（入場無料）

●問い合わせ

りんどうの里美術会 代表 長坂（☎ 62-5405）
社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

乱舞する蛸と地元の新鮮野菜 島田の夏祭り・蛸と遊ぼう

島田コミュニティセンターで、夏祭りを開催します。地元の新鮮野菜の露店なども多数出店し、フィナーレは乱舞する蛸との舞を特設ステージで堪能できます。皆様のご来場をお待ちしています。

●日時 6月29日（土）午前11時～午後9時
※小雨決行

●会場 島田コミュニティセンター
●内容 島田の伝統行事披露、三頭太鼓、ダンスパフォーマンス、動物ふれあい、バザー など

●問い合わせ

島田地区社会福祉協議会 会長 河内（☎ 63-2985）
市社会福祉協議会（☎ 63-0002）

●●● 6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	13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） 午前8:30～午後5:00	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	毎週木曜日 午前10:00～午後3:00	市総合福祉センター	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	3日（月）、28日（金） 午前10:00～正午	市役所 2階会議室D	農地売買・ 賃借申請書提出	6月の申請書提出期限 10日（月）	農業委員会（産業振興課内） ☎62-3119
人権相談	17日（月） 午前10:00～正午	市役所 2階会議室D	市税収納・納税相談	30日（日） 午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
行政相談	30日（日） 午前9:00～正午	市役所 2階会議室D	市民課日曜窓口	30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。

誕生

- 島田地区**
飯島絆次(冬馬)
- 上野原地区**
小林優来(育子)
白鳥結花(雅人)
河内爽(祐樹)
小林来白(泰之)
山口春花(雅人)
山口璃里子(剛)

- 秋山地区**
天野世浩(春輝)

婚姻

- 巖地区**
反町恭一郎=宮崎夕里

死亡

- 大目地区**
水越孝道(ひろみ)
加藤律子(利浩)
- 甲東地区**
白倉亀代(朗)
小澤宗道(宗弘)
安藤政勝(哲也)
- 巖地区**
佐藤輝代(好房)
小俣キヌ子(庄三)
小崎勝子(輝雄)
- 島田地区**
安藤和美(元司)
杉本一美(哲也)
関戸正至(富子)

- 上野原地区**
福富道子(康浩)
杉本幸榮(和幸)
大額昌一(章子)
棗清(三重子)
弦桐章(幸子)

- 西原地区**
横瀬一三(博文)

- 秋山地区**
関戸敬(正雄)
関戸幸作(千秋)
平賀榮子(照久)
天野喜久(喜久男)

=3月、4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】

政策秘書課
秘書広報担当
☎ 62-3191

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！

おトクーポン協力店募集中

ファミリア
上野原 2012 ☎ 0554(62)3225
国産品クッキー、肌着、男性用・婦人用各種

ジーニシエグ
上野原 3662 ☎ 0554(63)2882
1枚で当日4名様まで(1時~18時までの利用可能)

ヨガルト上野原
☎ 080-4407-5957
1枚で1名まで

古民家ヨガルト カナ・ロタス
ハツ沢 1562 ☎ 090-6948-2559
1枚で1名様まで(お1人様1回限り)

マルバコシティヨギ
上野原 524-5 ☎ 070-8368-5092
1枚で1名様まで(お1人様1回限り)
体験トニーダ 7,700円 → 3,300円
初回体験(50分) 7,700円 → 3,300円

～ 子育て応援掲示板 ～

● 『島田子育て & 地域カフェ』

【日時】6月6日(木) 午前10時～正午
7月4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】6月13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】6月27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】6月29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 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】6月22日(土) 午前9時30分～11時30分
【場所】総合福祉センターふじみ 会議室B・C
【内容】『たまひよDX』は、成長・発達がゆっくり。マイペース?なお子さんの健やかな育ちを願う会です。お子さんの年齢は問いません。
【問い合わせ】代表者 森本 ☎ 080-5112-3142
※最新情報はQRコードから公式LINEにて
※親子の飲み物をお持ちください。

● 『森の冒険遊び場・桐原プレーパーク』

【日時】第3日曜日 午前10時～午後2時
※天候などによる変更やイベントの詳細、
問い合わせはQRコードから公式LINEにて
「おーい子どもたち!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～



上野原地区 山田 颯夏ちゃん(10か月)
一輝さん、由里絵さんの長女
“いつもたくさんのお幸せをありがとう!
元気にすくすく育ててね!”

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】6月8日(土)、22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】6月28日(金) 午後2時～5時
【場所】コモア内4丁目ウエスト集会所
※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、お話し広場、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
※本券1枚につき1名様まで使用可能です。
※本券を使用の際は、必ず清算時に提示してください。
※本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・クーポンとの併用はできません。
※クーポンの使用は不可。
※クーポン券は、現金との引き換えはできません。
※有効期限：2024年6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名様まで使用可能です。
※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・クーポンとの併用はできません。
※クーポンの使用は不可。
※クーポン券は、現金との引き換えはできません。
※有効期限：2024年6月末日まで

営業時間/毎週金曜日 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。
※クーポンの使用は不可。
※クーポン券は、現金との引き換えはできません。
※有効期限：2024年6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名様まで使用可能です。(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。
※クーポンの使用は不可。
※クーポン券は、現金との引き換えはできません。
※有効期限：2024年6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名様まで使用可能です。(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。
※クーポンの使用は不可。
※クーポン券は、現金との引き換えはできません。
※有効期限：2024年6月末日まで

●●●上野原市立病院 6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 午後 予約	浮田(健)・細川 三澤(仁)・小池	飯野・三澤 岡本・村田・片山	全・浮田(健) 小池・長坂(浩)・唐澤	三澤・村田 浮田(健)・浮田(紗)	三澤・担当医 岡本・村田・進藤
専門外来 【予約制】	午後	<腎臓>尾田	<糖尿病>高橋	<腎臓>担当医(第1,3のみ) <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 佐藤	金沢・片山 四條
眼科 【一般外来】	午前 午後	河西		6/5,19,26 菊島 6/12 稲田		6/14,28 櫻田 6/7,21 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、5月22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 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。
※6月10日は、午前・ツル虎ノ門医師、午後・岡本医師が担当します。

上野原市立病院〈睡眠外来〉竹内暢医師の睡眠コラム #15



睡眠コラム再スタート

皆さん、こんにちは。前回で『睡眠障害対処12の指針』のお話しが一旦終了しました。いかがでしたか。12の指針は、平成13年の厚労省の班会議の報告が元になっています。今から20年以上も前のものになりますので、内容も新しくしないといけないと思ったので、この度、令和5年度に睡眠指針の改定版として、『健康づくりのための睡眠ガイド2023』というものが作られました。厚労省のホームページに掲載されていますが、なせ50ページに渡る一大読み物です。なかなか全部は読み切れないと思います。そこで、このコラムで睡眠ガイドについての解説を兼ねたご紹介をしていきたいと思います。今後ともよろしく願います。ざっくりですが、今回の指針としては、成人、子ども、高齢者の年代別に、睡眠時間や睡眠で疲れを取るためのおすすめ事項、睡眠の病気に影響など幅広く解説されています。今回は、高齢者の睡眠についてです。

スマイルニュース

SMILE NEWS #210
男女共同参画推進委員会

だれもがどれも選べる社会に

毎年6月23日～29日の1週間は、内閣府男女共同参画局が定める「男女共同参画週間」です。性別に関係なく、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、国や市町村だけではなく、私たち一人ひとりの取り組みが必要です。

国では、「男女ともに自らの個性と能力を最大限に発揮できる社会を実現していくためのキャッチフレーズ」を募集し、令和6年度のキャッチフレーズは『だれもがどれも選べる社会に』(水津幸恵さん 三重県)が最優秀作品に選ばれました。

市では、4月11日(木)に第11期上野原市男女共同参画推進委員会委嘱式および第1回推進委員会を行い、8名の委員による活動がスタートしました。5月開催の第2回推進委員会では、今期の活動内容について意見交換を行いました。

コロナ禍において、ここ数年はさまざまな活動の自粛が余儀なくされていましたが、昨年度からは徐々にコロナ禍前のようなイベントが再開されてきています。第10期推進委員会では、広報うえのはらへの「スマイルニュース」掲載や山梨県の男女共同参画イベントである「ぴゅあフェスティバル」で寸劇を発表したほか、さまざまな研修や講演会に参加しました。第11期推進委員会においても、今までの推進委員の方々が続けてきた活動を継続するとともに、行政と協力して啓発活動に取り組んでいきたいと思ひます。



【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

リンデンだより

LINDEN DAYORI
市立図書館

- 一般書
- ◇『俺たちの箱根駅伝』池井戸潤/著 文藝春秋
 - ◇『対決』月村了衛/著 光文社
 - ◇『閉じた海』松本清張/著 中央公論新社
 - ◇『絶景富士山に会える日帰り低山20』交通タイムス社
 - ◇『ひとり生きる人生は幕引き直前まで面白い』堀文子/著 三笠書房
- 児童書
- 『スラムに水は流れない』ヴァルシャ・バジャージ/著 村上利佳/訳 あすなる書房
 - 『アドニス声が聞こえる』フィル・アール/作 杉田七重/訳 小学館
 - 『いつかあなたに出会ってほしい本』田村文/著 河出書房新社

- 絵本
- ◆『かみさま、いっしょうのおねがい!』といよしひこ/作 国土社
 - ◆『みちくさ』さとうわきこ/作 偕成社
- 図書館イベント
- ◆子ども映画会 『プチパンピ』
6月8日(土) 午前10時～/午後2時～ 会議室
 - ◆あおぞらおはなし会 『かぼちゃのつる』ほか
6月15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 『タイムリミット/朝井リョウ』ほか3話
6月30日(日) 午後2時～ 会議室
 - ◆こどもにすすめたい本2024
本の展示コーナーにおいて、昨年1年間に出版された図書の中から山梨県内の図書館員が選んだ本を展示します。

◎休館のお知らせ◎
蔵書点検および館内整理のため、次の期間中は休館となります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
●休館期間 6月17日(月)～26日(水)
●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
お知らせセテックリスト
すくすく育むうえのはらっ子
リンデン・スマイルニュース
上野原フォトレコード



第81回全国舞踊コンクール 市内の中学生が優勝

4月4日(木)、東京都で開催された「第81回全国舞踊コンクール」の現代舞踊第二部において、巖地区在住の中学生、安藤希月さんが優勝しました。今大会同部門では県内唯一の出場者で、156組の中から勝ち抜いて栄光を手に入れました。安藤さんは「素敵な賞をもらえて嬉しい。見守ってくれた巖こども園の先生や友達、指導してくれた先生、先輩、家族に感謝の気持ちでいっぱい。」と気持ちを語ってくれました。



株式会社セブン・イレブン・ジャパンと 高齢者見守り等に関する協定を締結

4月24日(水)、株式会社セブン・イレブン・ジャパンと「高齢者見守り活動等に関する協定」を締結しました。この協定は、市内セブンイレブン店舗の営業活動を通して、地域の高齢者に普段とは違う変化などを感じた際に、市へご連絡いただくという内容になっています。協定締結後、市内セブン・イレブン店舗の店長に地域包括支援センターのPRポスターを手渡して見守りのご協力をお願いしました。



市消防署と上野原警察署との 合同山岳救助訓練

4月23日(火)、八重山で市消防署と上野原警察署との合同山岳救助訓練を実施しました。この訓練は、山岳救助事案発生時に迅速かつ的確な救助活動および関係機関との連携強化を目的として実施しました。訓練を通して特殊な資機材の取扱いや救助方法の検証、隊員間の連携の強化ができました。消防署では、地域住民を守るという共通の使命をまっとうするべく、今後も同警察署と連携していきます。



コスモ石油マーケティング株式会社と ゼロカーボンシティ実現に向けた協定を締結

4月25日(木)、コスモ石油マーケティング株式会社と「ゼロカーボンシティ実現に向けた包括連携に関する基本協定」を締結しました。この協定により、市のカーボンニュートラルの実現と市民の温暖化対策に対する意識の醸成、環境教育などに両者一体となって取り組み、「第4次上野原市地球温暖化対策実行計画」に掲げている「2050年までに二酸化炭素排出量の実質ゼロ」を目指します。



積水ハウス株式会社と 包括連携協定を締結

4月19日(金)、積水ハウス株式会社と、包括連携協定を締結しました。この協定により、コモアしおつの住民が健康的に安心して生活できる環境づくりを目的として、快適で安全・安心なまちづくり、多様な魅力の創出、そして、まちに対する愛着醸成を図っていきます。同社の豊田専務執行役員は「コモアしおつの住民の方々が快適に過ごしていただけるよう尽力して参ります」と話していました。



甲斐市、上野原市が共催 VF 甲府サンクスデー

5月12日(日)、甲府市でサッカーJ2・ヴァンフォーレ甲府 vs ジェフユナイテッド千葉の試合が行われました。この日は甲斐市・上野原市サンクスデー。村上市長から特産品の詰め合わせを贈呈しました。また、市民のみなさんを無料で招待し、多くの人に観戦していただきました。試合は甲府が先制するも後半に逆転を許し、アディショナルタイムでの劇的同点弾により引き分け。ドラマチックな闘いが繰り広げられました。



式典と清掃活動で戦役者を追悼 大目地区戦没者慰霊祭

4月29日(月・祝)、大目地区戦没者慰霊祭と清掃活動が行われました。大目地区社会福祉協議会と有志メンバーで忠魂碑とそれに続く参道の清掃を行った後に忠魂碑前で清泉寺住職による法要、刻字されている74柱への黙とうが行われました。この慰霊祭は、平成19年度まで大目さくら会(兵役経験者の方たち)が毎年行っていましたが、高齢化などの理由から、大目地区社会福祉協議会が承継して行っています。



届けよう人権の花、育てよう思いやり 人権の花運動

5月15日(水)、島田地区のこども園にて人権の花運動が行われました。この運動は、子どもたちが協力して花を育てることで生命の尊さに触れ、豊かな心、優しさ、思いやりの心を育むことを目的として行うものです。運動には、こども園と秋山保育所の園児が参加し、人権擁護委員による人権についてのお話、花の苗や啓発グッズのプレゼント、花の種を付けたバルーンリリースなどが行われました。



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

すくすく育てうえのはらっ子

リデン・スマイルニュース

上野原フォトレコード

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

すくすく育てうえのはらっ子

リデン・スマイルニュース

上野原フォトレコード

上野原 PhotoRecord + プラス

「まだ、知らないだけ。」プロジェクト活動報告

「景色をきいてみる」

生活介護事業所 logue が「まだ、知らないだけ。」プロジェクトとして取り組む『景色をきいてみる』では、3月2日(土)に「景色をきいてみる 上野原」の上映会を開催しました。市内外の人々が参加したワークショップで上野原の街を歩き、拾い集めた映像と音で制作した動画作品を logue の代表である井上真吾さん、ワークショップを企画した立石剛さんとともにみんなで鑑賞しました。プロジェクトにかけた想いについて、お2人からコメントをいただきました。

井上 真吾さん (生活介護事業所 logue 代表)

人の息づかいや虫の鳴き声、言葉にならない言葉… 日常の中にこそ街を構成する要素がある。上野原に散りばめられた生活のかけらに想いを馳せることで「まだ、知らないだけ。」を表現してみたい。目と耳を丁寧に使い、考えることで、向き合う人との関わりを柔らかいものにしたい。この『景色をきいてみる』は、そんな願いが込められたプロジェクトです。

映像作品「景色をきいてみる 上野原」は YouTube でも配信しています。ぜひご覧ください。



上映会での井上さん(左)と立石さん(右)

立石 剛さん (音楽家 / 現代アーティスト)

普段とは少し違ったものの見方や音の聴き方を通じて「まだ、知らないだけ。」のいつもの街や自分の内面に潜む新たな感覚に触れてもらい、日常の解像度が少しでも上がるきっかけになればという想いで進めてきました。このプロジェクトによって生まれた作品は、参加者のパーソナルな観点でありながら、見る人にとっての記憶と結びつく鏡のようなものとなりました。

「まだ、知らないだけ。」プロジェクト活動報告

「せいだ芋のブランド化」

4月29日(月・祝)、龍泉寺で地域の平和と発展、豊作を願う祭礼「芋大明神祭」が4年ぶりに開催されました。祭礼には、「上野原せいだ芋」の生産者も集まり、今年の豊作と未来への発展が祈願されました。また、会場には「まだ、知らないだけ。」プロジェクトとしてせいだ芋のブランド化に取り組む上野原せいだプラントによる特別展示も行われました。江戸時代より続く歴史の舞台で開催される祭礼は、新たに地域の平和と発展、豊作を祈願する地域のお祭りへ。ジャガイモの神様に見守られ、新しい歴史の一步を踏み出しました。



UENOHARA
SEIDA PLANT
YAMANASHI JAPAN



祭礼出店者の皆さんほか



特別展示の様子



芋大明神石碑



せいだ芋生産者の皆さんほか