

広報

No.667

# おおつき

Public Information Otsuki

あなたにも

大きなツキが

ありますように!

8 AUG

2013.

BIG MOON

## Contents

- P.02 特集 地域の防災力を高めよう
- P.06 国文祭 阿波踊りフェスティバル
- P.08 大月市文化祭の開催
- P.09 浄化槽の適切な維持管理
- P.10 中央病院情報
- P.11 中央病院診療予定表
- P.13 暮らしの情報
- P.23 おおつき情報カレンダー
- P.26 8月生まれの元気な子

安心・安全のために!

- 河川の水圧に挑む消防署員 -

“急流水難救助訓練” (桂川 7/10)

## 地域の防災力を高めよう

東日本大震災や阪神・淡路大震災では、日本中が自然の驚異を目のあたりにし、防災の重要性を再認識させられました。ひとたび大規模な災害が発生した時には、防災関係機関（公助）の対応だけでは限界があります。こうした時に、最も必要となるのが自ら安全を確保する「自助」、近所の人たちと助け合う「共助」となります。

### 自助

自分で、自分自身や  
家族・財産を守ること

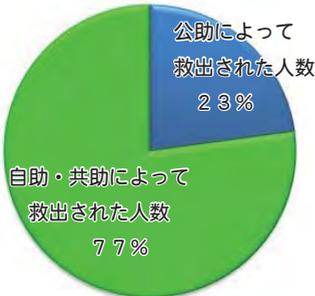
### 共助

地域での助け合い

### 公助

行政などの災害活動  
(警察、消防、県、市など)

阪神・淡路大震災の救助者の割合



写真：七保町葛野内 山腹崩落

## 本市における主な台風・地震災害

昭和34年8月	台風7号 死者2名、負傷者2名、住宅被害126棟
昭和41年9月	台風26号 死者5名、行方不明者4名、負傷者6名 住宅被害461棟
昭和57年8月	台風10号 死者4名、負傷者10名、住宅被害220棟
昭和58年8月	山梨県東部を震源とする地震（本市の震度5） 負傷者5名、住宅被害279棟
平成 3年8月	台風12号 死者7名、行方不明者1名
平成 8年3月	神奈川県西部を震源とする地震（本市の震度4） 負傷者3名、住宅被害86棟
平成23年3月	東日本大震災（本市の震度4）
平成23年9月	台風12号（葛野内山腹崩落） 台風15号（強瀬地区避難勧告）
平成24年1月	山梨県東部を震源とする地震（本市の震度4）

平成3年8月 台風12号



その“記憶”… 風化させない



「自らの身は自ら守る」

# 自助

連絡手段が途絶えたら、  
災害伝言ダイヤル171で  
お互いの状況が  
伝えられるんだよ。

日頃から、非常持ち出し品を  
用意しておく必要があるよね！  
例えば…懐中電灯や携帯ラジオ、  
薬や生活用品なんかが  
必要かなあ！

### 災害伝言ダイヤル

171

伝言録音は 伝言再生は

070 070

↓ 1 ↓ 2  
市外局番からの  
電話番号

食料品などは、  
災害支援を待つ間  
の数日間を自足する  
ためのもの。  
最低3日から7日間は  
自足できる量が  
必要ね！



家族で話し合しましょう！  
災害発生に備えて！

塀の倒れや  
崩れない道など  
安全な避難経路を確認しよう！  
離れ離れになっても  
避難所へ集まろう！



※イメージ

本市の  
指定避難所は…  
31か所

## 非常持ち出し品を確認しましょう！

- 食料品
  - 飲料水（1人1日あたり、3リットルが目安）
  - 救急箱
  - いつも飲んでいる薬
  - 衣類
  - 毛布
  - ヘルメット
  - 手ぶくろ
  - オムツ
  - 赤ちゃん用品
  - ナイフ
  - ロウソク
  - マッチ・ライター
  - ラジオ
  - 懐中電灯
  - 電池
  - 現金
  - 預金通帳
  - 印鑑
- にレ点を入れてください。

## さらなる自助が要求されます！

いつおきてもおかしくないといわれる、東海沖地震は、南海トラフ大地震と連動する可能性が高く、とても大きな被害が予想されています。



県内の被害想定は、最大震度6強、死者400名、負傷者6,000名、建物被害7,600棟とされ、本市の最大震度は、『6弱』となっています。



国では、自助・共助の重要性を強調



各家庭での備蓄を  
「3日」から「1週間」へ



「地域での助け合い」

# 共助

地域コミュニティの強化が  
最大の「災害への備え」



## 自主防災組織の必要性

「災害を防ぐ」・「災害を減らす」には、個人や家族だけでは限界があり、隣近所が集まって互いに協力しながら、『**組織的に取り組む防災活動**』が必要となっています。また、地域ごとに組織されている自主防災会は、地域の環境や住んでいる方を熟知しているため、地域に合った活動ができる利点があります。初期段階の応急対策や避難所の運営に自主防災組織の力は欠かせません。

現在、市内には**165**の自主防災会が結成されています。

しかし、現実には、活動が活発に行われている防災会が少なく、なかには防災訓練などを行っていない地域もあり、活動だけでなく組織そのものが衰退化してきています。



いま、取り組むべきこと…

①	自主防災組織台帳の整備 (組織の構成、規約、年間スケジュール、保有資機材など)
②	世帯台帳の作成 (世帯構成や人数、名前、年齢、血液型など)
③	人材台帳の作成 (防災会に所属する医師や看護師、水道、建築などの専門家)
④	要援護者台帳の作成 (災害弱者といわれる一人暮らしや、体の不自由な方)
⑤	防災マップの作成 (避難場所、避難経路、防災倉庫など)



## クローズアップ防災会 『御太刀第5自治会』

平成23年度から自主防災会の再編成に取り組んできました。自主防災会の組織図や住民が地域を歩き、主要施設、病院、消火栓、危険箇所や一時避難場所を記載した『防災マップ』を作成し、平成24年度には自治会独自の『自主防災倉庫』を購入して、食料の備蓄も始めています。



## 市も備蓄倉庫を設置

最寄りの備蓄倉庫を再確認！

笹子	旧笹子小学校
初狩	初狩小学校
真木	大月西小学校
花咲	総合福祉センター
大月	大月東小学校
浅利	市営浅利団地
畑倉	旧畑倉小学校
七保	七保小学校
瀬戸	旧瀬戸小学校
下和田・宮谷	総合クラウンド
小沢	猿橋公民館小沢分館
猿橋東	市営猿路団地
猿橋西	アツクメ団地
富浜	鳥沢小学校
梁川	自然学園高校

## 備蓄食糧等を活用しています

保管してある非常食・飲料水のうち、賞味期限の迫っているものは、入れ替えや処分経費の軽減と併せ、啓発を図る目的で、希望する団体等に無償で提供しています。

各地域で行っている防災訓練などにお役立てください。

## ↑提供できるもの↓

①乾パン ②クラッカー

③インスタント米 ④飲料水

自主防災会(自治会)・学校・事業所等の単位で、電話にて申し込みください。なお、在庫量により希望どおりお渡しできない場合があります。



## 情報伝達

### 防災行政無線

- ・188か所に設置しています。
- ・このうち10か所は、市役所へ連絡ができる装置となっています。

### 防災無線テレフォンサービス

放送を聞き漏らした時など、24時間以内の直近の内容が確認できるサービスです。

☎ (30) 0088

### おおつき防災安全メール

携帯メールやパソコンで、市の災害関連情報、防犯情報、緊急性の高い情報を配信するメールマガジンです。配信を受けるには登録が必要です。

携帯登録用  
QRコード



※登録方法がご不明な場合は、お問い合わせください

「本市の取り組み」

# 公助

### 衛星携帯電話

昨年、笹子、七保、梁川地区に衛星携帯電話を配備しました。災害で通常の電話が使用できなくなっても利用ができます。



市では、地域の防災力を高め、自主防災組織が元気になるよう、地域に出向く出前講座や知識を身につける講習会などで人材を育成する手助けをしています。関心のある方は、ご連絡ください。

## 人材育成

### 大月市出前講座

説明する担当職員（浅川集会所）



大月市防災計画の説明や防災啓発などを中心に講座を実施しています。

### 大月市防災リーダー養成講習会

応急担架を体験（消防署での実技）



防災に関する講義、応急手当・消火などの実技を実施しています。

※前回（第5期）までで、111名の方が修了

## 市総合防災訓練

家庭内で話し合いの上、参加を！

訓練は地震を想定し、防災行政無線で放送します。

訓練日：9月1日（日）

訓練開始時間	訓練内容
午前7時	東海地震に関連する調査情報発表
午前7時30分	東海地震注意情報発表
午前8時30分	東海地震予知情報が発表され、内閣総理大臣が警戒宣言を発令
午前8時35分	市内一斉に防災無線で放送し、サイレンを鳴らします
午前9時30分	大規模地震発生、防災無線で放送し、サイレンを鳴らします

## さっそく今日から

今年度は、自主防災会会長および自治会代表者が一堂に会する防災会議を7月28日（日）に開催しました。

今後とも地域間の連携を図るとともに、市と各組織間での情報の共有により強固な防災体制を築きたいと考えています。

この機会に、地域の防災力をもう一度見直し、大切な地域を自分たちの力で守りましょう。

問合せ 総務部 総務管理課

法制防災担当

☎ (23) 80008



⑤

①



⑥

②



⑦

③



⑧

④

第28回 国民文化祭・やまなし2013  
阿波踊りフェスティバル



15



12



9



16



13



10



17

- ① 絆粹きんすい
- ② 笹子追分人形あしごのりや
- ③ 南越谷阿波踊り選抜連
- ④ 写真展
- ⑤ あずま連
- ⑥ ⑫ 御太刀菊花連ぎょくはなれん
- ⑦ ⑭ 真木雄飛連まきゆうとせれん
- ⑧ 神明連
- ⑨ 式穂連しきほれん
- ⑩ ⑮ 藍吹雪あいふぶき
- ⑪ 山梨市八幡舞い歌隊やまなしはちまんまいかたい
- ⑬ 大月名店連おおいづななでんれん
- ⑭ フィナーレ
- ⑯ 阿波踊り国分寺連あはうどりくぶんじれん



14



11

8月3日には、第30回かがり火市民祭りと同時開催で、ストーリーバージョンが行われます。

こちらも本場徳島から「天水連」が特別参加します。

ぜひ、お楽しみに！

さらに、笹子追分人形と阿波踊りの共演も行われ、賑わいと穏やかさが折り重なり、観衆を盛り上げていました。

当日は、参加した市内5連、市外6連の計11連による熱い踊りが繰り広げられました。

特に徳島から特別参加した「藍吹雪」が舞台上に花を添え、場内は割れんばかりの大きな拍手につつまれました。

6月23日 (日)、市民会館において第28回国民文化祭・やまなし2013の大月市主催事業「阿波踊りフェスティバル」が行われました。

当日は、参加した市内5連、市外6連の計11連による熱い踊りが繰り広げられました。

特に徳島から特別参加した「藍吹雪」が舞台上に花を添え、場内は割れんばかりの大きな拍手につつまれました。



6月23日 (日)、市民会館において第28回国民文化祭・やまなし2013の大月市主催事業「阿波踊りフェスティバル」が行われました。

# 第47回 大月市文化祭

大月市文化祭を本年10月6日から市民会館において開催します。

「市民総参加の文化祭」をテーマに多くの皆さんのご参加、ご出展をお待ちしています。

なお、絵画・短歌・俳句・書道・水墨画・写真については、コンテスト形式になっていますので、特に文化協会各連盟に所属していない方々は、応募方法・申込締切等お問い合わせください。

**発表の部** 開催日 10月6日(日)～11月17日(日) 会場：市民会館大ホールほか

行事名	開催日時	申込期限	参加料	申込・問合せ
歌謡発表会	10月6日(日) 午前11時～	8月20日(火)	一人 5,000円	伊藤雅夫 ☎090-2417-5282 松島敏男 ☎090-2753-8466
三曲郡内演奏会	10月13日(日) 午前9時～	—	一曲 8,000円	石井永子 ☎(26)5818
吟道大会	10月20日(日) 午前9時30分～	9月15日(日) ～10月1日(火)	一般 1,000円	鈴木正昭 ☎(23)1717
茶会	11月3日(日) 午前10時～	裏千家・表千家不白流・洗茶席各社中	各社中一括	白須宗香 ☎(26)5518
民謡舞踊大会	11月3日(日) 午前11時～	10月10日(木)	1曲団体踊り 2,000円 個人踊り 3,000円から	新海洋子 ☎(23)0737
民謡発表会	11月4日(月・祝) 午前10時～	9月30日(月)	一般 2,000円	石井始天 ☎(22)0762
市民音楽祭	11月10日(日) 午後0時30分～	9月30日(月)	一般団体 5,000円	林 博之 ☎(22)4687
太鼓ふれあいコンサート	11月17日(日) 午後2時～	9月30日(月)	無料	知見辰巳 ☎(22)6440

**競技の部** 会場：市民会館4階会議室・和室

行事名	開催日時	申込期限	参加料	申込・問合せ
囲碁大会	10月13日(日) 午前9時～	10月3日(木)	一般 1,000円 学生 500円	往復はがきで申込み 大月2-15-11 磯田善行 ☎(22)1681
将棋大会	10月27日(日) 午前8時30分～	当日 午前8時30分～9時10分	一般 1,500円 学生 500円	小林敬三 ☎(26)5204

**展示の部** 開催日 10月31日(木)～11月4日(月・祝) ※市民会館各会場

行事名	会場	申込期限	参加料	申込・問合せ
美術展	2階ギャラリー	10月16日(水) ～19日(土)	無料	大窪和美 ☎(22)1342
短歌展	3階控え室および廊下	9月1日(日) ～30日(月)	一般 500円 学生無料	花田規矩男 ☎(23)0660
俳句展	3階控え室および廊下	ジュニアの部 9月30日(月) (※小中学校を通じて) 一般の部 8月20日(火) ～9月20日(金) (※市内在住俳句愛好者)	無料	中村照子 ☎080-5690-5215
書道展	3階講堂	学生の部(小中学校) 10月10日(木) 高校・一般の部 10月28日(月)	一般のみ 1,000円 学生無料	望月大歌 ☎(22)0481 望月子歌 ☎090-5095-0819
水墨画展	4階視聴覚室	9月20日(金)	一般 1,000円	天野安雄 ☎(22)2709
陶芸展	4階視聴覚室	10月20日(日)	無料	鈴木セツ子 ☎080-5032-6222
写真展	4階会議室	10月10日(木)	無料	高津秀俊 ☎090-9823-4551
手工芸展	1階展示室 3階写場 4階ロビー 研修室 児童室	10月10日(木)	無料	石井一枝 ☎(22)0762

問合せ 大月市文化協会事務局 (市民会館内) ☎(22)4811

事務局小林 ☎090-8319-2503 社会教育課 社会教育担当 ☎(23)8050

# 浄化槽は維持管理を適切に！

浄化槽は、生活排水やし尿を微生物の働きできれいにしています。そのため維持管理を適切に行わないと、浄化槽の機能が十分に発揮できず、放流水の水質が悪化したり、悪臭が発生してしまうこととなります。

浄化槽管理者（設置者）には、「保守点検」「清掃」「法定検査」の3つの定期的な維持管理が浄化槽法で義務付けられています。

## 保守点検

4か月に1回以上実施

※正常な機能を維持するための機器類の調整や消毒薬の補充など

## 清掃

年に1回以上

※処理機能を低下させないための汚泥などの引き抜き、機器類の洗浄や清掃

## 法定検査

検査の種類	受検回数	検査手数料
水質検査 (1年目のみ)	使用開始後 3～8か月以内	10人槽以下 8,000円
		11～50人槽 10,000円
定期検査 (2年目以降)	毎年1回	10人槽以下 4,000円
		11～50人槽 6,000円

処理方法・対象人数によって回数は異なります

処理方法・対象人数によって回数は異なります

申込先：「一般社団法人山梨県浄化槽協会」  
055-288-1132

保守点検は県知事の登録を受けた業者、清掃は市の許可を受けた業者に依頼してください。

【保守点検・清掃】  
最寄りの業者一覧  
(地域順)

No	業者名	住所	電話番号
1	(有) 大都留清掃社	大月町花咲 1137-10	☎(22) 1 5 4 3
2	(株) 中央浄化槽管理センター	猿橋町小沢 1590	☎(23) 1 3 2 3
3	(有) 大月衛生社	富浜町宮谷 311-1	☎(23) 0 8 6 6
4	環境管理開発 (株)	都留市四日市場 23-1	☎(43) 2 4 7 1

## 合併処理浄化槽補助事業

合併処理浄化槽とは…水洗トイレ、台所や風呂などの生活排水を同時に浄化する装置です。

### ●対象地域

下水道事業計画の認可区域外（詳細は、要問合せ）

### ●補助対象者

①市内に住所を有する方（住宅の建築により市内に住所を有する予定の方を含む。）

②対象地域で50人槽以下の浄化槽を専用住宅に設置しようとする方、または設置した新築の専用住宅を取得した方

※専用住宅…主に居住の用に供する建物または延べ床面積の2分の1以上を居住の用に供する建物

③浄化槽法第5条第1項の規定による届出をした方、または建築基準法第6条第1項の規定による確認済証の交付を受けた方

### ●対象としない場合

①販売、または賃貸の目的で浄化槽付き住宅等を建築する方

②専用住宅または土地の借受人で浄化槽の設置に関して貸付人の承諾が得られない方

③市税等を滞納している方

### ●補助金額（人槽ごとに次の金額を限度）

浄化槽区分	限度額
5人槽	33万2,000円
6～7人槽	41万4,000円
8人槽以上	54万8,000円

### ●注意事項

①必ず、工事着工前に申請してください。

②浄化槽設置後は、保守点検、清掃、法定検査を必ず実施してください。

※下水道事業計画の認可区域内において、まだ整備されていない地区にお住まいの方には、別補助あり



# 信頼し愛！支え愛！—それが、これからの病院—



## 総合診療科の開設

総合診療科は、特定の臓器だけではなく全身を診る（身体的なこと以外に精神的、社会的背景も考える）ところです。もちろん初めから病気がわかっている場合は、該当する診療科（専門医）でいいわけですが、まだどこが悪いのかわからないので相談したい場合など力になります。

また、病気の予防も大切な務めと考えているため、年代ごとの病気の危険度を評価して、必要な対応を行います。当院では、市民の皆さんのための健診事業も重点的に実施していますので、積極的に健診をお受けください。

さらに、寝たきりにならないように骨粗しょう症の予防、認知症の早期発見、最近増えている中年喫煙者のCOPD（肺気腫）のための診察検査などの相談を受けられます。その上で専門医への紹介、ほかの医療機関や介護施設・行政の保健福祉との連携などを行い、皆さんの健康な暮らしを支援していきます。

今春、厚生労働省では、総合診療科（医）を新たな専門家（医）として承認した上で、育成する方針を打ち出しました。当院では、これから総合診療医の育成にも力を注いでいきます。



## 総合診療科医師の紹介



### 野村 馨 医師

東京女子医科大学病院 総合診療科 前教授  
大月市立中央病院 総合診療科医 療養病棟担当医  
臨床研修センターを立ち上げ、医学・薬学・看護学生の実習・研修医の初期研修・医療従事者の生涯教育に尽力  
詳細は、病院ホームページ「臨床研修センター」をご覧ください。

URL [http://www.city.otsuki.yamanashi.jp/shiritsubyouin/otsuki\\_rinshoukenshu\\_centar.html](http://www.city.otsuki.yamanashi.jp/shiritsubyouin/otsuki_rinshoukenshu_centar.html)



## お薬の正しい飲み方・使い方①

Q.) 薬を飲む時間は？

A.) 薬はそれぞれ定められた時間に飲まないと効果が現れないことや、副作用を生じることがあります。必ず、定められた時間に飲みましょう。

薬の服用についての指示のうち、食前、食後、食間とは次のタイミングをいいます。

食前：胃の中に食べ物が入っていないとき。  
（食事の1時間～30分前）

食後：胃の中に食べ物が入っているとき。  
（食事の後30分以内）

食間：食事と食事の間のこと、食後の2時間後が目安です。食事中に服用することではありません。



## 進む建設の様子

（昨年11月着工）

6月末現在の写真 進捗率13.0%  
「2階立上躯体工事」



# 大月市立中央病院 8月 診療予定表

●**受付時間** 平 日 午前8時30分～11時30分  
午後1時30分～4時  
土曜日 午前8時30分～11時  
●**休診日** 日曜日・祝日・祭日  
●**問 合** 医療連携担当 ☎(22)1251

★**診療開始・受付終了時間**  
**変更のお知らせ**  
【眼科】14日(水)・21日(水)・30日(金)  
診療開始 午前10時～  
受付終了 午前10時30分

★**休診のお知らせ** 【産婦人科】16日(金)・27日(火) 【総合診療】23日(金) 【神経内科】16日(金)  
【メンタルヘルス】27日(火) 【耳鼻咽喉科】10日(土) 【小児科】毎週水曜日

		月		火		水		木		金		土		
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
内科	予約外診療	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		
	総合診療			●						●				
	呼吸器	●	●			●	●	●	●			●		
	循環器			●	●	●		●	● (予約)	●				
	消化器	●					●						●	
	脳・神経		● (予約)								●	●		
	腎・高血圧	●									●	●		
	血液			●	●				●	●				
	内分泌					●								
	糖尿病					●	●							
	メンタルヘルスケア・禁煙外来				●									
小児科	●	●	●	●				●	●	●	●			
外科	●		●		●			●		●#1				
整形外科	休 診													
脳神経外科									●					
泌尿器科					●	●				●	●			
産婦人科			●	●	●	●				●	●			
眼科	●				●	●				●	●#2			
耳鼻咽喉科			●	●							●		●	
皮膚科		●												
放射線科		●						●						
内視鏡	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●			

#1：第3は午後診療のみ #2：第3午後は予約のみ  
 ※小児科からのお知らせ 6月より、病院内での感染を避けるため、予防接種優先時間を設けています。  
 【接種優先時間帯】(月～金曜日の午後2時～2時30分)  
 火曜日午後(6日、13日、20日)に「禁煙外来」を行います。  
 ※内科からのお知らせ 麻疹、風疹(MR)の予防接種の予約については、まずお問い合わせください。  
 ※予防接種の予約 その他の予防接種は、2日前までにご予約ください。(詳細は、医事担当まで)  
 ※平成25年5月より、内科の月曜日・金曜日の午後は、予約外診療が可能となりました。  
 ※診療予定が変更になる場合がありますので、受付(初診窓口)にお問い合わせください。

☆ご家庭で目の届くところに貼ってご利用ください。看護師募集中です。ご連絡をお待ちしています。

## ● 6月25日執行（指名競争入札）

工事等の名称	工事等の場所	工事期間等	落札業者名	落札額（円）	予定価格（円）	入札参加業者名（五十音順）
管渠布設工事の2 (19, 21 処理分区)	御大刀一丁目 地内	H25.6.27～ H25.11.23	澤田屋建設株式会社	33,200,000	33,950,000	天野工業株式会社 株 藤原組 澤田屋建設株式会社 株 藤原建設 日本道路建設株式会社
市道仲山2号線ほか道路 測量設計業務委託	駒橋一丁目 地内外	H25.6.27～ H25.10.24	株 テック・ エンジニア	2,400,000	2,580,000	株 OMT 株 シティー計画 第一測量株式会社 株 テック・エンジニア パイロット測量設計株式会社 株 富士測量
大月短期中学校舎新増 改築事業基本設計業務 委託	御大刀一丁目 16番2号	H25.6.27～ H26.3.28	総合建築設計 事務所	9,400,000	9,596,000	株 進藤設計事務所 総合建築設計事務所 株 馬場設計 株 山形一級建築士事務所
大月市立大月東小学校 校舎・体育館建設事業 実施設計業務委託	大月二丁目 7番43号他	H25.6.27～ H26.3.25	株 山形一級 建築士事務所	29,900,000	30,706,000	株 進藤設計事務所 総合建築設計事務所 株 馬場設計 株 山形一級建築士事務所
大月東小学校放課後児童 クラブ1・2 建設工 事設計業務委託	大月二丁目 6番32号	H25.6.27～ H25.9.30	株 山形一級 建築士事務所	2,300,000	2,349,000	株 進藤設計事務所 総合建築設計事務所 株 馬場設計 株 山形一級建築士事務所
平成25年度 特殊建築 物（市営住宅）定期調 査報告業務委託	浅利団地 5 号棟他 16棟	H25.6.27～ H25.10.31	株 進藤設計 事務所	9,350,000	9,435,000	株 両宮建築設計事務所 株 進藤設計事務所 総合建築設計事務所 株 馬場設計 株 山形一級建築士事務所
平成25年度 特殊建築 物（保育所）定期調 査報告業務委託	初狩・富浜・ 瀬戸保育所	H25.6.27～ H25.10.24	小林ホーム 企画株式会社	750,000	760,000	A L P H A 一級建築士事務所アミューズ ・コストラクション 小林ホーム企画株式 二級設計一級建築士事務所
平成25年度地籍調査 事業 D・E・F・I・ F II - 1 工程業務委託	御大刀一・二 丁目および駒 橋一・二丁目 の各一部	H25.6.27～ H26.3.25	株 テック・ エンジニア	27,000,000	28,887,000	株 アトラス測量 株 OMT 第一測量株式会社 株 テック・エンジニア 陸地測量株式会社
平成25年度 自動車騒 音常時監視業務委託	笹子町黒野田 268 地先、他 2 地点	H25.6.27～ H26.2.28	株 メイキョー	950,000	1,450,000	甲府タカヤマ環境計量株式会社 株 静環検査センター 株 メイキョー 株 山梨県環境科学検査センター
平成25年度 大月市公 共用水域（河川）水質 調査業務委託	笹子川初狩地 内他	H25.6.27～ H26.3.15	株 メイキョー	800,000	857,000	甲府タカヤマ環境計量株式会社 株 静環検査センター 株 メイキョー 株 山梨県環境科学検査センター
消防ポンプ自動車（C D - 1 型）購入	消防本部	H26.3.31	南中村ポンプ 工作所	34,800,000	35,000,000	南井出デパリ商店 三和防災株式会社 東八防災株式会社 東ポン商会 南中村ポンプ工作所
小型動力ポンプ付軽積 載車（3台）購入	消防本部	H25.11.29	東八防災株式会社	15,850,000	16,500,000	南井出デパリ商店 三和防災株式会社 東八防災株式会社 東ポン商会 南中村ポンプ工作所

※落札額、予定価格は税抜き価格です

第40回山梨県消防救助技術大会  
(ロープブリッジ渡過)

第1位 小俣茂雄消防副士長

現在、8月22日に広島県で  
開催される全国大会に向けて、  
厳しい訓練に励んでいます。※ロープブリッジ渡過部門とは…  
横に張った20mのロープを身体  
だけで往復し、時間を競う競技です。

ロープを使った訓練



ボートを使った訓練

7月10日（水）、桂川において市消防署員による急流水難救助訓練が行われました。

これは、近年多発するゲリラ豪雨や、台風の発生に伴う増水などを想定した実践訓練で、河川の危険性を認識するとともに、隊員間の連携体制の確立および新しい救助技術や知識の習得を目的に実施されたものです。こうした署員の日々の訓練が、万が一に備えて非常に重要となります。

プラス  
表紙

水難事故に備えて・・・



## 市制施行59周年記念式典

市民の皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 8月8日(木) 午前10時  
場所 市民会館 大ホール  
問合せ 秘書広報課 秘書担当  
☎(23)80004

児童扶養手当の現況届・ひとり親家庭医療費の受給資格申請書を提出してください

申込期限 8月30日(金)  
(土、日を除く)

※対象者には市から書類を送付(支給停止者を含む)  
※提出がない場合は、支給停止や資格喪失となる場合があります  
申込・問合せ 福祉課 子育て支援担当  
☎(23)80032

## 大月市シルバーお出かけバス&障害者お出かけバスの申請

対象 4月1日以降に65歳になつた方や、未申請の方など

申込期限 8月20日(火)  
申込・問合せ 福祉課  
福祉総務担当 ☎(23)80030  
障害者支援担当 ☎(23)80031

## 献血のお知らせ

日時 8月15日(木)  
午前10時～11時30分  
午後0時30分～3時

場所 大月東小学校 校庭  
問合せ 保健介護課 健康増進担当  
☎(23)80038

## 乳がん・子宮がんバス検診

まだ、受診をされていない方は、ぜひ受診をしてください。  
(年齢：平成26年3月31日現在)

●乳がんバス健診  
日程・定員(各先着順)  
8月17日(土) 20名  
12月20日(金) 100名

## 対象・費用

①20歳～39歳以下、または生まれ年が和暦偶数年の40歳～59歳までの方(600円)  
②40歳～49歳の生まれ年が和暦奇

数年の方(1,000円)

③50歳～59歳の生まれ年が和暦奇数年の方(700円)

内容 ①視触診と超音波  
※乳がん無料クーポン券をお持ちの方は基本的にマンモグラフィとなります。  
②③視触診とマンモグラフィ

## ●子宮がんバス健診

日程・定員(各先着順)  
8月22日(木)・10月1日(火) 各60名  
対象・費用 20歳～59歳までの方(400円)

内容 問診、細胞診検査など  
●共通事項  
場所 市民会館  
申込方法 電話・窓口

※無料クーポン券をお持ちの方は費用はかかりません。  
※当日託児あり(申込時に要相談)  
申込・問合せ 保健介護課 健康増進担当  
☎(23)80038

## 9月10日は「屋外広告の日」

県では、市町村や民間事業者等と協力して「屋外広告の日・一斉活動」を実施し、制度のPR活動や違反広告物の簡易除却を行います。

す。ルールに沿った良好な屋外広告物の表示に皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※詳細は、県ホームページ要確認  
問合せ 県富士・東部建設事務所 都市計画・建築課都市計画担当  
☎(22)7836

## 家庭での食中毒予防

食中毒は家庭でも発生します。予防のポイントを確認し、安心安全な食生活を送りましょう。

予防のポイント  
①食品の購入：生鮮食品は最後に買い、寄り道せずに帰る。帰つたらすぐ冷蔵庫に。  
②家庭での保存：冷蔵庫の詰めすぎに注意。  
③下準備：こまめに手を洗い、調理器具は洗浄・消毒する。解凍は冷蔵庫や電子レンジで。  
④調理：加熱は十分に。(75℃以上および1分以上)

⑤食事：室温放置はしない。  
⑥残った食品：小分けして冷蔵保存し、温め直しは十分に加熱を。

問合せ 県富士・東部 保健福祉事務所 衛生課  
☎0555-24-9033

インフォメーション

募集

イベント・教室

相談

みんなの掲示板

気象庁の特別警報が始まります

特別警報：警報の発表基準をはるかに超える現象によって、重大な災害の起こるおそれが著しく大きい場合に発表します。

例

・「東日本大震災」における津波（2011年）

・平成23年台風第15号」による豪雨（2011年）

・三宅島の噴火（2000年）

発表されたら…避難所へ避難するか、すでに外出することが危険な場合は、家の中で安全な場所に留まるなど、身を守るために最善を尽くしてください。

問合せ 気象庁甲府地方気象台

☎055-222-9101 防災業務課

路線バスの夏季ダイヤについて

次の日程は、休日ダイヤで運行しますので、ご注意ください。

日程

8月6日（火）～18日（日）

対象 市内全路線

問合せ 富士急山梨バス大月営業所

☎(22)6600

企画財政課 企画担当

☎(23)8011



アジア国際子ども映画祭（関東ブロック大会）出品作品募集

対象 小・中学生、高校生およびそれらの年齢に相当する個人またはグループ

テーマ 「いじめ」

内容 ホームビデオで撮影した3分間の作品で未公開のもの

申込方法 作品に応募用紙を添えて、窓口または郵送にて提出

申込期限 8月30日（金）

※詳細は、電話またはホームページにて要確認

申込・問合せ

学校教育課 教育総務担当

☎(23)8048

URL

<http://www.city.otsuki.yamanashi.jp/kosodate/gakku/>

[asia\\_kokusai\\_kodomoeigasai.html](http://asia_kokusai_kodomoeigasai.html)

大月短期大学特別聴講生（後期）

日程 9月20日（金）

～平成26年1月22日（水）

対象 授業を理解する能力を有すると認められる18歳以上の市内在住または市内在勤者

受講費 無料（教材費、実習費別）

申込方法 窓口（※要印鑑）

申込期限 8月20日（火）

申込・問合せ 大月短期大学事務局

☎(22)5611

市営住宅入居募集

随時、募集しています。

●公営住宅

現在、次の6団地に空室があります。

- ・ 恋路団地
- ・ 石動団地
- ・ アツクメ団地
- ・ 浅利団地
- ・ 畑倉団地
- ・ 岩殿団地

●特定公共賃貸住宅

花咲団地の2部屋が空室です。

※空室状況は、要問合せ

申込・問合せ 建設課 住宅担当

☎(20)1852

大月駅前広場タクシー待機場・バス乗降場の使用者募集

資格

●タクシー待機場

市内に本社営業所を有する一般乗用旅客自動車運送業（道路運送法第3条第1号に掲げる運送事業）を営营する方

●バス乗降場

一般乗合旅客自動車運送事業および一般貸切旅客自動車運送事業（道路運送法第3条第1号に掲げる運送事業）を営营する方

申込期間

8月5日（月）～9月4日（水）

申込方法 窓口

その他（添付書類）

- ・ 本社または営業所設置許可書の写し
- ・ 車検登録証の写し
- ・ 運行計画書

（バス乗降場の使用申請のみ）

・ その他必要と認める書類

申込・問合せ

建設課 維持管理担当

☎(20)1839

## 警察官採用試験

申込期限 8月23日(金)

※インターネットでの申込期限は、8月16日(金)まで

## ●警察官A

(男性・女性・男性武道指導)

年齢 昭和58年4月2日以降に生まれた方

学歴 学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した者、もしくは平成26年3月卒業見込みの者、または人事委員会がこれと同等以上の学力があると認める者

※男性武道指導は、別に要件あり

●警察官B (男性・女性)

年齢 昭和58年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方

学歴 警察官Aの学歴要件に該当しない方

第1次試験日 9月22日(日)

※詳細は、大月警察署・交番、駐在所まで要問合せ

問合 大月警察署 警務課  
☎(22)0110

## 産業技術短期大学校(都留)

●能力開発講座 10月開催予定

①接遇・応対のための英会話

②パワーポイント

(プレゼンテーション)

インフォメーション

※定員あり・先着順

※都合により変更・中止あり

※詳細は、チラシ、ホームページまたは電話で要確認

申込・問合せ

県立産業技術短期大学校

都留キャンパス

☎(43)8911

URL

<http://www.pref.yamanashi.jp/santandai/index.html>

## 山梨職業訓練支援センター

●公共職業訓練受講者募集 (各コース)

①テクニカルオペレーション科

②金属加工科 ③電気設備科

④建築CADサービス科

日程 10月3日(木)

平成26年3月28日(金)

対象 再就職に必要な、ものづくりの技術を身につけたい方

定員 ①③④各18名 ②15名

受講費 無料(テキスト代別)

申込期限 9月4日(水)

申込 住所または居所を管轄する

ハローワーク

問合 山梨職業訓練支援センター

☎055-242-3066

募集

イベント・教室

相談

みんなの掲示板



## 子ども家庭総合支援センター

からのイベント案内

### ①児童館夏祭り

日時 8月22日(木)

午前10時～11時30分

対象 市内在住の児童

内容 わなげゲーム、お楽しみコーナー、母親クラブからの出店など(※各有料・小銭を用意)

### ②親子遊び

日時 8月28日(水)

午前10時～11時30分

対象 0歳～未就学児

定員 20組(要予約)

内容 手遊び・パネルシアターなど

持ち物 子どもの身の回り品

(着替え・おむつ・ミルク)

### ③お誕生会

日時 8月30日(金)

午前11時～11時30分

対象 8月生まれの

0歳～未就学児

定員 10組(要予約)

内容 手遊び・うた・パネルシアター・お誕生カードプレゼントなど

持ち物 子どもの身の回り品

### ④チャリティー人形劇

日時 9月7日(土)

午前10時30分～11時30分

対象 市内在住の親子

定員 30組(要予約)

内容 「おむすびころりん」

(劇団さんりんしゃ)

参加費 1組200円

※参加費は、赤い羽根共同募金に寄付します。

主催 児童館母親クラブ

持ち物 子どもの身の回り品

### ●共通事項

場所 市総合福祉センター

① 2階児童館前フロア

②③ 2階児童館

④ 4階保健センター

申込開始

②③④8月5日(月)午前9時

申込・問合せ 子ども家庭総合支援センター

☎(23)1152

サッカー教室

日時 9月8日(日)

午後3時30分(2時間程度)

場所 市勤労青年センター

講師 ヴァンフォーレ甲府・市サッカー協会

対象 幼児(年中)〜小学2年生

※市内在住者

定員 50名程度(先着順)

持ち物 体育館シューズ、タオル、飲み物

申込・問合せ

社会教育課スポーツ振興担当

☎(23)8051

第12回平和を願う朗読会

日時 8月4日(日)

午後2時〜4時

場所 図書館2階映像ホール

内容 「原爆詩集」、「言葉で伝える大月空襲・八月十三日」などを朗読ボランティア「如月の会」が朗読。

参加費 無料

問合せ 「如月の会」 平嶋昭子

☎(23)1976

市立図書館 ☎(22)4815

第19回 大月空襲 戦争と平和展

日時 8月9日(金)

午前9時〜午後8時

8月10日(土)

午前9時〜午後3時

場所 市民会館1階ロビーほか

内容

●常設展示

・大月空襲、戦時中の生活、上野原上空の戦闘の資料、小中学生の作品など

●特別展示

・東日本大震災被災地に関わる展示など

●8月9日(金)

・大月空襲遺跡ハイク(午前)

・戦時中の食事再現(昼)

・平和を考えるアニメ映画上映(午後)など

●8月10日(土)

・絵本の読み聞かせ(午前)

・平和を考えるアニメ映画上映(午前)など

主催 大月市平和を考える会

大月空襲戦争と平和実行委員会

後援 大月市教育委員会

大月市PTA連合会ほか

※入場無料

問合せ 北都留教育会館

☎(22)1811

ぴゅあ富士からのお知らせ

夏休み子ども体験教室

「手すきハガキ作りに挑戦」

日時 8月8日(木)

午前10時〜正午

場所 ぴゅあ富士 工芸美術室

内容 牛乳パックを再利用して手すきハガキ作り

講師 パルシステム山梨スタッフ

定員 20名

参加費 無料

持ち物 エプロン、ハガキに入れたいもの(シール、押し花など)

申込・問合せ

県立男女共同参画推進センター・ぴゅあ富士(都留市中央3-9-3)

☎(45)1666

山梨県自殺予防推進大会

日時 9月10日(火)

午後1時30分〜4時20分

場所 県立文学館

(甲府市貢川1-5-35)

テーマ 「自殺予防活動の継続、定着そして広がりへ」

内容

・講演 講師：高橋康弘氏(秋田大学国際課長兼危機管理調整役)

・民間団体の活動紹介

有料広告

多摩湯流 小菅の湯

お肌つるつる美人の湯です  
腰痛、神経痛によく効くよ

大月市在住の方は身分証明書の提示で、  
300円 の村民料金にてご入浴いただけます。  
(通常3時間600円) レンタルタオル等は別料金です。

営業時間 午前10時〜午後7時(受付は午後6時まで)

定休日 4月〜11月 第4金曜日 住所：小菅村3445番地  
12月〜 3月 毎週金曜日 電話：0428-87-0888



申込方法 電話・FAX  
※お住まいの市町村、氏名、参加人数、開催を知った媒体をお知らせください。

申込期限 8月30日(金)

申込・問合せ 県福祉保健部 障害福祉課 心の健康担当  
☎055-223-1495  
FAX055-223-1464

## 富士北麓公園 秋期スポーツ教室

★ 8回1期の開催★

教室名	時間	曜日	日程	参加費	定員	会場	内容
ビューティー ベルヴィス R	10:00 ～11:30	火	9/3・10・17・24 10/1・8・15・29	4,000円 / 月期	20名	富士北麓公園 体育館	全身を動かす事で骨盤調整を行い、楽しみながら正しい姿勢に。ダイエット効果も抜群です。
ピラティス	19:30 ～21:00	水	9/4・11・18・25 10/2・9・16・30	4,000円 / 月期	20名		身体の深部の筋肉を意識しながら、姿勢改善・健康保持など様々な悩みの解決を目的とします。
ベーシックヨガ (昼コース)	10:00 ～11:30	木	9/5・12・19・26 10/3・10・17・31	4,000円 / 月期	40名		呼吸と瞑想を通じて身体のバランスを整え、心身共にリラックスした健康的な身体づくり。
ベーシックヨガ (夜コース)	20:00 ～21:30	金	9/6・13・20・27 10/4・11・18 11/1	4,000円 / 月期	20名		

★ 1日単位で開催される教室★

教室名	時間	曜日	日程	参加費	定員	会場	内容
エンジョイ グランド ゴルフ	10:00 ～11:30	火	9/10・17・24 10/1・15・22・29	300円 / 回	20名	富士北麓公園 陸上競技場他	誰もが気軽に参加でき、設定されたコースを回ります。

**対象** 一般男女 18歳以上（ただし高校生は不可）  
**申込開始** 8月1日（木）午前9時～午後5時 ※先着順  
**申込方法** 電話・窓口 ※一人で複数人の申し込みは不可  
**必要事項** 氏名、年齢、性別、住所、電話番号他  
**申込・問合せ** 山梨県体育協会 富士北麓公園管理事務所（富士吉田市上吉田立石5000）  
 ☎0555-24-3651

県環境科学研究所からのお知らせ  
 もりのおはなしかい  
 ～絵本読みかかせ～

**日時** 8月18日（日）  
 午前10時30分／午後2時  
 （1回約40分）

**場所** 県環境科学研究所  
**対象** 幼児から小学校低学年  
 （対象外の方も参加可）

**定員** なし

**参加費** 無料

**内容** 自然や環境に関する絵本の読み聞かせやゲームなど  
**問合せ** 県環境科学研究所  
 環境教育・情報担当

☎0555-72-6202

桂川ウェルネスパーク  
 からのお知らせ

①「里山あそび倶楽部」

**日時** 8月10日（土）  
 午後1時～3時

**内容** 里山の森の木々を使ったクラフト体験や、薪を使ってピザや木の実パン作り。今回は「木を使ってクラフト昆虫作り」

②ハーフ Cafe

**日時** 8月8日（木）  
 午前11時～正午  
**内容** ハーフの簡単調理やクラブ

トをしながらハーフティーを楽しむ。今月は「さわやかミントシロップ作り」

③ウェルネス夏まつり  
**日時** 8月23日（金）  
 午前11時～午後5時

**内容** 里山の自然や風土を活かした催し。流しそうめん、清涼クラフトブース、物産ブースなど

④水草メダカ倶楽部第5回  
**日時** 8月17日（土）  
 午後1時～3時

**内容** 水辺の植物と生きものを身近に楽しむ。今月のテーマは「メダカの不思議・水草の不思議」

●共通事項

**対象** ①②③④どなたでも

**定員** ①④15名（予約制）

②20名（先着順）③なし

**参加費** ①1人100円③300円

②1人300円 ③無料

④1人500円

**申込・問合せ**

桂川ウェルネスパーク 加藤  
 ☎2030808

✉info@wellnesspark.jp

インフォメーション

募集

イベント・教室

相談

みんなの掲示板

# 相 そう 談 だ ん

## ●消費生活相談

訪問販売の勧誘を止めてくれる？

高齢の女性が、金融機関で大金を引き出していった。どうしたのか聞いたところ、公的機関を名乗る男性が自宅を訪ねてきて、「あなたは過去に色々な業者から寝具を購入しているため、今後も勧誘が続く。訪問販売業者が来ないように手続きするのに、費用として150万円必要」と言われ、現金を下ろしてきたということだった。この後その男性が自宅にお金を取りに来ると言っている。

○実際に手数料を支払われたり、別の商品を売りつけられたりして、二次被害が発生しています。○お金を要求された場合、決して信用してはいけません。

○不審に感じたら、すぐに警察署などに相談してください。

## ●消費生活相談（電話・面談）

市役所で相談員が相談に応じしています。（P23のカレンダー参照）

問合せ 山梨県民生活センター

地方相談室 ☎(45)5038

市民課生活環境担当 ☎(23)8023

## みんなの掲示板

日=日時、日程 練=練習日 場=場所 内=内容  
対=対象者 定=定員 参=参加料、会費 主=主催  
持=持ち物 申=申込方法 問=問合せ先 他=その他

### 選手を紹介します

①第2回関東少年少女空手道選手権大会結果  
6月30日に山梨県小瀬スポーツ公園武道館で開催された大会の結果です。

小学2年男子形の部  
第2位 中原琉空（七保小）  
小学5年女子形の部  
第5位 知見帆乃佳（猿橋小）  
小学6年男子形の部  
第3位 中原彪（七保小）

②第53回空手道糸東会全国選手権大会出場  
小学2年

男子形と組手の部 中原琉空（七保小）  
男子形と組手の部 金澤臣咲（七保小）  
男子形の部 知見光留（猿橋小）

小学3年  
女子形と組手の部 西室沙来（猿橋小）  
男子形の部 橋本拓海（猿橋小）

小学4年 男子形の部 村田斗唯（猿橋小）

小学5年  
女子形と組手の部 知見帆乃佳（猿橋小）

小学6年  
男子形の部 中原彪（七保小）

男子形と組手の部 伊藤恵人（猿橋小）

男子形の部 金澤七星（七保小）

男子形の部 上條裕哉（七保小）

高校2年  
男子形の部 村田望留（山梨学院高校）

■日=8月3日（土）・4日（日）

■場=大阪市中央体育館  
■問=砥石館空手道スポーツ少年団 村田  
☎090-9964-3138

## シオジ森の学校 参加者募集

【生原先生と歩くシオジの森】

■日=8月18日（日）午前9時～午後3時  
天候不順の場合は、9月15日（日）

■内=シオジ研究の第一人者、生原喜久雄先生と、小金沢シオジの森を歩く

■対=3時間程度山道を歩ける方

■定=20名

■参=300円（資料代・保険料）当日集金

■持=長袖・長ズボン・帽子・手袋・運動靴・雨具・弁当・水など

■集合場所=大峠（国道20号線真木入口から車で30分程度）

※児童の参加者は大月駅から送迎あり

■申込期限=8月10日（土）

■申=メールまたはハガキ

※住所、氏名、電話番号を明記

〒401-0013 大月2-12-29

シオジ森の学校事務局 山田

shioji@seijitsudo.com



有 料 広 告

## ケアハウス サンテいちのみや 入居者募集

### サンテいちのみやの特徴

- ・60歳以上の3食付高齢者専用住宅です。（ご夫婦部屋あり）
- ・県の補助金による低料金の施設です。（※ご本人の年収による）
- ・介護が必要な方でも複合的なサービスをご提供できます。

※入居に関してのご相談は遠慮なく下記までお問合せください。

〒405-0052 山梨県笛吹市南野呂422-1  
社会福祉法人 幸徳会 ケアハウス サンテいちのみや  
TEL0553-47-3181 FAX0553-47-3148

## ちょっと増やせる「付加年金」をご存じですか

付加年金とは、定額保険料にプラスして納めると、老齢基礎年金に上乘せされる年金です。

### ■付加保険料と付加年金の額

付加保険料は月額400円です。支給される付加年金の年額は、「200円×付加保険料を納めた月数」の式で計算されます。

- 例)
- 納める額…付加保険料を1年間納めると  
12カ月×400円=4,800円
  - 受け取る額…65歳から老齢基礎年金といっしょに付加年金を受給すると  
12カ月×200円=2,400円(年額)
- ※付加年金を2年間受給すると、納めた付加保険料の額と同額になります。  
2,400円(年額)×2年=4,800円

なお、付加年金は老齢基礎年金といっしょに支給されるため、繰上げて受給すると本体の老齢基礎年金と同じ割合で減額され、また繰下げて受給すると同様に増額されます。

ただし、物価の上下に対応した「物価スライド制度」はありません。

### ■付加保険料を納められる方

- ①自営業者・農業者とその家族など国民年金の第一号被保険者の方
- ②国民年金に任意加入している65歳未満の方

付加保険料の手続きは、市民課国保年金担当または大月年金事務所へお問い合わせください。

## 国保・高齢者医療

### ★高齢受給者証をお持ちの方へ

国民健康保険に加入している70歳から74歳の方は、8月1日を基準日として負担割合の見直しを行い、新しい「高齢受給者証」を送付しました。

まずは、お手元に届いた受給者証に記載されている内容を確認してください。

医療機関にかかるときには、受給者証に皆さんの負担割合が記載されていますので、保険証と一緒に医療機関に、必ず提示してください。

### ★負担割合が3割の方のうち、次の①から③に該当する場合は、申請をして認められると2割負担(平成26年3月31までは1割)に軽減されます。

・負担割合が3割の方(現役並み所得者)とは…

70歳から74歳の国保加入者のうち、住民税課税所得が1人でも145万円以上の方がいる世帯の方負担割合軽減の対象(申請が必要です。)

- ①70歳から74歳の国保加入者が1人の場合で、収入が383万円未満
- ②70歳から74歳の国保加入者の1人の収入が383万円以上の世帯でも、75歳以上の方との収入の合計が520万円未満
- ③70歳から74歳の国保加入者が2人以上いる世帯で、収入の合計が520万円未満

※対象の方には、通知をしてあります。

詳しくは、市民課国保年金担当へお問い合わせください。

保険証と一緒に保管し、なくさないよう大切に取り扱いましょう。

問合せ 市民課 国保年金担当 ☎(23) 8 0 3 7

～国民健康保険税・後期高齢者医療保険料は、納期限までに忘れずに納めましょう～



# はい、地域包括支援センターです



## 生活機能に関するアンケートのご協力ありがとうございました。

市では、いくつになっても、元気でいきいきと自立した生活が送れるように、介護予防事業に取り組んでいます。

例年、対象者には「生活元気度チェック票」を送り、回答された方には、結果票を渡しています。また、機能低下のみられる方へは、介護予防教室のご案内をしています。

今年度は、平成24年4月2日から平成25年4月1日の間に65歳になった、介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方、およそ560名を対象にアンケートを送り、郵送またはインターネットから回答をいただきました。

結果票については、8月中旬頃に郵送します。

介護予防教室については、以下の日程で実施しますので、教室の案内が届いた方は、この機会に、ぜひ参加してください。

パワーアップ教室	①8月22日～11月7日の毎週木曜日(全12回) ②8月27日～11月12日の毎週火曜日(全12回)
おいしく食べる教室	10月中旬より実施

また、該当しない方も、以下の教室に参加できます。

大つき元気塾	8月16日～10月18日の毎週金曜日(全10回)
--------	--------------------------

ここで一息！ 頭の体操 3問クイズ!! それぞれの答えは何でしょう？

- ① 校生      ② 道      ③

問合 保健介護課

地域包括支援センター

☎(23)8034

## 福祉チャンネル

### 〇「ファミリーサポートセンター」のご紹介

ファミリーサポートセンターは、子育ての手助けをしてほしい方、手助けができる方が会員として登録し、子育ての相互援助活動を行う組織であり、現在198名が登録されています。センターが条件や要望に合った会員同士を組み合わせさせていただきます。

#### ☆会員の条件

- ① お願い会員(依頼会員)
  - ・本市に住所を有する方、または本市に通勤している方で、生後6か月から10歳までの子どもがいる方
- ② まかせて会員(協会員)
  - ・本市に住所を有し、過去に保育サポーター養成講座を受講した方、または保育士、幼稚園教諭、小学校教諭などの資格を有している方
- ③ どっちも会員(両方会員)
  - ・ お願い会員とまかせて会員の両方の条件を満たしている方

#### ☆主な援助活動

- ・ 保育施設、習い事、塾などへの送迎の援助
- ・ 保護者の仕事、または急用の場合の預かりなど

#### ☆お願い会員の負担額

昼間(月～金・午前7時～午後7時)	750円/時間
早朝・夜間(昼間以外の時間)、土・日・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)	900円/時間

※預ける子どもの人数などにより、負担額は変わります。

問合 子ども家庭総合支援センター ☎(23)11152



## 鉄分足りていますか？



鉄分は、全身へ酸素を運ぶ働きをするヘモグロビンの材料になります。鉄分が不足をすると、血液中のヘモグロビン量が少なくなり、酸素量が減り、「動悸」や「めまい」といった症状が現れます。

特に、女性は成長期や妊娠などで鉄分を失いやすいので、貧血予防と改善のために、鉄分を意識して摂りましょう。

### ○鉄分の多い食品

レバー（特に豚が多い）、牛肉赤身（肩ロース・ヒレ・もも）、あさり、かつお、ぶり、がんもどき、納豆、ひじき、小松菜、ホウレン草など

### ○鉄分の上手な摂り方

鉄分は、体内に吸収されにくい性質がありますが、ビタミンCが多い果物、酢、酸っぱい食品（レモンや梅干し）と一緒に組み合わせることで、鉄分の吸収が高まります。

例）ひじきの煮物と果物を食べる。かつおをポン酢で食べる。など

よく噛んで食べることは、胃酸の分泌を促進して、胃酸が鉄分の吸収を高めます。鉄分の多いものも、同じ種類に偏らず、色々な食品や吸収を高める摂り方をしましょう。

食事を通して家族みんなで健康づくり

毎月1日～7日は「家族で食事週間」

## 知って得する！保健師@mame-chishiki

保健介護課 健康増進担当 ☎ (23) 8038

### 生活習慣病予防健診（基本健診・がん検診）を受けましょう！！

4月から生活習慣病予防健診が行われています。皆さんは、もう受診されましたか？

**基本健診**…国民健康保険に加入している方、社会保険・共済保険等の被扶養者の方を対象に行っています。血液検査や血圧測定、尿検査、腹囲測定などを行い、メタボリックシンドロームなど、生活習慣病を早期に発見するための健診です。

**がん検診**…市民の皆さんを対象としていて、肺・肝臓・大腸・胃・子宮・乳・前立腺がん検診があります。がんは、早期発見・早期治療が重要なので、定期的を受診することが大切です。

～まだ、申し込みをされていない方は、ぜひ早めに申し込みをしましょう！～

※健診の実施期間や受診方法などは、4月に広報と一緒に配布した「健康のしおり」や「市ホームページ」をご覧ください。

### ○すでに受診された方へ

6月下旬から結果説明会を行っています。（75歳以上の方と、社会保険などの被扶養者の方には結果を郵送しています。）

血糖検査の数値が高い方が多いため、説明会では、糖尿病についての話を中心に、数値の見方や栄養、運動について話をしています。結果によっては、保健師や管理栄養士から一人ひとりにあった話もしています。ご自分の健康状態を知る良い機会なので、ぜひ参加しましょう。

健診結果は、そのままにしないで、ご自分の生活に活かしていくことが大切です。

わからないことはいつでもご相談ください。

～まずは、自分の身体を知るために、健診を受けましょう。そして、健診結果を生かして、これからも元気で楽しい生活を送りましょう。～

こんにちは保健師です



### 8月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	⑤	6	7	8	9	10
11	⑫	13	14	15	16	17
18	⑰	20	21	22	23	24
25	⑳	27	28	29	⑳	31

### ★新着図書<<児童図書>>

- ・妖怪食堂 (広瀬克也)
- ・ぜんぶわかる中学生理科の自由研究 (山村紳一郎)
- ・でんせつのはなごころをさがせ! (田中六次)

### ★展示のご案内

- ・『教科書展示コーナー』  
(常設展示: 2階ヤングアダルト書架付近)
- ・『真夏の夜のミステリー』(～8/29: 1階展示架)
- ・『おまかせ! 夏休み』(～8/29: 2階展示ホール)

### ★おはなし会・よみきかせ (2階おはなしコーナー)

- ・「たのしいひととき」9日(金) 午前11時～  
朗読ボランティア『如月の会』  
対象は幼児 内容 本、紙芝居の読み聞かせ
- ・「おはなし会」17日(土) 午前11時～  
絵本とおはなしの会『ぐりとぐら』  
対象は幼児、小学生  
内容 絵本の読み聞かせとおはなし
- ・「ちいさなおへや」21日(水) 午前11時～  
絵本とおはなしの会『ぐりとぐら』  
対象は幼児 内容 絵本の読み聞かせ、手あそび

### ★お知らせ

予約資料は、連絡した日から7日以内にご来館ください。(7日を過ぎると予約を取り消します。) 来館できない場合は、ご連絡をお願いします。

### ★今月のお薦め図書

・冷やシャリッ! 凍らせレシピ (メディアファクトリー)  
カツ丼に氷が浮かぶ「シャリシャリカツ丼」など、冷たくてシャリッとした食感の凍らせレシピ60品を紹介。基本のだし汁や食材の凍らせ方なども解説した一冊。

### ★新着図書<<一般図書>>

- ・水あそびプールあそび大図鑑 (かもがわ出版)
- ・身近な昆虫識別図鑑 (海野和男)
- ・ネット選挙のすべて (飯田泰士)

### ★おすすめの児童図書

- ・身近な素材でつくる小学生のわくわく工作

(成美堂出版)

びっくりパラソル、お菓子箱のデンデン太鼓…。家にある素材でつくれる楽しい工作アイデアが満載の一冊。

図書館利用・開館時間 (※図書館の運営には、電源立地地域対策交付金が活用されています。)

- 「火・水・木・金」… 午前9時～午後7時
- 「土・日・祝日」… 午前9時～午後5時

問合せ 市立図書館 ☎(22) 4 8 1 5

### 【教育相談室のご案内】

- ◆相談内容  
「就学」や「学校生活の悩み」など
- ◆相談方法  
面接相談
- ◆相談日・時間  
毎週月・火・木曜日  
午前9時30分～午後3時
- ◆申し込み先  
大月市教育相談室 (市役所内)  
☎(23) 8 0 5 8  
※相談は無料で、  
秘密は厳守します  
(要予約) お気軽に  
ご相談ください。

子どもの頃、夏祭りと年末の年2回、履物や洋服を買ってもらえるのが待ち遠しかったし、買ってもらえてとても嬉しかった。また、意味は分からなかったけれども、クリスマスにケーキが食べられるということだけで、子ども心に感激をした。

今の時代は、子どもも大人も日常的に必要なに応じて洋服や日用雑貨を購入していますし、何かにつけて「馳走を食べています。これらの事に昔も今も喜んでいますが、その度合いは比較にならないくらい昔の方が大きな喜びでした。そして生活にめりはりを与えていました。

このように、ものが豊かになると感激は薄れ、日常生活の中で例え感激に出会ったとしても、それを感じとれなくなっています。人は物質的・経済的に恵まれていても、心が満たされるとは限りません。それよりも、自分なりに目標を持ち、努力することこそが大きな意味を持っています。目標を持ち、失敗の危険性を持ちながらもその実現に向かって努力し、時には挫折しながらも、それを乗り越え、その一連の過程で手ごたえ・醍醐味を感じることが、人間性を鍛え、心を満たしていくと確信しています。

## 相談室から一言

# 8



今月のイベント情報などのお知らせです。  
詳細は、お問い合わせくださいね!

9 SEP

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

## 2013 文月 おおつき情報カレンダー

日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
				1 赤口 ●メールマガジン 配信	2 先勝	3 友引 ●かがり火市民祭 り ●国文祭阿波踊り フェスティバル P7
4 先負 ●平和を願う朗読 会 P16	5 仏滅	6 大安	7 先勝	8 友引 ●市制施行 59 周年 記念式典 P13	9 先負 ●大空襲 戦争 と平和展 (~ 10 日) P16	10 仏滅 ●親子ふれあい料 理教室
11 大安 ●つきの市 午前 9 時 ~ 正午	12 赤口	13 先勝	14 友引 新月	15 先負 ●献血 P13	16 仏滅	17 大安 ●大ツキタやけ市 正午 ~ 午後 4 時
18 赤口	19 先勝	20 友引	21 先負 新月	22 仏滅 ●児童館夏祭り P15	23 大安 ●ウェルネス夏ま つり P17	24 赤口
25 先勝	26 友引	27 先負	28 仏滅 ●親子遊び P15	29 大安	30 赤口	31 先勝

●今月の納税期限 ★個人市県民税／★国民健康保険税／★介護保険料／★後期高齢者医療保険料 2期納期

### 上記表のマークについて

#### 各種相談情報

法	法律相談 (要予約)	午前 9 時 ~ 正午	☎ 市民課 (23)8023
人	人権相談	午後 1 時 ~ 3 時	☎ 市民課 (23)8023
行	行政相談	午後 1 時 ~ 3 時	☎ 市民課 (23)8023
登	登記相談 (要予約)	午後 1 時 ~ 2 時 30 分	☎ 市民課 (23)8023
消	消費生活相談	午前 9 時 ~ 午後 4 時	☎ 市民課 (23)8023
心	心配ごと相談	午前 9 時 ~	☎ 社会福祉協議会 (23)2001
成	成年後見制度無料相談	午後 1 時 30 分 ~	☎ 保健介護課 (23)8034
結	結婚相談	午後 1 時 ~ 5 時	☎ 結婚相談所 (22)4811

※略称

☎…市役所 ☎…福祉センター ☎…保健センター ☎…市民会館

#### 子育て支援情報

A	4 か月児 (H25.3) 健診	午後 1 時 15 分受付
B	9 か月児 (H24.10) 健診	午後 1 時 15 分受付
C	1 歳 6 か月児 (H24.1) 健診	午後 1 時 15 分受付
D	2 歳児 (H23.7) 歯科健診	午後 1 時 15 分受付
E	2 歳 6 か月児 (H23.1) フッ素塗布	午後 1 時 15 分受付
F	3 歳児 (H22.6) 健診	午後 1 時 15 分受付
G	ママパパ学級	午後 1 時 20 分 ~
H	育児教室	午後 1 時 20 分受付
I	もぐもぐ (離乳食) 教室	午前 9 時 20 分までに受付
J	ビッグムンパレ - (乳児)	午前 10 時 ~
K	ビッグムンパレ - (幼児)	午前 10 時 ~

※場所 保健センター ※問合せ 保健介護課健康増進担当 (23) 8038



# HOT SPOT まちの話題



チャーリーカンパニー

終始、笑いの絶えない寄席！



三遊亭好楽師匠



三遊亭小遊三師匠

おおつき寄席

6 / 30  
市民会館



参加者、約300名で  
盛り上がる大会！！

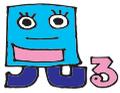
三遊亭小遊三杯第2回大月オープンラージ  
ボール卓球大会  
7 / 14  
市総合体育館



子ども達との笑顔の交流！！！！

三遊亭小遊三師匠とふれ合う会  
6 / 30  
市民会館

三遊亭小遊三師匠をお  
迎えし、毎年、恒例となっ  
ている3つの行事が行わ  
れました。  
本市出身の師匠は、笑  
いやスポーツを通して、  
県内外の老若男女を問わ  
ず、地元を盛り上げるた  
めに「大奮闘！」  
さすがの職人芸！  
師匠は、このまちや参  
加した皆さんに、大切な  
元気を届けてくれました。



### ビデオさつえい教室 7 / 13 市民会館

ホームビデオの基本的な撮影方法を講師の先生から学んだ後、実際にビデオカメラを使って、友達同士や親子で撮影を体験しました。

カメラを向けられると自然に笑顔がこぼれ、参加した小学生たちは、上手な撮り方のコツをつかみ、楽しい夏休みの思い出づくりが待ち遠しい様子でした。



### 体力・運動能力調査 7 / 6 市総合体育館

この調査は、自己の体力・運動能力の現状を知ることや国が体育やスポーツを振興するための基礎資料として役立てられています。

当日は、20代から70代の方を対象に46名の参加があり、上体起こしや開眼片足立ちなど、数種目の記録を測定した上で、コンピュータによる個人の診断を行いました。



### 「大月市簡易水道施設災害復旧等に関する協定」締結 7/19 市役所

地震や風水害などの災害によって被害が発生した場合の復旧と事前の予防、また、日ごろの修繕作業をすぐに行えるよう、大月市給水工事指定業者組合と本市が協定を交わしました。

これからの台風シーズンを前に協定を結ぶことができ、また一つ、安心・安全への備えが整いました。



### てんぷら油の無料回収 7/13 市役所 正面玄関

家庭で使用した天ぷら油を回収し、車の燃料としてリサイクルするエコ活動が行われました。

日頃は、捨てることがあたりまえだと思っているものでも、新たに資源として生まれ変われることは、とても大切なことだと感じられる機会でした。

★身近な話題をお伝えするコーナーです。あなたの地域の情報をお待ちしています。

