

あなたにも大きなツギがありますように！

広報おおつき

Otsuki 5

Public
Relations
Otsuki
2020.
No.748

巻頭 感染しない
感染させないために
～私たちができること～

- cover story -

“てあらいびとのうた”にあわせて丁寧
に手を洗う真木保育園の園児たち。
冷たい水を我慢しながら、しっかりと
洗い流してピカピカの手に。私たちも
自分のため、周りの人たちのために手
洗いを徹底しましょう。

Contents

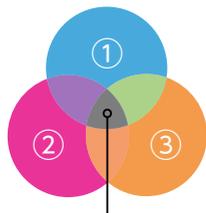
- 04 市内飲食店の持ち帰り
メニューの利用
- 05 宝くじ公式サイト
- 06 中央病院情報／診療予定表
- 08 ニュース+
- 09 市長への手紙
- 13 大月探訪記
- 14 暮らしの情報
- 17 生活情報
- 18 健康情報
- 20 図書館／教育情報
- 22 子育て情報
- 23 おおつき情報カレンダー
- 24 まちの話題
- 26 5月生まれの元気な子

ー 4 ー
3つの密を
避ける

①換気の悪い
密閉空間

②多数が集まる
密集場所

③間近で会話や
発声をする
密接場面



3つの「密」が重なる場所を避け、日常でも「密」が重ならない工夫をしましょう。

3つの条件がそろえると
リスクが高くなる！

ー 5 ー
身の周りを
清潔に

食器・手すり・ドアノブなどの身近な物の消毒を

①熱水で消毒【やけどに注意】

→食器や箸などは、80℃の熱水に10分間さらす。



【注意すること】

- ※商品によって濃度が違うので、商品パッケージやホームページの説明を必ず確認する
- ※マスクやゴム手袋を着用する
- ※換気をする
- ※他の薬品と混ぜない
- ※作り置きをしない（効果がなくなるため）
- ※金属は腐食することがあります

②塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）で消毒
→濃度を0.05%に薄めて拭く。

消毒液の作り方の目安		
用途	濃度	希釈方法
手すりやドアノブなどの消毒	0.05%	水 500ml に塩素系漂白剤を 5ml（ペットボトルのふた 1 杯分）入れる

↑↑厚生労働省・経済産業省作成の「新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。」チラシを参考にしています。

ー 6 ー
症状が
ある場合

熱がある・いつもと体調が違うなどの症状がある場合

仕事を休むなど外出を控えましょう。休むことは自分のためだけでなく、感染拡大防止にもつながります。

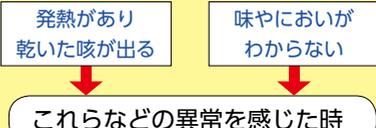
【毎日の体調をチェック】

- 発熱 息苦しさ 胃腸症状
- せき だるさ 味覚・嗅覚の変化

日々の健康維持については、18～19ページの生き活きらいふをご覧ください。



相談の目安【山梨県知事メッセージより】



外出しないようにして

すぐに相談

帰国者・接触者 相談センター（富士・東部保健所）
 ☎ 0555-24-9035（24時間対応）
 fax 0555-24-9037（電話での相談が難しい方）



厚生労働省



山梨県



大月市

ー 7 ー
正確で最新
の情報を

公式ホームページなどで確認

情報は日々変わります。最新情報を確認し、風評被害につながるような行動（不確定な情報等によるうわさ話やSNSなどでの拡散）はやめましょう。

ー ご自身の健康とともに、他者の健康を考えた思いやりのある行動をお願いしますー

問合せ 保健介護課 健康増進担当 ☎(23) 80338 fax(22) 6422

ー 1 ー
大月市長
メッセージ

内閣総理大臣が全国を対象区域とした、緊急事態宣言を4月16日に発令しました。市民の皆さんには、これまでも小中学校の臨時休校、市主催事業の中止や延期、市施設の休館や貸し出しの中止、休日の外出自粛などにご協力をいただき、心から感謝申し上げます。

4月になって感染者は全国で増加しており、今回の緊急事態宣言は、日本全体の危機だと感じています。また、県内でも感染者は毎日増えており、感染経路の不明者も増加しています。

市民の皆さんには、引き続き「密閉」、「密集」、「密接」の3つの「密」が重なる場所を作らない、そして近づかない、さらに「感染しないための手洗い」や「感染させないためのマスクの着用」の徹底と外出自粛などの自己防衛をしばらくの間、これまで以上をお願いします。

コロナウイルスという目に見えない敵と戦い封じ込めるためには、市民の皆さんのご協力は欠かすことができません。

一刻も早い収束を目指し、市民の皆さんのご理解とご協力を心よりお願い申し上げます。



新型コロナウイルス感染症

感染しない
感染させない
ために

私たちができること



ー 2 ー
感染の仕方
飛沫と接触

飛沫感染

感染者のくしゃみ、咳、唾などと一緒にウイルスが放出され、他者が口や鼻などからそのウイルスを吸い込んで感染します。



接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスが付きます。他者がそれを触るとウイルスが手に付き、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

ー 3 ー
手洗い
咳エチケット

まずは手洗いと咳エチケット

さまざまな物に触れることで、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。帰宅した時や調理の前後、食事前など、こまめに手を洗いましょう。また、咳やくしゃみの飛沫によって感染症を他者に感染させないために、咳エチケットをお願いします。

動画も参考に！（ユーチューブで公開されています）

▶手の洗い方動画（厚生労働省）→「正しい手洗い方法」
https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=Eph4Jmz244A

▶布製マスクの洗い方動画（経済産業省）→「布マスクをご利用のみなさまへ」
<https://www.youtube.com/watch?v=AKNNZRR074o>

▶手づくりマスク動画（経済産業省）
→「やってみよう！新型コロナウイルス感染症対策 みんなでできること」
<https://www.youtube.com/watch?v=WRhp0ZGVh0U>



広報4月号と一緒に配
布したチラシも参考に。

宝くじ公式サイトで宝くじを 購入できるようになりました!

お得な特典、便利なサービスいろいろ!
宝くじ公式サイト会員登録ステップ

宝くじ
公式サイトは
こちらから

STEP1 「宝くじ公式サイト」を検索! メールアドレスの登録(仮登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、
宝くじ公式サイトの新規会員登録ページで
メールアドレスを登録(仮登録)します。



STEP2 会員情報の入力(会員登録)

入力いただいた
メールアドレス宛に、
メールが届きます。



メールに記載
されている
会員登録用の
URLをクリック
します。



画面に従って、
氏名や生年月日等の
情報を入力いただくと
新規会員登録が
完了します。



宝くじ売場でポイントをためる/つかうための手続きは以上で完了です。

宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。

STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」
および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります!

クレジットカード情報のご登録にあたり、下記の2点をご確認ください。

① 宝くじ公式サイトで利用可能なクレジットカード発行会社か

② 本人認証サービス(3Dセキュア)を有効化しているか

クレジットカード発行会社の確認方法、本人認証サービス(3Dセキュア)について
詳しくは https://www.takarakuji-official.jp/special/creditcard_guide/ をご確認ください。

宝くじコールセンター

本件に関する
お問い合わせ先

TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

受付時間 10:30~18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く)
※電話番号を十分ご確認ください、おかけ間違いのないようお願いいたします。



おいしい料理で
家族だんらん

Takeout
& Delivery

市内飲食店の お持ち帰りメニューを ご利用ください

新型コロナウイルス感染防止による
外出自粛などの影響で市内の多くの
事業者さんが困っています

特に飲食店はお客さんが激減したため、いろいろなお店でお持ち帰りメニューなどを用意して頑張っています。

市と大月市観光協会では、お持ち帰りメニューを利用できるお店の情報を集めて、ホームページ上に公開していきます。詳しくは市ホームページまたは大月市観光協会ホームページなどをご確認ください。

逆境の中、頑張っている市内のお店を応援しよう
経営存続のためにできることから始めよう

大月市
ホームページ



大月市観光協会
ホームページ



おおつきフード
エイドプロジェ
クト Twitter



問合 産業観光課 産業振興担当 ☎(20)1857 fax(20)1533
大月市観光協会 ☎/fax(22)2942

市立中央病院 5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～3時30分
 土曜日 午前8時30分～11時 ※日曜日・祝日は休診
 ●問合せ 医療連携担当 ☎(22)1251 (代) fax(22)3765

★休診のお知らせ【婦人科】15日(金)
 変更等になる場合がありますので、お問い合わせの上、受診をお願いします。

		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	予約外診察	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	総合診療	●									●		●第4
	呼吸器	●	●	●	●	●	●	●	●	●			●
	循環器			●	●	●	●	●	(予約)	●	●		
	消化器	●				●							●
	脳・神経					●	●						
	腎・高血圧	●									●#1	●#1	
	血液	●	●						●	●			
糖尿病	●	●	●	●	●	●	●						
リウマチ・膠原病								●	●				
小児科	●	●	●	●	●	●	●	●	●			●	
外科	●		●	●				●	●				
整形外科	●		●					●		●			
脳神経外科									担当医				
泌尿器科			●	●						●	●		
婦人科										●#5	●		
眼科	●				●#2	●	●			担当医	担当医		
耳鼻咽喉科			●	●						●	●	●	
皮膚科	●#3											●	
歯科口腔外科	午前のみ診療(要予約・要紹介状)				午前・午後診療(要予約・要紹介状)		午前・午後診療(要予約・要紹介状)						
麻酔科	受診については、電話で確認をしてください。												
内視鏡	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●#4

#1：第3金曜日は通常どおり診療 第2金曜日は午後休診 第1、4、5金曜日の診療はありません
 #2：受付時間は午前10時30分まで、診療開始は午前10時から #3：受付時間は午前11時まで
 #4：第2土曜日(健診)のみ診療 #5：第3金曜日の診療はありません

お知らせ

内科(血液)	5月のみ火曜日午前の診療が月曜日午前の診療に変更となります。
小児科	4月から水曜日の診療はありません。院内感染予防のため、予防接種優先時間(月～金曜日午後1時30分～2時)を設けています。
泌尿器科	4月から水曜日の診療はありません。
婦人科	5月から第3金曜日の診療はありません。
歯科口腔外科	13日(水)の診療は午前のみとなります。
麻酔科	受診可能か問い合わせをしてから来院してください。
面会時間	感染症まん延防止のため、入院患者さんへの面会を全面禁止します。ご用の方は、受付にお申し出ください。院内への出入り口も正面だけとし、受付前に体温測定とマスクの着用をお願いします。

※診療予定が変更になる場合がありますので、来院前に受付(初診窓口)にお問い合わせください。感染症予防のためマスクの着用をお願いします。

信頼し愛！支え愛！

—それが、これからの病院—



連携を強化し、ケアを継続

褥瘡の予防と早期治療を目指す

私たちは大月市立中央病院の褥瘡対策委員会です。褥瘡とは、寝たきりによって長い時間自身の体重で圧迫されたり、外的刺激などでその場所が赤くなったり、皮膚が損傷を起こしてしまうことです。一般的に「床ずれ」とも言われています。私たちは、入院患者さんの褥瘡予防やできてしまった褥瘡が早期に治癒できるよう、治療やケアに取り組んでいます。



活動内容

- ◆入院患者さんの褥瘡危険因子の評価を行い、予防策やケア方法の計画を立案
- ◆褥瘡保有患者さんの褥瘡回診を月に2回行っています。回診前にカンファレンスを行い、褥瘡発生要因や問題について話し合い、治療方法やケア・ポジショニング・栄養面・体圧分散寝具について検討
- ◆実際に患者さんを診て、患者さんに合っている治療方法や援助を再度検討

褥瘡対策委員会



入院中だけでなく、継続したケアを行います

JYOKUSOUフェスティバル

当院は、富士・東部に位置し、この地域の中核病院です。住み慣れた地域で暮らしていくためには、近隣病院や施設・事業所との連携が重要です。

中でも、褥瘡ケアは入院中だけでなく、在宅や施設においても継続したケアを行うことが理想です。そのために、当院スタッフと近隣病院・施設・事業所の褥瘡ケアに携わっている医療従事者に参加を呼び掛け、年に1回褥瘡研修会を行っています。



この用紙は、「市長への手紙」です。

「市長への手紙」とは… 市民の皆さんから寄せられた声を、貴重な情報として市政運営に反映していく制度です。手紙の内容は、市長自身が拝見し、担当部署に指示します。

「どんなことを」… まちづくりの主役は、市民の皆さんです。“大月市が元気になる・現状をより良くしていこう”という提案や意見などをお書きください。

=たくさんの手紙をお待ちしています=

※裏面にご意見を記載して、やま折りの線で封筒を作成し、のり付けて投函してください。切手は不要です。

409-0190

(受取人)
大月市大月 丁目6番20号
大月市役所
大月市長 小林 信保 行



料金受取人郵便
上野原郵便局
77
発行有効期間
令和4年3月
31日まで
<切手不要>

(広聴広報担当扱)

あなたの能力を市政に生かしませんか

大月市会計年度任用職員の募集

申込・問合せ 秘書広報課 人事担当 ☎(23)8006 fax(23)1216

任用期間 任用の日から令和3年3月31日まで(再度の任用可能)

応募資格 原則、普通自動車免許を有する方
※地方公務員法第16条に該当する方は受験できません

応募期間 随時募集中
※応募状況により受付を終了する場合があります

提出書類 申込書(1通)、資格要件を証明する書類の写し
※申込書は秘書広報課と各出張所にあります
市ホームページからもダウンロードできます
「トップページ」→「業務案内」→
「秘書広報課」→「会計年度任用職員の募集」

応募方法 直接持参または郵送

選考方法 書類・面接

※パソコン操作ができる方を優先します

選考日 決定次第連絡します

募集職種・募集人員

職種	勤務先	募集人数	報酬	勤務日数
① 保育士	初狩保育所・富浜保育所	2名	7時間45分勤務 月額161,600円以上	週5日
② 介護支援専門員	保健介護課	1名	7時間勤務 月額9,449円以上	週5日
③ 保健業務	大月短期大学	1名	7時間45分勤務 月額9,161円以上	週3日

※各職種に資格要件があります

- ①保育士資格 ②介護支援専門員資格
③公認心理師・臨床心理士・養護教諭・保健師・看護師のいずれかの資格

その他 始業・終業時間は、配属先により異なります。

勤務条件によっては、社会保険・雇用保険への加入が必要です。
通勤距離により通勤手当の支給をします。

地方公務員法第16条に該当する方

- ・ 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの者
- ・ 大月市職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない者
- ・ 日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した者



● 中立・公平の立場から審査する
● 固定資産評価審査委員の紹介（敬称略）

固定資産評価審査委員会は、固定資産税の評価額に不服がある納税者からの審査申出について、中立・公平の立場から、対象の固定資産について市の評価額が適正であるかを審査する行政委員会です。3名の委員で構成し、任期は3年です。



委員長
星野 貞文
(3期目)

任期：平成30年1月26日
～令和3年1月25日



**委員長
職務代理**
平井 隆
(1期目)

任期：平成30年1月26日
～令和3年1月25日



委員
稲本 美一
(1期目)

任期：令和2年4月1日
～令和5年3月31日

▶ 問合
総務管理課
法制防災担当
☎(23)8008
fax(23)1216

● 本市の教育行政をけん引する
● 教育委員の紹介（敬称略）

4月1日（水）に教育委員会が開催され、6名による新体制が決まりました。



教育長
宇野の 誠
まこと



**教育長
代理者**
中村 順一郎
じゅんいちろう



教育委員
藤本の 政一
まさひろ



教育委員
野尻 正人
のじり まさと



教育委員
庄司 有紀
さくらい ゆき



教育委員
白須 康子
しらい まさこ

▶ 問合 学校教育課 学校づくり担当
☎(23)8048 fax(22)2892

大月探訪記

2020/5
第2話



子ノ神古墳

子ノ神古墳は賑岡町強瀬にあります。安楽寺周辺に広がる集落にあり、北側のやや高い場所にあります。

この古墳は、直径約5mで円の形をした円墳と呼ばれる形の古墳です。この存在は古く

から知られていたようで、寛政7(1795)年に石室内が掘られ、多数の副葬品が出土したと伝えられています。昭和49(1974)年に発掘調査が行われ、直刀、須恵器片、鉄鏃(鉄製の矢じり)などが発見されました。この古墳は7世紀後半に造られたと考えられています。葬られた人物は、この周辺のリーダー的人物だったのでしょうか。

古墳内部への入口は、高さ・幅とも1.1m前後で、四角い形をしています。入口からすぐに遺体を納めた玄室(げんしつ)になっています。玄室の奥壁には、一枚の巨岩が使われていて、高さ2m以上、幅1m以上あります。

市内にはかつて10基以上の古墳があったと伝えられていますが、現在確認できるのは子ノ神古墳のみとなっていて、貴重な資料です。

▶ 問合 社会教育課 郷土資料館
☎(23)1511 fax(23)1512

地震への備えは万全ですか？

住宅耐震改修費用の補助

問合 建設課 施設管轄担当 ☎(20)1853 fax(20)1533

1. 木造個人住宅の耐震化に対する支援事業

事業名	対象	補助率など
耐震診断事業	次の要件すべてに該当する住宅 ①昭和56年5月31日以前に着工 ②木造在来工法で建築 ③2階建て以下、延床面積300㎡以下	○診断費用 無料 ※市が委託した耐震診断技術者が診断します
耐震改修設計事業	耐震診断の結果、耐震性能がないと診断された住宅の耐震改修設計を行う場合	○補助率 3分の2 (限度額20万円)
耐震改修事業	耐震診断の結果、耐震性能がないと診断された住宅の耐震改修工事を行う場合	高齢者等世帯と未就学児子育て世帯 ○補助率 3分の2 (限度額80万円) 一般世帯 ○補助率 2分の1 (限度額45万円)
耐震シェルター設置事業	耐震診断の結果、耐震性能がないと診断された住宅に耐震シェルターを設置する場合	高齢者等世帯 ○補助率 3分の2 (限度額24万円)

※高齢者等世帯…65歳以上の方のみの世帯、または身体障害者手帳1・2級、療育手帳Aの所持者と同居する世帯

※未就学児子育て世帯…未就学児と同居する世帯

2. 耐震診断義務化建築物の耐震化に対する支援事業（避難路沿道建築物）

耐震診断結果の報告期限は令和3年3月31日までです。

耐震診断・耐震改修工事などへの補助制度も継続して実施します。

3. ブロック塀などの安全確保に対する支援事業

支援対象：大月市耐震改修促進計画に指定する避難路に面したブロック塀など

※避難路の詳細はお問い合わせください

事業名	対象	補助率など
ブロック塀などの安全点検	木造個人住宅耐震診断の実施時に、耐震診断技術者による安全点検をする費用	○安全点検費用 無料 ※市が委託した耐震診断技術者が点検します
ブロック塀等安全確保対策支援事業	高さ1メートル以上のブロック塀などの除却および耐震改修工事を行う場合	○補助率3分の2 (限度額20万円) ※延長1メートルにつき15,000円を乗じた額、または除去等経費(見積りなど)のいずれか少ない額

中止・変更

新型コロナウイルス感染症 拡大防止に伴う イベントなどの中止・変更

開催中止

市内一斉ウォーキング 5月21日(木) 予定 問合せ 保健介護課 健康増進担当

美しいふるさとづくり活動支援

市の自然環境保全のための、自主的・継続的な地域美化活動を支援します。

緑の募金で防ごう地球温暖化

緑の募金活動は今年で23年目を迎え、いただいた募金は各地域の緑化推進に役立てています。

目録額 1世帯3000円 問合せ 市緑化推進会議事務局

中止・変更

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

県全域における緊急事態措置に伴い、集会場施設の使用停止も要請されています。

公共施設などの臨時休館

4月20日(月)現在の公共施設などの状況です。今後、予定は変更となる場合があります。

Table with 3 columns: 施設名, フロア, 終了予定日. Lists various public facilities and their status.

Table with 3 columns: 施設名, フロア, 終了予定日. Lists facilities like 武道館 and 総合福祉センター.

Table with 3 columns: 施設名, フロア, 終了予定日. Lists facilities like 武道館 and 総合福祉センター.

インフォメーション

飼い主としての責任を！

近所の猫が庭や地域の公共的な場に入り込んで、ふんを残しているなどの苦情が増えています。

猫を飼うときは

- 室内で飼いましょう
首輪や迷子札をつけましょう
不妊去勢の手術をしましょう

ルールを守ることで

- 大切な命を守るができます
けがや事故から守ります
病気の感染が防げます

募集

令和2年国勢調査員

国勢調査に関わる調査員として、担当地域での調査票の戸別配布、回収などを行います。

都留高探究プロジェクト指導者

都留高校では、高校生が自分の興味のあるテーマを研究する「都留高探究プロジェクト」の実施に当たり、高校生を指導してくださる方を広く募集しています。

第9回カジダンイフメン写真展

募集内容 男性が家事や育児をしている場面を撮影したもので、未発表のもの(一人2枚まで)

写真サイズ ①Lサイズ、2Lサイズ、A4サイズ
②デジタルカメラ撮影のJPEGデータ(おおよそ2MBまで)

メールマガジン (おおつき行事予定メール) を登録しませんか! 毎月1日にイベントなどの情報を配信しています。

募集期間 5月31日(日) ※応募写真は展示終了後、A4版パネルにして返却します

教えて！
おつけちゃん

あんしん生活

本市の消費生活キャラクター「おつけちゃん」が皆さんのあんしん生活についてお知らせします！



「新型コロナウイルスに関連したトラブルに注意！」編

おつけちゃんの一言アドバイス

- 行政機関を名乗る怪しい電話や心当たりのない送信元からの不審なメールなど、おかしいと思うものは反応しないようにしましょう。
- 今後も新型コロナウイルスに関連したさまざまな手口の勧誘や消費者トラブルの発生が予想されます。
- 根拠のないうわさなどに惑わされず、正確な情報に基づいて冷静に対応することが大切です。
- 困ったときは、こちらの窓口にご相談ください。

- ▼事例1
「行政からの委託で消毒に行くと」と電話がかかってきた。
- ▼事例2
不審なマスク販売広告メールがスマートフォンに届いた。

市役所で相談員が相談に応じています。(P23カレンダー参照)

問合 消費生活ホットライン ☎(局番なし) 188番 / 県民生活センター 地方相談室 ☎(45) 5038
市民課 生活環境担当(相談員) ☎(23) 8023 fax(23) 1216

★消費生活相談が広域窓口となり、上野原市でも利用できます。

●上野原市 毎週月・木曜日 午前9時～午後4時 ☎(62) 3114

国民年金・国保高齢者医療

- ◆生活習慣病予防健診(基本健診・がん検診)
- ◆すこやか大月市民健診

重要なお知らせ

— 健診の予約・実施は、当面の間見合わせます —

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、緊急事態宣言が発令されました。

このため、生活習慣病予防健診(基本健診・がん検診)・すこやか大月市民健診の予約・実施について、当面の間見合わせることとなりました。

今後、実施可能となりましたら、広報やホームページなどでお知らせします。

健診を希望されている方には、大変申し訳ございませんが、ご理解をお願いします。

※大月市立中央病院における乳がん検診、市民会館における乳がんバス検診、

子宮がんバス検診についても、当面の間見合わせます

問合 ▶基本健診(国保加入者)・すこやか大月市民健診
市民課 国保年金担当 ☎(23) 8037 fax(23) 1216

▶基本健診(国保加入者以外および後期高齢者)・がん検診
保健介護課 健康増進担当 ☎(23) 8038 fax(22) 6422



- 能力開発講座(7月開講予定)
 - ①エクセル基礎(第1回)
 - ②宅地建物取引士(I)
 - ③ISO9000シリーズ内部監査員養成コース
 - ④宅地建物取引士(II)
 ※定員あり・先着順
※都合により変更・中止あり
- 産業技術短期大学校都留キャンパス
- 支援内容
 - ①企画・運営に関するアドバイス
 - ②広報活動(チラシ作成は申請者ですが、チラシ用紙を1,000枚まで提供)
 - ③講師派遣に関する経費(上限1万円)
 対象 県内在住、在勤、在学中、自主的・継続的に活動を行っている団体(グループ)
※開催希望日の3か月前までに申し込んでください
申込・問合 ぴゅあ富士 ☎(45)1666 fax(45)1663

相談

男性総合相談
家族との関係、職場の人間関係、身体のこと、パートナーとの関係など、男性臨床心理士が話しを伺います。
秘密は絶対守ります。安心してお電話ください。

●男性のための電話相談
☎0554・56・8742

相談日時
毎月第1日曜日 午後1時～5時
※5月は3日(日・祝)です
問合 ぴゅあ富士 ☎(45)1666 fax(45)1663

※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 県立産業技術短期大学校 都留キャンパス
URL <https://www.yitc.ac.jp> ☎(43)8911

広報おおつきが 全国広報コンクールの 組み写真部門で入選2席

日本広報協会主催の「令和2年全国広報コンクール」において、「広報おおつき9月号」が写真部門(組み写真)で、入選2席に選ばれました。
日頃から取材などにご協力いただける皆さんに感謝するとともに、これからも大月の魅力を発信する広報紙を目指して、頑張っていきます。

第36回かがり大市民祭り

HARUTEN 春展 2020

日時 5月8日(金)～10日(日) 午前9時～午後6時
場所 市民会館2階市民ギャラリー
内容 絵画、立体作品の展示、さわれる絵本桃太郎など ※9日(土)午後1時30分～4時 点字カード作り体験ワークショップ(無料)
対象 どなたでも
問合 春展実行委員会 大窪 ☎080-5512-6821
※状況により、中止または延期となる場合があります

みんなの掲示板

多くの市民の方が気軽に参加できる催しなどをお知らせするものです。(申し込みは、前々月末日曜日) 詳細は、お問合わせください。



バランスの良い食事をしっかり食べて、栄養をつけよう！

- ▶こんな時こそ、しっかりバランス良く食べよう。
 - ・いろいろな食材を使った食事を、3食欠かさず食べましょう。
 - ・バランス良く食べて栄養を取り、体の調子を整えましょう。免疫力を維持することにも役立ちます。
 - ・体（特に筋肉）を作る大切な栄養素のタンパク質をしっかり取ることも大切です。
- ※食事制限を受けている方は、かかりつけ医の指示に従ってください



口をきれいに保ち、しっかり噛んで、おしゃべりをしよう！

- ▶毎食後と寝る前に歯を磨こう。
 - ・口をきれいに保つことがインフルエンザなどの感染症予防に有効です。
 - ・毎食後と寝る前の歯磨きを徹底しましょう。義歯の清掃も大切です。
- ▶口まわりの筋肉を保とう。おしゃべりも大切です。
 - ・口を動かすために、一日3食、しっかり噛んで食べましょう。
 - ・噛める方は意識して少し歯ごたえのある食材を選ぶことも大切です。
 - ・自粛生活で人と話すことが減り、口の力が衰えることもあります。
 - ・電話も活用し、意識して会話を増やしましょう。
 - ・鼻歌を歌う、早口言葉もオススメです。



家族や友人との支え合いが大切です！

- ▶孤独を防ぐ！近くにいる方同士や電話などを利用した交流を。
 - ・高齢の方は人との交流がとても大切です。
 - ・外出しにくい今こそ、家族や友人が互いに支え合い、意識して交流しましょう。
 - ・ちょっとしたあいさつや会話も大切です。
 - ・新型コロナウイルス感染症に関する正しい最新情報の共有も、トラブルや不安の解消につながります。
- ▶買い物や生活の支援、困ったときの支え合いを。
 - ・食材や生活用品の買い物、病院への移動などに困ったとき、助けを呼ぶ相手をあらかじめ考えておきましょう。
 - ・事前に話し合っておくことが大切です。



家族や友人、ご近所で高齢の方へ促してあげましょう。

3つの「密」を避けることも忘れずに！ ①密閉 ②密集 ③密接

※一般社団法人日本老年医学会【「新型コロナウイルス感染症」高齢者として気をつけたいポイント】を参考に作成しています

高齢の方へ

新型コロナウイルス感染予防のための自粛生活でも

“動かない” 毎日に気を付けて

新型コロナウイルス感染症が流行し、感染を恐れるあまり外出を控えすぎて「動かない（生活不活発）」による健康への影響が心配されています。

問合せ 保健介護課 介護予防担当 ☎(23) 8034 fax(22) 6422
健康増進担当 ☎(23) 8038 fax(22) 6422

「動かない」とは…

- ・ずっと家に閉じこもる
- ・一日中テレビを見たり、ぼーっとしたりしている
- ・食事もたまに抜いてしまう
- ・会話が少なくなった など

「動かない」ことが続くと…

- ・体や頭の動きが低下して、虚弱（フレイル）が進んでいきます。
- ・歩くことが大変になる
- ・掃除や洗濯など身の回りのことが大変になる
- ・体の回復力や抵抗力が低下する
- ・疲れやすくなる

虚弱（フレイル）を予防して、抵抗力を下げないようにすることが必要です。



虚弱（フレイル）の進行を予防するために

自宅でもできる運動で体を動かそう！

- ▶座っている時間を減らそう。
 - ・立ったり、歩いたりする時間を増やすことも重要です。
 - ・テレビのコマーシャル中に足踏みをするなど、体を動かすことを意識しましょう。
- ▶筋肉を維持しよう。関節も固くならないように気を付けて。
 - ・ラジオ体操のような自宅でもできる運動も、筋肉の衰え予防に役立ちます。
 - ・スクワットなどの足腰の筋肉を強める運動も有効です。
- ▶日の当たるところで散歩くらいの運動を心掛けよう。
 - ・天気がよければ、屋外などの開放された場所で体を動かしましょう。
 - ・散歩はオススメです。ただし、人混みは避けましょう。



図書館利用・開館時間

「火～金」…午前9時～午後7時
 「土・日・祝日」…午前9時～午後5時
 今月の休館日（※通常開館の場合）
 7日（木）・11日（月）・18日（月）・25日（月）・29日（金）

※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
 問合 市立図書館 ☎(22)4815 fax(22)4816



★今月のおすすめ図書

・旅ごはん（小川 糸 著 白泉社）
 ピンクのスープ、アーティチョークのオムレツなど、旅先での忘れられない味と人々との出会いをつづった、おいしいエッセイ集。

★おすすめの児童図書

・いろんなでんしゃはっしやしまーず（岡本雄司 作 アリス館）
 電車が大好きな男の子。お母さんとお買い物にでかけた、みんなと遊びに行ったり…。今日はどんな電車に乗るのかな？おでかけが楽しくなる電車の絵本。



【教育支援室のご案内】
 ◆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～金曜日 午前9時30分～午後4時
 ◆申し込み先 大月市教育支援室（市役所内）
 ☎(23)8058 fax(22)2892
 ※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。

い教育の成果も上がるのだと思います。

教育には「不易と流行」があります。時代の変遷とともに、このように教育の内容は変わっていきますが、教育の「不易」である人と人との信頼と敬愛に結ばれた温かい師弟の絆が伴ってこそ、新しい教育の成果も上がるのだと思います。

上智大学の教育学者、奈須正裕教授は「学力の捉え方が「何を知っているか」から知識や技能を自由に活用できる「何が出来るか」、言い換えると「よりよい問題解決を成し遂げられるか」へと変わってきている」と指摘しています。その意味で身近な問題を解決するための道筋を、すでに獲得した知識や技能を駆使して論理的に考え、ていく力を育てる「プログラミング教育」は今の時代を映したものでしょう。

この4月から小学校で完全実施され、令和3年度は中学校でもスタートする「新学習指導要領」では、引き続き教育の目標に「生きる力」の育成を掲げながら、変化の著しい社会を生き抜くための新たな教育が導入されます。「プログラミング的思考」を育み、プログラム作成の体験を通して、その技能を高める「プログラミング教育」子どもたちに地震などの災害から自らの命を守る方法を身に付けさせる「防災・安全教育」、成人年齢が18歳に引き下げられることを見据えた「主権者・消費者教育」、そして小学校高学年に必修教科となる「英語教育」など、時代の要請に応える指導が求められています。

支援室のしづやき

★展示のご案内

・期間展示（～5月28日）
 『感染症を知ろう』（1階）
 『ノンフィクション・セレクション』（1階）
 ・期間展示（～6月28日）
 『冒険へ出よう!』（2階）
 ・常設展示
 『こども向けのおすすめ図書』（1階）

★お知らせ

臨時休館中の貸出サービスとして「市立図書館が選ぶおすすめ図書セット（子ども用・大人用）の貸出」と「予約資料貸出」をしているよ。
 詳しくは、図書館まで問い合わせね。



図書館キャラクター「ツキッピー」



大月市立図書館しんぶん62号

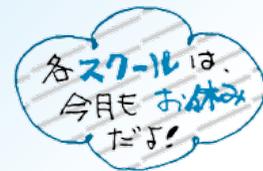
本の読み方もいろいろあるけれど、



スローライフが若者の間でも人気。ライフスタイルを見直す流れの中で、読書もスローリーディングという読み方が注目されています。一冊の本をゆっくり楽しみ味わいながら読む。たまには前のページに戻って読む、といった読み方をする事で読書の「質」が深まります。速読では得られない「豊かな感性の読書」になりますよ。



みんなが集まって、好きなことをするのは楽しいですね。もうしばらくお待ちください!



おおつき MOON 5月のしんぶん



本は、心の種、図書館は、心をイキイキさせる森

本を6分読むとストレスが7割減少するというデータもありますよ!



たくさん情報を短期間で得たい時には、平行読書もお薦め。

何冊の本を家のあちこちに置いて、同時に読み進める読み方。こうすると、読み進めづらい本があっても他に興味のある本にたづねられて読めるようです。



タイトルは、「ものがたりの森」! 放送日時は新聞欄をチェックしてね!

図書館企画のオリジナル番組だよ!

本の読み聞かせは読み手が違うだけで世界が変わって見えたり、聞こえたりして楽しいものですよ。今度、大月ケーブルテレビで絵本や童話の読み聞かせをする番組が登場します。

おおつき情報カレンダー

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。



日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
					1 ○刈刈が配信 上弦	2
3	4	5	6	7 ○知的障がい者巡回相談	8 ○HARUTEN 春展 2020 (~10日) P16	9
10	11	12	13	14 満月	15	16
					○親子あそび① P22	○親子あそび② P22
17	18 ○おもちゃ病院 P22	19	20	21 下弦	22	23
						○秀麗富嶽トキギ
24	25	26	27	28	29	30
					○はじめの歩 P22	○お誕生会 P22
31	6 / 1	6 / 2	6 / 3	6 / 4	6 / 5	6 / 6
						新月
						上弦
						満月

乳幼児健診などについては、対象者へ個別に通知を送付しますので、ご確認ください。

名称	対象	対応状況	問合せ
乳幼児健診・健康相談	4か月児・9か月児・1歳6か月児・3歳児	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため	保健介護課
歯科健診・フッ素塗布	2歳児(歯科健診)・2歳6か月児(フッ素塗布)	左記の事業は、見合わせとさせていただきます。	健康増進担当 (子育て世代包括支援センター)
育児教室	1か月児の保護者		☎(23)8038
もぐもぐ(離乳食)教室	3~4か月児の保護者	心配ごとなどがありましたら、電話でご相談ください。	☎(23)8038 fax(22)6422
産後ママの安心相談室	生後1~4か月(5か月になるまで)の児と母親		

相談名	時間	場所	問合せ
法…法律相談(要予約)	午前9時~正午	市役所	市民課 生活環境担当 ☎(23)8023 fax(23)1216
行…行政相談	午後1時~3時		
登…登記相談(要予約)	午後1時~2時30分		
消…消費生活相談	午前9時~午後4時	市民会館	☎(23)2001 fax(22)2861
人…人権相談	午後1時~3時		
心…心配ごと相談	午前9時~	総合福祉センター	社会福祉協議会



支えあうファミリーサポート事業

子育てを援助して欲しい方(依頼会員)と、援助したい方(協力会員)が会員となり、子育て援助を行っています。

▶利用できる方

市内に住所があり、3か月から12歳までの子どもを持つ保護者
※初めて利用する場合は登録が必要です。詳細はお問い合わせください。



1時間の利用料(子ども1人当たり)			
月~金曜日	利用料	助成金	実際の負担額
午前7時~午後7時	750円	250円	500円
上記以外の時間	900円		650円

- ★保育施設や学校、学童クラブなどへの送迎
- ★きょうだいの学校行事
- ★育児疲れのリフレッシュの時 など

援助がほしい時に!

申込・問合せ 子ども家庭総合支援センター ☎/ fax(23) 1 1 5 2

児童館イベント情報

受付開始: 5月1日(金)午前9時~ 参加費: 無料

	日時	場所	対象	内容	持ち物	定員
親子あそび①	5月13日(水) 午前10時30分~ 11時30分	市総合福祉センター2階(児童館)	0歳~未就学児 ※都合の良い日を選んでください	手遊び・パズル・絵本など		20組(予約制)
親子あそび②	5月14日(木) 午前10時30分~ 11時30分		5月生まれの0歳~未就学児	手遊び、うた、お誕生カード・アトリエなど	子どもの身の回り品・着替え・おむつ・ミルク など	20組(予約制)
お誕生会	5月29日(金) 午前11時~ 11時30分		児童館に来たことのない親子 ※主に未就学児	手遊びなどをしながら児童館の紹介		20組(予約制)
はじめの歩	5月27日(水) 午前10時30分~ 11時		どなたでも	こわれたおもちゃの診療 ※ボランティア活動のため、診療は原則無料ですが、材料費、部品代がかかる場合があります。 おもちゃドクター 高橋清房さん		定員・申込なし

※状況により中止となる場合があります

申込・問合せ 子ども家庭総合支援センター ☎/ fax(23) 1 1 5 2

おはなし会・よみきかせ

今月は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となります。

問合せ 市立図書館

☎(22)4815 fax(22)4816

市立図書館では、雑誌コーナーの充実を目指して「雑誌スポンサー」を随時募集しています。詳しい内容は、ホームページか問い合わせで確認してください★





①雪と共演②桜公園（笹子）③お伊勢山（真木）④岩殿山⑤「イクラ」ロード（七保）

市内の桜が満開に

3月下旬～4月 市内各地

市内各地の桜が開花し、ひとときの癒しと和みを私たちに届けてくれました。ずっと前から同じ場所を花を咲かせ、人々を魅了し続ける桜。岩殿山丸山公園では、散歩や写真撮影をする人も見掛けました。来年の春は、市内外の皆さんが大月の桜を目いっぱい楽しめることを願っています。



神社の境内に鯉のぼり

4 / 10 梁川町有倉神社

子どもたちの健やかな成長を願い毎年鯉のぼり祭りを開催している梁川地区。今年は感染症対策のため、恒例となった祭りは開催できませんでしたが、少しでも明るい話題を届けたいと、地域の方が協力して鯉のぼりを掲げてくれました。大人も子どもも健康第一。一丸となって元気に過ごしましょう。



小林宏治育英奨学金

4 / 16 奨学生宅

この奨学金制度は、日本電気株式会社の社長や会長を務められた小林宏治氏から「市政にお役立てください」とご寄付いただいたことと、昭和61年に始まりました。令和2年度に選考された高橋愛美さんは、保育士になるために大学で保育などの勉学に励んでいきたいと抱負を語ってくれました。



HOT SPOT まちの話題

心温まる善意をありがとうございます



①市内在住の藤本晴行さん、西村恒男さん、柳原輝夫さんからマスクを寄付していただきました。



②富士急行株式会社からマスク1,000枚を寄付していただきました。



③ジャストワンから妊婦さんに対して手作りマスク68セットを寄付していただきました。



④あいおいケアサービスから車いす2台を寄贈していただきました。

秀麗富嶽十二景写真コンテスト 表彰式

3 / 22 市役所花咲庁舎

最優秀賞を受賞した村上敏幸さんをはじめ、11名の受賞者に記念品などが手渡されました。式の冒頭では長年、審査員長を務めた白籬史朗先生へ黙とうが捧げられました。川隅功審査員長は「非常にレベルが高いコンテスト。若い世代もぜひ応募してほしい」と次回への思いを語りました。



狂犬病予防集合注射

4月 市内各地



人と犬が安心して暮らせるように、年1回の接種が義務付けられている狂犬病予防注射。注射を嫌がる犬も飼い主さんの優しい声掛けで、頑張る姿がありました。私たちと人生を共にし、たくさんの幸せや喜びを分かち合う犬たちに、これからも大切な家族の一員として愛情を注いでください。

5月生まれの 元気な子



さくまほしな
酒巻星那ちゃん (1才)
猿橋町猿橋
「酒巻家の次女、お姉ちゃん、お兄ちゃんに負けずとって元気に元気に優しい子になあれ!!」



たばいこゆう
武井公雅ちゃん (1才)
大月町花咲
「お兄ちゃん大好き♡おもちゃはじっくり研究しながら遊ぶタイプです！1歳おめでとう☆」



たばたこゆう
武田小葉音ちゃん (2才)
猿橋町桂台
「動くの、走るの大好き！赤ちゃんや動物さんにも興味津々。これからも優しい子に育ててね♡2歳、おめでとう☆」



にしむらこう
西室陶治ちゃん (2才)
大月3丁目
「特急電車が大好き。たくさん遊んで元気に育ってね」



わきのやこう
若野毅桐ちゃん (2才)
賑岡町岩殿
「2歳おめでとう★元気いっぱいのお喋りBOY!! あいきとの会話が毎日楽しいよ♡優しい男の子に育ってね!」



こばやしゆうま
小林勇翔ちゃん (3才)
笹子町吉久保
「お兄ちゃんの事が大好きでマネばかり！元気いっぱい大きく育って!」



さとうしんすけ
佐賀シサムちゃん (3才)
賑岡町ゆりヶ丘
「コロナに負けるな!!頑張り大月!!!頑張り日本!!!」



さわむらきせい
佐々木結誠ちゃん (3才)
猿橋町桂台
「歌とダンスと習字ちゃんが大好き!これから元気に育ってね☆」



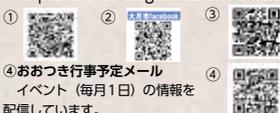
よだたいか
依田大河ちゃん (3才)
雷浜町扇沢
「優しく元気いっぱい。姉弟仲良く遊んで、いつも笑っているよね!」

ほっとタイム

昨年取材させていただいた写真が全国コンクールで入賞することができました。市民の皆さんをはじめ、多くの方々にご協力をいただき、切磋琢磨できたからこそいただけた賞だと思えます。これからも周りの人々との信頼関係を大切に、多くの皆さんに喜んでもらえるような作品を作りたいです。(k)

情報発信

- ①市ホームページ
<http://www.city.otsuki.yamanashi.jp/>
- ②市公式フェイスブック
<https://www.facebook.com/otsukicity>
- ③おおつき防災安全メール
<https://service.sugumail.com/otsuki/>



- ④おおつき行事予定メールイベント (毎月1日) の情報を配信しています。
- ④おおつき行事予定メールイベント (毎月1日) の情報を配信しています。

※③④は本登録が必要です

【市内のお子さんの写真募集】

対象 平成29・30・令和元年の6月生まれ
応募方法 kouhou-19206@city.otsuki.lg.jp にメール、または広聴広報担当の窓口にて持参

応募期限 5月14日(木)

・メールタイトルは「広報おおつき6月号元気な子」として、お子さんの名前、ふりがな、生年月日、保護者の名前、住所、電話番号、35文字程度のメッセージを添付

※送信後、1日以上経過しても返信が来ない場合には、メールが届いていない可能性があります

※写真はお返しできませんので、ご了承ください

DATA (R2.4.1 現在) 住民基本台帳による

世帯数 10,326 人口 23,516 (男) 11,516 (女) 12,000



一部に環境保護に配慮した植物性インキを使用しています。
見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

●発行日/令和2年5月1日
●発行・編集/大月市 〒401-8601 山梨県大月市大月2-6-20
●広報の問合せ先/秘書広報課 広聴広報担当
TEL0554 (23) 8005 FAX0554 (23) 1216