

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

2025 年
No.244

「表紙」式典のオープニングセ
レモニーで丘巻の歌唱を披露す
る市内在住歌手のゆう理さん。

皆さんと共に歩んだ20年、

つなぐ未来へ――

ゆう理

〔市内在住歌手〕

上野原市

市制施行 20 周年記念式典

5月18日（日）、もみじホールで「上野原市市制施行 20 周年記念式典」を開催しました。式典の様子は2ページ～5ページで紹介しています。

「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。

上野原市市制施行20周年記念式典



今年、旧上野原町と旧秋山村の合併により「上野原市」が誕生してから20周年の節目の年です。それを記念して、5月18日（日）、もみじホールで「上野原市市制施行20周年記念式典」を開催しました。式典では、市内在住で、市を拠点に活動する歌手のゆう理さんによる華やかなオープニングセレモニーの後、村上市長から、市のこれまでの歩みや市政運営への多大なるご協力に対する感謝などを含めた式辞が述べられました。

また、令和7年度市政功労者等表彰が行われたほか、上野原市PR大使の浪曲師・木村勝千代さんによる浪曲の記念口演や、「私の好きな上野原市」、「未来の上野原市」をテーマに市内各小中学校に募集した作文の最優秀賞に輝いた清水あるはさん（島田小6年）と原田清華さん（秋山中3年）2名の表彰と朗読発表が行われました。最優秀賞2名の作文は、4～5ページに掲載しています。

《令和7年度市政功労者等被表彰者》 （敬称略）

- 特別功績 尾形幸召、杉本友榮
- 有功 佐々木邦明
- 功勞 白鳥純雄、村松滝夫、大久保紫
- 善行 原田文子、小笠原一森、白井昭



被表彰者代表謝辞を述べる尾形幸召さん



口演中の掛け声を学ぶたまじまる



三味線で浪曲に華を添える曲師の沢村まみさん



浪曲を熱演する木村勝千代さん



ゆう理さんによるオープニングセレモニー



式辞を述べる村上市長



観衆の前で作文を朗読する原田清華さん



表彰状を受け取る清水あるはさん



表彰状を受け取る原田清華さん

私が好きな上野原

しみず
清水 あるいはさん

(島田小学校 6年)



私は上野原の春の気持ちいい風とほかぼかと暖かい日差しが好き。都会にはないのどかさがあり、沢山の野花在咲いていて、チョウやバッタなど沢山の生き物がいるところや、外に出ると綺麗な小鳥の音がするところが好き。そして、カーペットのように桜の花びらが散っているすてきな景色があり、のどかで心地良い上野原の春が好き。

私は上野原の冬の雪が好き。前の日の夜に雪が降り初めて、次の日の朝にまるで別世界のように感じる瞬間が好き。雪で遊ぶのは想像するだけでもワクワクする。かまくらを作るのに挑戦してみたり、雪合戦、雪だるま、雪つさぎ、雪で遊ぶのはとても楽しい。そしてクリスマスになると上野原駅がイルミネーションで飾られる。私はそんな楽しいことがいっぱいの上野原の冬が大好き。

私は上野原の夏が好き。木が少しづつ鮮やかなオレンジや赤になっていき、沢山の落ち葉が道や庭に沢山落ちていて、その落ち葉をかき集めて焚き火をする。その焚き火で焼き芋を焼くとホクホクでとても美味しい。夜になると綺麗な虫の音が聞こえる。商店街で酒饅頭を食べたり、柿や栗を食べたり、食欲の秋とはいえず少し食べすぎてしまう。他にも落ち葉やどんぐりで遊んだり楽しいことがたくさんある。私はそんなワクワクいっぱいの上野原の秋が好き。

1年を通して、桂川の橋から色々な生き物も見られる。魚、かも、さぎ。大きくてきれいな桂川を眺めるのは、とても楽しい。

また、桂川では桂川フェスティバルも行われていて、いろんな踊りや歌が見られたり、沢山のお店があつてすごく楽しかった。

このように、上野原には自然がたくさんあつて四季を感じられる。だから私は上野原が好き。

守っていく 地域の宝物

はらだ さやか
原田 清華さん
(秋山中学校 3年)



先生に上野原の好きなところを聞かれたとき、私の頭に浮かんだのは「無生野の大念仏」でした。友達は、近所のおいしいレストランや豊かな自然、温泉などを挙げていました。もちろん、こういったものも好きですが、どうしてか私は、無生野の大念仏に惹かれました。

無生野の大念仏とは、毎年、無生野という地域の集会所で2回披露される太刀、締太鼓、棒、太鼓などを使って患者の周りを踊る儀式です。「無生野」という地名の由来には諸説ありますが、雛鶴姫の物語から取ったとされるのが一般的となっています。雛鶴姫がこの地で亡くなる際「ああ無情」と嘆いたことから無情の野、無生野と呼ばれるようになったと言われています。そのため、この地域で雛鶴姫を供養するために行われていたのが「無生野」の大念仏です。

大念仏は道場入り、道場浄め、ほんぶだつて、かぶりだつて、一本太刀、二本太刀、ぶっぱらい、念仏のふた、送り出しという項目から構成されます。これがおよそ一時間にわたって行われますが、その中で私が一番興味を惹かれる部分は、患者の布団を飛びこえる「ぶっぱらい」です。ぶっぱらいとは、布団に寝る病人の上を飛び越え、病を払い払う儀式です。棒振りや布団を払いのけると病気が回復されると言われています。その様子は迫力満点で、私はぶっぱらいを見たときとてもハラ

ハラとさせられ、しばらく胸のドキドキが収まりませんでした。

私自身、小学生のときに太鼓を叩くリズム、棒の回り方、太刀の振り方などを保存会の方々に教えていただいた経験があります。リズムが早くなったり遅くなったり、どんどん変化していきます。太鼓のリズムが重なりあっている部分や掛け声は、見ている側一人ひとりの心に響くものだったと感じています。白装束を着たまま、他の踊り手と息を合わせながら叩くのはとても難しいですが、私は、この「無生野の大念仏」を通して地域の方々との交流だったり、雛鶴姫の歴史を身近に感じたりすることができると考えています。歴史や伝統というものは、ただ守っていくだけではなく、そのものを通して、演じ伝えていく地域の方との交流、見に来てくれた参加者との交流ができる場となっているのではないかと思います。

保存会の方々には地域の伝統をずっと先の未来にも残していくために頑張ってくださいありがとうございます。今、少子化、高齢化が進み、無生野の大念仏の後継者が少なくなっていることが問題とされています。ですが保存会の方々が一生懸命残してくれて、この秋山の宝を大切にしてくれて残していきたいです。ユネスコ無形文化遺産としての宝はもちろんです。これまで残してきた努力などを含めての「宝物」を守っていききたい。私はそう思います。

ごみの減量化に取り組みましょう!!

市内のごみ排出量の削減にご協力ください

●問い合わせ 生活環境課ごみ対策担当 (☎ 63-5353)

皆さんの家庭から出されるごみのうち、燃えるごみは約80%を占めており、一般的にその中の7~8割は水分とされています。

上野原市の家庭ごみ排出量は、全国平均や同規模の自治体と比較しても多く、ごみ排出量のさらなる削減が求められています。

そこで、ごみの大部分を占める水分を減らすための方法として、生ごみの水切りについて紹介します。

ごみ箱に入れる前のほんの少しの手間と意識を持つことで、簡単に減量することができます。生ごみの水分を減らすと、ごみ焼却費用の軽減につながります。まずはできるところから取り組んでみましょう!

生ごみを濡らさない

生ごみを濡らしてしまうと、100gだった生ごみが125gになってしまいます。まずは、生ごみを濡らさないことから始めましょう。野菜は洗う前に不要な部分をカットしたり、皮をむいたりして、水分の少ない生ごみは、濡れる前にごみ箱に捨てましょう。

生ごみの水を切る

水切りネットや水切り袋に入れた生ごみは、排水口のごみ受けや三角コーナーを斜めに傾けて一晩置き、あらかじめ水を切っておきましょう。この時、水を入れたペットボトルを生ごみの上に重しとして置いておくと、短時間でも効果的に水を切ることができます。

捨てる前に一絞り

水切りネットや水切り袋に入れた水分を含んでしまった生ごみは、捨てる前にひとしぼりし、さらに水分を切っておきましょう。臭いや虫の発生が気になる場合は、水切り道具を使いましょう(下に示したような自作の水切り道具を使うと効果的に水を切ることができます)。

自作水切り道具の作り方・使い方



ペットボトル、はさみまたはカッター、ビニールテープなどを用意する



ペットボトルの飲み口部分から5cm程度下を切り取る



切り取った飲み口側の切り口をビニールテープなどで補強して完成



シンクに押し付ける方法でも手を汚さずに水を絞ることができます。



飲み口をしっかり握り、水切りネットが破れないようにギュッと引っ張る



生ごみを入れた水切りネットの先端を、ペットボトルの飲み口に通す



入場料
1,000円

トンネルアートフェス 2025

市内外の人の交流、地域活性化、文化・芸術振興および市の魅力発信を目的として、芸術・音楽の祭典「トンネルアートフェス 2025」を開催します。ぜひご来場ください。

日時
(雨天決行)

7月19日(土) 午前10時~午後5時
7月20日(日) 午前10時~午後4時

場所

桜井隧道および旧桜井小学校
上野原市秋山3325 駐車場あり(有料)

イベント専用
Instagram



池端克章さん

【出演情報】

いけはた かつあき
池端 克章さん、くらた けんじ
倉田 健次さん
(シンガーソングライター) (映画監督)

その他 yoluca (小沼智晴さん率いる和太鼓パフォーマンス)、アート展示、陶芸、音楽、ダンス、クラフト、ワークショップなど、総勢80名以上が出演。飲食店(約30店)もあります。

●問い合わせ 清水 (Instagram [aiko.sawai])

結核住民検診のお知らせ

レントゲン撮影バスで市内を巡回します

●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 (令和 8 年 4 月 1 日までに 65 歳以上になる人も含む)
 ※ 65 歳以上の方は、年に 1 回、結核の定期健康診断を受ける義務があります。

申込
不要
費用
無料

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 (金)	午前 9:10 ~ 午前 9:20	秋山郵便局前空き地	6月24日 (火)	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23日 (月)	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	セブンイレブン上野原四方津店	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。

わかってくれる人が、ここからまた生まれていく。

あなたの発見がポスターに!!

誰かに伝えたいような上野原市の魅力を大募集します!!

「まだ、知らないだけ」と誰かに伝えたいような上野原市の魅力を大募集! ご応募いただいたご意見や発見は、庁内での選考を経て、ポスターとして駅や公共施設に掲出します。皆さんからのたくさんのご応募をお待ちしています!

●応募方法 次のいずれかの方法でご応募ください

- ①市役所 1 階の特設コーナーで応募 (手書き)
- ②ご自身の X (旧 Twitter) アカウントで「#まだ知らないだけ」とハッシュタグを付けて投稿
- ③ LINE のアンケートから応募 (右下 QR コード)

●応募期限 7月22日 (火)

まだ知らないだけ 上野原

市ホームページ



LINE アンケート



●問い合わせ 政策秘書課政策担当 (☎ 62-3191)

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

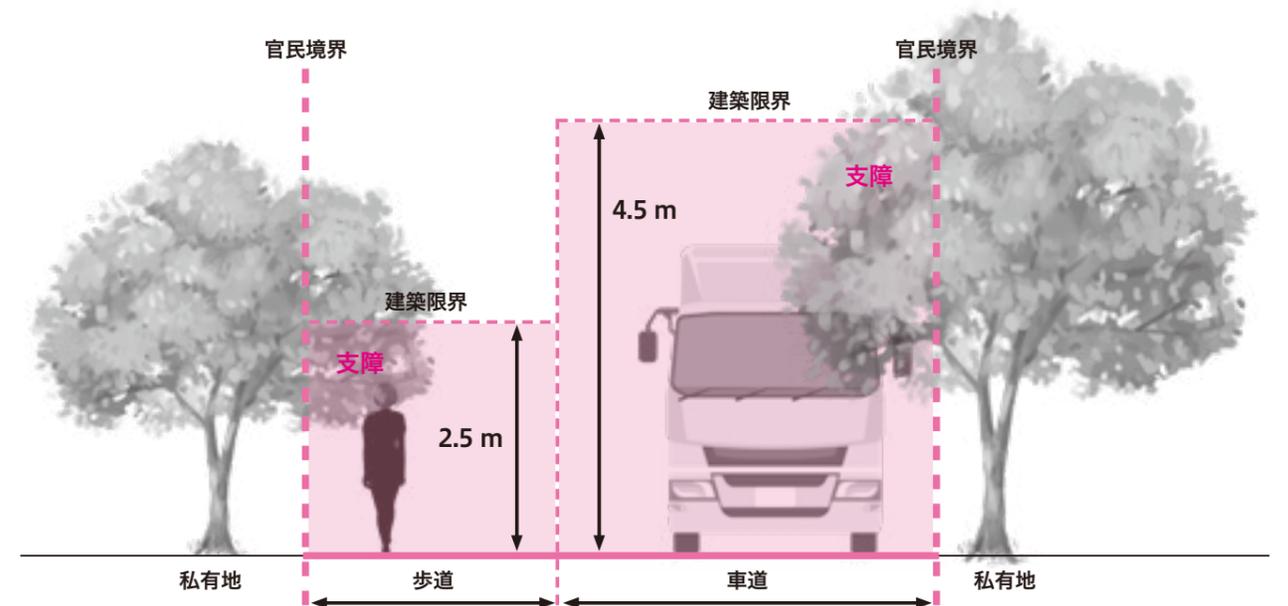
道路法では、道路の安全な交通を確保するため、車道の上空 4.5m、歩道の上空 2.5m の範囲内に障害となるものを置いてはならないとしています（建築限界）。これを超えて道路上に張り出した樹木は、土地所有者にて剪定・伐採をお願いします。

●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。



▶市ホームページ



日々の生活習慣を見直しましょう！

「糖尿病教室」を開催します

●問い合わせ 子育て保健課医療保健担当 (☎ 62-4134)

糖尿病は、食べ過ぎや運動不足、喫煙、ストレスなど、生活習慣の乱れが原因の一つであると言われており、日々の生活習慣を見直していくことが大切です。

市では、糖尿病の発症や重症化の予防をテーマに「糖尿病教室」を開催します。血糖測定やお薬相談、フットケア・口腔・運動・食事の適正量に関するチェックなど、さまざまなブースもあります。ぜひ教室に参加し、日々の健康づくりにお役立てください。

- 日時 6月21日(土) 午後2時～4時
- 場所 総合福祉センターふじみ 2階
- 参加料 無料(要予約)
- 定員 50人
- 申込方法 市公式LINEまたは子育て保健課医療保健担当あてに電話
- 講演 「血糖値が高いと言われたら」
おかもとがな
- 講師 市立病院内科 岡本佳奈医師

公式LINE



上野原市物価高騰対応製造業事業者支援事業補助金 市内の製造業事業者を支援します

●問い合わせ 産業振興課商工観光担当 (☎ 62-3119)

市では、エネルギー価格高騰の影響を受ける市内の中規模等製造業事業者の事業継続を支援するため、補助金を交付します。

●補助対象 次の①～⑤すべてに該当する者

- ①市内に事務所または事業所を有し、日本標準産業分類の大分類において、製造業に該当する事業を主に営む法人
- ②直近の事業年度終了日において、市内の常時雇用従業者数が20名を超える者
- ③補助金交付後も事業を継続する意欲がある者
- ④市税などに滞納がない者、または市税などの滞納において、納付の相談を行い、自主的な納付が見込めると判断された者
- ⑤上野原市暴力団排除条例第2条第2号および第3号に規定する者が経営に関与していない者

●補助金額 1法人につき50万円

●申請方法 事業期間中に、補助金交付申請書兼請求書に必要事項を記入の上、必要書類を添えて産業振興課商工観光担当へ提出してください。

●事業期間 6月1日(日)～9月30日(火)
※詳しくは、お問い合わせください。



上野原市が推進する地域コミュニティ支援事業 上野原市シェアタウン

「マイコミュ相談窓口」オープン！

？アプリの使い方

ダウンロードのしかたを教えてください
投稿してみたいけど何を書いたらいいか迷う



？モノのシェアリング

どんなものを出しているのか聞きたい

？子育てのシェアリング

活用方法を知りたい
他の託児サービスとどう違うの？



参加無料・予約不要
ぜひお立ち寄りください



ほかにも、「取り組みについて知りたい」「自分にも何かできることがあるか聞いてみたい」という人もお待ちしております。この日以外にも別の場所・日時で開催することがあります。最新情報は、QRコードからご確認ください。
※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です



日時 6月6日(金)午前10時～正午 場所 上野原市役所 1階ロビー

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

上野原市スポーツ少年団

第10号

市内で活動するスポーツ少年団を紹介いたします。団員は随時募集しておりますので、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。

団体の概要

CSC卓球スポーツ少年団は、平成15年に活動を開始し、子どもたち一人ひとりの能力に合わせた丁寧な指導で個々の才能を開花させてきました。個人競技ならではの特性を活かして文武両道を目指し、卒団生の中には医師、薬剤師、看護師などの専門職として活躍する人も多くいながら、中学生の部活動では、県大会上位入賞、関東大会・全国大会出場も勝ち取ってきました。

CSC卓球スポーツ少年団

「卓球のまち」上野原の栄光に向かって



活動内容

令和7年4月現在、小学生から中学生まで16名が在籍しています。練習日は週2回、中学生は部活動を優先し、小学生は学校生活を優先した上で、各種大会に参加しています。団には、国際審判が指導者として在籍しており、技術面の向上とあわせて、ルールやマナーも指導しています。

みんなに一言

卓球の世界競技人口は、3億人にも上ります。かつて上野原中学校は県下最強、上野原も「卓球のまち」として全国的に有名だった時代があり、栄光に輝いた先輩が数多くいます。そんな華々しい経験を皆さんと一緒に共有したく活動しています。子どもの能力を伸ばしてあげるよう、どのスポーツでも興味のあるものは、どんどん体験してみてください。



団体名	活動場所	活動日時	対象者	代表者	連絡先
CSC卓球スポーツ少年団	上野原西小学校体育館	毎週木曜日 午後8時〜10時、 日曜日 午前9時〜正午	小学生・中学生	加藤 史	ホームページからご連絡ください

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 45 体調が悪い

体

右手掌で体を円く撫でる

悪い

鼻先をかすめるように右手人差指を左方へ振り下ろす

違和感

体の前で指の裏をすり合わせる

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.65

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。

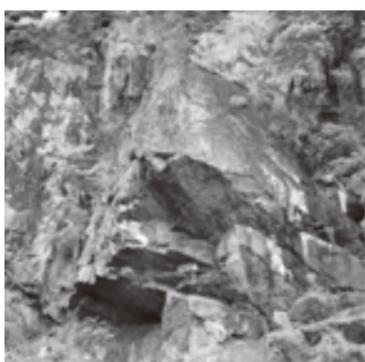
『広報うえのはら版ネコノメ』では、主に地域情報を学生の目線で紹介しています。

コモアしおつに 行ってきました！

今回、私たち「ねこの目報道部」は、4月20日(日)にコモアしおつにて開催された「コモア Smile Festa」(スマイルフェスタ)に参加してきましたので、コモアしおつの見どころとともにその様子をお届けしたいと思います！

コモアしおつは、山を切り開いた場所に造られたまちで、最寄りの四方津駅から約200メートルほど高い場所に位置しており、駅とまちは、「コモアブリッジ」という斜行エレベーターで繋がっています。一般的なエレベーターは上下に動きますが、これは斜めに移動するため、普段とは違う感覚を体感することができます。施設内にはエスカレーターもあつたのですが、現在、工事中とのことでは使えなかつたので、また機会があつたら乗ってみたいと思います。

出店がありました。ステージでは、子どもたちの新体操クラブの発表やよいそーらんなどの演目が行われ、活気に満ちていました。また、当日はイースターの日という事もあり、「イースターフオトスポット」というコーナーも設置され、記念撮影をして楽しむ人も見られました。屋台は、パン屋や惣菜屋、カツ



サンド屋などがあり、私たちは、カツバーガーをお昼ご飯にお願いいただきました！
帝京科学大学もブース出展しており、モルモットなどの小動物と触れ合い体験ができるコーナーが設置され、子どもたちを中心に盛り上がっていました。
コモアしおつから少し下りたところには、昔ポルダリングの練習に使われていたという巨大な岩肌が露出しており、上野原特有の地層を見ることができました。ここでは、大昔に地下深くで生成されたものとされている緑色変成岩を見ることができ

ます。この緑色変成岩によって、コモアしおつの地盤は非常にしっかりとっているため、山の上にある崖の端までコモアしおつのまちを造ることができたそうです。この地層は、現在、市内で計画が進んでいる「ジオパーク構想」でも取り上げられる予定とのことです。



「コモア Smile Festa」は、町内の人々を中心に賑わっており、私たちもその熱気を感じることができました。また、コモアしおつには、さまざまな見どころがあり、特に斜行エレベーターには驚かされませんでした。まだ訪れたことのない人はぜひ一度！おすすめですよ。(たか かふえ ところ)

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.150

今月のテーマ

1日3食、しっかり食べよう!

食事は、私たちの健康にとって非常に重要な要素であり、特に、1日3食を規則正しく摂ることは、身体にエネルギーを供給し、その機能を維持するためには欠かせません。

また、主食、主菜、副菜をバランス良く組み合わせた食事は、炭水化物やたんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラルなど、さまざまな栄養素を効率良く摂取するためには欠かせません。

●朝食の役割

一日の始まりにエネルギーを補給し、集中力や作業効率を高める。

●昼食の役割

午後の活動に備えたエネルギーを補給し、仕事や勉強のパフォーマンスを維持・向上させる。

●夕食の役割

一日の疲れを癒し、身体の修復を助ける。睡眠の質を向上させる。

また、3食を規則正しく摂ることは、生活習慣病の予防にも効果があります。

●例えば・・・

- 朝食を抜くことが多い人は、肥満や糖尿病、高血圧などのリスクが高まる。
- 規則正しい食事は、血糖値の安定につながり、過食や間食を防ぐ効果がある。
- 食事のリズムが整うことで消化器官の働きが良くなり、腸内環境が改善する。



3食を規則正しく摂ることは、精神的な健康にも影響を与えます。食事は単なる栄養補給だけではなく、家族や友人とのコミュニケーションの場にもなります。楽しみながら食事を摂ることで満足感が得られ、心身の健康を保つ助けとなります。

しかし現代社会では、忙しい生活スタイルや外食の増加などにより、1日3食を規則正しく摂ることが難しい場合もあります。そうしたときには、簡単に栄養補給ができる食品を用意したり、外食メニューを選ぶ際には魚や鶏肉など良質なたんぱく質や野菜を取り入れるよう意識しましょう。

このように、1日3食を摂ることは健康維持だけではなく、生活全般においても重要な要素です。自分自身の体調やライフスタイルに合った方法で3食を楽しみ、より充実した毎を送りましょう。

毎年6月は食育月間!!
毎月19日は食育の日!!

●「みんなの食育」(農林水産省ホームページ)

https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/minna_navi/

レシピも載ってます!!



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6日(金)	R7年1月16日～2月10日生
	7月4日(金)	R7年2月11日～3月11日生
9か月児	6月6日(金)	R6年8月6日～8月31日生
	7月4日(金)	R6年9月1日～9月15日生
1歳6か月児	7月9日(水)	R5年11月14日～12月31日生
2歳児	6月6日(金)	R5年3月1日～3月31日生
	7月4日(金)	R5年4月1日～5月15日生
3歳児	7月9日(水)	R4年2月14日～4月12日生
5歳児	6月25日(水)	R2年6月1日～7月31日生

※詳細については、該当児にお知らせを郵送します。

※母子手帳アプリ・母子モ(上野原すくすく☆にっき)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 市内に住居登録があり、令和8年4月1日までに20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人
※対象となる人には、受診券を順次お送りします。

●検診料 無料

●医療機関 県歯科医師会加盟の歯科医院

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以降のご案内)

★『人生会議』を知っていますか?

上野原市立病院 ACP チーム

『人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)』とは、もしものときに備えて、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

生きていくと、突然の事故や病気、認知症などにより、自分の意志が伝えられなくなってしまうことがあります。だからこそ今、自分が何を大切に、どのように生きていかかえておくことが大切です。

★乳がん施設検診

●対象者 市に住居登録があり、令和8年4月1日までに41歳以上になる女性
※R6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 市に住居登録があり、令和8年4月1日までに21歳以上になる女性
※R6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。

★婦人科検診

●実施日 6月26日(木)、7月10日(木) 午後

●内容 乳がん(マンモグラフィ)検診、乳房超音波検査、子宮頸がん検診、大腸がん検診

※6月26日(木)は、乳房超音波検査はありません。

★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2日・16日、7月7日、8月4日・18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。
※詳しくは病院HPをご覧ください。

まずは、あなたの大切な人と話してみましょう。そうすることで、もしものときにあなたの望みを代弁してくれるはずです。

当院では、医師をはじめとした多職種からなるACPチームを発足し、現在、人生会議のポスター掲示やパンフレット作成など、さまざまな啓蒙活動を行っています。

今後についても、ご本人が望みを語り、それが尊重されるために、チーム一同尽力していきます。

危険業務従事者叙勲

消防功勞 瑞宝双光章

おがた のりお
尾形 紀雄さん（上野原地区在住）



1981（昭和56）年、東京消防庁入庁。新宿、中野、小平消防署などで38年間消防業務に従事され、小平署では副署長を務めるなど、消防業務への長年の貢献が認められての受賞です。

中野署時代には、大隊長として約50人もの隊員を束ね、その経験を基に、東日本大震災では、緊急消防援助隊指揮支援隊長として約100人の隊員を束ねて被災者捜索・救助指揮にあたりました。

受章にあたり「これまで支えてくれた妻をはじめ、家族に感謝している」と話していました。

第45回富士山・青少年国際交流キャンプ参加者募集

国際青少年研修協会（☎03-6825-3130）

国際青少年研修協会では、「第45回富士山・青少年国際交流キャンプ」の参加者を募集します。

富士山の麓の自然豊かな朝霧高原のキャンプ場で、全国から集まる青少年がキャンプ生活や富士山登山などの野外活動をともにしながら、仲間と協力し、助け合う楽しさ、大切さを学ぶことを目的としています。自分たちの力で火をおこし、まきを割り、食事を作ることやテントでの生活など不便な環境の中でも「生き抜く力」を身に付けてほしいと考えています。

- 対象 日本全国の小学3年生～中学3年生の男女（日本人・外国人）
 - 期間 7月29日（火）～8月2日（土）の4泊5日（テント泊）
 - 定員 70人（最小催行30人）
 - 場所 静岡県立朝霧野外活動センター
 - 内容 富士山登山、世界の遊び、屋台村 など
 - 参加費 出発・帰着駅、小中学生の区分による
- ※行程や参加費などの詳細は、国際青少年研修協会ホームページをご覧ください。

- 応募方法 国際青少年研修協会あてに電話、FAX、またはメールにてご連絡ください。
 - ・電話 03-6825-3130
 - ・FAX 03-6369-3696
 - ・メール info@kskk.or.jp
- 応募締切 7月8日（火）



地区防災計画の作成を支援します

危機管理室危機管理担当（☎62-3145）

市では、災害対策基本法第42条第3項の規程に基づき、地域住民が主体となって作成する地区防災計画の作成を支援します（上野原市地区防災計画支援事業）。

この事業は、地区防災計画作成の意思がある地区に対し、市が計画作成の着手から完成までを支援するとともに、その取り組み内容をモデル地区として広く公表することで、地区防災計画作成のさらなる推進を図ることを目的としています。

- 募集地区数 2地区（原則、行政区単位、ただし、防災活動の実態に応じては応相談）
 - 申込方法 「上野原市地区防災計画作成支援事業申込書」に必要事項を記入の上、次の①～③のいずれかの方法で提出してください。
 - ①メール kikikanri@city.uenohara.lg.jp あて
 - ②FAX 0554-62-1086
 - ③持参 危機管理室危機管理担当あて
- ※申込書は、危機管理室窓口を用意しているほか、ホームページからダウンロードもできます。

- 申込期限 6月30日（月）
- ※申込件数によっては、期限後に対象地区選定または追加募集をする場合があります。
- 実施内容など 計画は令和7年度中に作成するものとし、実施内容や時期などは、地区との相談により決定しますが、おおむね次のとおりとします。

実施内容	実施時期	実施主体
地区代表者を対象とした説明会	7月	市
地区役員を対象とした説明会	8月	地区代表者
地区住民を対象とした防災講座（要請に応じて開催）	9月	市
計画の素案作成	9～10月	地区代表者および役員
計画の素案を基にした訓練	10～11月	地区代表者および役員
訓練結果を検証して計画の改編・完成	12月	地区代表者および役員

- 実施主体 事業全体の実施主体は市ですが、地区内の連絡調整および計画内容の検討などの具体的な作業は地区が実施し、市はこれを支援します。
- 公表 市内の地区防災計画作成の促進のため、上野原市地区防災計画支援事業による各地区の取り組み内容は、ホームページで公表します。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

富士・東部保健所衛生課（☎0555-24-9033）

薬物乱用とは、「たった一度」でも決められたルールを守らないで薬物を使用することです。医薬品についても、「病気や傷の治療に使う」といった本来の目的以外に使えば薬物乱用です。

「たった一度」の薬物乱用でも脳や体は破壊され、薬物を手に入れるための窃盗や強盗などの犯罪を誘発し、自分や周囲の大切な人の人生を壊してしまいます。

国および県では、6月20日から7月19日までの1か月間「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を行います。

この機会に薬物乱用の恐ろしさを正しく理解するとともに、身近な人の薬物乱用に気付いたときには、勇気をもって保健所へご相談ください。

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（水）
- パートナー研修（土曜日・参加無料）
7月5日、12日、10月11日、令和8年1月10日 午後1時～4時（オンライン開催）
- ※4回のオンライン研修のほか、日本語教室の初回開催日に実践研修を行います。
- ※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）

お知らせチェックリスト

防犯カメラ設置 促進事業補助金



山梨県警察本部生活安全企画課（☎055-221-0110 内線3055）

県警察本部では、県内で地域の防犯活動に取り組む自治会などを対象に、防犯カメラの設置費用を補助します。

- 補助対象 次の①および②を満たすカメラ
 - ①地域住民の身近で起きる犯罪（窃盗など）や不安を感じる事案（子供・女性への声掛け事案など）の発生を抑制する目的で設置するカメラ
 - ②特定の場所に継続的に設置して、道路、公園など、不特定多数の者が利用する場所を撮影し、録画機能があるカメラ
- 対象経費 防犯カメラおよび録画装置や防犯カメラと一体として機能する機器購入費、専用ポールやケーブルなどを含む防犯カメラの設置工事費
- ※リース料、地代、維持管理費は対象外
- 補助金額 補助対象経費の2分の1以内の額（カメラ1台につき上限30万円）
- 申請方法 事前に県警察本部生活安全企画課へご相談ください（電話または来庁）。
- 申請期限 7月31日（木）
- ※予算に余裕があれば8月以降も募集します。

ケヤッキーシール サービス終了のお知らせ

半世紀にわたり上野原サービス店会と共に沢山の皆様に愛されてきた「ケヤッキーシール」は、9月30日をもってサービスを終了します。長年のご利用誠にありがとうございました。 ※9月30日（火）の利用期限までご利用できます。 ※バラ券の回収イベントを7月中旬に開催予定ですので、シールは破棄せずにお持ちください。

長年のご愛顧 誠にありがとうございました!!



●問い合わせ
上野原市商工会（☎63-0638）

高齢者叙勲

郵政事業功勞 瑞宝双光章

かとう みのる
加藤 稔さん（巖地区在住）



1958（昭和33）年、上野原郵便局入局。その後、相模湖郵便局を経て、梁川郵便局長、上野原郵便局長を歴任。39年間郵政事業に従事され、その長年の貢献が認められての受賞です。

上野原局長時代は、集配局であり、正規・パート含めて多数の職員を抱える上野原局の管理職として職員を束ね、当時、過渡期であった郵政事業の発展を支えました。

受章にあたり「妻の支えのおかげで、無事に米寿を迎えられたことが何よりうれしい」と話していました。

たすけあいボランティア 新規登録研修開催!!



上野原市社会福祉協議会ボランティア担当
☎ 63-0002

たすけあいボランティアとは、ボランティア活動を通じて地域貢献や社会参加することにより、介護予防をしながらお互いに支え助け合い、元気で過ごしていくための制度です。

市社会福祉協議会では、次のとおり登録研修会を開催します。研修会参加者には、「たすけあいボラポ手帳」を交付します。

- 日時 6月18日（水）午後1時30分～2時30分
 - 場所 総合福祉センターふじみ 2階 会議室B・C
 - 募集定員 20人程度
 - 申込期限 6月11日（水）
- ※詳しくはお問い合わせください。

ブリコ LAGOMのご案内



にこにこママクラブ 森本 ☎ 080-5112-3142

にこにこママクラブでは、帝京科学大学東京西キャンパス内で「ブリコ LAGOM（ぶりこらあごむ）」を毎月開催しています。「ブリコ LAGOM」は、大人も子どもものんびりできる休憩所です。多くの皆様のご来場をお待ちしています。

- 日時 毎月1回月曜日 午後1時～4時頃
6月9日、7月14日、8月18日、9月8日、10月6日、11月10日、12月8日、令和8年1月19日、2月9日、3月9日
 - 場所 帝京科学大学東京西キャンパス ブリコラ
- ※最新情報は、公式LINE（右上のQRコード）を友だち登録してご確認ください。



無料法律相談会

生活環境課生活環境担当 ☎ 62-3114

- 日時 7月11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 6月30日（月）～7月9日（水）（土日を除く）（先着順）
- ※予約は電話受付のみとなります。

労働保険のお知らせ

令和7年度労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間は、

6月2日（月）～7月10日（木）です。

- ※年度更新の時期は窓口が大変混み合います。自宅やオフィスから待ち時間不要で、いつでも手続可能な電子申請を、ぜひご利用ください。
- ※保険料を電子納付することが可能です。電子申請と電子納付を利用した場合、すべてインターネット上で手続を完結させることができます。
- ※詳細は、ホームページをご覧ください。



- 問い合わせ 厚生労働省労働基準局労働保険徴収課 業務係 ☎ 03-5253-1111 内線 5162

自筆証書遺言書保管制度



ご自身で作成した遺言書を法務局に預けることができる「自筆証書遺言書保管制度」をご存知ですか。

法務局で大切に保管することで、遺言書の紛失や第三者による改ざんなどを防止することができるほか、相続開始後の家庭裁判所の検認手続が不要となります。大切な財産やあなたの思いをご家族へ確実に託す方法の一つとして、本制度をご活用ください。

なお、保管手続きには予約が必要です。予約方法や手続きの詳細は、甲府地方法務局ホームページ（右上QRコード）をご覧ください。お近くの法務局にお問い合わせください。

- 問い合わせ 甲府地方法務局供託課 ☎ 055-252-7151
甲府地方法務局大月支局 ☎ 0554-22-0799

上野原市消防団員・ 消防音楽隊員を募集しています



市内の消防団員は年々減少傾向にあり、このままでは、地域を守る消防団の存続が危ぶまれ、地域防災力の低下につながるものが危惧されています。市では、性別を問わず18歳以上の幅広い世代に消防団への入団を求めています。

また、消防団には音楽隊も組織されておりますので、少しでも興味がある人は、気軽にお問い合わせください。



- 問い合わせ 消防総務課庶務担当 ☎ 62-4112

大好評のイベントを同時開催します 包丁研ぎ&こども大工さんフェア

山梨県東部建設組合では、毎年大好評の「包丁研ぎ会」と、子どもたちがプロの指導で木工作業を楽しく安全に体験できる「こども大工さんフェア」を同時開催します。どちらも参加無料です。

- 日時 6月22日（日）午前9時～正午
 - 場所 上野原市ふれあい広場（中央防災公園）
- ※包丁研ぎは1人1本、受付は午前11時までです。※こども大工さんフェアは、幼児～小学生が対象です。何時からでも参加できます。大人と一緒に、汚れてもいい服装でご参加ください。

- 問い合わせ 山梨県東部建設組合 組合長 溝呂木 ☎ 090-3095-6774

有料広告

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

クレイン農業協同組合
令和8年度採用職員募集
応募資格 令和8年3月高校・短大・大学卒業見込者等
▶詳細はHPで!! クレイン農協 検索
▶問合せ 総務部 総務人事課 ☎ 0554-20-8800

お知らせ

～人の動き～

人口と世帯（令和7年5月1日現在）		
	人口等	対前月比
人口	21,000人	-12
男性	10,537人	4
女性	10,463人	-16
世帯	10,037世帯	11

女川町を食べて応援!!
6/7（土）正午～午後5時
上野原駅南口・ふらっと上野原にて
特設テントで宮城県女川町の特産品を販売します。
東日本大震災で被災した女川町を応援しよう!
問・上野原市観光協会 ☎ 62-3150

上野原アーカイブルーム 6月展示のお知らせ



もみじホール1階にある「上野原アーカイブルーム」は、市の歴史や文化を紹介する展示室です。入室無料、見学自由ですので、ぜひお越しください。

●開室時間 午前9時～午後5時（月曜日は休室）
【常設展示室】

縄文時代～現代の歴史や文化財、伝統芸能を展示しています（6月末で一部を展示替えます）。

※6月29日（日）までの展示品

- ・南北朝時代のお地蔵様（市指定文化財）
- ・江戸時代、野田尻の新助さんの旅道具
- ・旧島田村の豪華な芝居衣装と小道具 25点

【企画スペース】

第1回企画展「ちょっと昔の上野原」は6月15日（日）まで

※6月16日（月）～7月14日（月）は、展示替えのため閉室します。

●問い合わせ 社会教育課社会教育担当（☎62-3409）

令和6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号線舗装改修工事事業
令和6年度 事業費 8,906千円
交付金 8,512千円

有料広告

うちの子「結婚」しないのかしら？
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。
まずはお気軽に仲人にご相談下さい
☎055-288-1038
結婚相談所ムスベル

危険物安全週間について

● 消防総務課予防担当（☎62-4671）

6月8日（日）～14日（土）は「危険物安全週間」です。市消防本部および市危険物安全協会では、期間中、危険物の保安に関する啓発活動を実施し、各事業所における自主保安体制の確立を図ります。

●危険物安全週間推進標語

「危険物 無事故へ挑む ゴング鳴る」

●期間 6月8日（日）～14日（土）

●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

●危険物の取扱いにご注意を！ 皆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。使用方法を誤ると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、危険物の取扱いに十分ご注意ください。

事業継承個別相談受付中！！

●● 上野原市商工会（☎63-0638）

市商工会では、事業継承に関する個別相談を受け付けています。相談には、山梨県事業継承・引継ぎ支援センターの専門相談員と商工会職員が対応します。相談無料、秘密厳守。解決まで複数回支援します。

●相談内容 「親族へ継承したいが、何から始めれば良いのかわからない」、「会社を存続したいが、後継者がいない事業を売却したい」、「取引先が後継者不足で会社を閉めることになり困っている」など



バス・タクシー 運転士募集中！



市地域公共交通活性化協議会では、市内路線バスおよびタクシーの運転士を募集しています。上野原市のまちと暮らしを支える地域の公共交通機関で働いてみませんか。女性・若者・未経験者歓迎。

●募集事業者

【路線バス事業者】

・富士急バス株式会社 上野原営業所（☎63-1260）

【タクシー事業者】

・上野原タクシー株式会社（☎63-1232）

・有限会社駅前タクシー（☎63-0077）

・有限会社四方津交通（☎66-2341）

・有限会社島田交通（☎62-4614）

※募集および運転士養成支援などに関するお問い合わせは、各事業者あてにお願いします。

●問い合わせ

市地域公共交通活性化協議会事務局（生活環境課生活環境担当）（☎62-3114）

戸籍のふりがな制度について

● 法務省コールセンター（☎0570-05-0310）
市民課窓口担当（☎62-3112）

戸籍法の改正により、戸籍に氏名のふりがなが記載されます。順次、本籍地の市区町村長から戸籍の筆頭者に対し、戸籍に記載される予定の氏名のふりがなに関する情報が通知されますので、必ずご確認ください。※通知されたふりがなが誤っている場合は、令和8年5月25日（月）までに正しいふりがなの届出をしてください（ふりがなが正しい場合、届出は不要）。

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13,000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

乱舞する蛸と地元の新鮮野菜 島田の夏祭りとお蛸の夕べ

第4回を迎える島田の夏祭りを開催します。露店やキッチンカーなども多数出店します。いいじやん蛸が大切に育てた蛸が乱舞する光景とステージパフォーマンスをお楽しみください。

●日時 6月14日（土）午後1時～9時

●場所 島田コミュニティセンター

●内容 舞踊、マジックショー、殺陣、ウクレレ演奏、自衛隊・警察署による展示 など

※お車で越す場合は、桂川野球場の駐車場および旧島田小学校の校庭をご利用ください。

●問い合わせ 島田の夏祭り実行委員会（☎63-2985）

毎年6月1日は 人権擁護委員の日です

● 福祉課福祉総務担当（☎62-4133）

人権擁護委員とは、法務大臣より委嘱された民間の人たちのことで、啓発や人権相談などを通して、地域住民の人権思想の普及高揚に努めています。また、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」として、人権相談をはじめとした人権啓発活動に取り組んでいます。市では、現在8名の人権擁護委員が活動しています。

「人権相談」では、いじめや体罰、虐待を始めとする子どもの人権問題、インターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害などといったさまざまな人権問題について、相談に応じています。秘密は厳守されますので、ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。

●6月の人権特設相談日 6月2日（月）、27日（金）
総合福祉センターふじみ 午前10時～正午

※人権特設相談日は、毎月2回設けています。日時については、各月の広報「各種相談日・申請期限・窓口業務」をご覧ください。

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

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ある。

地すべり

●特徴

比較的緩やかな斜面地中の滑りやすい層の地盤が地下水などの影響を受け、斜面の一部または全部がゆっくりと下方に動き出します。一度に広範囲が動くため、発生すると人家や道路、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で危険な場所を確認しておきましょう！（市ホームページ）



社会教育委員・公民館主宰および庶務を委嘱しました



▲委嘱式に出席された皆さん（左・社会教育委員、右・公民館主宰および庶務）

（敬称略）

地区	社会教育委員	公民館主宰	公民館庶務
大目	かみじょう まさのり 上條 政教	おかべ こうじ 岡部 公史	みずの きいちろう 水野 貴一郎
甲東	しらくら つよし 白倉 強	こばやし まさる 小林 勝	わち ひろみち 和智 広道
四方津	はやしげふ 林 滋	ささき とみよし 佐々木 富芳	うらやま なつみ 浦山 奈津美
沢松	いのうえ よしお 井上 義夫	けんもち かずひろ 剣持 和宏	おおかんだ ひでゆき 大神田 秀之
大鶴	いけだ しげる 池田 重	なかむら さぶろう 中村 三郎	こんどう よしみ 近藤 義美
島田	はせべ なつえ 長谷部 夏江	おさだ ふみたか 長田 文丘	かわち あきとし 河内 昭利
上野原	こばやかわ きょうこ 小早川 京子	おがた あつし 尾形 篤	おだ てるひこ 織田 輝彦
桐原	よしむら ひさし 吉村 久	せきもと いっせい 関本 一誠	やまぐち しゅういち 山口 修一
西原	なら とみお 奈良 富男	ふるや み代一 降矢 三代一	おさだ ひろみ 長田 洋美
秋山	かとう しげよし 加藤 重義	はらだ えいじ 原田 英二	すぎもと けんじ 杉本 賢士
公募委員	いこし 井腰 みゆき		
公募委員	ふるや ひさし 古屋 久		

4月1日付けで、左表のとおり社会教育委員・公民館主宰および庶務を委嘱しました。任期は令和9年3月31日までです。

社会教育や生涯学習、地域の公民館活動などについてのご意見などは、各地域の委員・主宰にお声がけください。

●社会教育委員とは 社会教育に関し教育委員会に助言を行うための各地区の代表者です。今年度から公募委員2名が加わり、計12名の委員がいます。

●公民館主宰とは 公民館活動における各地区の代表者です。地域が主体となる公民館活動の中心となり、推進役として活動します。

●公民館庶務とは 公民館主宰とともに地域の公民館活動の中心となり活動します。

●問い合わせ

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

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	12日(木) 午後1:00～5:15	市総合福祉センター (要予約☎62-1199)	結婚相談所	毎週日曜日 午前10:00～正午	市総合福祉センター ☎63-3800
児童家庭相談室	毎週月～金曜日 (祝日除く)	こども家庭センター (子育て保健課子ども家庭担当) ☎62-1199	学校カウンセラー 教育相談	毎週月～金曜日 (祝日除く) 午前9:00～午後4:00	もみじホール相談室 ☎63-5700 ☎0120-28-7830
母子父子家庭相談	午前8:30～午後5:00		消費生活相談	毎週木曜日(祝日除く) 午前9:00～午後4:00	生活環境課 生活環境担当 ☎62-3114
ふれあい福祉相談	毎週木曜日 午前10:00～午後3:00	市総合福祉センター	農地売買・ 賃借申請書提出	6月の申請書提出期限 10日(火)	農業委員会(産業振興課内) ☎62-3119
人権相談	2日(月)、27日(金) 午前10:00～正午		市税収納・納税相談	29日(日) 午前9:00～正午	税務課カウンター ☎62-3113
行政相談	16日(月) 午前10:00～正午	市役所 2階会議室D	市民課日曜窓口	29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

- 巖地区**
岡部愛未 (睦)
- 上野原地区**
内田悠陽 (加菜)
小笠原颯空 (奏和)
志村春稀 (翼)

死亡

- 大目地区**
坂本信雄 (美登)
- 巖地区**
山本征子 (弘子)
- 大鶴地区**
市川千歳 (英樹)
小澤國彦 (哲也)
- 島田地区**
降矢千代子 (洋芳)
- 上野原地区**
三好貞夫 (一彰)
荒川裕明 (睦美)
- 西原地区**
宇津木助本 (平)
- 秋山地区**
小俣茂一 (和利)

=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】

～ 子育て応援掲示板 ～

● 『島田子育て & 地域カフェ』

【日時】6月5日(木) 午前10時～正午
7月3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】6月12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26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14日(土)
【場所】コモア内4丁目ウエスト集会所
【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。

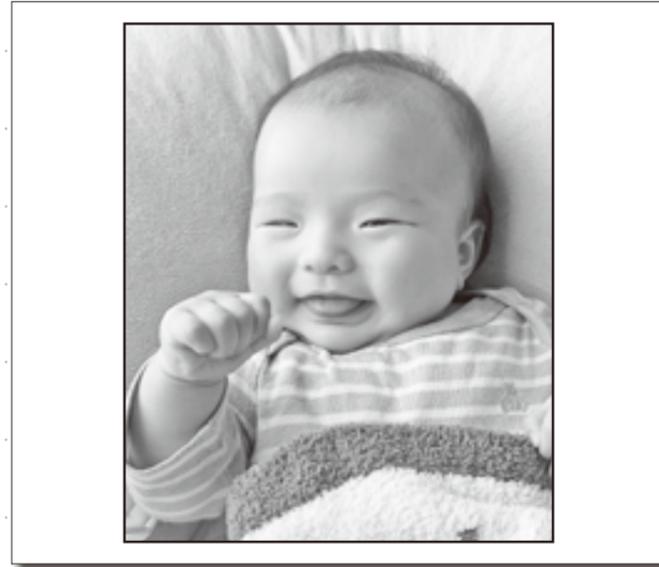
● 『たまひよ DX』

【日時】6月9日(月) 午後1時～4時
【場所】帝京科学大学プリコラ
【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

高崎 りる ちゃん (5か月)

優杏さんの長女

MESSAGE

いつもかわいい笑顔を見せてくれて
幸せです♡ありがとう

～ 子育て応援掲示板 ～

● 『おいでよ! こどもの部屋』

【日時】6月14日(土)、28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】6月3日(火) 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

★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】6月10日(火)、24日(火) 午前10時～午後3時
【場所】総合福祉センターふじみ
【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
※お子様と一緒に、ママだけでも参加できます。
【問い合わせ】矢島 (☎ 080-9202-6424)
※最新情報はQRコードからInstagramにて



「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)
※上野原子育て支援センターのみ、月1回、土曜日も開所しています。日程はお問い合わせください。
【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)

リンデン だより

LINDEN DAYORI

市立図書館

スマイル ニュース

SMILE NEWS

222

男女共同参画推進委員会

一般書

- ◇『嘘と隣人』 芦沢央／著 文藝春秋
- ◇『たのしい保育園』 滝口悠生／著 河出書房新社
- ◇『普通の底』 月村了衛／著 講談社
- ◇『フェアリー・テイル』 スティーヴン・キング／著 白石朗／訳 文藝春秋

児童書

- 『グリーンインフラって何だろう?』 福岡孝則／監修 PHP 研究所
- 『わたし、わかんない』 岩瀬成子／著 講談社
- 『日下部くんには日傘が似合う』 神戸遥真／作 あかね書房

絵本

- ◆『にゅーっでたよでたよ』 荒井良二／絵 長新太／作 絵本塾出版
- ◆『ひつつきもつつき』 長谷川義史／絵 中川ひろたか／文 世界文化社
- ◆『ちょっとだけともだち』 なかがわちひろ／作 のら書店

図書館イベント

- えいご絵本おなはし会 『赤ずきん』ほか
6月8日(日) 午前10時30分～ 会議室
◎ Taste of Uenohara
- 子ども映画会 『かわいいミッフィー』
6月14日(土) 午前10時～/午後2時～
会議室
- リンデンドーム朗読館 『青い壺』有吉佐和子／作 ほか
6月29日(日) 午後2時～ 会議室
◎上野原朗読の会

◎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 7月7日(月)～16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



誰でも、どこでも、自分らしく

毎年6月23日から29日は、男女共同参画推進週間です。令和7年度のキャッチフレーズは、『誰でも、どこでも、自分らしく』に決まりました。

日本国憲法の中で最も大切な条文は何か、と聞かれれば、第13条を挙げます。そこには「すべて国民は、個人として尊重される。」と書かれています。日本国憲法の三大原則は、「国民主権」、「基本的人権の尊重」、「平和主義」ですが、この原則も、「個人の尊厳」を根拠にしています。

「自分のことは、自分で決められる」ことは当たり前のように思えますが、現実を考えるとまだまだというのが実感ではないでしょうか。身体の自由、財産の利用、職業の選択、居住、信教の自由などの市民的な自由は、江戸時代では認められないか、制限されていました。明治時代になって、それらの自由は認められるようになりましたが、「法律の範囲内で」とか「法律の定める所に従い」などの条件が付けられていました。また、女性は結婚すると無能力者とされ、参政権もありませんでした。

1947(昭和22)年に日本国憲法が施行され、基本的人権が認められるようになりました。それでも、寿退社という言葉は最近まで残っていました。「女だから」「子どもだから」「長男だから」という考えも消え去っていません。

慣習として深く染み付いてきたものを取り除くためには、地道な努力を積み重ねるしかありません。「誰でも、どこでも、自分らしく」生きられる社会を作るために。



【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 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	午前 浮田(紗)・野原	岡本(佳)・谷口	野原・浮田(健)	谷口・村田	浮田(健)・三澤(明)	内科医師
一般外来	午前 三澤(仁)・松本・奥津	岡本・村田・松本	長坂(浩)・牛島	浮田(健)・浮田(紗)	岡本・村田・進藤	
専門外来【予約制】	午後	<腎臓>尾田	<糖尿病>高橋	<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・金子	成澤・金子	小野・金子	杉田・金子	小野・金子	
小児科【専門外来】	午後 <心臓外科>吉沢 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	安藤	小金澤	小金澤	
皮膚科	午前 前島		三井			
整形外科	午前 菅原・片山	須田	戸島	中山・片山	金沢・片山	
眼科	午前 河西			木村(受付8:00～11:00)	河西	
【一般外来】	午後		6/4,18,25 米山 6/11 岡部		6/6,20 木村 6/13,27 櫻田	
耳鼻咽喉科	午前	羽田(9:30診察開始)	丹澤		高橋	
	午後		丹澤(受付14:00～15:30)		高橋(受付14:00～15:30)	
泌尿器科	午前	岡根谷		村石		
婦人科	午前				福田(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 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、5月21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。
※白内障手術は米山医師・櫻田医師が担当します。白内障外来を受診希望の人は、米山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23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 #27

皆さん、こんにちは。今月は睡眠環境、特に音についてお話するつもりでしたが、NHKのテレビ番組で『いびき』の話があったようで、急いびきは、主に耳鼻科で診ていることが多いと思います。皆さんは、風邪のときや疲れたとき、お酒を飲んだときにいびきが大きくなった経験があるのではないのでしょうか。子ども、若い人、中年によって、いびきの元になる状態や、その体への影響も異なると考えられます。中高年での話でした。中高年に限ってしまつと、肥満やもとの顔立ち、気道を支える筋肉の衰えなど、原因は色々出てきます。いびきだけではなく、無呼吸があると問題です。簡単には、喉の形を見る方法がありますが(テレビでも喉の奥にある口蓋垂が見えるかどうか)、正確には分かりにくいものです。皆さんの『いびき』が、たちの良いものなのか、たちの悪いものなのか、ご相談下さい。

広報うえのはら おトククーポン

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

定休日/水曜 営業時間/11:30～20:00

定休日/水曜 営業時間/10:00～11:30

定休日/水曜 営業時間/11:00～15:30

定休日/水曜 営業時間/9:00～18:00

定休日/木・土・日・祝日 営業時間/9:00～20:00

定休日/月・祝日 営業時間/9:00～17:00

定休日/木・土・日・祝日 営業時間/9:00～20:00

上野原 PhotoRecord



日頃の消防団活動へのご協力感谢您 協力事業所表示証を交付

4月14日(月)、株式会社田村組に消防団協力事業所表示証を交付しました。この表示証は、消防団員の入団促進など、地域の安全を支える消防団活動に対して社会貢献としてご協力いただいている事業所に交付するものです。交付式では、同社の代表取締役社長である田村学^{たむらまなぶ}さんに、市長から感謝の言葉とともに表示証が手渡されました。地域の安全・安心を守り続けるため、今後も変わらぬご支援をお願いします。



△(株)田村組の田村学社長(中央右)

コモアしおつ内外から多くの来場者 コモア Smile Festa

4月20日(日)、巖地区コモアしおつ内で「コモア Smile Festa」が開催されました。時計の公園をメイン会場に合唱やダンス、じょいそーらんなどのステージパフォーマンスが行われたほか、そこに続く緑道や風の公園では、飲食や雑貨の販売、フリーマーケット、各種ワークショップ、動物ふれあいコーナーなど、数多くのブースが立ち並びました。また、ビンゴ大会も行われるなど、訪れた多くの来場者を楽しませました。



△じょいそーらんのパフォーマンス

平和・発展・豊作祈願 芋大明神祭

4月29日(火・祝)、龍泉寺で「芋大明神祭」が開催されました。このイベントは、地域の平和と発展、豊作を祈願するべく開催されているもので、会場には、地元の食を中心とした出店が立ち並びほか、文化庁の「100年フード」にも登録された「上野原せいだ芋」の歴史をつづった掲示物も特別展示されました。また、上野原サンライズの選手も駆けつけ、バスケット体験や雑談をするなど地域住民と交流しました。



園児の想い、空高く 人権の花運動

5月12日(月)、上野原こども園で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。この日は、人権擁護委員による絵本の読み聞かせや、花の苗と人権啓発グッズのプレゼントなどの後、園庭にて、園児が書いた絵やメッセージと花の種を付けたバルーンリリースが行われました。



上野原市と(株)エスプールの 包括的連携協定締結式

4月24日(木)、株式会社エスプールと「ゼロカーボンシティ実現に向けた包括的連携協定」を締結しました。この協定は、市の温室効果ガス排出量削減のための各種取り組みに関する基礎情報の収集および分析や市の豊富な環境資源の活用調査、市民の温暖化対策に関する意識醸成や環境教育など、市が掲げるゼロカーボンシティの実現に向けた施策に幅広くご協力いただける内容となっております。



上野原市、身延町が共催 VF 甲府サクスデー

4月29日(火・祝)、甲府市でサッカーJ2・ヴァンフォーレ甲府 vs ベガルタ仙台の試合が行われました。この日は上野原市・身延町サクスデー。村上市長からチームへ特産品の詰め合わせを贈呈しました。また、市民の皆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。試合は仙台が先制し、その後の追加点で2点を追う展開となり、甲府が後半に1点を返すものの、1-2で惜敗。悔しさの残る結果となりました。



上野原こども園 × 桂川漁協 園児のヤマメ放流体験

5月16日(金)、鶴川で上野原こども園の園児によるヤマメの放流体験が行われました。桂川漁協上野原支部の企画によって昨年から行われているこの取り組みには、上野原こども園きりん組の園児34名が参加し、用意された約500匹のヤマメを、園児一人ひとりがみずからパケツに移してから川へ放流しました。放流が終わった後、園児たちは「楽しかった、面白かった」と元気に感想を言っていました。



能登半島地震災害支援 松村和子コンサート

5月17日(土)、もみじホールで「第6回上野原市チャリティーコンサート」として、歌手の松村和子^{まつむらかずこ}さんのコンサートが開催されました。昭和の大ヒット曲「帰ってこいよ」をはじめとしたご自身の曲や往年の名曲カバーなど計20曲が披露され、松村さんの圧倒的な歌唱力を存分に味わうことができるコンサートとなっていました。また、合間には、能登半島災害支援として募金が募られ、合計121,746円集まりました。



上野原 PhotoRecord + プラス



上野原市消防団巖分団第4部

女性団員が活躍中!!

市消防団巖分団第4部では、女性団員が地域の安全・安心を守るため活躍しています。活躍するのは富田梨花さん。富田さんは、「地元が好きだし、何か地元に貢献できるようなことがしたい!」と考えている中で「消防団ってなんかカッコいいかも!」と思ったことから今年の4月に入団。社会人として市内で仕事をしながら、消防団として器具点検や管轄地区内のパトロール、訓練などに従事しています。



△富田梨花さん



△関原旭 第4部長 (左)、落合謙二 分団長 (右)

巖分団長の落合謙二さんは、「巖分団第4部では、昨年度、女性用トイレや更衣室などを備えた新しい詰所が完成し、現在、その詰所において精力的に活動している。また、市消防団としても男女関係なく働けるようなハード面の整備の機運が高まっている。今後はさらに男女の区分関係なく働ける環境になっていくことも予想されるため、地域としても、人材を確保できる体制を構築していくが、興味があればぜひ入団して、地域の安全・安心を守るために活躍してもらいたい。」と話していました。

さあ、一緒に!
国勢調査員 大募集

令和7年10月1日に
国勢調査を実施します

日本に生きているすべての人と世帯を対象とした、最も重要な統計調査です!

5年に一度、全員参加の統計調査

国勢調査2025

詳しくは、お住まいの市区町村の
統計調査担当窓口までお問い合わせください。

▼国勢調査2025キャンペーンサイト
<https://www.kokusei2025.go.jp/>

国勢調査2025 **検索**

総務省統計局・徳島県・市区町村