広報うえのはら UENOHARA

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public Relations

2
2025年
No.240

【表紙】1月12日（日）にもみじホールで行われた「令和7年上野原市二十歳を祝う会」の実行委員を務めた杉田帆奈美さん（左）と上條茉鈴さん（右）

「広報うえのはらおトクーポン」は25ページ左端に掲載しています。

20th ANNIVERSARY 上野原市 市制施行20周年記念

令和7年2月13日（木）、上野原市は市制施行20周年を迎えます。

市制施行20周年記念ロゴマーク

令和7年上野原市
二十歳を祝う会
～市制施行20周年記念祝賀～

令和7年上野原市二十歳を祝う会は、1月12日（日）もみじホールで盛大に開催されました。式典には、市内で20歳を迎えた165名が参加し、スーツや振袖姿で旧友や恩師との久しぶりの再会を喜び合いました。

また、式典終了後には、二十歳を祝う会実行委員会が企画したアトラクションとして、3×3のプロチームである上野原サンライズの長谷川恵一選手を招いた抽選会が行われ、会場は大いに盛り上がりを見せました。

アトラクション協賛企業一覧（敬称略・順不同）

㈲アップルフード、izakaya いっちょ、上野原カントリークラブ、上野原サンライズ、㈲小川屋、菓子処植松、小伏獅子舞保存会、小伏地区有志の皆様、白鳥電気、新町お囃子保存会、㈱トーホー、ハリカ上野原、ひょうたん、ふるさと長寿館、ミューの森、㈱メイト、メイプルポイントゴルフクラブ、モン・ブロート、山本新聞店、吉野スポーツ店、リュバン、和い寿

令和8年の二十歳を祝う会は、

令和8年1月11日（日）

に実施予定です

●問い合わせ
社会教育課社会教育担当（☎62-3409）

実行委員（司会）
鷹取響さん

実行委員（開式の言葉）
葉原百合花さん

実行委員（司会）
白鳥房徳さん

実行委員（伴奏）
萩原真菜さん

実行委員（指揮）
石井圭亮さん

実行委員（誓いの言葉）
佐藤はなさん

実行委員
上條茉鈴さん

実行委員
関原彩乃さん

実行委員（閉式の言葉）
平子渉兵さん

実行委員
杉田帆奈美さん

実行委員
網野光里さん

実行委員長
飯田拓実さん

「令和7年二十歳を祝う会」に、多くの皆様にお集まりいただけましたこと、心から感謝申し上げます。また、多くの方々に式典の開催に関わっていただき、感謝の気持ちでいっぱいでございます。

私自身も、たくさんの方々に支えられ、人生の大きな節目である二十歳を祝う会を迎えることができました。これからさまざまな困難に直面することと思いますが、今まで学んできたことを活かし、そして今度は、自分自身が誰かを支えることができる存在になれるよう努めて参りたいと思います。

市制施行 20 周年記念

上野原市は二十歳を迎えます

平成 17 年 2 月 13 日、
旧上野原町と旧秋山村の合併により、
上野原市が誕生しました。
時代は平成から令和へと移り変わり、
令和 7 年 2 月 13 日、上野原市は
市制施行 20 周年を迎えます。

市制施行 20 周年を飾る ロゴマークが決定しました

昨年 11 月に記念ロゴマークのデザインを募集したところ、17 点もの作品が寄せられました。その中から、ロゴマーク選定委員会の委員による投票の結果、左の作品に決定しました。

今後、このロゴマークは、市制施行 20 周年記念事業に関する印刷物や、記念品など、広く PR に活用します。

■**制作者**　ecrutica さん（上野原市在住）
■**作品説明**　20 周年＝「はたちのお祝い」と「人と人とを繋ぐ」水引をモチーフに表現しています。そのライン上に上野原の山々とりんどう、山もみじ、うぐいす、酒まんじゅうなど、上野原市を代表するものをアイコンとして制作しました。

市制施行 20 周年記念ロゴマーク
（カラー版は表紙をご覧ください）

「市制施行 20 周年記念」の 名を冠にする事業を募集します

市では、市制施行 20 周年の祝賀の機運を醸成することを目的として、今年の 12 月末までに市民の皆さんが企画・運営する事業で、「市制施行 20 周年記念」のタイトルとロゴマークを使用し、市制施行 20 周年の記念すべき年を一緒に盛り上げ、市政の発展を祝っていただける事業を募集します。

■**対象事業**　12 月 31 日までに市民および市民団体などが市内で実施する事業（イベント、大会など）。
※政党または宗教団体を支援するものや営利または宣伝を目的とするものなどは対象外です。
■**申請方法**　政策秘書課あてに申請書を提出してください。
※申請書の様式は、市ホームページからダウンロードできます。

市ホームページ「ロゴマークの決定およびタイトル・ロゴマークの使用について」

四方津駅エレベーター棟竣工式（2022年）

上野原駅南口広場全面供用開始（2018年）

記録的な大雪（2014年）

ドイツ大使館公使夫妻視察（2023年）

西原小学校閉校（2019年）

新上野原市消防庁舎完成（2015年）

上野原サンライズ発足会見（2024年）

談合坂スマートIC供用開始（2020年）

聖武連橋完成（2017年）

田野入トンネル開通（2006年）

四方津駅開業100周年記念（2010年）

上野原市立病院完成（2012年）

2月13日、旧上野原町と旧秋山村の合併により上野原市が誕生（2005年）

～上野原市制～
20年のあゆみ

上野原市誕生から20年のあゆみを写真と年表で振り返ります（年表の太字部分は写真でも紹介しています）。

平成

2005年
2月13日上野原市誕生、市章制定

2006年
田野入トンネル開通
上野原市民憲章を制定

2007年
栁原中学校・西原中学校閉校

2008年
上野原西中学校開校

2009年
四方津駅開業100周年記念

2010年
東日本大震災被災地（気仙沼市）に市消防職員派遣、上野原西小学校開校

2011年
新天神トンネル供用開始、せいだのたまじイメージキャラクター「たまじまる」命名、**上野原市立病院完成**、上野原市観光大使に降矢組人氏、河内成幸氏就任

2012年
（仮称）談合坂スマートインターチェンジ事業化決定

2013年
記録的な大雪、島田中学校・上野原西小学校和見分校閉校、巌保育所（現巌こども園）完成、上野原市中央防災公園一般開放

2014年
市制施行10周年、**新上野原市消防庁舎完成**、新上野原保育所（現上野原こども園）完成

2015年
巌コミュニティセンター開所

2016年
上野原市まちづくり基本条例制定、**聖武連橋完成**

2017年
上野原駅南口広場全面供用開始（上野原駅南口昇降施設棟「ソアールプラザ」・地域活性化施設「ふらっと上野原」命名）、上野原市総合福祉センターふじみ供用開始

2018年
西原小学校閉校、栁原保育所・西原保育所閉所、台風19号による上野原市観測史上最大の大雨被害、中心市街地循環バスの実証運行開始

令和

2019年
市制施行15周年、**談合坂スマートインターチェンジ供用開始**、新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言

2020年
市内小中学校でICT教育を開始、新島田出張所完成

2021年
秋山地区「無生野の大念仏」がユネスコ無形文化遺産に登録、上野原市PR大使に木村勝千代氏就任、**JR四方津駅新駅舎・エレベーター棟供用開始**

2022年
上野原市ブランドメッセージ「まだ、知らないだけ。」策定、**ドイツ大使館公使夫妻が秋山温泉を視察**

2023年
能登半島地震被災地（珠洲市）に市職員・消防職員派遣、**上野原市をホームタウンとする3×3プロチーム「上野原サンライズ」が誕生**、上野原市PR大使にMomoka氏就任

2024年
市制施行20周年

2025年

ホンデリング　～本で繋がる支援の輪（リング）～

読まなくなったあなたの本が犯罪被害者の支援に役立てられます

●問い合わせ　上野原警察署警務課（☎ 63-0110）

ホンデリング活動（本で繋がる支援の輪）とは、皆さんから読まなくなった本などを寄贈していただき、専門の買取り業者に売却して得た代金を寄付として、犯罪被害で苦しんでいる被害者やその家族の支援に役立てる活動のことで、「公益社団法人被害者支援センターやまなし」が推進しています。

市役所および各出張所、総合福祉センターふじみにホンデリング回収箱を設置していますので、読まなくなった本などがあれば、ぜひ寄贈をおねがいします。

ホンデリング活動の流れ

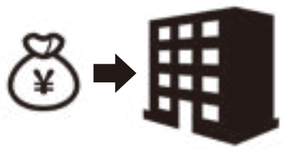
1　古本を寄贈

お近くの回収箱に古本を寄贈

2　古本の査定

専門買取業者が本の査定・買取

3　売却代金を寄付



被害者支援センターやまなしへ寄付

4　被害者への支援

- カウンセリング費用
- 引越し費用
- 服などの購入費用
- 支援員の研修会　　など

寄付を活用した各種被害者支援

市役所正面玄関（案内板横）に設置された回収箱

ふるさと納税特産品開発事業費補助金

市の新たな特産品づくりを支援します！

市では、地域産業の振興を図り、上野原市へのふるさと納税に対する返礼品の増加につなげるため、新たな商品の開発や、既存の商品の改良などに取り組む事業者に対し、補助金を交付予定です。

▶市ホームページ

●問い合わせ
政策秘書課秘書広報担当（☎ 62-3191）

対象経費の最大８割補助
（限度額 100 万円）
4/30（水）締め切り

《ふるさと納税特産品開発事業費補助金》

●補助対象者（下記のいずれにも該当する者）
- 返礼品の提供事業者または本事業を活用して返礼品の提供事業者になる者
- 市税などを滞納していない者
- 市内在住または市内に活動拠点を有する者
- 暴力団員などでなく、また暴力団員と密接な関係を有さない者

●補助対象事業
- 特産品を新たに開発する事業
- 既存の製品などを改良し、特産品とする事業

※ふるさと納税の返礼品として登録する必要があります。

●補助対象経費

補助対象事業の実施に係る謝礼または旅費、消耗品費、印刷費、運搬費、委託料、原材料費、賃借料、機材購入費など

※ただし、次に掲げる経費は除きます。
- 不動産の取得および賃貸に要する費用
- 通信費および光熱水費
- 接待費および会食費ならびに食糧費
- 人件費（補助対象事業の実施に要する臨時的に雇用した人の人件費は対象経費とします）
- 日常使用する汎用物品

●補助金の額など

補助対象経費の８割以内（限度額 100 万円）

※ただし、予算の範囲内とします。

●応募方法

申請書などの必要書類を作成し、政策秘書課秘書広報担当までご提出ください。

※要件などを確認する必要があるため、申請にあたり２月～３月中の事前相談が必要です。

※申請書は、政策秘書課で配布しているほか、市ホームページからダウンロードもできます。

●受付期間

４月１日（火）～ 30 日（水）

●その他

補助金の交付は、令和７年度当初予算の成立が前提となります。

●補助金交付までの流れ

事前相談（2～3月中）→ 申請書類作成・提出 → 審査会※ → 交付決定 → 事業実施 → 実績報告 → 交付額決定 → 補助金交付

※審査会では、事業のプレゼンテーションを予定しています。

家庭や地域の教育について考えてみませんか？

社会教育委員を募集します‼

●問い合わせ
社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

市では現在、社会教育委員を学校教育関係者や社会教育関係者、学識経験者、家庭教育の向上に資する活動を行う人などの中から選任し、令和７年３月末を任期として委嘱していますが、次期任期においては、次のとおり市民からの公募委員を募集します。

●**活動内容**　年３～４回開催される会議、地区の公民館運営審議会、各種研修会への参加
●**任期**　４月～令和９年３月末（２年間）
●**報酬**　年額 15,000 円
●**応募資格**　市内在住で、社会教育に携わっているまたは関心があり、地域での活動に積極的に参加する意欲のある成人で、年数回開催される会議・研修に参加できる人
●**応募方法**　履歴書および「応募動機」または「社会教育」をテーマにした意見提案（様式自由）を社会教育課あてに提出してください（詳しくは、右の QR コードから市ホームページをご確認ください）。
●**応募締切**　２月 28 日（金）必着

【社会教育とは】

学校教育法に基づいて行われる義務教育以外の広く社会で行われる教育活動のことを指し、家庭教育や地域の課題解決のための活動などがあります。

【社会教育委員とは】

社会教育委員は「社会教育法」に基づき置くことができ、社会教育に関する計画の立案や調査研究を行うなどによって、社会教育に関して教育委員会に助言する役割を担っています。

学校教育関係者や社会教育関係者、学識経験者、家庭教育の向上に資する活動を行う人などに委嘱され、地域において社会教育に優れた知見を有する人の知識を社会教育行政に反映させていくことが期待されています。上野原市においては、現在、各地区１名の社会教育委員が活動をしています。

▶市ホームページ

上野原市シェアタウン
地域応援イベントを一緒に盛り上げませんか？

上野原市が推進する
地域コミュニティ支援事業

今年度からスタートした“共助コミュニティ”づくり『上野原市シェアタウン』。
３月には、地域応援イベントの開催を予定しています。
親子で楽しめるワークショップや、ステージでのパフォーマンス披露、飲食ブースなど、
上野原のみんながつながって楽しめる機会を一緒に盛り上げてくれる人を募集します！

こんな方におススメ！

- □本イベントに出展したい人（ワークショップ・ステージ・飲食など）
- □一緒にイベントを企画したり当日スタッフをやってみたい人
- □上野原のコミュニティを一緒に盛り上げたい人
- □上野原でがんばる人を応援したい企業や事業者の人

出展者・イベントスタッフ・協力パートナー募集中！

イベント概要
日程：3月2日（日）
場所：もみじホール

応募はこちら
https://forms.gle/8DStZwWmBbXtDjXHA

応募いただいた人に詳細をご連絡します。まずは気軽にご応募ください！

【問い合わせ】政策秘書課 政策担当 電話 62-3191　㈱AsMama メール info@asmama.co.jp

防災意識向上プロジェクト

『語り部による講演会』

平成 23 年３月 11 日に発生し、太平洋沿岸地域を中心に甚大な被害を及ぼした東日本大震災。市では、震災発生当時、避難所となった中学校の校長として、避難所運営に携わった石川善憲（いしかわよしのり）さんをお招きし、防災講演会を開催します。

受講料は無料。どなたでも参加いただけますので、ぜひご参加ください

日時　**2月11日（火・祝）**
午前 10 時～ 11 時 30 分
（午前９時 30 分受付開始）

場所　**もみじホール**
（上野原市文化ホール）

内容　**～東日本大震災の経験から学ぶ～**
大規模災害の体験談・教訓と避難所運営の実態

※講演会は、**事前申込制です。２月３日（月）までに電話または E メールにて危機管理室まで氏名・電話番号をご連絡ください**（席に空きがある場合は、当日参加も可能です）。

市ホームページ

●問い合わせ・申込み　危機管理室危機管理担当
☎ 62-3145　メール kikikanri@city.uenohara.lg.jp

石川善憲さん

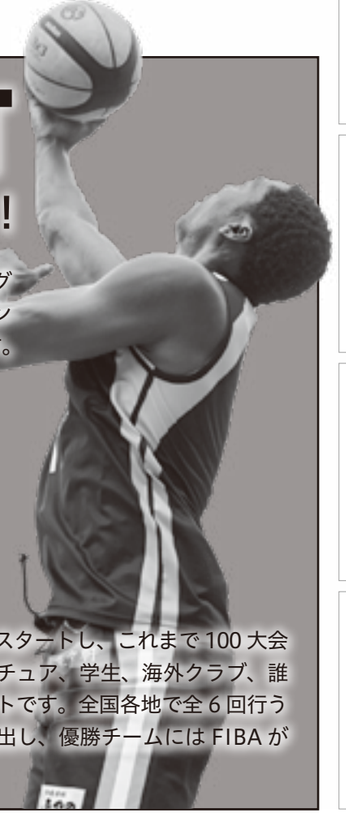
講師プロフィール　東日本大震災発生当時、2,000 人以上が避難した茨城県日立市立久慈中学校の校長として、地域の自主防災組織と協力して避難所運営にあたった。現在は、久慈学区コミュニティ推進会の会長として、「一人の犠牲者も出さないこと」をスローガンに各種防災訓練の実施や行事を通した地域や学校との連携・繋がりの強化に取り組んでいる。

3x3 .EXE TOURNAMENT
予選ラウンドが上野原市で開催されます！

全国各地で行われる「3x3.EXE TOURNAMENT（スリーエックススリー エグゼ トーナメント）」の予選ラウンドが、上野原市でも開催されます。上野原サンライズの戦い、ぜひご覧ください。さらなる詳細は、決定次第、お知らせします。

日程
3月16日(日)

場所
旧島田中学校



【3x3.EXE TOURNAMENT とは】2013 年からスタートし、これまで 100 大会以上、約 1,200 チームが参加した、プロ、アマチュア、学生、海外クラブ、誰でもエントリー可能な 3x3 オープントーナメントです。全国各地で全 6 回行う予選を勝ち上がったチームは決勝ラウンドへ進出し、優勝チームには FIBA が主催する世界大会への出場権が与えられます。

上野原スポーツ少年団

第6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。

四方津ファイターズスポーツ少年団

「野球は楽しい」と思えるよう雰囲気作りに注力

団体の概要

四方津ファイターズスポーツ少年団は、四方津地区を中心として活動する、創立40年以上の軟式少年野球チームで、上野原西小、上野原小、島田小、秋山小の児童や未就学児（6歳）含め男女6名で活動しています。

チームは、子供達が楽しみながら野球をすることを基本として日々練習に取り組んでおり、子どもたちが今後も野球を続けていけるような雰囲気作りにも力を入れています。

活動内容

練習は、毎週土曜・日曜の午前中に上野原西小のグラウンドで行っています。ランニングや柔軟、キャッチボールなど、基本的な練習を中心としたものから、冬場は体力作りを目的として、なわとびを行ったり、指導者が考えた独自の練習メニューなどを楽しみながら行っています。

また、チームでお楽しみ会やバーベキュー、クリスマス会などの各種イベントも積極的に行っています。

みんなに一言

チームは、子どもたちが「野球は楽しい」と思って続けてもらえるような練習や雰囲気作りを行っています。現在は少ない人数で活動していますが、練習内容は充実しています。

野球に少しでも興味のある人は、ぜひ見学や体験に来てみてください。

団体名	四方津ファイターズスポーツ少年団
活動場所	上野原西小学校グラウンド
活動日時	毎週土曜・日曜　午前9時～正午
対象者	年長～小学5年生までの男女
代表者	髙橋　快行
連絡先	23・6491

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 41　手伝う

左手の立てた親指の背を、右手掌で前に押し出すように２回叩く。

障がい者乗馬会が開催されました！

帝京科学大学　ねこの目報道部

広報うえのはら版　ネコノメ　Vol.63

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。

令和6年12月1日（日）に帝京科学大学で、障がいのある子どもたちを対象とした「大乗馬会」が開催されました。これは大学の「障がいのある方のための乗馬会『乗る・馬・体験』実行委員会」によって企画・運営されたイベントです。五感で楽しんでもらうことをテーマとして、乗馬のほかに、ふれあいやクイズなどのブースもいくつかの学内団体によって用意されていました。当日は、対象の人とそのご家族など8組が参加し、乗馬などを楽しんでいました。

今回、私たちは「大乗馬会」の運営について取材し、乗馬会実行委員会の代表を務めているアニマルサイエンス学科の山本大貴さんにご協力いただきました。

山本大貴さん　「大乗馬会」は、学生が中心となって運営したイベントです。このイベントは、障がいのある人を対象にしているため、準備や当日の運営で工夫・注意した点がいくつかあります。一つ目は、対象の人それぞれの個性や乗馬歴などを、その人が通っている施設に共有してもらうことです。特徴を事前に知ることでリスク管理に繋げられ、作業療法学科の先生方からのアドバイスも受けることが可能になります。二つ目は、学生たち自身が楽しむことです。参加者に楽しんでもらうためには、主催している学生たちが笑顔であることが大切です。

今回のような大規模な乗馬会の開催は、コロナ禍以降初めてです。コロナ禍以前の乗馬会に参加したことのある学生がおらず、手探りではありましたが、参加した親子に時間いっぱい楽しんでもらうことができました。今後も作業療法学科などの他学科や、学内外の他団体とともに、多くの人が楽しめるイベントにしていきたいです。

今回の乗馬会には、ねこの目報道部員も何名か参加しました。そのうち2名の体験と感想を紹介します。

よっしー　私は、「動物介在教育研究部」の「モルモットの心臓の音を聞いてみよう！」というブースの一員として、今回の乗馬会に参加しました。

子どもたちは慎重な子が多く、最初はモルモットを怖がっている様子でしたが、次第に慣れてくると、モルモットの心臓の音と自分の心臓の音を聴き比べてみたり、モルモットについていろいろと質問をしてくれたり、とても楽しそうに参加してくれました。

私は、動物との関わりによって子どもたちがとてもいい笑顔を見せてくれることが嬉しく、私にとっても楽しい思い出となりました。

そらむぎ　私は、乗馬会に「ヤギ世話委員」として参加し、ヤギとのふれあい活動を行いました。

今回のようなさまざまな活動団体との共同イベントは初めてであったため、ヤギも人も過ごしやすい配置や、ヤギの突発的な動きへの対応などについて、事前に委員会内でよく話し合った上で活動に取り組みました。

当日は、元気よく走り寄ってくる子や、怖くて触れない子など、ヤギに対する反応はさまざまでした。怖くて触れないと言っていた子どもが触ることができた時や、参加した子どもたちの笑顔が見られた時は、この活動に参加して良かったと強く感じました。

今回の「大乗馬会」は、参加した対象の人たちや学生たち、皆が楽しめたイベントとなったようです。これからの乗馬会にも期待していきたいですね。

取材にご協力いただいた山本さん、ありがとうございました。

（ボカロン　よっしー　そらむぎ）

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.146

今月のテーマ

子どもの肥満を予防しましょう !!

【子どもの肥満が増加しています】

近年、食生活やライフスタイルの変化などにより、子どもの肥満が増加しています。児童、生徒および幼児の発育ならびに健康状態を調査することを目的として毎年実施されている学校保健統計調査のデータをみてみると（表１）、上野原市における肥満傾向にある子どもの割合は、2018 年度調査では、小学生が 11.60％、中学生が 9.70％だったものが、2023 年度調査では、小学生が 16.10％、中学生が 13.00％と増加しています。

（表 1）肥満傾向にある子どもの割合

	2018 年	2023 年
小学生	11.60%	16.10%
中学生	9.70%	13.00%

令和 5 年度学校保健統計調査

子どもの頃の生活習慣は大人になっても影響し、幼児期の肥満者の 25％、学童期の肥満者の 40％、思春期の肥満者の 70％～ 80％が将来的に成人肥満に移行すると言われています。

また、肥満の状態が続くと、糖尿病や心臓病などのリスクが高まります。そのため、子どもの頃から生活習慣を整えることが大切です。

保護者の皆さんは、この機会に子どもの生活習慣を見つめ直すとともにご自分の生活習慣についても見つめ直してみてください。

【肥満になる 3 つの原因】

・食事やおやつ、ジュース類などの過剰摂取（余分な栄養は脂肪になります）
・長時間のゲームやテレビ視聴などによる運動不足（消費カロリーが少なくなり、消費できなかったカロリーが脂肪になります）
・睡眠不足や朝食を抜くなどの生活リズムの乱れ（食欲増進ホルモンが増えたり、食後の血糖値が上がり、脂肪を溜め込みやすくなります）

以上の 3 つの原因が続くことで肥満になります。しかし、肥満は生活習慣を整えることで予防・改善することが出来ます！

【生活習慣を整えるポイント】

①早寝・早起き・朝ごはんの規則正しい生活リズムを身につける
→毎日決まった時間に寝る、起きるなど、体内時計を整えましょう。寝る前のテレビやゲームなどは止めましょう。

②１日３回の食事を摂り、カロリーや塩分の多い加工品や外食、甘い飲み物は減らす
→毎食野菜や海藻を使い、噛み応えや満足感のあるメニューを取り入れ、食事で満腹感を得ましょう。おやつは食事で補いきれない栄養をとれるよう、野菜や果物、乳製品にしましょう。

③ゲームやスマホ、テレビを使用する時間を減らし、その時間で身体を動かす
→外で遊んだりラジオ体操をするなど、楽しく運動をしましょう。家事のお手伝いなど、日常生活の中で身体を動かすのもおすすめです。

生活習慣を整えることは、肥満の予防だけでなく、学力や運動能力の向上にもつながると言われています。この機会に生活習慣の見直しを行い、その改善に家族全員で取り組んでみてはいかがですか？

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	3 月 7 日（金）	R6 年 10 月 9 日 ～ 11 月 8 日 生
9 か月児	3 月 7 日（金）	R6 年 5 月 1 日 ～ 5 月 31 日 生
1歳6か月児	2 月 14 日（金）	R5 年 6 月 26 日 ～ 8 月 3 日 生
2　歳　児	2 月 26 日（水）	R4 年 11 月 1 日～ 12 月 31 日生
3　歳　児	2 月 14 日（金）	R3 年 10 月 11 日～ 11 月 11 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）

★歯周疾患検診

◎対 象 者　市内に住民登録があり、令和 7 年 4 月 1 日までに 20 歳・30 歳・40 歳・50 歳・60 歳・70 歳になる人
◎検 診 料　800 円
※ 40 歳と 50 歳になる人は、無料で受けられます。
◎医療機関　県歯科医師会加盟の歯科医院
◎申し込み　医療保健担当（☎62-4134）へ電話

★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
2 月 3 日、3 月 17 日、4 月 7 日、21 日	午後 2 時～ 3 時
2 月 17 日、3 月 3 日	午後 2 時～ 4 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。

上野原市消防団
女性消防団員大募集 !!

市では、女性消防団員を募集しています。消防団というと、男性のイメージを持たれるかもしれませんが、市内には現在、消防音楽隊などで活躍する女性消防団員もいます。

消防団は、火災が発生した際の消火活動だけではなく、広報・啓発活動など各種イベントにも参加しています。女性ならではの視点や個性を活かして地域を守ってみませんか？

市内に居住する 18 歳～ 65 歳の幅広い世代が入団することができます。職業・国籍は問いません。少しでも興味のある人は、気軽にお問い合わせください。

▶市ホームページ

●問い合わせ
消防総務課庶務担当（☎ 62-4112）

ボランティアのひろば第２弾「制服等おゆずり会」を開催します

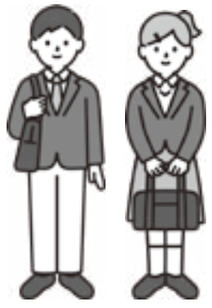
市社会福祉協議会（☎ 63-0002）

市社会福祉協議会では、「これから学校へ入学する」、「サイズが変わって新たに必要になった」などのご家庭に向けて「制服等おゆずり会」を開催します。

●日時　３月 16 日（日）午前 10 時～午後２時
●場所　総合福祉センターふじみ　２階　会議室 B・C
※大きめのエコバッグなどをお持ちください。

開催に先立ち、制服等の事前回収を行います

●回収期間　３月３日（月）～ 10 日（月）午前８時 30 分～午後５時 15 分（学校の場合は開校時間内）
●回収場所　市社会福祉協議会または市内各中学校
※窓口または専用ボックスを設置します。
●お持ち込みいただけるもの　制服や体操着など学校指定のもの（上野原西中学校・上野原中学校・秋山中学校・上野原高等学校・都留高等学校）
※クリーニング、洗濯済みのものに限ります。
※袋や箱ごと回収します。
※破損や汚れの状態（しみ、ほつれ、破れ、毛玉が広範囲にわたるなど）によっては受け取りをお断りする場合があります。



おむつ代の医療費控除について

長寿介護課介護保険担当（☎ 62-3128）

おむつ代は、通常医療費控除の対象にはなりませんが、一定の要件に該当する人は、確定申告などで医療費として申告することができます。

●申告要件　要介護認定を受けている人で、疾病などでおおむね６か月以上寝たきりの状態であり、医師による治療のもとでおむつの使用が必要であると認められる場合　など
※上記以外にも要件があります。
●必要書類　医師が発行した「おむつ使用証明書」または市が発行する「おむつ代医療費控除確認書」、およびおむつ代がわかる領収書またはレシート
※市が発行する「おむつ代医療費控除確認書」は、一定の交付要件を満たす人にのみ発行しています。
※詳しくは、市のホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

合同就職フェアを開催します

山梨県労政人材育成課（☎ 055-223-1562）

県では、合同就職フェアを開催します。多数の県内企業に出会えるチャンスです。ぜひご参加ください。

●日時　３月４日（火）午後１時～３時 30 分
●場所　ベルクラシック甲府（甲府市丸の内 1-1-17）
●内容　各企業ブースでの企業説明、各種相談コーナーの設置
●対象　新規学校卒業予定者、一般求職者
●参加費　無料（交通費など自己負担）
●申込方法　県就職情報サイト『やまなし就職応援ナビ』からお申し込みください。

有料広告

身体障害者巡回相談

福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）

●日時　３月 13 日（木）午前 10 時～正午
※受付は午前 11 時 30 分まで
●場所　総合福祉センターふじみ　３階　会議室 D･E･F
●対象　身体障害者手帳を所持する肢体不自由の人
●相談内容　補装具の医学的判定など
●申込方法　２月 27 日（木）までに福祉課の窓口でお申し込みください。
※希望者は書類提出などが必要です。
※人数制限があります。
●主催　山梨県障害者相談所

後期高齢者に係る高額医療・高額介護合算療養費の申請について

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

「高額医療・高額介護合算療養費制度」とは、医療と介護の両方のサービスを利用している世帯の負担を軽減する制度です。１年間の医療保険と介護保険の自己負担額を世帯で合計し、定められた限度額を超えた場合、その超えた金額を支給します（高額療養費、高額介護（予防）サービス費として支給された金額は、自己負担額から差し引いて計算します）。

●支給対象　令和５年８月１日から令和６年７月 31 日までの間に、医療保険と介護保険の両方に自己負担額があり、その世帯での合計額が、所得区分ごとに定められた限度額を超えた世帯
※該当する世帯には、３月上旬に支給申請書などを郵送します。
●申請方法　支給申請についてのお知らせ、支給申請書、振込先の口座がわかるもの、身分証明書などを持参の上、市民課国保年金担当窓口にて申請

お知らせチェックリスト

無料法律相談会

生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

●日時　３月７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　法律的な相談であれば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。限られた時間なので、相談事項をよく整理し、内容のわかる書類などをお持ちください。
●予約期間　２月 25 日（火）～３月５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。

建築基準法および建築物省エネ法が改正されます

４月１日から、市内全域における原則すべての住宅や建築物の新築および大規模な改修工事などで、建築確認の申請と省エネ基準への適合が必要となります。新築などの計画がある人は、事前に建築士などの専門家へご相談ください。
※詳しくは、右上 QR コードから山梨県のホームページをご確認ください。

●問い合わせ
山梨県富士・東部建設事務所都市計画・建築課（☎ 22-7817）
建設課都市計画担当（☎ 62-3123）

有料広告

屋根・外壁・板金・雨樋一式
新島工業株式会社
一緒に働きませんか？
職人・見習い大募集！
見習い 12,000 円～（日給）＊社保完備＊昇給有＊未経験者優遇＊
お気軽にお電話ください！
TEL:042-687-4886

あなたの身近な不動産パートナー
有限会社ベストホーム
土地・建物の購入・売却・相続などの相談、新築・リフォーム、 お任せください。
山梨県上野原市上野原１００１ 協栄ビル１階
0120-42-6101

自動車事故でお困りの人へ

国土交通省が所管する独立行政法人自動車事故対策機構（ナスバ）では、自動車事故対策の専門機関として、自動車事故被害者に対するさまざまな支援を行っています。

●**重度後遺障害者への介護料支給**　自動車事故が原因で脳、脊髄または胸腹部臓器を損傷し、重度の後遺障害を持つため、移動・食事・排泄など日常生活について、常時または随時の介護が必要な人に介護料を支給しています。
・常時要介護の人　72,990 円～ 211,530 円
・随時要介護の人　36,500 円～ 83,480 円

●**交通事故被害者ホットラインの設置**　交通事故の被害にあった人への救済支援や交通事故に関するお悩みを相談できる窓口を開設しています。
【ナスバ交通事故被害者ホットライン】
☎ 0570-000738
受付　午前 10 時～正午／午後 1 時～ 4 時

●**交通遺児などへの育成資金貸付け**　自動車事故が原因で死亡または重度の後遺障害が残った人の子ども（0 歳から中学校卒業まで）を対象に無利子で育成資金を貸し付けています。
・一時金（貸付時）　155,000 円
・月額（選択制）　10,000 円または 20,000 円
・入学支度金（希望者のみ）　44,000 円

●**療護センターの設置**　自動車事故による脳損傷によって、遷延性意識障害となった人に社会復帰の可能性を追求しながら、適切な治療と看護を行う専門の病院を設置・運営しています。
【千葉療護センター】
千葉県千葉市美浜区磯辺 3-30-1
☎ 043-277-0061

※支援制度についての詳細は、ナスバのホームページ（右 QR コード）をご覧ください。

▶ナスバホームページ

●**問い合わせ**
独立行政法人自動車事故対策機構山梨支所
（☎ 055-262-1088）

家計に関する無料体験相談会

日本 FP 協会山梨支部（☎ 055-236-5770）

NPO 法人日本ファイナンシャル・プランナーズ協会では、次のとおり「地元 FP による家計に関する無料体験相談会」を開催します。
「マイホームや子どもの教育、老後のためにお金を貯めるには？」、「赤字家計を立て直したい」、「まとまったお金の運用方法を知りたい」など、人生に必ず必要なお金のこと、疑問や不安はありませんか？
ＮＰＯ法人日本ファイナンシャル・プランナーズ協会が資格認定したＣＦＰ® およびＡＦＰが家計に関するさまざまなお悩みにお応えします。
●**日時**　2 月 22 日（土）午前 10 時～ 10 時 50 分／午前 11 時～ 11 時 50 分（各回定員 4 組）
●**場所**　ぴゅあ総合　2 階　大研修室（甲府市朝気 1-2-2）
●**相談内容**　ライフプラン作成、家計の見直し、住宅ローン、保険の見直し、年金、資産運用、マイホームや子どもの教育、老後のための資金についてなど
●**参加費**　無料（事前予約制）
●**予約方法**　日本 FP 協会山梨支部のホームページから電子申し込み、または電話（☎ 055-236-5770）による申し込み
※電話受付は、平日午前 10 時～午後 5 時です。

▶電子申込はこちら

令和 6 年度住民税非課税世帯に対する給付金について

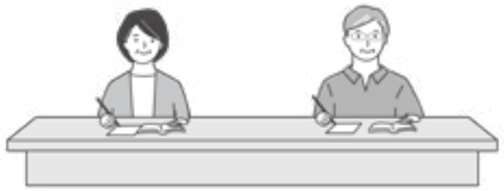
政策秘書課特命低所得者・定額減税給付金担当（☎ 62-3410）

令和 6 年度分の住民税が非課税の世帯を対象に、給付金を支給します。
●**給付対象**　令和 6 年 12 月 13 日時点で、市内に住民登録があり、令和 6 年度分の住民税が非課税の世帯（世帯全員の令和 6 年度分住民税が非課税）
※令和 6 年度分の住民税が課税されている人に扶養されている世帯は給付対象外です。
●**給付額**　1 世帯あたり 3 万円（18 歳以下の児童を扶養している世帯には対象児童 1 人あたり 2 万円のこども加算あり）
※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。

『山梨ことぶき勧学院』学生募集

山梨ことぶき勧学院（☎ 45-7335）
社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

新たな生きがいづくりと仲間づくりで、健康で活力に満ちた、地域に貢献できる人材の育成を目指します。シニアの生涯学習の場「山梨ことぶき勧学院」で学びませんか。入学案内・募集要項は、市教育委員会に用意してあります。
●**出願期間**　2 月 3 日（月）～ 3 月 14 日（金）
●**願書提出先**　山梨ことぶき勧学院（都留拠点）
●**修業年限**　2 年（1 年間で 25 講座予定）
●**学習会場**　大月短期大学
●**講座日**　原則として月曜日（月平均 2 回）
●**参加費**　入学後に基本学習費を納入
※令和 6 年度の基本学習費は 16,000 円（令和 7 年度は変更の可能性あり）
※詳しくは、県ホームページ「山梨ことぶき勧学院」をご覧ください。



第 51 回信玄公祭り ボランティアスタッフ募集

信玄公祭り実行委員会（☎ 055-231-2722）

県では、「第 51 回（令和 7 年度）信玄公祭り」をお手伝いいただくボランティアスタッフを募集しています。
●**募集業務（人員）**　通訳案内ボランティア（20 人）
※原則として 18 歳以上 70 歳未満の人
※英語または中国語の通訳ができる人
●**業務日時**　4 月 5 日（土）午後 2 時～午後 7 時 30 分（予定）
●**応募方法**　応募フォーム（右下の QR コード）、または FAX、E メールで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、対応可能な外国語、過去の経験の有無を明記の上、次の宛先へ応募
●**応募宛先**　信玄公祭り実行委員会「会場ボランティア係」（やまなし観光推進機構内）
FAX　055-221-3040
E メール　shingen@yamakan-sk.jp
●**応募締切**　2 月 20 日（木）必着

応募フォーム

山梨県立富士山世界遺産センターイベント情報

県立富士山世界遺産センター（☎ 0555-72-0259）

県立富士山世界遺産センターでは、次のとおりイベントを開催します。参加・観覧は無料です。
【富士山の日記念イベント】
●**日程**　2 月 22 日（土）～ 24 日（月・振休）
●**場所**　県立富士山世界遺産センター
●**内容**　2 月 23 日の富士山の日を記念して「芸術の源泉・富士山」をテーマにさまざまなイベントを実施します（富士山の絵を描こう、折り紙で富士山を作ろう、富士山缶バッジ作りなど）。
●**問い合わせ**　県立富士山世界遺産センター（☎ 0555-72-0259）
【富士山レンジャー写真展 2024】
●**日程**　2 月 3 日（月）～ 28 日（金）
●**場所**　県立富士山世界遺産センター　北館
●**内容**　富士山レンジャーが巡回中に撮影した富士北麓の美しい風景や動植物、環境問題などの写真（2024 年度作品）を展示します。
●**問い合わせ**　富士山レンジャー（☎ 0555-72-5861）
【富士山レンジャー写真展 2023】
●**日程**　2 月 3 日（月）～ 3 月 28 日（金）
●**場所**　山梨中央銀行吉田支店
●**内容**　富士山レンジャーが巡回中に撮影した富士北麓の美しい風景や動植物、環境問題などの写真（2023 年度作品）を展示します。
●**問い合わせ**　富士山レンジャー（☎ 0555-72-5861）

スポーツ推進委員功労者表彰

公益社団法人全国スポーツ推進委員連合会長表彰

浅井（あさい） 文隆（ふみたか）さん（上野原地区在住）

令和 6 年 11 月 14 日付けで上野原地区在住の浅井文隆さんが全国スポーツ推進委員連合から「令和 6 年度スポース推進委員功労者表彰」を受けられました。
浅井さんは、平成 12 年に旧上野原町体育指導委員に委嘱されて以降、上野原市スポーツ推進委員会副会長や山梨県スポーツ推進委員協議会理事を歴任するなど、24 年以上もの長年にわたり、地域のスポーツ振興に尽力され、今回、その多大なる功績が認められての表彰です。おめでとうございます。

令和6年度消防団表彰

長年にわたり消防団で活躍している人などに各種表彰が行われました。

受章者等（敬称略）

《山梨県消防協会会長表彰》

【甲種功労章】
平本勝、守屋雅章、落合昭年、志村克己

【乙種功労章】
安藤晋司、阿部薫充、和智義幸、安藤廣一、佐々木強、織田益弘、和智正人、大神田圭、水越英樹、萩原裕樹、石井貴博、山口潤、降矢啓二、中島公平、加藤誠、新保健史、山口健太、清水正彦、石井友和、杉本啓、伊藤和臣、藤本智雄、原田力士、関戸博喜、安留悠太

【退職団長感謝状】
尾形善光

《山梨県消防協会東部支部長定例表彰》

【支部長表彰】
安藤晋司、中島和行、大庭和広、志村直人、伊藤元、小澤宗弘、水野功裕、小俣卓哉、梶原麻琴、萩原裕樹、細田一希、井上良太、河内泰紀、守屋正昭、石原裕、五十嵐友哉、秦野正統、髙橋善彦、白鳥雄二、天野宏樹、佐藤良太、原田厚、森久保剛、佐藤健太、中島公平

《富士・東部地域県民センター所長表彰》

【所長表彰】
安藤克彦、落合謙二、大窪浩、磯貝健三、古家広人、山下勝俊、原島清隆、関戸利光

《上野原警察署長・防犯協会上野原支部長表彰》

【防犯功労章】
飯島亮太、大神田国康、水越智徳、加藤博文、久島聖司、臼井優太、清水裕美、田中秀典、富田拳矢、石井茂樹、石原裕、岩﨑健、長田岩利、降矢重治、降矢剛、佐藤隆、原田哲也、佐藤広幸、加藤大樹、原田佳尚、原田開、関戸孝顕、佐藤勝幸、関戸導人、中島拓哉

《上野原市長表彰》

【特別功労章】
上條恭一

【功労章（イ）】
水越哲也、小俣龍一、伊藤洋一、長田常雄、小俣安彦、横内章哲、志村剛、山﨑晴彦、降矢徳彦、岡部斎、杉本理夫、佐藤茂

【勤続章】
坂本修、浅井功純、大庭和広、織田裕士、和智修、小田実、小俣良仁、溝呂木進、山口佳胤、入江健二、上條隆文、内藤裕之、植松正弘、秦伸也、佐々木貴司、磯貝健三、原田一彦、伊藤仁、杉本啓、加藤訓久

【功労章（エ）】
コモアしおつ自治会

【表彰状】
奥平区、久保区、西原分団

《上野原市消防団長表彰》

【精勤章】
水越康太、飯島亮太、臼井優太、清水裕美、安井智哉、清水達哉、松本祐樹、原田佳尚、関戸悟

【優良機械器具整備表彰】
大目分団第3部、甲東分団第4部、巌分団第4部、大鶴分団第3部、島田分団第2部、上野原分団第3部、桐原分団第2部、西原分団第1部、秋山第1分団第1部原班、秋山第2分団第2部富岡班

【感謝状】
仲居区

市営住宅補欠入居者の募集

市では、令和7年度の市営住宅補欠入居者について、次のとおり入居者の募集を行います。

詳しくは市HPへ

●**募集期間**　2月3日（月）～28日（金）
●**受付時間**　午前8時30分～午後5時15分（土日・祝日を除く）
※応募用紙は、建設課に用意してあります。
●**対象団地**
上野原地内の小沢東団地（中層耐火構造5階建て）
秋山地内の浅間第2団地（中層耐火構造3階建て）
●**応募資格**　次の①～⑥の、すべての条件に該当すること。
①現に住宅に困窮していることが明らかであること
②市内に住所または勤務先があること
③同居する親族、または同居しようとする親族（事実上婚姻関係と同様の事情にある者や婚姻予定者）がいること
④入居希望者と同居を希望する親族の合計所得について、公営住宅法で定める額を控除して12か月で割った金額が、15万8千円（高齢者などについては21万4千円）以下であること
⑤入居希望者または同居を希望する親族が暴力団員でないこと
⑥入居申し込み時に市税を滞納していないこと
※次の（イ）～（チ）の、いずれかに該当する人は単身で入居することができます。
（イ）60才以上の人
（ロ）障害者基本法に基づく認定を受けている人
（ハ）戦傷病者特別援護法に基づく認定を受けている人
（ニ）原子爆弾被爆者に対する援護に関する法律に基づく認定を受けている人
（ホ）生活保護法に基づく被保護者
（ヘ）海外からの引揚者で引き揚げた日から5年を経過していない人
（ト）ハンセン病療養所入所者等に対する補償金の支給等に関する法律に基づく認定を受けている人
（チ）配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律で規定する要件に該当する被害者
●**申込み・問い合わせ**　建設課都市計画担当（☎62-3123）
※この募集による住宅を斡旋する期間は、1年間（4月1日～令和8年3月31日）となります。
●**選考方法**　上野原市営住宅入居者選考委員会の選考結果に基づき、住宅に困窮する度合いの高い者から順番に入居を斡旋します。
●**家賃**　毎月の家賃額は、世帯の所得状況に応じて斡旋する団地ごとに決定します。詳しくはお問い合わせください。

小沢東団地

お知らせ

認知症のことで困ったら電話相談！

電話相談は、顔を合わせることも名前を知らせる必要もありません。

■もしかしたら家族が認知症かも…　■お財布を盗んだと言われてつらい…
■同じ悩みを持った仲間同士と交流してみたい

悩みや辛さを一人で抱え込まないで、まずは、私たち相談員に話してみませんか？相談員の担当は、月・水曜日が認知症介護経験者、火・木・金曜日は専門職です。相談は無料（通話料のみ）、秘密は厳守します。安心してご相談ください。

認知症のこと、介護のこと、なんでもお聴かせください！
山梨県認知症コールセンター（若年性認知症対応可）
☎ 055-254-7711
開設日：月～金曜日　午後1時～5時（土日、祝日、年末年始はお休みです）

お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和7年1月1日現在）

	人口等	対前月比
人口	21,206 人	-20
男性	10,633 人	-18
女性	10,573 人	-2
世帯	10,054 世帯	-8

有料広告
墓石・仏壇
株式会社 小野石材店
0120-21-4835
お仏壇のエヴァ 上野原市上野原504-1
上野原郵便局そば

防災・減災について考えよう　vol.46　問 危機管理室（☎ 62-3145）

家族や地域と災害時の対応を話し合ってみましょう

能登半島のような地震災害や風水害はひとごとではなく、市内でもいつ起きてもおかしくありません。いざという時のために、必要な対応や備えについて家族や地域と日頃から考えておきましょう。

【家族】～まずは家族で次のことを話し合ってみましょう～

- 電気・水道・ガスが止まっても生活はできるの？
- 地震のときは何をする？大雨のときなどは？
- 3日間買い物をしなくても生活はできるの？
- 学校や仕事に行っている家族と連絡を取る方法は？
- 安全な避難ルートは？何を持っていく？
- 避難する必要はある？するなら場所はどこ？
- 備えておく必要があるものは？

話し合いをすると、課題や疑問が見えてきます。家族で考え、少しずつ備えましょう。また、災害時には、家族の安全が確保できたら近所や地域に協力しましょう。

【地域】～地域（防災会や組など）で次のことを話し合ってみましょう～

- 地震のとき、地域の被害状況や住民の安否は確認できる？
- 近所に支援が必要な人はいる？
- 地震のときは何をする？大雨のときなどは？
- 地域が孤立した場合どうするの？
- 地域内に避難所になるような施設はある？

地域でも、話し合いをすると課題や疑問が見えてきます。できれば地区防災計画を作成し、地域での対策を検討しましょう。

↓

地区防災計画とは、地域住民みずからが災害に対する日頃の準備や災害時の行動など、自発的な防災活動に関する内容を記載した計画のことです。地域のメンバーと災害に対する課題や対策などを相談し合い、できるところから少しずつ考えてみましょう。不明な点は、お気軽に危機管理室までお問い合わせください。

地区防災計画作成の手引き

下水道供用開始区域が拡大されました

●問い合わせ
生活環境課下水道担当（☎ 62-3114）

２月１日から、下水道供用開始区域が右図のとおり拡大されました。

●受益者負担金について　区域内の建物所有者から提出していただく「下水道事業受益者申告書」に基づき、受益者負担金の額を決定し、納付書を送付します。納付書がお手元に届いたら、納付期限内での納付をお願いします。

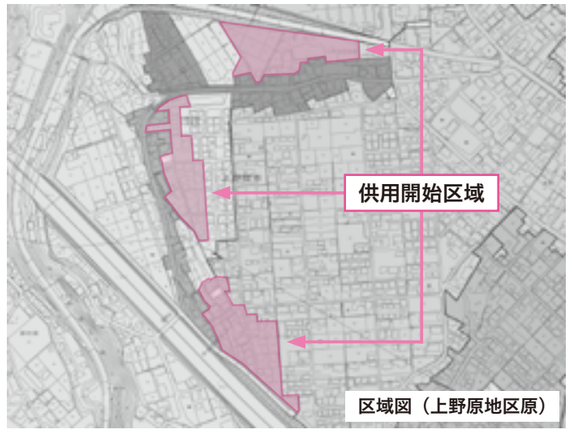
※「下水道事業受益者申告書」は、５月から６月にかけて該当者にお届けします。

●宅地内排水設備設置工事　下水道が使用できるようになった区域では、宅地内（台所・風呂・便所など）に排水設備を設置し、すみやかに下水道に接続するようお願いします。

※工事の施工は、市指定の工事店に依頼してください。

※７月より前に設置をご希望の場合は、生活環境課下水道担当までご連絡ください。

※市では、下水道接続のための工事費の補助を行っています。詳しくは、右の QR コードから市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。



区域図（上野原地区原）

指定工事店　工事費補助

上野原市社会福祉協議会 正規職員採用試験を実施します

●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、正規職員採用試験を実施します。募集要項などの詳細については、右の QR コードから市社会福祉協議会のホームページをご確認ください。

●職務職種　正規職員（フルタイム）
●募集人員　若干名
●採用時期　４月１日（火）
●申込期間　１月 15 日（水）～２月 13 日（木）必着

▶市社会福祉協議会ホームページ

●●● ２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	13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	10日（月）、28日（金） 午前10:00～正午	
行政相談	17日（月） 午前10:00～正午	市役所 ２階会議室 D

区分	日時	場所
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	２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
市税収納・納税相談	23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	23日（日） 午前9:00～正午	市民課カウンター ☎ 62-3112

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。

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

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
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
羽置の里 びりゅう館
西原 6931 ☎ 0554(68)2100
1枚で2名様まで（お食事をご注文のお客様のみ）
コーヒー、ゆず茶、ゆずジュースなど ランチドリンク無料

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・ローカス
八ツ沢 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（90分）
通常3,000円を1,000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
店頭価格より**さらに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

おめでた・おくやみ

誕生

●甲東地区
志村柊乃（直輝）

●上野原地区
田村斗彩（流星）
飯島心々音（豊）
ハンフリーズ クレア（ハンフリーズ ジェイミ）
石井希穂（悠介）

婚姻

●上野原地区
小佐野能至＝荒井すずか

死亡

●大目地区
小俣時江（一義）

●島田地区
梶原育代（辰夫）

●上野原地区
佐藤金子（保夫）
中島勝久（浅井もと子）
細田公文（設子）
阿部紀好（栄一）
村地正巳（春江）
小佐野一代（一秀）
相澤晋（和広）

●棡原地区
山口創生（嘉民）
鷹取貴子（政男）
網野なつゐ（満長）
長田稔彦（明彦）

●秋山地区
原田俊夫（広貴）

＝12月届出分＝
（ ）は、誕生の場合が保護者、死亡の場合が届出人です。【敬称略順不同】

～ 子育て応援掲示板 ～

『島田子育て & 地域カフェ』

【日時】 2月6日（木）午前10時～正午
3月6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】 2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 髙橋（☎ 090-7234-0593）

●あそびにおいでよ！（第4木曜日）
【日時】 2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』

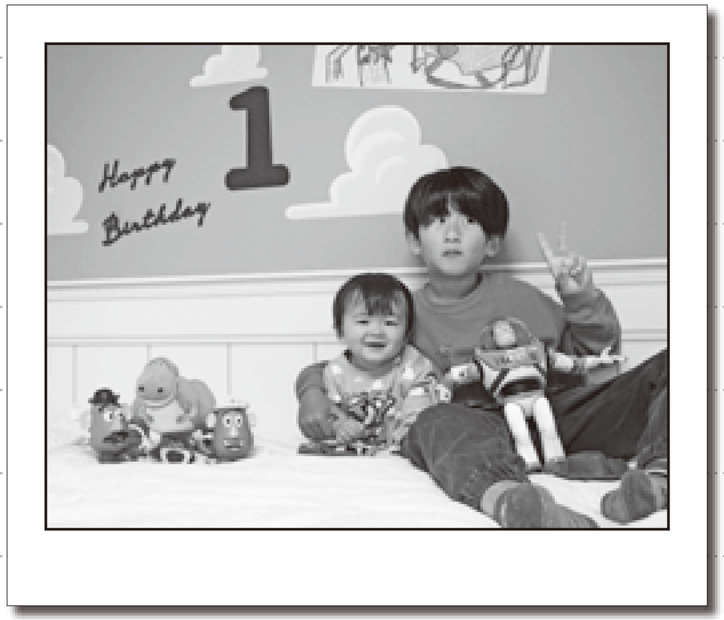
【日時】 2月22日（土）
【場所】 コモア内3丁目センター集会所
【内容】 ベビーマッサージ午前10時～10時40分、幼児リトミック午前11時～正午、ジュニアリトミック午後4時～5時
【問い合わせ】 代表者 山本（☎ 090-4420-3521）
（☎ 63-6623）
【要予約】参加の際は前日までに予約をお願いします。

『たまひよ DX』

【日時】 2月22日（土）午前10時～正午
【場所】 総合福祉センターふじみ　教養娯楽室
【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（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

船橋 紫音 くん（7歳8か月）
蒼汰 くん（1歳3か月）

正和さん、莉恵さんの長男、次男

MESSAGE
2人とも仲良く元気に育ってね！

「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】 2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、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】 2月17日（月）午後3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】 2月25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 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）

40歳以上の人必見!!

令和7年度 春の集団検診のお知らせ

■ 検診内容・自己負担金

・次の①～③の人は、「国が推奨するがん検査」と「その他検診（肺CT検査を除く）」を自己負担なしで受診できます。
①上野原市国民健康保険被保険者　②後期高齢者医療被保険者　③令和8年4月1日までに21・41・51・75歳になる人

◎：おすすめ　○：受けられます　△：受けられない場合があります　×：受けられません

各検査項目		特定（基本・高齢者）健診	国が推奨するがん検査			
			大腸がん「便潜血検査」	肺がん・結核「X線検査」※4	胃がん「X線検査」	乳がん「マンモグラフィ検査」
自己負担金		※2	500円	300円	1,100円	700円
対象年齢※1	21歳～39歳	◎「基本健診」	○	○	△ ※6	×
	40歳～74歳	◎ ※3「特定健診」	◎	◎ ※5	◎ ※6	◎ 令和6年度受診していない女性
	75歳以上	◎「高齢者健診」	○	○ ※5	○	○ 令和6年度受診していない女性

その他検診		乳房超音波検査	腹部超音波検査	PSA血液検査 ※7（前立腺）	骨粗鬆症検査 ※7「前腕頭骨X線検査」	肺CT検査「低線量CT検査」
自己負担金		700円	800円	400円	500円	2,000円
対象年齢※1	21歳～39歳	○ 女性のみ	○	×	×	×
	40歳～74歳	△ マンモグラフィ検査との重複受診はできません	○	△ 50歳以上の男性	△ 40・45・50・55・60・65・70歳の女性	○ 肺がん・結核「X線検査」との重複受診はできません
	75歳以上	×	○	△ 男性のみ	×	×

※1　各対象年齢は、令和8年4月1日までに達する年齢です。
※2　22～39歳と40～74歳で上野原市国民健康保険被保険者は1,000円。21歳と75歳以上は無料です。
　特定健診受診券をお持ちの人の自己負担金は、受診券の額になります。
※3　社会保険加入者本人は、市の特定健診を受けることができません。
　被扶養者は、社会保険から発行された特定健診受診券が必要になります。
※4　6月に各地区を巡回する結核検診との重複受診はできません（同様の検査であるため）。
※5　50歳以上で、喫煙指数（1日に吸うたばこの本数×喫煙年数）600以上の人は、当日X線検査に加えて喀痰細胞診検査（国民健康保険・後期高齢者医療被保険者以外は、自己負担800円）を申し込むことができます。
※6　21歳・26歳・31歳・36歳は胃リスク検診（自己負担金1,000円。21歳は無料）になります。41歳は胃リスク検診とX線の両方が受けられます（自己負担金1,000円）。胃リスク検診は、過去に受診済みの人は対象外です。
※7　医療機関にて経過観察中または治療中の人は対象になりません。

●上野原市国民健康保険加入者の皆さんへ
・各種検診（人間ドック含む）は、年度内に1回のみ受診可能です。重複して受診しないようご注意ください。
・受診日に国保資格がない場合は、自己負担金をお支払いいただく場合がありますのでご了承ください。受診当日は、保険証を必ずご持参ください。

■ 申込方法

裏面【集団検診申込書】に必要事項を記入の上、医療保健担当までお申し込みください。（電話申し込みも可）秋山支所・各出張所への提出も可能です。また、やまなしくらしねっと上野原市電子申請サービスからの申し込みもできます。（右QRコード）

集団検診申込

■ 申込み・問い合わせ　※平日の午前9時～午後5時

子育て保健課医療保健担当　TEL 62-4134　FAX 30-2041　〒409-0112 上野原市上野原3163

切り取り線

はさみなどで切り取ってください。

●●●上野原市立病院2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）・平尾	飯野・担当医	藤田・浮田（健）	三澤・村田	三澤・坂東	内科医師
	午前予約	三澤（仁）・2/3、17 小池	岡本・村田・片山・松本	2/5、19 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			<糖尿病>髙橋			
	午後		<腎臓>尾田		<腎臓>担当医（2/20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	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	2/3、17 葛西 2/10 河西			木村	河西	
	午後			2/5、19 菊島 2/12、26 米山		2/7、21 菊島 2/14、28 櫻田	
耳鼻咽喉科	午前		山下（9:30診察開始）	渡邉		笹沼	
	午後			渡邉（受付14:00～15:30）		笹沼（受付14:00～15:30）	
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、1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 #23

健康的な生活スタイルとは

皆さん、こんにちは。長い正月休みの疲れが取れた頃でしょうか。前回の続きで、睡眠と生活スタイルについてお伝えしたいと思います。

睡眠に影響のある6つの生活スタイルは、食事、運動、喫煙、飲酒、座りすぎの生活、体重です。具体的に、『食事』では、7つの健康食品（豚肉、魚、卵、野菜、マメ科植物、果物、乳製品）と2つの不健康食品（甘い物、揚げ物）が関係しており、健康的な食品を週4日以上、7品のうち少なくとも4品以上摂ること、不健康食品を週に3日以下、めったに取らないことが勧められています。

さらに『運動』、『喫煙』、『飲酒』では、弱めの運動を週150分、または中～強めの運動を週75分程度行う、『座りすぎの生活』では、座りっぱなしを1日6時間未満に、また適正体重の維持（BMI：18.5～24.9）も勧められています。

あくまでこの結果は、アメリカ人向けの推奨になりますが、参考にはなるでしょう。無理なく、出来ることから始めてみませんか。

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：2025年2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：2025年2月末日まで

冬期営業／金・土・日・月　営業時間／10:30～14:30（ラストオーダー）
※本券1枚につき2名様まで使用可能です。（お食事をご注文のお客様のみ）
※使用の際は、注文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：2025年2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。
※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：2025年2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：2025年2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、精算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：2025年2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。
※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：2025年2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：2025年2月末日まで

リンデンだより

LINDEN DAYORI

市立図書館

一般書

◇『雪夢往来』 木内昇／著　新潮社
◇『銀嶺のかなた』 安部龍太郎／著　文藝春秋
◇『普通の子』 朝比奈あすか／著　KADOKAWA
◇『翳りゆく午後』 伊岡瞬／著　集英社
◇『モナ・リザのニスを剥ぐ』 ポール・サン・ブリス／著　新潮社

児童書

○『カフェ・スノードーム』 石井睦美／文　杉本さなえ／絵　アリス館
○『茶の湯、やってみた！』 石崎洋司／作　十々夜／絵　講談社
○『神さまの通り道』 村上しいこ／作　柴田ゆう／絵　偕成社

絵本

◆『つめたいこおりどんなかたち？』 細島雅代／写真　伊地知英信／構成・文　岩崎書店
◆『おばけずし』 柴田ケイコ／絵　苅田澄子／作　金の星社
◆『おるすばん』 森洋子／作　福音館書店
◆『まめまきぱーらぱら』 おおいじゅんこ／作　ほるぷ出版

図書館イベント

●子ども映画会 『バンビ』
2月8日（土）午前10時～／午後2時～
会議室
●あおぞらおはなし会 『そりあそび』ほか
2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）
◎たんぽぽ会
●英語おはなし会 『じぶんだけのいろ』ほか
2月9日（日）午前10時30分～　会議室
●リンデンドーム朗読館 『蔵』宮尾登美子／作　ほか
2月23日（日）午後2時～　会議室
◎上野原朗読の会

≪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

ホームページ

スマイルニュース

SMILE NEWS　# 218

男女共同参画推進委員会

選ぶ権利

今でこそ性別による違いがないことが当たり前の選挙権ですが、歴史を振り返ってみると、それが当たり前ではない時代があったということが分かります。

1890（明治23）年、日本で初めての選挙である「衆議院議員総選挙」が実施されました。その際に選挙権があったのは、満25歳以上の直接国税を15円以上納めている男性で、当時の人口の約1%程度だったそうです。

1925（大正14）年には、納税要件がなくなり、満25歳以上の男性すべてに選挙権が認められましたが、女性には認められませんでした。その背景には、女性の社会的地位が低く、男尊女卑の考えが根付いていたことがあります。そのことに異を唱えた女性たちの活動のおかげで、女性にも選挙権が認められたのは1945（昭和20）年のことです。その際に選挙権年齢も満20歳以上に引き下げられました。

それから70年後の2015（平成27）年には、少子高齢化が進む中で、若い世代の意見をもっと政治に反映させるため、選挙権年齢が満20歳以上から満18歳以上に引き下げられました。

さまざまな年齢の、さまざまな人の意見を反映させるために、先人たちによって切り開かれた「自分自身で選ぶ権利」を行使することが大切なのだと思います。

【問い合わせ】市男女共同参画推進委員会
（総務課総務担当内）☎62-3117

切り取り線

はさみなどで切り取ってください。

集団検診申込書

《令和7年度春実施分》

●申込み・問い合わせ　子育て保健課医療保健担当　TEL 62-4134　FAX 30-2041

定員になり次第締め切らせていただきます。お早めにお申し込みください。

住所	上野原市	日中の連絡先	□ SMS の利用を希望（※1）

氏名	ふりがな	性別	生年月日	健康保険の別
		男・女	S　H　年　月　日（　　）歳（※2）	上野原市国民健康保険 後期高齢者医療保険 上記以外（本人・家族）

※1　日中の連絡先に携帯電話番号を登録している人で、SMS の受信を希望する人は、「SMS の利用を希望」にチェックをしてください。今後、検診申込みのご案内や各種お知らせなどのメッセージをお送りします。
※2　年齢は、令和8年4月1日までに達する年齢です。

■ 集団検診（午前実施）

【検診希望日・会場・申込み締め切り】　委託先：山梨県厚生連健康管理センター

検診希望日（1日のみ○で囲んでください）	会場	申込期限
4/12（土）・4/13（日）・4/14（月）	総合福祉センターふじみ	2/25（火）
5/10（土）	上野原西小学校	3/26（水）
6/14（土）	秋山小学校	4/28（月）

【検診希望項目】　希望する検診項目を○で囲んでください

・特定（基本）健診（21～74歳の人）または後期高齢者健診（75歳以上の人）
・大腸がん検診（便潜血）（21歳以上の人）
・肺がん・結核検診（X線）（21歳以上の人）または肺CT検査（40～74歳で希望する人）
（肺CT検診は4/13のみ）
・胃がん検診（X線）（22歳以上の人。ただし26・31・36歳の人を除く）
・胃がんリスク検診（21・26・31・36・41歳のみ。過去に受診済みの人は対象外）
・乳がん検診（マンモ）（41歳以上の女性で、令和6年度にマンモグラフィ検査を受診していない人）
・乳房超音波検査（21～74歳の女性。マンモグラフィ検査との重複受診はできません）
・腹部超音波検査（21歳以上の人）
・PSA血液検査（前立腺）（50歳以上の男性）
・骨粗鬆症検診（前腕橈骨X線検査）（40・45・50・55・60・65・70歳の女性）（4/12、13のみ）

【託児希望の有無】　・お子さん連れで受診される場合、検診中にお子さんをお預かりします。

無・有　　託児：4/14（月）（　　歳・　　歳）

＜ご確認ください＞

①検診の対象者は、自覚症状のない人です。症状のある人は医療機関を受診しましょう。
②PSA血液検査（前立腺）・骨粗鬆症の検査は治療を始めようとしている人または治療中の人は対象外です。また、その他の項目でも定期的に受診している人は主治医と相談の上、受診してください。
③検診を受けて精密検査となった場合、自己判断で放置せず、必ず医療機関で精密検査を受けましょう。
④国は市町村が行うべきがん検診の目的を、がんの死亡者の減少を目指すものとし、次の項目について推奨しています。
・肺がん検診（胸部X線検査）、大腸がん検診（便潜血検査）、胃がん検診（胃部X線検査）を40歳以上の人は年1回受診すること。
・乳がん検診（マンモグラフィ検査）を40歳以上の女性は2年に1回受診すること。
・子宮頸がん検診（頸部細胞診）を20歳以上の女性は2年に1回受診すること。

上野原 PhotoRecord

市内高校の生徒が街頭募金
赤い羽根共同募金

令和６年12月12日（木）・19日（木）、市内各所で市社会福祉協議会による赤い羽根共同募金の街頭募金が行われました。今回の街頭募金は、上野原高校および日大明誠高校の生徒と協働で行ったもので、市社協としては初めての試みです。12日（木）は、上野原高校JRC部と公正屋上野原店で、19日（木）は、日大明誠高校生徒会といちやまマート上野原店で、それぞれ買い物客に募金を呼びかけました。

△日大明誠高校生徒会による街頭募金の様子

秋山中学校の生徒に賞状を授与
中学生の税についての作文

令和６年12月12日（木）、秋山中学校で「中学生の税についての作文」表彰式が行われました。この作文募集事業は、租税教育推進活動の一環として、税を正しく理解し、税について考える機会を持つことを目的として、全国納税貯蓄組合連合会と国税庁の共催で実施しているもので、多数の応募の中から、秋山中学校２年生の佐藤心春（さとうこはる）さんが上野原市長賞を、原田椎那（はらだしいな）さんが上野原市教育長賞を受賞しました。

△左から佐藤さん、原田さん

ゆう理×上野原こども園
こども園クリスマス会

令和６年12月20日（金）、上野原こども園でクリスマス会が開催されました。会には、上野原市に活動の拠点を置くシンガーのゆう理さんが招かれ、定番のクリスマスソングや手遊び歌、アニメソングなどを、子どもたちと一緒に体を動かしながら楽しく歌いました。歌の時間が終わると、サンタクロースがこども園を訪れ、１年間元気で良い子にしていた子どもたちに一足早いクリスマスプレゼントを手渡しました。

△歌って踊るゆう理さん（写真右奥）と子どもたち

上野原高校で夢を見つける
第14回総合学科発表会

令和６年12月14日（土）、上野原高校で「第14回総合学科発表会」が開催されました。生徒たちが夢を見つけ、育み、実現させるための上野原高校独自のキャリア教育カリキュラム「ドリカム＝システム」のもと、３年生は各自が決めたテーマに沿った研究結果を、２年生はインターンシップで学んだこと・考えたことを、１年生はドリームスピーチとして、将来の夢に関する自らの考えを、それぞれ発表しました。

南アルプス桃源交響楽団
オーケストラコンサート

令和６年12月22日（日）、もみじホールで「南アルプス桃源交響楽団コンサート」を開催しました。南アルプス市を拠点としながら、県内各所で出張公演などを行うオーケストラ「南アルプス桃源交響楽団」を招き、有名なクラシック曲やクリスマス曲など、アンコール含め全10曲が演奏されました。途中、市内の中学・高校吹奏楽部や吹奏楽団も演奏に参加するなど、訪れた来場者を楽しませました。

△市内の中学・高校吹奏楽部および吹奏楽団との合同演奏

秋山温泉新春イベント
餅つき＆お笑いショー

１月５日（日）、新湯治場秋山温泉で「餅つき＆お笑いショー」が開催されました。令和７年の輝かしい新春を彩るためにと秋山温泉が企画したこのイベント、「新年といえば餅つき、餅つきといえば？」ということでお笑いコンビの「クールポコ。」さんが招かれ、お笑いネタや餅つきパフォーマンスを披露しました。２人の軽快なトークとおなじみのお笑いネタは、超満員の会場に爆笑の渦を巻き起こしていました。

児童生徒の学力向上を図る
学力フォローアップ教室

冬休みの期間中、市内小中学校に通う児童生徒を対象に「学力フォローアップ教室」を開催しました。ボランティアのスクールサポーターや市教育支援員のサポートのもと、子どもたちは集中して学習に取り組みました。参加者からは、「学習意欲が向上した」、「理解度が深まった」などの声が聞かれ、実りある３日間となりました。今後も、夏休みなどを活用し、子どもたちの基本的な学力向上を支援していきます。

火災や災害のない一年を願って…
上野原市消防団出初式

１月12日（日）、上野原中学校グラウンドで市消防団出初式が行われました。これは、団員の士気高揚と消防技術の向上を目的に、市と消防団が共催で毎年実施しているものです。式典では、長年にわたり消防団員として活躍されている人などに対する各種表彰が行われました。被表彰者は、20ページに掲載のとおりです。また、今回は、秋山第２分団による小型ポンプ操法が披露されました。

△秋山第２分団による小型ポンプ操法の実演

広報 UENOHARA 広報うえのはら
2025 2 No.240
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

有料広告

お知らせ

LINE で クーポン 使っちゃお

市公式 LINE で電子クーポンの配信を始めます !!

「上野原市公式 LINE」で市内のお店で使えるクーポンの配信を始めます。公式 LINE を友だち登録すると、毎月市内のさまざまなお店で使えるクーポンを受け取ることができます。市公式 LINE でお得にお買い物をしましょう。ぜひ、友だち登録をお願いします。

友だち登録

既読 11:37

市に関するあらゆる情報も受け取れるみたいだし、これを機会に友だち登録してみようかな…

市公式 LINE 電子クーポン協力事業者募集中 !!

電子クーポンの配信にご協力いただける市内事業者を募集しています。事業者の負担は無く、お店のリンクなども無料で掲載できます。申込方法などの詳細は、市のホームページをご覧ください。

市ホームページ

11:42

電子クーポンの取り扱い店舗が、これからどんどん増えるといいな…

【問い合わせ】総務課情報推進担当（☎ 62-3117）

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。