広報うえのはら ～頑張るあなたを応援する情報誌～

UENOHARA

Public Relations

11
2024年
No.237

Katsuragawa Festival 2024

みんなが主役の交流の祭典

誰かのために――

community development platform HINANOKAI presents.

【表紙】9月28日（土）～29日（日）に桂川河川敷で開催された「第6回桂川フェスティバル」での一幕。メインステージ上で行われた「E・SKALATOR,S」によるバンド演奏でのサックスソロの写真です。2日間にもわたった大イベントを締めくくるにふさわしい熱いパフォーマンスに、多くの観客が最前列に駆け寄り、タオルを回しながら熱狂していました。このイベントの様子は、2ページ～3ページに掲載しています。

「広報うえのはらおトクーポン」は29ページ左端に掲載しています。

「誰かのために」
～第6回 桂川フェスティバル～

9月28日（土）～29日（日）、桂川河川敷で「第6回桂川フェスティバル」が開催されました。このイベントは、桂川流域を活用した魅力あるまちづくりを目指して活動している団体「（一社）まちづくりプラットフォーム鄙（ひな）の会」が運営主体となって、『誰かのために』をイベントテーマとして催されているもので、市内屈指の来場者数を誇るビッグイベントです。平成27年の初開催から新型コロナによる自粛期間を経て5年ぶり、6回目の開催です。

桂川流域には、みんながまだ知らない大自然の宝（地域資源）がまだまだたくさん眠っています。

この「桂川フェスティバル」には、そんな宝（地域資源）を掘り起こし、「大自然でこんなことをしてみたい・見てみたい」などの夢を持つ『誰かのために』この地域を魅力あるものに発展させたいといった「（一社）まちづくりプラットフォーム鄙の会」の願いが込められています。

会場となった河川敷には、食の出店やアトラクション・物販・キッズコーナーなどが並び、メインステージでは、歌やダンスなどの多彩なパフォーマンスが行われました。また、花火も盛大に打ち上げられるなど、2日間にわたるビッグイベントは、大盛況のうちに幕を閉じました。

上野原市選挙管理委員会からのお知らせ

上野原市長選挙の期日が決定しました

令和７年３月19日に任期満了を迎える上野原市長の選挙期日などを次のとおり決定しました。

《選挙期日（投・開票日）》

令和７年２月23日（日）

《告示日》

令和７年２月16日（日）

《期日前投票》

投票期間 ▶ ２月17日（月）～22日（土）
投票時間 ▶ 午前８時30分～午後８時
投票場所 ▶ 上野原市役所、秋山支所
※秋山支所は期間中の３日間

●問い合わせ　市選挙管理委員会事務局（総務課内）（☎ 62-3117）

立候補予定者説明会

令和７年３月19日に任期満了を迎える上野原市長の選挙にあたり、立候補予定者説明会を次の日程で開催します。

▶日　時　12月23日（月）午後１時30分
▶場　所　市役所　２階　会議室Ｄ
※出席者は、立候補予定者を含めて３人以内でお願いします。

令和７年２月13日に上野原市は20周年を迎えます！

20周年記念事業ロゴマークデザイン大募集

上野原市は、旧上野原町と旧秋山村の合併により誕生してから、令和７年２月13日で20周年を迎えます。これにともない、上野原市制施行20周年を記念するロゴマークのデザインを募集します。

●**目的**　市制施行20周年記念事業を統一的に広く展開し、市内外に市の魅力を発信するとともに、より多くの人に地域への愛着を深めてもらうため。
●**用途**　市制施行20周年を記念する各種事業や印刷物、ウェブサイト、記念品の作成など
●**募集期間**　11月１日（金）～11月29日（金）
●**応募資格**　どなたでも応募可能（１人１作品）
●**募集内容**　上野原市制施行20周年であることがわかりやすく表現され、かつ上野原市らしさが表現された親しみやすいデザイン
●**応募方法**　応募用紙に必要事項を記入の上、政策秘書課政策担当あてにメールで提出
　政策担当メール　seisaku@city.uenohara.lg.jp
※応募用紙は、市ホームページからダウンロードしてください。
※デザインは、電子データで制作し、ファイル形式はJPEG、またはGIFの４MB以内のデータで提出してください。
※詳しくは、市ホームページをご確認いただくか、政策秘書課政策担当までお問い合わせください。

▶市ホームページ

▲前回の記念事業で使用された15周年記念ロゴ

●**問い合わせ**　政策秘書課政策担当（☎ 62-3191）

クローズアップニュース
スポ少・オコシタイ・市立病院
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子
リンデン・スマイルニュース
上野原フォトレコード

うえのはら オータムフェスティバル

入場無料

日時　11月23日（土・祝）
午前10時～午後３時30分
※オープニング（太鼓演奏）午前９時30分～10時

場所　市役所センタープラザおよび駐車場
※フラッグハントは上野原小学校体育館

特設ブース

フラッグハント、上野原サンライズブース、防災展示、保護猫の譲渡会、健康測定・血管年齢測定、木工体験、移動図書館、働く車の展示　など

販売

焼きそば、たこ焼き、カレー、弁当、酒まんじゅう、ポップコーン、コーヒー、ワイン、女川町・平塚市の魚介類および物産　など

ステージイベント

和太鼓演奏（こども園ほか）、吹奏楽（中学校、高校ほか）、じょいそーらん、かっぽれ、剣舞、歌唱、上野原サンライズ　など

詳細情報はこちら「市ホームページ」

今年も盛大に開催します！
楽しい企画が盛りだくさん！ぜひご来場ください。

問い合わせ　産業振興課農村地域づくり担当（☎ 62-3119）

国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者の皆さんへ

12月2日から従来の健康保険証は新規発行されなくなります

●問い合わせ　市民課国保年金担当（☎62-3112）

国が示すマイナンバーカードと健康保険証の一体化の原則に基づき、12月2日に従来の健康保険証は廃止され、以降の健康保険証の再発行や新規発行などはできなくなります。

ぜひこれを機会に、マイナ保険証の利用のご検討をお願いします。

マイナ保険証ってなに？

健康保険証として利用登録をしたマイナンバーカードのことです。マイナンバーカードを医療機関・薬局で健康保険証として利用することができ、利用の際は、顔認証付きカードリーダーで受付をするため、これまでよりも正確な本人確認や過去の医療情報の提供に関する同意取得などを行うことができ、より良い医療を受けることができます。

利用登録方法

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、利用登録が必要です。登録は、市民課や医療機関・薬局の窓口（カードリーダー）でできるほか、スマホやパソコンの「マイナポータルアプリ」からもできます。

※窓口で利用登録する場合は、申込者本人のマイナンバーカードおよびマイナンバーカード発行時に窓口で設定した暗証番号（数字4桁）が必要です。

廃止日（12月2日）以降の対応

・住所や負担割合などに変更があった場合や年齢到達（70歳・75歳）によって健康保険証の有効期限が切れる人には、「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を郵送します。

▶詳しい情報はこちら　（厚生労働省ホームページ）「マイナンバーカードの健康保険証利用について」

Q&A ～健康保険証利用に関するよくある質問～

Q　12月2日以降は、手元にある健康保険証は使えないのか。
A　健康保険証に記載のある有効期限まで使用できます。

Q　マイナ保険証を作っていない場合、今後医療機関を受診できないのか。
A　マイナ保険証を持っていない人には、「資格確認書」が交付され、引き続き医療を受けることができます。

市公認・地域活動を応援
【問い合わせ】政策秘書課政策担当（☎62-3191）
㈱AsMama メール info@asmama.co.jp
上野原市シェアコミュニティ
頼りあい
はじまります！
市内での暮らしや子育てをもっと楽に、もっと豊かに。
地域みんながつながって頼りあえるまちづくり、参加者・団体大募集！
市では、子育てしやすい・暮らしやすい地域を目指して、住民同士で頼りあえる"共助コミュニティ"づくりを㈱AsMamaとスタートしました。
仲間と一緒に交流イベントを開催したり、地域情報や頼りあいをシェアできるアプリ「マイコミュ」を活用して交流を広げていきます。初回企画は、オススメのお店やお気に入りのスポットなどの情報をみんなで持ち寄って「上野原MAPづくり&交流会」を開催予定です。「地域活動をしてみたい」「地元の人たちとつながりたい」という人、奮ってご参加ください！
※「マイコミュ」アプリのグランドオープンは、11月21日(木)(予定)です。

詳しくはこちら
上野原MAPづくり&交流会
●日時　11月21日（木）　午後1時～
●場所　上野原市役所 展示室2・3
▶詳しくは上のQRから特設サイトへ！
https://asmama.jp/uenohara202411/

高齢者の外出を支援する事業として
シルバー定期券の購入費用を補助します！

●問い合わせ
長寿介護課地域包括支援担当（☎62-3128）

市では、公共交通の利用を促進し、高齢者の外出を支援するため、富士急バスが発行する「シルバー定期券（1年用）」の購入費用の一部を補助します。

●**シルバー定期券とは**　富士急バスが発行する定期券です。富士急グループのほとんどのバス路線で利用できます（市外でも利用可能）。これ1枚で富士急グループバスの対象路線が乗り降り自由です。

※高速バス・登山バス・コミュニティバス、定期券設定の無い路線などでは利用できません。

●**補助対象者**　70歳以上の人、または65歳以上の運転免許を返納した人

●**補助額**　シルバー定期券（1年用）27,500円に対して20,000円の補助

●**申請場所**　総合福祉センターふじみ　長寿介護課窓口

●**申請時の持ち物**

【70歳以上の人】身分を証明するもの

【65歳以上の人で運転免許を返納した人】運転免許の取消通知書、または運転経歴証明書、身分を証明するもの

補助対象決定後、1か月以内に決定通知書および助成券を郵送します。**助成券および身分を証明するものをお持ちの上、市内の富士急バス営業窓口にてシルバー定期券（1年用）を購入してください。**

～地域の歯医者さんが伝える～
講演会『歯から始める健康づくり』

参加無料
予約不要

日時　**11月17日（日）** 午後1時15分～3時
（受付　午後1時～）

場所　総合福祉センターふじみ　2階　会議室B・C

内容　講演「歯医者（わたし）とお口と健康と」、フリーディスカッション「健康と素敵な笑顔のために～あらためて考えようお口のケア～」

講師　細川裕貴（ほそかわ ゆうき）歯科医師（細川歯科医院）

主催　山梨県歯科医師会北都留支部

共催　上野原市、上野原市立病院

【11月8日は「いい（11）歯（8）の日」です】

歯は、食事や話すことや表情を作ることなど、重要な役割を担っています。

【山梨県の歯周疾患罹患状況】

「令和4年度山梨県歯科疾患実態調査」のデータ（図1）をみると、山梨県の歯周疾患罹患率は、全国と比較して、すべての年代で高い割合となっています。

【歯は健康の入り口】

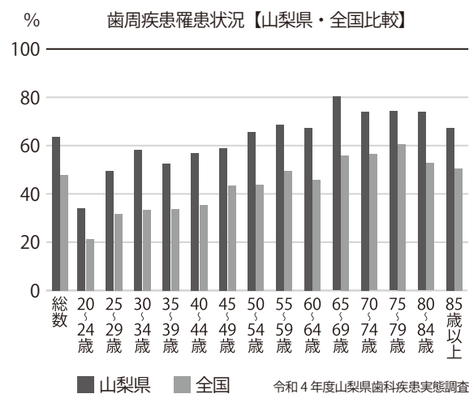
歯を失う主な原因は「歯周病」です。歯を失うと、物を噛む力や飲み込む力が弱くなり、食欲の低下や運動機能の衰えにつながります。

【歯周病について】

歯周病は、初期段階では自覚症状がほとんどなく、気付かないうちに進行していきます。また、自然治癒することがないため、放置すると歯の寿命が短くなるだけでなく、健康な歯にも悪影響を及ぼします。

さらに近年では、糖尿病や動脈硬化、認知症など全身疾患と深い関わりがあるといわれています。

（図1）



歯周病の予防には、毎日の歯みがきや定期的な歯石除去など、日頃のケアがとても大切です。ぜひこの機会に講演会にご参加ください。参加者には、歯ブラシをプレゼントします。

●問い合わせ
子育て保健課医療保健担当（☎62-4134）

令和5年度 決算公表

歳入 198億2,244万5千円（前年度比 1.9%減）
歳出 188億3,401万9千円（前年度比 1.5%減）

市では、令和5年度の一般会計と特別会計（国民健康保険特別会計など16の特別会計）の決算をまとめました。

ここでは、市民のみなさんが納めた税金、国や県からの補助金および地方交付税などの歳入状況、また、その使い道の歳出状況などをお知らせします。

市の決算

決算は、市が行政サービスなどを行う上で、どのくらいの収入があり、その収入をどのような事業にどの程度支出したかを表しています。市の会計は、一般会計と特別会計に分けられます。各会計の決算額および対前年度比較については、下の表のとおりです。その状況を見ると、市全体としては、歳入が198億2244万5千円となり、前年度比1・9%の減、歳出が188億3401万9千円となり、前年度比1・5%の減となっています。

▶▶ 令和5年度歳入歳出決算額 （決算額単位：千円・前年度比単位：パーセント）

会計区別		歳入		歳出	
		決算額	前年度比	決算額	前年度比
一般会計		12,640,064	△ 3.6	12,064,998	△ 2.8
特別会計	国民健康保険	2,873,144	0.0	2,844,703	0.2
	後期高齢者医療	640,100	3.2	638,861	3.1
	介護保険	2,487,926	1.7	2,396,592	1.1
	介護サービス事業	12,255	12.8	3,879	△ 1.7
	公共下水道事業	742,327	△ 1.2	725,897	△ 3.3
	簡易水道事業	154,366	38.7	133,382	22.5
	教育奨励資金	1,692	69.2	1,692	69.2
	大目財産区	63,493	△ 3.9	8,812	△ 38.2
	甲東財産区	1,049	△ 50.7	14	△ 98.7
	巌財産区	98,695	△ 0.7	104	△ 86.0
	島田財産区	62,890	7.1	5,282	36.0
	上野原財産区	23,553	0.0	8,493	0.0
	檜尾根外十二恩賜林保護財産区	4,916	1.1	207	37.8
	小金沢土室山恩賜県有財産保護組合西原分収益事業	2,667	1.5	10	0.0
	秋山財産区	10,109	3.0	908	7.3
	西棚ノ入外十一恩賜林保護財産区	3,199	5.5	185	57.3
合計		19,822,445	△ 1.9	18,834,019	△ 1.5

家計簿に例えるとどうだろう

令和5年度決算総額（普通会計）

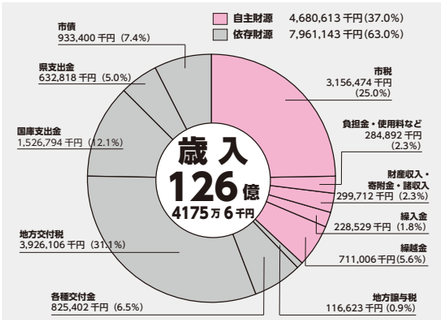
歳入総額　126億4,175万6千円
歳出総額　120億6,669万円

差引額　5億7,506万6千円

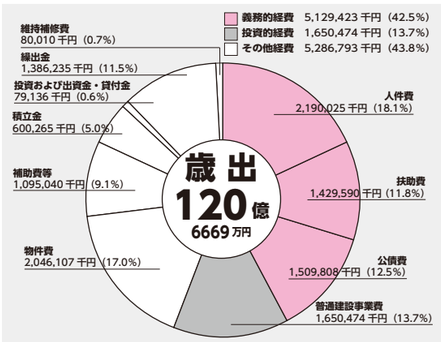
差引額は、翌年度に繰り越しました。

※普通会計とは、一般会計と教育奨励資金特別会計の合計です。

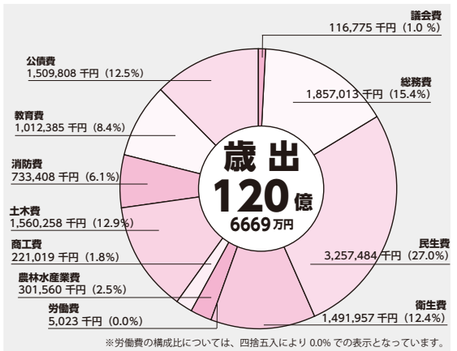
▶歳入の構成比



▶歳出（性質別）の構成比



▶歳出（目的別）の構成比



※労働費の構成比については、四捨五入により 0.0% での表示となっています。

▶▶▶家計簿にしてみると （市の令和5年度普通会計決算を年収500万円の家庭に例えて、家計簿に置き換えてみました）

収入				支出		
種類		金額	歳入	種類	金額	歳出
給与	基本給	10万4,081円	**市税** 市民税や固定資産税など、市に納付される税金	食費	7万2,167円	**人件費** 職員の給料や議員などへの報酬
給与	諸手当	16万417円	**地方交付税** 国内どこでも一定の行政サービスが受けられるように国から地方へ交付されるお金 **地方譲与税など** 地方譲与税や地方消費税交付金、地方特例交付金など	医療費	4万7,083円	**扶助費** 生活保護や高齢者支援など社会福祉のための支援にかかる費用など
パート収入		9,417円	**使用料・手数料** 市営施設の使用料や住民票、各種証明書などの交付手数料など **分担金・負担金** 保育料など経費の一部もしくは全部を受益者が負担するもの	光熱水費・通信費	6万7,417円	**物件費** 光熱水費や通信運搬費、消耗品費、機器等使用料など
貯金の引出し		7,500円	**繰入金** 基金などから充当されるもの	家の増改築・車の購入	5万4,333円	**普通建設事業費・災害復旧事業費** 道路や橋りょう、庁舎、保育所などの公共施設などを建設・改修するための費用
繰越金		2万3,417円	**繰越金** 前年度から持ち越したお金	家の修繕	2,667円	**維持補修費** 道路や公共施設の維持補修にかかる費用など
雑所得		9,917円	**財産収入、寄附金、諸収入**	交際費	3万8,667円	**補助費等** 各団体への負担金や補助金など
親からの援助		7万1,167円	**国・県支出金** 補助事業として、特定の目的のために国や県から交付されるお金	子どもへの仕送り	4万5,667円	**繰出金** 特別会計や企業会計に支出する経費
				ローン返済	4万9,750円	**公債費** 市債の返済金
銀行からの借入金		3万750円	**市債** 公共施設の建設などを行うために、国や金融機関などから借入れたお金	貯金	1万9,749円	**積立金** 基金への積立
合計		41万6,666円		合計	39万7,500円	

令和５年度 主要な事業（目的別）

01 総務費

• 情報通信基盤事業 93,299千円

- 地域交通対策事業 55,254千円
- ふるさと納税事業 44,753千円

02 民生費

• 自立支援給付事業 442,477千円

- 住民税非課税世帯等臨時特別支援事業 230,998千円
- 学童保育事業 65,579千円

03 衛生費

• 塵芥処理事業 400,294千円

- 病院事業（病院事業に対する繰出金）279,405千円
- 子ども医療助成事業 58,333千円

04 農林水産業費

• 林道橋修繕事業 34,685千円

- 森林環境整備事業 25,114千円
- 林道腰掛線事業 23,132千円

上野原市の

お金の使いみち

「歳入」として得た財源を、新規事業をはじめ、さまざまな事業に支出（歳出）しました。令和５年度は情報通信基盤事業や、四方津駅周辺バリアフリー化整備事業などに支出しました。その一部を紹介します。

05 商工費

• 商店街等応援事業 61,579千円

- 秋山温泉管理事業 69,977千円
- 中小・小規模事業者等支援事業 9,252千円

06 土木費

• 四方津駅周辺バリアフリー化整備事業 90,273千円

- 橋りょう長寿命化修繕事業 202,089千円
- 緊急自然災害防止対策事業 60,316千円

07 消防費

• 救急車購入事業 34,448千円

- 消防団詰所建替事業 40,982千円
- 40立方級防火水槽建設事業 26,351千円

08 教育費

• 学校給食費管理運営事業 80,886千円

- スクールバス運営事業 77,289千円
- GIGAスクール構想事業 16,980千円

上野原市の貯金額は？

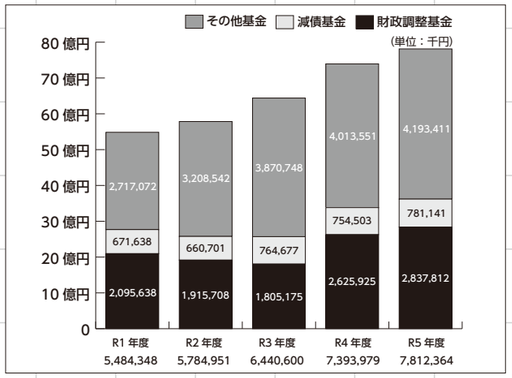
貯金額

78億1,236万4千円

市民一人あたりに換算すると

36万4,145円

【住民基本台帳人口 21,454人（令和６年３月31日現在）】



基金残高

令和５年度の基金残高の状況は、基金の積立額の合計６億７５６４万６千円に対して、基金の取崩額の合計が２億５４３６万円となり、前年度と比べ、基金残高は４億２１２８万６千円増加しました。

また、過去５年間の残高状況を見ると、令和元年度以降は毎年度増加傾向にあります。これは、今後老朽化が進んでいくとみられる公共施設の更新費用に備えるため、公共施設整備基金を中心に積立てを行っているためです。

基金とは、市の貯金。

財政調整基金とは、地方公共団体における年度間の財源の不均衡を調整するための貯金、減債基金とは、借金（地方債）の返済に使う貯金のことじゃ。

上野原市の借金額は？

借金額

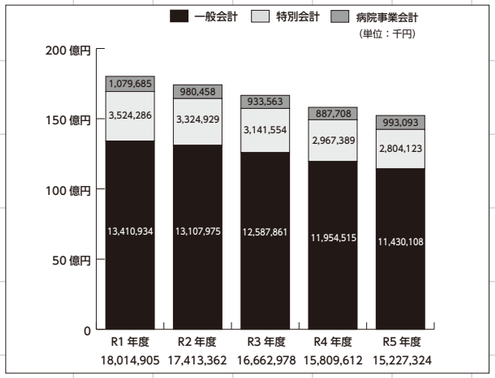
152億2,732万4千円

市民一人あたりに換算すると

70万9,766円

【住民基本台帳人口 21,454人（令和６年３月31日現在）】

※このうち約７割は地方交付税として措置されます。



地方債残高

令和５年度一般会計および特別会計等を含めた市全体の地方債残高の状況は、償還額が借入額を上回ったことにより、前年度と比べて５億８２２８万８千円減少しました。また、過去５年間の残高状況を見ると、令和元年度以降は、毎年度減少傾向にあります。

なお、地方債残高の一部は、国から地方交付税として措置されます。市の令和５年度末の地方債残高に対しても、７割程度は措置される見込みとなっています。

市は、今後も将来に負担を残さないように、計画的な財政運営を行っていきます。

■ **問い合わせ** 財政経営課財政担当（☎62-3118）

令和５年度決算に基づく

上野原市の健全化判断比率等

地方自治体の財政破綻などの未然防止や財政危機の早期発見と健全化の促進のため、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」が平成19年６月に制定され、財政の健全度を示す財政指標を市民のみなさんに公表することが法律で義務付けられました。

令和５年度決算に基づく健全化判断比率および資金不足比率についてお知らせします。

【表１】健全化判断比率　【単位：％】

指　　標	①実質赤字比率	②連結実質赤字比率	③実質公債費比率（３か年平均）	④将来負担比率
令和５年度 上野原市	－	－	12.1	12.4
（早期健全化基準）	（13.85）	（18.85）	（25.0）	（350.0）
（財政再生基準）	（20.0）	（30.0）	（35.0）	

◎**早期健全化基準**…比率が１つでも早期健全化基準を上回ると、財政健全化計画の策定と外部監査の要求が義務付けられ、計画に基づく財政健全化の取り組みを進めることとなります。

◎**財政再生基準**…比率が財政再生基準を上回ると、上記の早期健全化基準での取り組みに加え、地方債の借入が一部制限されます。

※赤字額がないため、実質赤字比率と連結実質赤字比率は「－」で記載しています。

【表２】資金不足比率　【単位：％】

指　　標	病院事業会計	公共下水道事業特別会計	簡易水道事業特別会計
令和５年度 上野原市	－	－	－
（経営健全化基準）	（20.0）	（20.0）	（20.0）

◎**経営健全化基準**…早期健全化基準に相当するもので、比率がこれを上回ると経営健全化計画の策定が義務付けられます。

※資金不足がないため、資金不足比率は「－」で記載しています。

【表３】健全化判断比率および資金不足比率の対象範囲

団体区分	会計区分	地方財政状況調査表上の区分		会計名等
上野原市	一般会計	一般会計等		一般会計
				教育奨励資金特別会計
	特別会計	公営事業会計		国民健康保険特別会計
				後期高齢者医療特別会計
				介護保険特別会計
				介護サービス事業特別会計
			うち公営企業会計	病院事業会計
				公共下水道事業特別会計
				簡易水道事業特別会計
広域連合・一部事務組合				
地方公社・第三セクター等（該当なし）				

対象範囲：①実質赤字比率／②連結実質赤字比率／③実質公債費比率／④将来負担比率／⑤資金不足比率　※公営企業会計ごとに算定

①実質赤字比率

一般会計等の実質赤字額の標準財政規模に占める割合です。家計でいうと赤字額が年収に対してどのくらい占めているかを表した比率です。

令和５年度は、実質収支額が黒字だったため、実質赤字比率は算定されませんでした。

【単位：千円】

区分	実質収支額
一般会計	527,032
教育奨励資金特別会計	0
合計（一般会計等）	527,032

②連結実質赤字比率

市の全会計を対象とした実質赤字額の標準財政規模に占める割合です。一般会計等に公営事業会計を含めた全会計の赤字額がどのくらい占めているかを表した比率です。

令和５年度は、実質収支額等が黒字だったため、連結実質赤字比率は算定されませんでした。

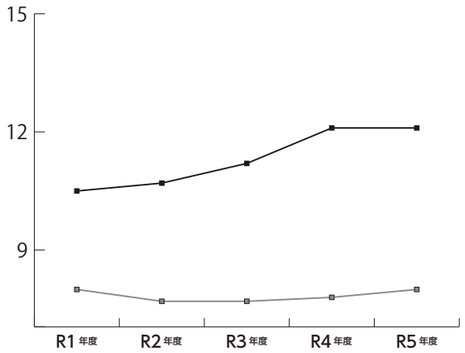
【単位：千円】

区分	実質収支額・剰余額
一般会計等	527,032
各公営事業会計	368,921
合計（全会計）	895,953

③実質公債費比率

市の全会計に公営事業会計などの会計を含めた実質的な借金返済額の標準財政規模に占める割合です。家計でいうと、年間の借金返済額が年収に対してどのくらい占めているかを表した比率です。

実質公債費比率は12.1％で、前年度と同じ数値となっており、早期健全化基準25％を下回っています。



■実質公債費比率の推移　【単位：％】

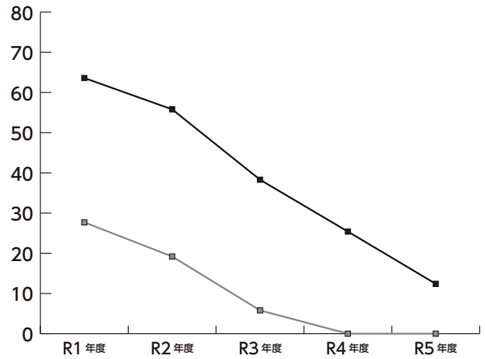
	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
上野原市	10.5	10.7	11.2	12.1	12.1
県内平均	8.0	7.7	7.7	7.8	8.0

※実質公債費比率は３年間の平均値です。
※令和５年度の県内平均は、速報値です。

④将来負担比率

地方債残高のほか、将来負担すべき実質的な負債を表した比率です。家計でいうと、将来の借金返済額が年収の何年分にあたるかを表した比率です。

将来負担比率は12.4％で、前年度より13.0ポイント改善しており、早期健全化基準350％（3.5年分）を下回っています。



■将来負担比率の推移　【単位：％】

	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
上野原市	63.6	55.8	38.3	25.4	12.4
県内平均	27.7	19.2	5.8	0.0	0.0

※令和５年度の県内平均は、速報値です。

▶**標準財政規模**：地方公共団体の一般財源の規模を表すもので、標準税収入額等と普通交付税、臨時財政対策債発行可能額の合計です。

▶**実質収支額**：形式収支（歳入－歳出）から翌年度に繰り越すべき財源を除いた実質的な黒字額です。

●**問い合わせ**：財政経営課財政担当（☎62-3118）

保育所・認定こども園の入所申し込み

令和７年度の保育所・認定こども園・学童保育所の入所申し込みが始まります

●問い合わせ　子育て保健課子育て支援担当（☎ 62-4134）

市では、令和7年度の正規保育所と認定こども園の入所申し込みを受け付けます。事前に、「施設・事業所の利用と保育の必要性」、「保育の必要量に応じた認定」を確認してお申し込みください。

施設・事業所の利用と保育の必要性

保育所・認定こども園などを利用するためには、「支給認定」を受ける必要があります。支給認定を受けられる基準は、法令などによって定められており、『子どもの年齢』と『保育を必要とする事由』および『時間』により支給認定を行います。

保育の必要量に応じた認定

2号認定または3号認定を受ける人は、保育を必要とする時間に応じて、『保育標準時間』と『保育短時間』のそれぞれの認定区分で認定されます。申請書には、必要とする認定種別をご記入ください。

認定こども園とは、保育所と幼稚園機能を合わせもつ施設です。また、保育所と異なり、幼稚部は就労などの条件がなくても入所が可能です。教育標準時間認定、短時間保育認定、長時間保育認定に区別しますが、同じ保育室内で一緒に教育・保育を行います。

■ 認定区分と利用可能施設・事業所

区分	年齢	認定条件	利用可能施設
1号	満３歳～小学校就学前	お子さんが満３歳以上で、幼稚園などでの教育を希望する場合	幼稚園（給付対象施設）・認定こども園
2号		お子さんが満３歳以上で、「保育を必要とする事由」に該当し、保育所などでの保育を希望する場合	保育所・認定こども園
3号	満３歳未満	お子さんが満３歳未満で、「保育を必要とする事由」に該当し、保育所などでの保育を希望する場合	

■ 保育を必要とする事由

①	ひと月あたり 64 時間以上労働している
②	妊娠中である、または、出産後である
③	疾病、負傷、障害などがある
④	同居または長期間入院している親族の介護などをしている
⑤	震災、風水害などの復旧にあたっている
⑥	求職活動（起業の準備を含む）を行っている
⑦	学校などで教育、訓練を受けている
⑧	児童虐待または家庭内暴力の恐れがある
⑨	育児休業取得時に、既に保育を利用している子がいて継続利用が必要である
⑩	市長が認める各号に類する状況がある

■ 保育の必要時間に応じた認定

認定種別	利用可能時間	保護者の労働時間
保育標準時間（11 時間）	午前 7 時 30 分～午後 6 時 30 分	月に 120 時間以上の就労 ※主にフルタイムの就労を想定
保育短時間（8 時間）	午前 8 時 30 分～午後 4 時 30 分	月に 64 時間以上 120 時間未満の就労 ※主に短時間のパートタイムを想定
教育標準時間（6 時間 30 分）	午前 9 時～午後 3 時 30 分	

■市内の保育所・認定こども園

名称	所在地	電話番号	設置主体
秋山保育所	秋山 5745	☎ 56-2604	公立
上野原こども園	上野原 3195	☎ 56-8350	公立
巌こども園	四方津 940-2	☎ 62-6200	公立
こども園 仁（じん）	鶴島 2292	☎ 62-6789	私立

※こども園　仁についての詳細は、下記のホームページをご覧いただくか、施設に直接お問い合わせください。

●こども園 仁ホームページ
https://kodomoenjin.com/

令和7年度 学童保育所入所案内

●対象児童　市内の小学校に在学し、かつ、市内に住所を有する小学生で、保護者が労働などにより昼間家庭にいない児童

●開設地区　上野原小学校区3か所、上野原西小学校区2か所、島田小学校区1か所、秋山小学校区1か所

●開設日時　月～金曜日の下校時～午後7時、土曜日・春休み・夏休み・冬休みは、午前8時～午後7時、延長時間は、午後6時～7時

●費用　月額5千円
※前年度分市町村民税非課税世帯は減免措置により半額になります。(要申請)
※午後6時以降にお迎えの場合、延長保育料が1児童30分につき100円。

保育所・認定こども園・学童保育所入所案内

▼受付期間　令和6年12月2日(月)～9日(月)

▼受付時間　午前8時30分～午後5時15分

▼受付場所　市総合福祉センターふじみ内子育て保健課子育て支援担当
※学童保育所、市役所（本庁）、保育所、こども園、支所、出張所での受け付けは行っていません。

▼入所に関する書類の配布
11月1日(金)から市総合福祉センターふじみ内子育て保健課子育て支援担当で配布します。

▼問い合わせ
子育て保健課子育て支援担当（☎62-4134）

上野原市スポーツ少年団

第3号

市内で活動するスポーツ少年団を紹介します。団員は、随時募集していますので、見学・入団などをご希望の場合は、各団体へご連絡ください。

甲州大月スポーツ少年団

少林寺拳法を通して勇気と行動力を育む

団体の概要

甲州大月スポーツ少年団は、少林寺拳法の教えと技法を通し、信念を持って行動できる人間を育てることを目標とし、昭和61年に大月桂川青少年支部として設立しました。

幅広い年代の拳士が多数在籍しており、お互いに教え合い、助け合いながら日々修練に励んでいます。また、少林寺拳法を通して、技術の向上はもとより、楽しみや生きがい、勇気と行動力を育んでいます。

活動内容

現在、23名の拳士が在籍し、技を磨き、昇級・昇段を目指したり、大会で演武を発表したりしています。スポーツ少年団だけではなく、拳友会としても活動しているため、5歳から大人まで男女問わず修練に励んでいます。

少林寺拳法の技法は護身術であり、体格や力の強さ、運動神経など関係なく技を習得することができます。また、修練を通して身体と共に心も成長します。親子で在籍している拳士もいて、楽しく笑顔で活動をしています。

みんなに一言

県大会では毎年入賞をしていて、全国大会へ出場している拳士もいます。幼児や小学生の拳士も多数在籍しており、大会に出場して、楽しく元気に発表しています。一緒に護身術としての武道を学んでみませんか？

見学や体験は、いつでもお待ちしています。

団体名	甲州大月スポーツ少年団
活動場所	島田中学校体育館（変更あり）
活動日時	毎週土曜日　午後2時～3時30分
対象者	幼児～一般
代表者	佐藤　岩男
連絡先	080-2265-8266（生田）

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 38　健康診断

右手掌でからだを円く撫でる。

腕を水平に構え、腕前で両手拳を同時に力強く下ろす。

手掌を後ろに向けた左手甲を、曲げた右手２指の指先で叩く。

オコシタイ通信 vol.52

上野原市
地域おこし協力隊

Facebook で
活動報告中！

～協力隊活動日記～
キヌア栽培と普及担当！

竹内隊員

キヌアの生産も１期目が終わり、２期目も半ばに入りました。

１期目は、キヌア生産者の先輩方からいろいろ教わりながら取り組んできました。そして、有機栽培で栄養満点なキヌアを作るのは大変ながらも、人間と土との関わりを深く感じました。

そして、２期目となったこの度、上野原のママたちと一緒に「こんなおやつがあったらいいな」を元に〝キヌアのクッキー缶〟を開発しました！

このクッキー缶には、８種類のキヌア入りクッキーを詰め込んでいます。そして、グルテンフリーなのでアレルギーを持っている人にも安心して食べていただけます。これまで、マルシェなどに出店した際にクッキー単品で販売してきましたが、そのどれも、お客様から「すっごく美味しい！」「可愛いだけじゃなく、それぞれ味が違って面白い」と数々の嬉しい感想をいただいています。

キヌアヴィーガンクッキー缶

ギフトにも最適な上野原の地で採れたキヌアのクッキー缶、100 缶限定で『みつばち農場ウェブサイト』にて予約販売中です。ぜひお買い求めください。

農場ウェブサイト　QUINOA OKASHI

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 16 回　上野原市立病院訪問看護事業所リニューアル！

９月１日（日）に、上野原市立病院訪問看護が『トナリノ訪問看護ステーション』に生まれ変わりました。病院のトナリに事業所を設けて、訪問看護師４名、事務員１名で活動しています。

人生 100 年時代と言われる中、住み慣れた場所で暮らしたい、そこで最期を迎えたいと望まれる人が増えています。

私たち訪問看護チームは“あなたの大切にしていることは何ですか？”を合言葉に、在宅で療養生活を送る人やご家族のトナリに寄り添う看護を提供しています。医療処置をはじめ、最期まで自分らしい暮らし、希望を叶えるサポートをするために日々上野原市内を駆け回っています。

Uenohara Municipal Hospital

Healthy Life

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.143

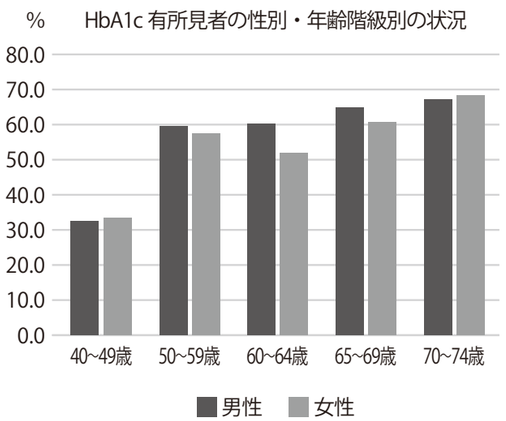
今月のテーマ

糖尿病を予防・改善しましょう！

11 月は『糖尿病予防月間』です。日本では、成人の約 6 人に 1 人が糖尿病・糖尿病予備軍と言われており、その割合は、増加傾向にあります。

令和 5 年度に上野原市の特定健診を受けた人のデータから、糖尿病の診断に用いる指標（HbA1c）をみると、糖尿病・糖尿病予備軍とされる 5.6％以上の値となった人は、全体で約 60％と半数を超えていました。これを年代別でみてみると（図 1）、40 代では約 30％ですが、50 代以降では、約 60％と倍に増えています。

（図 1）

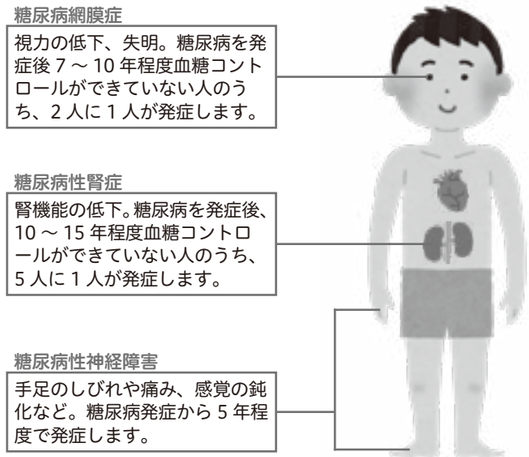


血糖値が高い状態が長く続いても自覚症状は現れません。痛くも苦しくもないため、生活習慣を変えよう、病院を受診しようと行動できる人が少なく、受診しても、薬を飲み続けることや定期的な受診が負担となり、治療を中断してしまう人もいます。糖尿病の発症や悪化につながりやすいため、HbA1c や血糖値を定期的にチェックして正常値を維持していくことが重要です。

糖尿病を予防・改善するためには、日々の生活習慣の見直しが必要不可欠です。

市では生活習慣病の予防を目的に特定健診・特定保健指導を実施しています。また、糖尿病を悪化させないための個別の支援や腎機能の維持に関する事業も実施しています。まずは、1 年に 1 回健診を受け、その結果から自分の健康状態を確認し、日々の健康づくりに役立てましょう。

（糖尿病の 3 大合併症）



※糖尿病性腎症は、人工透析導入の原因となる代表的な疾患です。症状が現れる頃には、腎機能が極度に低下している状態であるため、早期発見・早期治療が重要となります。

●**糖尿病について詳しくはこちら**
https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/disease/diabetes/

厚生労働省「スマート・ライフ・プロジェクト」ホームページ『糖尿病について』

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	12 月 4 日（水）	R6 年 7 月 6 日 ～ 8 月 8 日 生
9 か月児	12 月 4 日（水）	R6 年 2 月 1 日 ～ 2 月 29 日 生
1歳6か月児	11 月 15 日(金)	R5 年 4 月 1 日 ～ 4 月 30 日 生
3　歳　児	11 月 15 日(金)	R3 年 6 月 17 日 ～ 7 月 31 日生
5　歳　児	11 月 27 日(水)	R1 年 9 月 26 日～ 11 月 27 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☆にっき）に登録すると、該当児にお知らせが配信されます。
◎**問い合わせ**　子ども家庭担当（☎ 62-1199）

★母子健康手帳交付・妊婦相談日

◎**日　　時**　予約制（必ず事前にご連絡ください）
◎**場　　所**　総合福祉センターふじみ
◎**持 ち 物**　マイナンバーカード（取得していないときは、マイナンバーがわかる書類と、身分証明書 1 点）
※書類の記入や説明がありますので、おおむね 1 時間程度かかります。

★歯周疾患検診

◎**対 象 者**　市に住民登録があり、令和 7 年 4 月 1 日までに 20 歳・30 歳・40 歳・50 歳・60 歳・70 歳になる人
※ 40 歳と 50 歳になる人は、無料で受けられます。
◎**検 診 料**　800 円
◎**医療機関**　県歯科医師会加盟の歯科医院

★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。

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。

★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
11 月 18 日 12 月 2 日、16 日 1 月 6 日、20 日	午後 2 時～ 3 時

▶ **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いただくか、お問い合わせください。

高齢者叙勲

教育功労　**瑞宝双光章**

長谷川（はせがわ） 孟（たけし） さん（大目地区在住）

令和６年６月１日付けで、長谷川孟さんが高齢者叙勲を受章されました。

長谷川さんは、昭和 11 年５月８日生まれの 88 歳。大学卒業後、40 年近く神奈川県で小学校の教員を務め、旧牧郷小学校校長や小学校教育研究会の会長などを歴任し、長年、教育の発展に貢献してきました。今回、その功績が認められての受章です。

また、長谷川さんは、上野原市においても、文化財保護審議会や都市計画審議会などの委員を数多く歴任されており、市の発展にも貢献していただいています。

11 月は労働保険未手続事業一掃強化期間です

富士吉田公共職業安定所（☎ 0555-23-8609）

正社員・パート・アルバイトなど、雇用形態にかかわらず、ひとりでも労働者を雇っている事業主は労働保険（労災保険･雇用保険）に加入する義務があります。

就業時間にかかわらず、労働者は労災保険の加入対象となり、１週間の所定労働時間が 20 時間以上かつ 31 日以上の雇用見込みがある労働者は、雇用保険の加入対象にもなります。詳しくは、お問い合わせください。

●労災保険について

都留労働基準監督署（☎ 43-2195）

●雇用保険について

ハローワーク富士吉田（☎ 0555-23-8609）
ハローワーク大月（☎ 22-8609）
ハローワーク都留（☎ 43-5141）

ダムの流木チップを大量配布します

神奈川県企業庁相模川水系ダム管理事務所
城山ダム（☎ 042-782-2831）
相模ダム（☎ 042-684-3521）

城山・相模ダムでは、流木チップを常時無料配布しています。今回は期間中、大量配布希望者向けに機械で積込みをお手伝いします。詳しくは、ホームページをご覧ください。

●日時　12 月２日（月）～６日（金）
午前９時～午後５時

●場所　城山・相模ダムの各置場（地図・詳細は、ホームページをご覧ください）

●用途　園芸や防草、歩道にクッション効果など

女性の人権ホットライン強化週間のお知らせ

甲府地方法務局人権擁護課
（☎ 055-252-7239）

夫、パートナーからの暴力やストーカーなどの事案は、依然として数多く発生しています。これらの女性をめぐるさまざまな人権問題の解決を図ることを目的に 11 月 13 日（水）から 11 月 19 日（火）まで全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間を実施します。

●相談受付時間

午前８時 30 分～午後７時
※土日については、午前 10 時～午後５時
※強化週間以外は、平日の午前８時 30 分～午後５時 15 分まで相談を受け付けています。

●相談窓口電話番号　☎ 0570-070-810

有料広告

特設行政相談所

生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

市が開催する「上野原オータムフェスティバル 2024」において、特設行政相談所を開設します。年金、福祉、登記事務、道路関係などで困ったときや、どこに相談して良いかわからないときにご利用ください。相談は無料です。

●日時　11 月 23 日（土・祝）午前 10 時～正午
●場所　市役所　１階　ロビー
※相談内容など、秘密は厳守されます。
※事前の予約は不要です。
※市では、毎月定例の行政相談も行っています。開催日は、広報うえのはら「各種相談日・申請期限・窓口業務」のページをご確認ください。

DV・児童虐待を防止しましょう !!

子育て保健課子ども家庭担当（☎ 62-1199）

● 11 月は「児童虐待防止推進月間」です

虐待などを受けた、または受けていると思われる子どもがいた場合は、全国共通ダイヤル「189」へ連絡をお願いします。あなたの１本のお電話で救われる子どもがいます。連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

児童相談所虐待対応ダイヤル
１８９（いちはやく）

● 11 月 12 日（火）～ 25 日（月）は「女性に対する暴力をなくす運動」の期間です

「DV かも」と思ったら、一人で悩まず、相談ナビや対応ダイヤル、市の担当へご相談ください。

DV 相談ナビ　＃８００８（はれれば）

お知らせチェックリスト

令和７年二十歳を祝う会について

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

令和７年「二十歳を祝う会」を開催します。

●日時　令和７年１月 12 日（日）
午前 10 時 30 分受付　11 時開式
●場所　もみじホール
●対象　平成 16 年４月２日～平成 17 年４月１日に生まれた人
※招待状は送付しませんので、該当する人は直接会場へお越しください。
※市内に住所がなくても、市内出身者であれば、気軽にご参加ください。

上野原デマンドタクシー土曜日実証運行について

生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

市では、デマンドタクシーの利便性向上に関する実証実験として、10 月から令和７年３月末までの期間でデマンドタクシーの土曜日の運行を実施しています。

●運行期間　10 月～令和７年３月 31 日（月）までの毎週土曜日（11 月 23 日（土・祝）を除く）
●運行区域　現在運行しているすべての区域
※予約方法は、これまでと変更はありませんが、予約の際は、予約時間をご確認ください。

有料広告

山梨県労働局からのお知らせ

山梨県最低賃金が、令和６年10月１日から次のとおり改定されています。詳しくは、山梨労働局賃金室または最寄りの労働基準監督署までお問い合わせください。

●山梨県最低賃金　１時間　**988** 円

●問い合わせ
山梨労働局賃金室（☎ 055-225-2854）
甲府労働基準監督署（☎ 055-224-5616）
都留労働基準監督署（☎ 43-2195）
鰍沢労働基準監督署（☎ 0556-22-3181）

子ども・夫婦なんでも無料相談会

山梨県弁護士会（☎ 055-235-7202）

山梨県弁護士会では、次のとおり「子ども・夫婦なんでも無料相談会」を開催します。相談では、弁護士と臨床心理士が一緒にあなたのお話をお聞きします。

●日時　11月23日（土・祝）午後１時30分～４時50分
●相談方法
【面談相談】　山梨県弁護士会館（甲府市中央1-8-7）で実施する対面形式の相談
【電話相談】　相談会の開催時間中に山梨県弁護士会に電話をかけていただく形式での相談
【Zoom 相談】　Zoom を使ったリモート形式の相談
※面談相談および Zoom 相談は、事前申込みが必要です。右上 QR コードの山梨県弁護士会ホームページから11月22日（金）までにお申し込みください。
※電話相談は、事前申込みは不要です。当日午後４時までに山梨県弁護士会にお電話ください。
●相談内容　離婚・離婚にまつわる子どもの問題や子育て、虐待、非行、不登校、いじめ・子ども間のトラブルなど、子ども・夫婦に関する相談全般

新たな地域おこし協力隊員を委嘱しました！

10月１日（火）、新たな上野原市地域おこし協力隊員として東京都八王子市出身の林洋介（はやしようすけ）さんが加わりました。

林さんは、棡原地区の団体「未来プロジェクト会議」に所属し、ふるさと長寿館を拠点として棡原地区の交流人口の増加、農業振興、地域活性化を目指して活動していただきます。

林さんの今後の活躍に期待しています。

林（はやし）　洋介（ようすけ）さん

△村上市長から委嘱状を受け取る林さん

お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和６年10月１日現在）

	人口等	対前月比
人口	21,294 人	-4
男性	10,676 人	-2
女性	10,618 人	-2
世帯	10,084 世帯	21

ゆず狩り交流会 参加者募集！

▶ 日　　時　11月23日（土・祝）午前９時～
▶ 集合場所　尾続バス停前フラワー公園
▶ 申込方法　電話・FAX・メール
▶ 参加料　700円（保険代含む）
▶ 申込期限　11月16日（土）

【問い合わせ】八重山トレイルレース実行委員会 事務局　木村
☎ 63-1040　FAX 62-5495　メール　info@yaeyama-trail.com

山梨県立美術館特別展『超絶技巧、未来へ！明治工芸とその DNA』

山梨県立美術館（☎ 055-228-3322）

明治工芸における超絶技巧の DNA を受け継いだ現代工芸と、超絶技巧が駆使された明治工芸を改めて紹介する展覧会です。

●会期　11月20日（水）～令和７年２月２日（日）
●場所　山梨県立美術館　特別展示室（甲府市貢川1-4-27）
●開館時間　午前９時～午後５時（入館は午後４時30分まで）
●休館日　月曜日（祝日の場合は、その翌日）、年末年始（12月28日（土）～令和７年１月１日（水））
●観覧料　一般 1,000（840）円、大学生 500（420）円
※（　）内は、20人以上の団体、前売券、県内宿泊者割引料金です。
※高校生以下の児童は無料です（高校生は生徒手帳を持参してください）。
※県内65歳以上の人は無料です（健康保険証などを持参してください）。
※障害者手帳をお持ちの人およびその介護をする人は無料です。
※11月20日（水）県民の日は、どなたでも無料です。

上野原市文化財の Instagram（インスタグラム）を開設しました！

市が収蔵する文化財などの情報を発信するインスタグラムを開設しました！上野原の歴史の魅力や関連イベント情報などを随時発信します。右の QR コードから、ぜひフォローをお願いします！

uenohara bunkazai

●問い合わせ
社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

有料広告

スギ花粉採取／新規パート募集

時給：1,100円　勤務地：上野原市西原地区飯尾
業務内容：スギ枝剪定、スギ花粉採取作業などの軽作業
勤務期間：12月～令和７年３月　※業務内容や勤務日・時間は要相談

JForest 北都留森林組合
まずはお気軽にお電話ください　☎ 0554-62-3330

秋季火災予防運動

消防総務課予防担当（☎ 62-4671）

消防本部・署・消防団および上野原市危険物安全協会では、期間中、市内で啓発活動を実施します。

●実施期間　11月９日（土）～15日（金）
● 2024年度　全国統一防火標語
「守りたい　未来があるから　火の用心」
●重点目標
①地震火災対策の推進
②住宅防火対策の推進
③乾燥時および強風時の火災発生防止対策の推進
④放火火災防止対策の推進
⑤特定防火対象物などにおける防火安全対策の徹底
⑥製品火災の発生防止に向けた取り組みの推進
⑦多数の者が集合する催しに対する火災予防指導などの徹底
●住宅防火　いのちを守る　10のポイント
～４つの習慣～　①寝たばこは絶対にしない、させない。②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。③こんろを使うときは火のそばを離れない。④コンセントはほこりを清掃し不必要なプラグは抜く。
～６つの対策～　①火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する。②火災の早期発見のため住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。③火災の拡大を防ぐため部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは防炎品を使用する。④火災を小さいうちに消すために消火器などを設置し、使い方を確認しておく。⑤お年寄りや身体の不自由な人は避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。
●消火器の使用期限を確認しましょう
消火器を有効に活用するために、使用期限を確認しましょう。①一般住宅を除く会社や店舗、共同住宅、工場などは新規格の消火器（業務用消火器）を設置しましょう。②業務用消火器の設計標準使用期限は製造よりおおむね10年です。③住宅用消火器の使用期限は製造よりおおむね５年です。④旧規格の消火器や使用期限が過ぎた不要な消火器の処分方法は、お近くの消火器販売店か消火器リサイクル推進センターで確認しましょう。
●住宅用火災警報器、10年たったら、とりカエル
住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を感知しなくなることがあります。10年を目安に交換しましょう。

『上野原都市計画』変更案の縦覧について

建設課都市計画担当（☎ 62-3123）

上野原市都市計画道路の見直しに係る都市計画変更案（次の①、②）を作成しましたので縦覧に供します。

また、変更案について意見がある場合は、縦覧期間内に意見書の提出をお願いします。

【都市計画変更案】

①いりや通り線 ほか 1 路線

②南大通り線 ほか 5 路線

【変更案の縦覧】

●期間　11 月 7 日（木）～ 11 月 21 日（木）まで

※土日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

●場所　縦覧希望する案により次のとおり

・山梨県庁都市計画課（甲府市丸の内 1-6-1）（①のみ）

・富士・東部建設事務所 都市計画・建築課（大月市大月町花咲 1608-3）（①のみ）

・市役所 建設課（①、②）

※①は県、②は市 HP でもご覧いただけます。

【意見書の提出】

変更案について意見を述べることを希望する場合は、縦覧期間中に「意見書」の提出が必要です。

●対象　上野原都市計画区域の住民および利害関係者

●提出方法　意見の要旨、住所および氏名を記載した書面を、次の場所へ持参または郵送で提出

①の場合　富士・東部建設事務所 都市計画・建築課

②の場合　市役所 建設課

●提出期限　11 月 21 日（木）必着

郷土資料の虫干しを公開します

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

市が収蔵する郷土資料を虫干しに合わせて公開します。申込みは不要です。

●日時　11 月 19 日（火）午前 11 時頃～午後 3 時頃

※天候の状況により、11 月 26 日（火）に延期する場合があります。

●場所　旧大目小学校体育館（上野原市大野 4011）

●公開資料　旧島田村の芝居衣装、旧上野原宿の屏風絵など

※開始時間は、虫干し作業の状況により前後します。

※駐車スペースが限られていますので、可能な限り乗り合わせでお越しください。

※延期の場合は、ホームページに掲載します。

ストリートピアノはじめました

誰でも自由に弾けるピアノを JR 上野原駅南口に設置しました。初回は、近代日本を代表する実業家で「鉄道王」と呼ばれた根津嘉一郎（ねづかいちろう）さんが昭和初期に県内全小学校へ贈った「根津ピアノ」です。100 年前の音色をお楽しみください。

●設置場所　上野原駅南口エレベーター棟　2 階

●利用時間　午前 9 時～午後 5 時

※根津ピアノは令和 7 年 1 月末まで、以降は通常のアップライトピアノを予定しています。

●問い合わせ

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

お知らせ

上野原市教育委員会後援
第 20 回上野原市民合唱祭

幼児から高齢者まで、市民 9 団体による合唱の祭典です。多くの人に「心に響くハーモニー」と私たちの思いが届くよう歌います。皆さんのご来場を心からお待ちしています。

●日時　11 月 24 日（日）午後 1 時～（午後 0 時 30 分開場）

●会場　もみじホール（入場無料）

●主催　第 20 回上野原市民合唱祭実行委員会

●問い合わせ

市民合唱祭実行委員会事務局　鷹取（☎ 67-2038）

上野原市社会教育研究大会開催のお知らせ

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

『人生 100 年時代を支える　心ふれあう上野原の人づくり地域づくり』をテーマに、「令和 6 年度社会教育研究大会」を開催します。市内で実施している公民館活動の紹介、ウェルビーイング実現のためのコミュニケーションの大切さやその手法などについてご講演いただきます。どなたでも参加できます。

●日時　11 月 23 日（土・祝）午前 9 時 30 分～

●場所　もみじホール　2 階　会議室 2

●内容　公民館活動の事例発表、講演会

●基調講演　『社会教育とコミュニケーション』

講師　清原慶子（きよはらけいこ）さん（杏林大学客員教授・中央教育審議会生涯学習分科会長・前東京都三鷹市長）

●主催　市社会教育委員の会議、市教育委員会

農地パトロールの実施について

市農業委員会（産業振興課内）（☎ 62-3119）

市農業委員会では、農地利用の確認や遊休農地の実態把握と発生防止・解消、違反転用発生防止・早期発見を目的として、市内全域で農地パトロール（利用状況調査、利用意向調査）を行います。

調査では、市農業委員および推進委員が市内の農地を巡回し、耕作の状況などから「遊休農地（荒廃農地）」になっているかどうかを判断し、必要に応じて農地の所有者に聞き取りも行います。

みなさんのご理解とご協力をお願いします。

山梨芸術劇場『南アルプス桃源交響楽団コンサート』

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

市では、山梨県芸術文化協会の事業を利用して、山梨芸術劇場「南アルプス桃源交響楽団コンサート」を次のとおり開催します。皆さんお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

●日時　12 月 22 日（日）午後 2 時～（午後 1 時 30 分開場）

●場所　もみじホール

●公演団体　南アルプス桃源交響楽団

●公演内容　映画や CM に用いられているきっと聴いたことのある曲やさまざまな楽器が主役となる曲を中心に、オーケストラが演奏します。

※入場無料、予約不要です。

手助けを必要とする人へ『ヘルプカード』を配布します

福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）

市では、『ヘルプカード』を作成し、配布しています。

●『ヘルプカード』とは

外見から援助が必要なことがわからない人が、災害時や緊急時、または日常生活の中で困ったときなどに、支援や配慮が必要なことを周囲の人に伝えるためのカードです。

●配布対象者

身体・知的・精神に障がいのある人（手帳の有無は問いません）、難病、高齢者など援助を必要とする人

●配布場所

福祉課窓口（平日午前 9 時～午後 5 時 15 分）

●『ヘルプカード』を持っている人を見かけたら

・電車やバスの中では、席をお譲りください。

・「なにか困っていることはありますか」などと積極的に声を掛けるなど、配慮をお願いします。

・災害時は、避難支援をお願いします。

・困ったときには、『ヘルプカード』の中を見てください（手助けしてほしいことや緊急連絡先が記載されています）。

▶▶▶税務課職員（会計年度任用職員）募集

●問い合わせ
総務課人事担当（☎ 62-3117）

●**職務内容**　文書整理、申告受付、課税資料整理、パソコンへのデータ入力など
●**募集人数**　若干名
●**任用期間**　令和７年１月６日(月)～３月31日(月)
※任用期間終了後も再度任用する場合があります。
●**応募方法**　履歴書（顔写真貼付）を総務課人事担当へ持参または郵送にて提出。
●**応募期限**　11月29日（金）必着
●**選考方法**　面接
※報酬などの詳細は、お問い合わせください。
※面接日などについては、後日お知らせします。

▶▶▶令和６年度自衛官等募集

●**問い合わせ**　自衛隊山梨地方協力本部（☎ 055-253-1591）

募集種目		資格	受付期間	試験日	備考
一般曹候補生（※１）		18歳以上33歳未満の者	～11月28日（木）	《１次》12月７日（土）	１次試験合格者は２次試験を受験（※２）
自衛官候補生		18歳以上33歳未満の者	～11月28日（木）	《Web試験》12月８日(日)～12日(木) 《口述試験・身体検査》12月14日（土）	試験日は左記のほか、令和７年２月に予定(※２)
技術曹（空）		20歳以上で国家資格を有する者	～11月15日（金）	12月４日（水）～６日（金）	
自衛隊奨学生（※１）		大学生等で26歳未満の者（※２）	12月２日（月）～令和７年１月31日(金)	令和７年２月22日（土）	
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦	男子で中卒（見込含む）かつ17歳未満の者	～11月29日（金）	令和７年１月11日(土)～13日(月)	試験日は左記の日程のみ
	一般		～令和７年１月16日(木)	《１次》令和７年１月25日（土）	１次試験合格者は２次試験を受験（※２）

※１　採用予定人員を満たした場合、実施されない場合があります。
※２　詳細は、山梨地方協力本部のホームページをご確認ください。

山梨地本　検索

●●● 11月の各種相談日・申請期限・窓口業務

区分	日時	場所
児童巡回相談	14日（木）午後1:00～5:15	市総合福祉センター（要予約☎62-1199）
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
母子父子家庭相談		
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
人権相談	11日(月)、29日(金) 午前10:00～正午	
行政相談	18日（月）午前10:00～正午	市役所２階会議室Ｄ
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
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
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
農地売買・賃借申請書提出	11月の申請書提出期限11日（月）	農業委員会(産業振興課内) ☎62-3119
市税収納・納税相談	24日（日）午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
市民課日曜窓口	24日（日）午前9:00～正午	市民課カウンター ☎62-3112

防災・減災について考えよう vol.43　問 危機管理室（☎62-3145）

35人の上野原市地域防災リーダーが誕生！

市では、地域の防災力の強化が急務であるとの認識から、災害発生に備え、自立する自主防災組織の活動を推進するため、5日間にわたり「上野原市地域防災リーダー養成講習」を開催し、今年度、35人の上野原市地域防災リーダーが誕生しました。

この講習は、令和３年度より開始され、これまで計145人の防災リーダーが誕生しています。

来年度以降も「上野原市地域防災リーダー養成講習」を開催し、地域防災力の強化を図ります。

地区別の受講人数

地区	区名	受講数	地区	区名	受講数	地区	区名	受講数
大目	日向	１人	大鶴	小倉	２人	上野原	奈須部	２人
	花坂	１人	島田	上新田	２人	棡原	尾続	１人
	東大野	３人		中新田	１人	西原	初戸	２人
	西大野	１人		下新田	２人		藤尾	１人
	南米沢	１人		駒門	４人		田和・上平	１人
	犬目	２人		西区	２人		飯尾	１人
甲東	和見	１人		南区	１人	秋山	無生野	１人
	瀬渕	１人		東区	１人		浜沢	２人
	西区	１人		田野入	２人		原	１人
	荻野	２人	上野原	諏訪	４人		尾崎	２人
	野田尻	１人		塚場	１人		寺下	４人
巌	八ツ沢	４人		新一	３人		板崎	２人
	松留	１人		新二	２人		遠所	１人
	久保	２人		新三	１人		大地	１人
	奥平	４人		本一	１人		栗谷	２人
	川合	１人		本二	１人		中野	２人
	コモア１丁目	２人		本三	４人		神野	２人
	コモア２丁目	３人		原	７人		小和田	２人
	コモア３丁目	４人		新田倉	２人		古福志	１人
	コモア４丁目	５人		羽佐間	１人		桜井	２人
大鶴	鶴川	１人		小沢	７人		富岡	１人
	大椚	１人		西シ原	３人		安寺沢	２人
	大倉	３人		新井	５人	合計	70/111区	145人
	大曽根陽光台	２人		向風	２人			

上野原市地域防災リーダーとは

地震や豪雨災害などの自然災害による被害を軽減するためには、行政はもとより、地域住民どうしによる「共助（協助）」の力が求められることから、市民一人ひとりの防災への取り組みを促進していく必要があります。

地域防災リーダーには、区や防災会などと協力しながら、平時には、地域の特性を考慮した防災計画の作成や防災訓練の企画運営、災害時には、地域住民の避難誘導や救出・救護活動の指揮、避難所の開設・運営への協力など、自分たちの地域で自分たちでできる防災活動を積極的に推進する役割を期待しています。

なお、「上野原市地域防災リーダー養成講習」を修了した人には、市が「防災士」資格取得の支援を行います。詳しくは、危機管理室までお問い合わせください。

すくすく育て うえのはらっ子～我が家の主役～

巌地区

加藤 景清（けいせい） くん（4歳4か月）
紗那（さな） ちゃん（1歳3か月）

洋介さん、真希さんの長男、長女

MESSAGE

ふたり仲良く元気に大きくなってね！

「すくすく育てうえのはらっ子～我が家の主役～」に掲載するお子さまの写真を募集しています！成長する子どもの一瞬を切り取って、記念に残しませんか？
★お名前、生年月日、第何子（長男・長女 etc）、父母のお名前、住所、連絡先、お子さまへのメッセージを記載し、お子さまの写真を添えて、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】11月9日（土）、23日（土・祝）
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、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】11月25日（月）午後2時～5時
【場所】コモア内4丁目ウエスト集会所
【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）
★日程および場所は変更もあります。最新情報は QR コードから公式 LINE にて

『子育てサロン オハナ』

【日時】11月12日（火）、26日（火）午前10時～午後3時
【場所】桂川テラス（上野原市新田 47）
【内容】助産師と保育士が常在しています。育児相談、情報交換、おしゃべり、のんびりするなど過ごし方はいろいろ。託児もできます。
【対象】子育て中のママ
※お子様と一緒でも、ママだけでも参加できます。
【問い合わせ】助産院温（ぬく） 矢島（☎ 080-9202-6424）
※最新情報は QR コードから Instagram 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、巌こども園内
●問い合わせ
上野原子育て支援センター（☎ 56-8351）
巌子育て支援センター（☎ 62-6201）

～ 子育て応援掲示板 ～

『島田子育て ＆ 地域カフェ』

【日時】11月7日（木）午前10時～正午
12月5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 井上（☎ 63-1477）

『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】11月14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 髙橋（☎ 090-7234-0593）

●あそびにおいでよ！（第4木曜日）
【日時】11月28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】11月30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】11月16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・棡原プレーパーク』

【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棡原プレパ。棡原地区・椿（つばき）（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。

おめでた・おくやみ

誕生
●上野原地区
伊東笑永（えな）（優真）
小幡瑠華（るか）（真史）
石井美音羽（みおは）（秀幸）
小俣莉愛（りあ）（涼太）
●秋山地区
小笠原碧馬（あおま）（礼幹）

婚姻
●上野原地区
横瀬泰士＝加藤瑠莉
山下達也＝里吉美緒

死亡
●大目地区
岡部善文（律子）
●甲東地区
市川正夫（公彦）
和智静子（光弘）
●巌地区
小山富子（一郎）
●大鶴地区
市川典昭（由香理）
中村うめ子（文男）
●島田地区
内藤スミ子（昌孝）
●上野原地区
波多野勝江（五郎）
東山富美代（稔）
鷹取徹（千江子）
山﨑喜好（大輔）
●棡原地区
黒田正徳（一憲）
白鳥賀一（里志）
●西原地区
古家通子（広人）

=9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】

広報うえのはら おトクーポン

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。ぜひご活用ください！

政策秘書課
秘書広報担当
☎ 62-3191

広報うえのはら おトクーポン
ファミリーショップハラダ
上野原 2012 ☎ 0554 (62) 3225
国産品グンゼ、肌着、男性用・婦人用各種
正札の 25%引

広報うえのはら おトクーポン
Cafe & Restaurant ジーク SIEG
上野原 3632 ☎ 0554 (63) 2882
1枚で当日4名様まで（11時半～16時までの利用に限る）
デザートセット 700円（通常 880円）

広報うえのはら おトクーポン
ヨガルンタ上野原
☎ 080-4407-5957
1枚で1回まで
体験レッスン通常 500 円を無料で！
福祉センターふじみにて開催しています。

広報うえのはら おトクーポン
トリミングサロン パリパス
上野原 1680-1 ☎ 070-8963-3870
1枚で1家族様まで（1家族様1回限り）
初回トリミングコース 1,000 円引
初回シャンプーコース 500 円引

広報うえのはら おトクーポン
古民家ヨガサロン カルナ・ロータス
ハツ沢 1562 ☎ 090-6948-2559
1枚で1名様まで（お1人様1回限り）
体験レッスン
通常 1,500 円を 500 円で！

広報うえのはら おトクーポン
㈱小野石材店 上野原支店
上野原 504-1 ☎ 0554（62）1483 0120（21）4835
1枚で1名様まで（お1人様1回限り）
仏壇 位牌 さらに
店頭価格より 10%引

広報うえのはら おトクーポン
ハルバルコンディショニング
上野原 534-5 ☎ 070-8368-5092
1枚で1名様まで（お1人様1回限り）
体験トレーニング 7,700 円→ 3,300 円
初回整体（50 分）7,700 円→ 3,300 円

リンデンだより

LINDEN DAYORI

市立図書館

一般書

◇『知りたい会いたい色と形ですぐわかる身近なキノコ図鑑』 秋山弘之／著　家の光協会
◇『ゆうべのヒミツ』 室井滋／著　小学館
◇『よむよむかたる』 朝倉かすみ／著　文藝春秋
◇『私の馬』 川村元気／著　新潮社
◇『愛しさに気づかぬうちに』 川口俊和／著　サンマーク出版

児童書

○『友だちは給食室のゆうれい』 草野あきこ／文　山田花菜／絵　金の星社
○『夢でみた庭』 長崎夏海／著　佐藤真紀子／絵　講談社
○『くらくらのブックカフェ』 まはら三桃、廣嶋玲子／著　講談社

絵本

◆『しぶがきくんがね・・・』 とよたかずひこ／作・絵　童心社
◆『100ねんごもまたあした』 くりはらたかし／絵　瀬尾まいこ／作　岩崎書店
◆『たべられちゃうの？めんどりさん』 キャロライン・ジェイン・チャーチ／絵　リチャード・ウェアリング／作　ひさかたチャイルド
◆『しばらくあかちゃんになりますので』 ヨシタケシンスケ／作・絵　PHP研究所

図書館イベント

●子ども図書館まつり
『影絵、パネルシアター、工作』ほか
11月16日(土)午前10時～午後4時　会議室・図書館屋上庭園
●親子文芸講座
『クリスマスツリーをつくろう！』
11月23日（土・祝）午後2時～　会議室
●リンデンドーム朗読館
『雪女　小泉八雲／作』ほか
11月24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　# 215

男女共同参画推進委員会

男女共同参画社会ってなんだろう？

『男女共同参画社会』というと皆さんはどのようなことを思い浮かべますか？

内閣府男女共同参画局のホームページによると、「男性も女性も、意欲に応じて、あらゆる分野で活躍できる社会」とのことです。男性だから、女性だから、という理由だけで何かを諦めることなく活躍できる社会ということかと思います。

性別が理由で諦めないためにも、社会的・文化的な男女差が生み出す差別・格差をなくしていくことが必要だと思います。

かつての上野原市は、小学校入学時に配布される帽子の形が男女で違い、男子はキャップタイプの帽子、女子はハットタイプの帽子と決まっていました。それが今では、帽子の形を選べるようになったそうです。小さな事かもしれませんが、子どもの頃から「男だから選べない、女だから選べない」ということを無くしていくことが「男性も女性も、意欲に応じて、あらゆる分野で活躍できる社会」の実現への一歩になると思います。

性差による違いを尊重しつつ、性差による必要のない区別はなくしていくということが、男女ともに住みやすい社会、男女共同参画社会にしていくのに大事なことではないでしょうか。

上野原市は、実は色々なドラマや映画のロケ地になっており、性差についてや思い込み・信じ込みについてなど、いろいろと考えることができる作品が沢山撮影されています。

ぜひ皆さんも、上野原市で撮影されたドラマや映画を見て、『男女共同参画社会』について考えてみてください！

【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

●●●上野原市立病院 11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	午前 初診	浮田（健）・松本	飯野・三澤	福住・浮田（健）	三澤・村田	三澤・折原	内科医師
一般外来	午前 予約	三澤（仁）・11/11,25 小池	岡本・村田・片山・松本	11/13,27 小池・長坂（浩）・唐澤	浮田（健）・浮田（紗）	岡本・村田・進藤	
専門外来【予約制】	午前						
	午後		＜腎臓＞尾田	＜糖尿病＞髙橋	＜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	福島		三井			
	午後						
整形外科	午前	髙橋（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	山梨大非常勤医師			佐藤（志）	河西	
	午後			11/6,20 菊島 11/13,27 米山		11/1,15 菊島 11/8,22,29 櫻田	
耳鼻咽喉科	午前		山下 午前9時30分診察開始	渡邉		笹沼	
	午後						
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	岡本 注4		ツル虎ノ門医師		上條	
	午後						

●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、10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、菊島医師または櫻田医師の外来を受診してください。
注1 睡眠時無呼吸症候群は、平日金曜日竹内医師が診察します。初診で受診希望の人は平日午後1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。

上野原市立病院〈睡眠外来〉竹内暢医師の睡眠コラム #20

寝る前の飲みものにもご注意

皆さんこんにちは。前回は、『眠れない』お話でしたが、最近も同じようなご相談があったので、そのお話をします。

相談者は67歳の男性、現役でお仕事をされている方で、「最近、途中で起きるようになった」とのこと。原因がわからず、仕事のストレスのせいではないかとお悩みだったので、体のこと、心のこと、嗜好品など、私が根掘り葉掘りお聞きすると、「言われてみれば、夕食後にコーヒーを飲んでいます。気がつきませんでした」とのことで、「今日から早速、控えてみます」と言って笑顔でお帰りになられました。

実は、コーヒーだけではなく、お茶や紅茶などのソフトドリンクにもカフェインが入っていることがあります。カフェインは、摂取してから濃度が半減するまでに4時間、長いと7時間かかり、摂り方次第で体に良いこともありますが、寝る前に摂ると目が冴えてしまいます。

睡眠薬を飲む前に、夕方以降の飲みものにも気をつけましょう。

広報うえのはら おトクーポン

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。ぜひご活用ください！

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。
なお、本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※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11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。
なお、本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※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11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）
※本券を使用の際に提示してください。
なお、本券の使用は現金払いのみ有効で、他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※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11月末日まで

定休日／不定休　営業時間／9:00～18:00
※本券1枚につき1家族様まで使用可能です。（一家族一回限り）
※使用の際は、入店時に本券を必ず提示してください。
※他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※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11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）
※使用の際は、参加時に本券を必ず提示してください。
※コピーの使用は不可
※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11月末日まで

定休日／月・祝日　営業時間／9:00～17:00
※本券1枚につき1名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※使用の際は、入店時に本券を必ず提示してください。
※他の割引・サービスの併用はできません。
※コピーの使用は不可
※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11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）
※使用の際は、参加時に本券を必ず提示してください。
※コピーの使用は不可
※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11月末日まで

上野原 PhotoRecord

山梨県新体操選手権大会
市内クラブから８名入賞

9 月 15 日（日）、甲府市で開催された「山梨県新体操選手権大会」チャイルドの部。市内のイーリス新体操クラブから個人・団体競技においてそれぞれ、長田陽葵さんが 1 位、長田妃夏さん、木田紬衣さん、望月智帆さんが 2 位、小俣莉緒さん、中水流花楓さん、大村麦穂さんが 5 位、市村愛子さんが 6 位に入賞しました。小俣莉緒さんは、「次はもっと良い結果が残せるよう、練習を頑張りたい」と話していました。

▲後列左から中水流さん、市村さん、小俣さん、長田（陽）さん、前列左から長田（妃）さん、望月さん、大村さん、木田さん

ジュニアテニス国別対抗戦
市内小学生が日本代表として奮戦

9 月 14 日（土）～ 20 日（金）の間、北杜市で開催された硬式テニス国別対抗戦「SENKO CUP WORLD JUNIOR TENNIS TOUR CHAMPIONSHIPS 2024」に上野原小 4 年生の 新藤麒善さんが 12 歳以下女子日本代表として出場。団体準優勝に輝きました。新藤さんは、市外テニススクールでの練習のほか、桂川テニスコートでも練習に励んでいるそうで、「将来はプロになって世界で闘いたい」と夢を話してくれました。

守り続ける伝統
小伏の獅子舞

10 月 5 日（土）～ 6 日（日）、椚原地区の小伏八幡神社にて獅子舞が奉納されました。市の無形民俗文化財に指定されているこの祭礼は、五穀豊穣・悪魔退散・悪病除けを祈願し、笛や太鼓の音色に合わせて 3 頭の獅子が乱舞します。小伏獅子舞保存会により、古くから継承されており、保存会会長は「担い手不足が課題だが、今後も長く続けていくために、担い手確保に努めていきたい」と話していました。

楽しく異文化交流
子どもたちの文化交流教室

10 月 6 日（日）、総合福祉センターふじみで「子どもたちの文化交流教室」が開催されました。このイベントは、都内を中心に文化交流イベントなどを行っている NPO 法人ナタデココと市内の国際交流団体 Taste of Uenohara が共催で開催したものです。教室では、ミニゲームやクイズ大会、ダンスなど楽しい企画が盛りだくさんで、子どもたちは、楽しみながら外国人とふれあっていました。

▲クイズ大会を楽しむ子どもたち

イベント型防災啓発活動
上野原市防災フェスタ

9 月 21 日（土）、市役所で「上野原市防災フェスタ」が開催されました。このイベントは、市民の防災への関心を深めるとともに、自助力・共助力の向上などを目的として企画したもので、会場には、地震や火災の煙、消火などの体験型ブースや多くの展示型ブースが並び、警察、消防、自衛隊による模擬演習なども行われました。集まった多くの来場者は、防災について楽しみながら学んでいました。

▲真剣な眼差しで消火体験をする子ども

もみじホールをブルーライトアップ
手話言語の国際デー

9 月 23 日（月・振休）は、「手話言語の国際デー」でした。この日、手話が言語であることへの社会全体の意識をより一層高めるため、もみじホール展望室が世界ろう連盟や国連のロゴの色であり、“ 平和 ” を表す青色にライトアップされ、その願いを発信しました。また、同日、手話サークル手輪っちによる手話言語への理解や普及促進イベントとして、手話によるクイズ大会も行われました。

第 77 回山梨県体育祭り
空手道での優勝を報告

10 月 9 日（水）、市内在住の守屋浩さん、守屋樹さんが市スポーツ協会会長の田中英明さんとともに市長を表敬訪問し、9 月 15 日（日）に甲府市で行われた「第 77 回山梨県体育祭り」空手道団体組手・市の部での優勝を報告しました。今回の優勝は、訪問された 2 名と守屋武蔵さんの 3 名で勝ち取ったものです。守屋浩さんは「初戦が強豪だったが、そこに勝って勢いづいたことが優勝につながった」と振り返りました。

▲左から田中さん、守屋浩さん、守屋樹さん

島田小学校児童が体験から学ぶ
お米ができるまで

10 月 11 日（金）、厳地区八ツ沢で島田小 5 年生児童 4 名が稲作体験をしました。これは、島田小の総合の授業で取り組む「調べ学習」として、みんなが普段食べているお米ができるまでの過程を児童みずから調査すべく行われたものです。児童たちはこの日、古家勝夫さんの田んぼで稲刈りと稲架掛け、脱穀作業を体験。そのどれもが慣れない作業ながらも一生懸命に、そして楽しみながら取り組んでいました。

▲古家さんの指導を受けながら脱穀作業をする児童たち

広報 UENOHARA 広報うえのはら
2024 11 No.237
編集・発行：上野原市役所
山梨県上野原市上野原 3832 番地
電話：0554-62-3111（代）FAX：0554-62-5333
ホームページ：http://www.city.uenohara.yamanashi.jp/
E-mail：hishokoho@city.uenohara.lg.jp

上野原 PhotoRecord ＋ プラス

西原で観る・食べる・遊ぶ
西原まつり 2024

10 月 13 日（日）、西原地区の羽置の里びりゅう館で「西原まつり 2024」が開催されました。多様な食の出店やブース、多彩なステージパフォーマンスが訪れた多くの来場者を楽しませました。

お知らせ

税金の納め忘れはありませんか？
11 月・12 月は県下一斉

定められた納付期限までに納税がない場合、ご自宅への訪問や自動車のタイヤロック、家宅捜索などの滞納処分を行う場合があります。

滞納整理強化期間

＜納税が困難な場合は相談を＞
災害、本人や家族の病気、失業など、やむを得ない事情で納税が困難な場合は必ずご相談ください。

●問い合わせ　税務課収納担当（☎ 62-3113）

有料広告

清掃スタッフ募集　パート・アルバイト
中央道 談合坂サービスエリア

時給 1,180 円～　日 / 祝 1,475 円～
平日 22 時以降も 1,475 円～
夏冬うれしいミニボーナス！

① トイレ・駐車場などの清掃（談合坂 SA 上下）
② フードコートなどの清掃（談合坂 SA 下り）

未経験者歓迎
20 代から シニア世代 男女活躍中！

入社祝金 3 万円

【勤務時間】
早朝から深夜まで選べる時間帯を多数ご用意♪
時間、日数、曜日などお気軽にご相談ください。
交通費支給、年 1 回定期昇給、年末年始手当など
充実の福利厚生制度あり◎

電話連絡の上、履歴書（写真添付）持参でご来社ください。
株式会社 高速保全 大月事業所 0554-22-3438
大月市大月町花咲 422（大月 IC すぐそば）　受付：平日 8 時～ 17 時　担当：小宮・星野

UD FONT　VEGETABLE OIL INK
この広報は、環境保護に配慮した再生紙と、植物性インキを使用しています。