

広報 つる

木を活かし
森と生きる

森林環境譲与税活用事業
「森の学校」



男女共同参画特集号 「介護」を考える

誰の身にも起こりうる介護問題。高齢化が進み、これから「大介護時代」がやってくるともいわれており、家族介護の負担による介護離職の問題は既に深刻化しています。男女共同参画推進委員会においても、介護を経験した委員からさまざまな介護の悩みについて話題が出てきました。

今年度のはばたきでは「介護が必要かも…。困った時はどこに相談すればいいの？どんなことに気をつければいいの？」などの介護に初めて直面する方が抱える不安を解消するため、市役所長寿介護課の職員の方々に「地域包括支援センター」についてお話を伺いました。

長寿介護課 職員



長寿介護課 包括支援担当
秋山 英一郎 主任



長寿介護課 包括支援担当
三澤 未佳 保健師



長寿介護課 包括支援担当
布施 由美子 主任保健師



長寿介護課
天野 奥津江 課長

三澤 運転免許証の自主返納や自宅を訪問してようすを見て欲しいといったものから、家族から本人に伝えづらい内容の相談も受けています。センターだけでは対応しきれない場合もあるので、介護事業者や社会福祉協議会、医療機関、民生委員などと連携して、支援体制を整えています。

遠山委員 相談内容にはどのようなものがありますか。
三澤 運転免許証の自主返納や自宅を訪問してようすを見て欲しいといったものから、家族から本人に伝えづらい内容の相談も受けています。センターだけでは対応しきれない場合もあるので、介護事業者や社会福祉協議会、医療機関、民生委員などと連携して、支援体制を整えています。

根本委員 地域包括支援センター（以下「センター」という。）ではどのような相談ができますか。介護申請のほか、介護の困りごとや高齢者の生活支援について、本人の状況や家族との関係を考えながら、最適な支援方法をアドバイスしています。

地域包括支援センターとは？

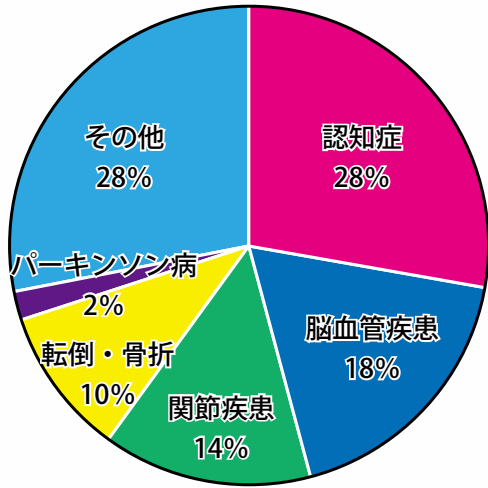
インタビューー

根本委員、遠山委員、中村委員
(男女共同参画推進委員)

はばたきとは

男女共同参画社会の実現のため、平成16年度から年1回発行している都留市男女共同参画推進委員会の機関紙です。

平成23年度より、広報つるの特集として掲載しています。



◆疾患別介護保険認定要因割合
(2014～2017年)
(出典：長寿介護課)

中村委員 相談にはどのような方が来ますか。
布施 家族の方が多くですが、介護を受ける本人の場合もあります。
中村委員 家族が認知症かどうか判断できなくても相談はできますか。
天野 日常生活に支障が出てきたら認知症などの可能性があるといわれています。本人はかなり困っていると思いますので、少しでも気になることがあれば相談にきてほしいです。
根本委員 「センターを知らない」という方も多いみたいですが…。
天野 数年前、市内在住の高齢者を対象としたアンケート調査を行いました。が、半数以上の方が「センターの名前を知らない」という回答だったので、周知することは今後も課題です。

介護が必要になる、その前に

秋山 さまざまな支援制度を整備していますが、最後まで健康で自立して生活できることが、本人や家族にとって一番だと思います。

長く健康でいるためには、外へ出て身体を動かしたり、人と話したりするなどの介護予防に努めることがとても大切です。

遠山委員 「いーばしよづくり」(※1)という地域で取り組める事業があるのですが、どのようなものですか。

布施 各地域の方々が月に1回、数回集まり、健康体操や茶話会、レクリエーションなどを行っています。

参加者自身が活動内容を決めているので、会によって活動はさまざまです。家から歩いていけるところに地域の皆さんが集える場所がある、というのがいーばしよのメリットですが、男性の参加者が少ないことが今後の課題です。

根本委員 女性は口コミで広がっていくことが多いですが、男性だときっかけ作りが難しいかもしれませんね。男性が参加しやすいように、そば打ちや陶芸などものづくりのイベントがあっても面白そうですね。

天野 センターでは、高齢の方に「エンディングノート」(※2)の作成をおすすめしています。どのような最期を迎えたいか、延命治療などをするのか

▼介護離職の現状(出典：総務省 統計局)

	「介護・看護」を原因とする離職率	介護者の有業率
1位	和歌山県 3.3%	長野県 60.7%
2位	長野県 3.2%	山梨県 60.0%
3位	山梨県・福島県 3.0%	新潟県 59.2%
全国平均	1.8%	55.2%

◆山梨県は全国的に見ても「介護の為に仕事を辞めた」、「仕事を続けながら介護をしている」などの就業者の割合が高いことが分かります。
 「介護」は高齢者だけでなく、家族や親族にとっても長期的に負担がかかる場合があります。お困りのことがあれば、ぜひ、お気軽にご相談してください。

などをノートに書いておくことで、本人だけでなく家族も安心して過ごすことができ、何かあった時に迷わないで済みます。
 ぜひ多くの方に、元気なうちにエンディングノートを作成していただけたらと思います。



※2「エンディングノート」…自分の意志を伝え、人生の最期を迎える準備が大切です。



※1「いーばしよ」…現在、22のいーばしよが活動しています。外出し、お知り合いとお話しをするだけでも介護予防につながります。



◆インタビュー中のようす

まずは相談へ

根本委員 センターの方が親身に個別の相談に対応していることがわかり、心強く感じました。今後、多くの方が介護を経験することになると思うので、周りに困っている人がいたらセンターの話をしてほしいと思います。

遠山委員 私にも高齢の家族がいるので、今回聞いたことを家族と話し合いたいと思います。

中村委員 幅広い相談ができるのに、知名度が低いことが残念です。いざ介護や支援が必要になった時に困らないよう、もっと多くの人にセンターを知ってもらいたいですね。

家族としての向き合い方は？

Q 家族が介護を必要としたとき、介護する側として心がけるべきことはありますか。

A 一人で抱え込まずに周囲に相談をすることが大切です。本人や家族の不安の軽減と、生活で支障となっていることへ早めの対応ができるよう、抱え込んでしまう前に相談しましょう。

Q 介護を理由に奥さんが早期退職した方がいました。介護離職なども相談できますか。

A 最近、男女関係なく介護を担うのが当たり前になりました。介護離職を検討している方には、介護休暇制度の取得や介護保険サービスの利用内容を検討し、なるべく離職しないで済む方法を一緒に考えます。

Q 在宅介護と施設介護のメリット・デメリットを教えてください。

A 在宅は、金銭的な負担は少なく済みますが、家族の支援や自宅設備を整える必要があり、介護の負担が施設と比べ大きくなります。施設は、在宅に比べ家族の負担は少なく済みますが、どの施設も満床の状態が多く、入所までは時間がかかるのが現状です。

介護が必要？こんなとき、どうすれば？

- Step1**
- 祖母が病気で倒れてしまった。
 - 離れて暮らす母の足腰が弱ってきていて心配。
 - 最近、父の物忘れが多い。これは認知症？

Step2

まずは地域包括支援センターに相談！

- Step3**
- 本人の状況を見て、家族や医療機関などと相談し、介護を受ける方や家族にとって最適な支援方法を探します！
 - 介護保険の申請はセンターでできます！

- Step4**
- ★ **介護保険申請を行った場合**
要介護認定調査や医療機関を受診します
⇒ 審査会で認定されると介護保険認定証が発行され、利用するサービスの内容などは、センターやケアマネジャーと相談により決まります。
 - ★ **介護保険申請を行わなかった場合**
随時、相談は応対します！
⇒ 介護予防の取り組みや医療機関などの紹介のほか、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯の方には状況により職員が訪問を行います。



お問い合わせ先

都留市地域包括支援センター

☎(46) 5114
都留市下谷2516-1
(いきいきプラザ都留内 長寿介護課)

都留市地域包括支援センターは高齢者の皆さんの生活を送るうえで困りごとなどに対応する総合相談窓口です。保健師や社会福祉士、ケアマネジャーなどが中心となり、介護・医療・保健などの関係機関と連携し、高齢者の皆さんやその家族の方々の支援を行いますので、お気軽にご相談ください。

問合せ

地域環境課 地域振興担当

Eメール

chikshinkou@city.tsuru.jp

☎(43)1111(内線175)

FAX(43)5049

都留市経営者連絡協議会よりSC対策委員会に活動時に着用するベストを寄贈していただきました！

本市において事業を営む32の法人で組織される都留市経営者連絡協議会より、セーフコミュニティ対策委員が活動する際に着用してほしいと、対策委員会にそれぞれ15着、計90着のベストを寄贈していただきました。

8月2日(金)、小林 清哲会長や役員の方々方が市役所を訪れ、ベストの贈呈式を行い、各対策委員会の代表がさっそく袖を通しました。これを機に市民の方々とともに、より活動を活発化させることを誓いました。

都留市経営者連絡協議会の皆さま、ありがとうございました！

今後も「安全・安心なまち つる」を目指して、取り組みを進めていきますので、関係者の皆さまをはじめ、市民の方々には引き続き、セーフコミュニティへのご理解、ご協力をよろしくお願い致します。



▲贈呈式の様子

前列は市長と経営者連絡協議会の役員、後列は各対策委員会の代表者の方々です。



▲寄贈していただいたベスト

対策委員会ごとにカラーが異なり、一目でどの委員会の活動なのかが分かります。

【各対策委員会 委員長・副委員長の紹介】

先月号に引き続き、6つの分野別対策委員会のうち、「高齢者の安全」、「親と子の安全」、「心の健康」の3つの対策委員会の委員長、副委員長を紹介します。

高齢者の安全 対策委員会



高部 鈴枝 委員長

高齢者の安全対策委員会委員長の高部鈴枝です。高齢者なので、元気に続けていけますように頑張ります。



船越 あゆみ 副委員長

委員の方々と共に、高齢者の方々が都留市で安全に暮らし続けられるよう、活動していきたいと思えます。

親と子の安全 対策委員会



三枝 里実 委員長

都留市の未来を担う子ども達が安心して暮らせるまちづくりのために、皆さんで取り組んでいきましょう。よろしくお願いします。



酒井 澄江 副委員長

子ども達が健全に育つ地域づくりのために、研修などに参加しながら研鑽を積み、子ども達のえがおが永遠に続くよう精一杯頑張ります。

心の健康 対策委員会



重原 達也 委員長

心が不健康な状態を無くすこと。自殺する人が出ないコミュニティを目指し、何ができるか、何をしなければならないか、熱い議論が始まったばかりです。



石川 やす子 副委員長

心の健康対策委員会委員として、市民の一人ひとりが笑顔で暮らせるよう、心の健康維持に微力ながら他の委員の方たちと共に頑張っていきたいです。

森林環境譲与税を活用した取り組みを始めます。

市では今年度より、国から交付される「森林環境譲与税」を活用する事業を開始しました。

わたし達の生活と隣り合う森林を整備・活用し、豊かな自然を後世に残すための取り組みを進めていきます。

森林環境譲与税ってそもそもどんな制度？

多くの人にとって普段、生活する中で森林の持つ役割について考える機会はありませんか？ 森林には「地球温暖化の防止」、「水源涵養」、「災害防止」などの大切な働きがあり、森林を適切に整備することは、国土や人々の命を守ることに繋がります。国は、地方自治体が森林整備などを実施するために必要な財源を安定的に確保するために「森林環境税及び森林環境譲与税に関する法律」を制定しました。

「森林環境譲与税」は、国に一旦集められた「森林環境税」を森林の整備を実施する市町村やそれを支援する都道府県に配分する仕組みです。



▲子ども向け林業体験
啓発活動も森林環境譲与税の取り組みの一環です。

森林環境譲与税は何に使えるの？

- 森林の整備 ○森林の整備を担うべき人材の育成及び確保
- 森林の持つ働きに関する普及啓発 ○木材利用(建築材料、工作物の資材、製品の原材料、エネルギー源)の促進

都留市ではどんな取り組みをするの？

環境教育の充実

- 宝の山などでの環境教育プログラムの開発・充実
- 民間が行う環境教育プログラムとの連携・協力 など

林業の担い手の育成

- 地域おこし協力隊の活用 ○「森の学校」の実施 など



◆「森の学校」のようす

つる観光とのマッチング(木材利用の促進)

- 城下町テイスト(黒塀)の間伐材利用
- 森林経営管理制度 ○間伐などの森林整備
- 林業経営者による経営管理 など

期待される事業効果

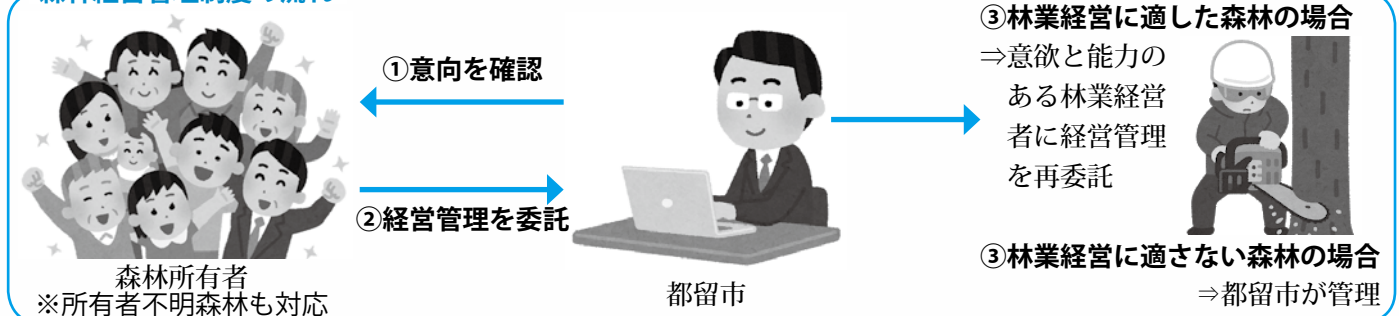
- 里山の復活
- 有害鳥獣被害の抑止
- 防災・減災(セーフコミュニティの推進)
- 都市部からの交流人口の増加、移住・定住
- 着地型観光の推進
- まちづくりに対する郷土愛・市民の誇りの醸成
- 景観整備
- ヒーリング効果
- 木材の利用拡大 など

森林経営管理制度について

市では森林経営管理法に基づき、経営管理が行われていない森林について、市が仲介役となり森林所有者と林業経営者をつなぐ仕組みを構築し、担い手を探す「森林経営管理制度」を実施します。

森林(民有林)の手入れが行き届かず、森林の適切な経営管理が行われないと、森林の機能の維持、増進に支障が生じることになります。こうした事態を防ぐため、適切に管理が行われていない森林を、意欲と能力のある林業経営者や市が管理することで、林業の成長産業化と森林の適切な管理の実現を目指します。

森林経営管理制度の流れ





親生まれ、 信頼される医療で地域に貢献します。

産婦人科の紹介

★皆さんに信頼される産婦人科を目指します★

安心・安全なお産を目指し、心を込めて対応させていただきます。
患者さんはもちろん、ご家族に寄り添えるよう関わっていきます。



当院は小児科のバックアップ体制もあり、2月の分娩再開から7月末までに28人の産声を聞くことができました。
山梨大学医学部をはじめ、各関係機関の方々には多くのご支援を頂き、当院で分娩再開できたことをここに深く感謝いたしております。

当院でおこなっているフォロー（あくまでも一部です）

- ・産前は保健指導を通して妊娠中のトラブルなどへのアドバイスをおこなっています。
- ・産後は2週間健診、1ヵ月健診などで、お母さんや赤ちゃんに対する悩みを聞いています。
- ・育児相談・母乳相談もお待ちしています。 など

当院で出産されたお母さんからメッセージが届き、職員一同気持ちを引き締めてこれからも臨んでいきます。

はじめての出産でしたが、安心して過ごせました。妊婦健診のときから出産・入院中・退院までスタッフさんがとても優しく、もしまた出産するとしたらここで出産したいと感じました。
Nさん



■皆さんのご来院をお持ちしています。

介護老人保健施設「つる」

宝保育所の年中・年長児さんが遊びに来てくれました。歌や踊りを見せてもらい、利用者さんの肩たたきもしてくれました。

年に数回の、選べるバイキング形式での昼食。おかわり自由！そうめん、天ぷら(特に海老!)が人気でした。



■子どもたちのかわいらしい踊りに利用者さんたちもとても喜んでいました。



■自分の好きなものを選んで、楽しくお食事を楽しんでいました。

都留市立病院・介護老人保健施設「つる」外壁改修工事をおこないます

当院では、建物の経年劣化を防ぐために屋根防水や外壁改修工事をおこないます。

工事期間中は騒音や臭気など入院・外来患者さまには大変ご迷惑をおかけいたしますが、なにとぞご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

工事期間 令和元年9月上旬から令和2年1月末まで

市立病院でトリアージ訓練を実施します

トリアージ訓練とは、大規模災害が発生した場合に限られた医療資源のなかで、より多くの命を救うために、効率的な治療・搬送の優先順位を決めることをいいます。いずれ起こるであろう大規模災害に備え、当院ではこのトリアージ訓練を初めて実施します。訓練日には外来診察の無い時間帯で行いますが、皆さまにはご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

実施日時 10月19日(土)13時30分から

都留市公立大学法人評価委員会会議を開催しました



本市では、地方独立行政法人法第11条第1項に基づき、市が設立する公立大学法人都留文科大学の業務実績の評価及び法律などに定められた事務を処理するため、市長の附属機関として、「都留市公立大学法人評価委員会」を設置しています。

8月5日(月)、市役所大会議室において、令和元年度第1回都留市公立大学法人評価委員会会議を開催し、平成30年度法人の業務の実績に関する評価などの議題について、評価委員と説明者として大学の福田副理事長(学長)をはじめとした法人職員と活発な意見交換を行いました。

今後、会議で出された意見などをともに評価結果書を作成し、ホームページで公表する予定となっております。

tsuru topics

山梨中央銀行めじろ台支店で移住・観光PRを行いました

7月から8月にかけて、山梨中央銀行の都内支店にて、本市の移住や観光に関する出張PRを行いました。

7月25日(木)は吉祥寺支店、8月15日(木)は八王子支店にて、それぞれブースを設け、「生涯活躍のまち・つる」事業や観光に関して広くPRを行ったほか、銀行を訪れた方に、本市のトートバックやミネラルウォーター「熊太郎の大好物」を配布したところ、とても好評でした。

市と山梨中央銀行は平成29年4月に地方創生の実現に向けた『包括連携協定』を締結しており、市の移住・定住に関する補助事業と連携した住宅ローンの取り扱いなど、取り組みを進めています。

今後も継続的に市のPRイベントを実施し、首都圏を中心とした市外の方々へ都留市の魅力をアピールしていきます！



tsuru topics

禾一わくわくクラブと中国の子ども達が交流を行いました！



7月26日(金)、中国・大連多元知能教育研究センター研修旅行団の子どもたち27名が、禾生第一小学校の放課後子ども教室「禾一わくわくクラブ」を訪問しました。

禾一わくわくクラブの子どもたちが拍手で出迎え、歓迎会では記念品の交換を行いました。その後の交流会では、プラバン工作を行い、好きなアニメキャラクターや中国と日本の国旗などを描き、キーホルダーを作りました。お互いに言葉は通じなくても、身振り手振りや英語で意思疎通を行いました。

また、折り紙にメッセージを書いて交換したり、中国語のじゃんけんを教わったりするなど、短い時間でしたが交流を深めることができ、子どもたちにとって、とても貴重な体験となりました。

情報Clipる

都留市役所から、
さまざまな生活情報をお伝えするコーナーです。

Clip!

「事業評価・提案会」の市民評価人を募集します！

申込・問合せ先：
下記記事内をご確認ください

様々な分野の学識経験者と市民の皆さまを評価人（都留市行政改革推進委員）として任命し、公開の場で市が実施する政策や事業などに対する評価や提案をいただくため、「事業評価・提案会」を開催します。

「事業評価・提案会」にて評価・提案をしていただける、市民評価人を公募します！

対象事業
本年度のテーマは、計画期間が終了した第6次都留市長期総合計画前期基本計画実施計画の事業の中から政策提言を受けることとし、事業については現在選定中です。



応募資格

本市在住の方で任命式などに出席できる方

○任命式・勉強会

10月1日(火) 18時30分～

○事業評価・提案会

10月10日(木) 18時30分～

※学生の申し込みも可能です。

募集人数 2名程度

報酬 任命式・勉強会、事業評価・提案会への参加1回につき5,000円

応募方法

9月11日(水)必着で氏名、性別、現住所、連絡先、応募の動機を記入し(様式任意)、メール、ファックス、または郵送のいずれかの方法で提出してください。

申込・問合せ先

企画課 政策担当

☎(43)1111(内線242)

〒402-8501

都留市上谷1-1-1

Eメール

seisaku@city.tsuru.lg.jp

ファックス

(45)5005

問合せ先：上下水道課
水道管理担当・工務担当

Clip!

水道の災害対策

～地震・台風など災害はいつ起こるかわかりません～

災害時にもっとも大切なのは飲料水の確保です。市では、市民の皆さまの飲料水が確保できるように日ごろから施設の点検を行っています。

また、水道施設整備基本計画(平成23～令和2年度)の中で、市立病院や公共施設、避難所など、重要施設に直結する管路を重要路線として位置付け、耐震化への整備を進めています。

家庭での飲料水確保

大規模災害が発生し水道施設が破損した場合に、皆さまに水が行き渡るまでに数日間かかってしまう場合もあります。そこで、一人ひとりの水の確保が大切となってきます。各ご家庭で日ごろから飲料水の備蓄を心掛けてみましょう。

人間が生命を維持するために必要な水の量は、成人で1日約3ℓと言われています。この量を目安に家族全員が3日間無事に生活できる量を「ため置き」しましょう。

「ため置き」は、フタのできる清潔な容器に空気が残らないよう口元いっぱいまで水を入れ、日のあたらない涼しい場所で保管してください。保存できる期

間は、20ℓで約1週間が目安ですが、夏場などは早めに水の入れ替えを行いましょ。

配水池緊急遮断設備

地震などの災害で配水管が破損すると、配水池から大量の水が流出し飲料水の不足、または流出した水による2次災害が発生する可能性があります。

このような事態を防止するため、大地震などの影響で配水池の流量計が過度な流量を感知すると、自動的に緊急遮断弁が閉じ、飲料水を確保する装置を主要施設に設置しています。

応急給水活動

災害時の応急給水用資機材として、6ℓ用のポリタンクを常備しています。

また、積載型の給水タンク車を備えており、災害時においても迅速に飲料水の供給ができるようになっています。



申請・問合せ先：福祉課
地域福祉担当 ☎(46)5111

Clip!

プレミアム付商品券購入のための申請について

今年度実施するプレミアム付商品券を購入できる対象者のうち、「平成31年度の住民税が非課税の方」は、購入引換券を受け取るために交付申請書の提出が必要となります。

対象と思われる方には8月下旬ごろに交付申請書を送付していただきますので、期限内に必ず提出してください。

申請書を受理した後、対象者へは9月下旬から随時、簡易書留にて引換券をお送りします。

交付申請書の提出が必要な方

対象 平成31年1月1日時点で本市に住民票があり、平成31年度の住民税が非課税である方

※住民税課税者と生計同一の配偶者、扶養親族などを除きます。

※対象と思われるのに、申請書が届かない場合は、お問い合わせください。

申請方法 申請書に記入、押印をし、返送用封筒にて返送してください。

申請期限 12月27日(金)※消印有効

交付申請書の提出が不要な方

3歳半以下のお子さんがある世帯の世帯主へは9月下旬に簡易書留にて直接、引換券をお送りします。

※商品券の引換方法(購入など、詳細は10月広報で掲載します)。

申請・問合せ先：地域環境課
環境政策担当

Clip!

地下水(井戸)を利用している方へ

井戸の設置届及び許可申請について

井戸の設置には届出、または許可が必要になります。大きさや形状、用途(家庭用、農業用、業務用)にかかわらず、揚水機で採取し、地下水を利用しているものはすべて井戸とみなされ、届出の対象となります。

すでに設置している方は届出を、これから設置しようとする方は事前協議が必要となり、協議後、設置の30日前までに許可申請をお願いします。

量水器の設置について

地下水資源の保護と採取の適正化を図るため、吐出口の断面積が6cm以上の井戸(公共用・農業用は除く)を設置している場合、水量を測定するための量水器を設置し、毎年1回、採取量を報告することが義務付けられています。

量水器設置費補助金について

平成30年10月1日の時点で、既に設置していた井戸は、「量水器設置費補助金」の対象となります。

ただし、令和元年10月1日までに井戸の設置届が出ていない場合には、「量水器設置費補助金」は対象となりません。なお、補助金の申請は、量水器設置工事前に行う必要があります。

申請や補助金についての詳細は、市のホームページで確認していただくか、担当まで問い合わせください。

申込・問合せ先：市民課
保険年金担当

Clip!

いきいき人間ドックを実施しています

国民健康保険加入者の方々が、健康で充実した日々を過ごすことができるよう、いきいき人間ドックを実施しています。

対象者 今年度、35、45、55、65歳になる国保被保険者の方

※今年度、すでに市の特定健診を受けた方は対象外です。

指定医療機関ごとの詳細

①クアハウス石和

(笛吹市石和町八田330-5)
☎055(263)7071

申込方法 実施日の指定はありませんので、希望受診日(令和2年3月31日まで)の1カ月前までに、クアハウス石和へ予約してください。

予約後は市民課 保険年金担当へ予約日をお知らせください。

②山梨県厚生連健康管理センター

(甲府市飯田1-1-26)

実施日 10月7日(月)、23日(水)、11月5日(火)、19日(火)

申込方法 希望する受診日の1カ月前までに、市民課 保険年金担当へお申し込みください。

※定員に達し次第、締め切り。
※いずれも昼食付き

個人負担金

男性 11,000円
女性 14,000円

Clip!

第22回『都留いきいきフェスティバル 2019』

問合先：生涯学習課
生涯学習担当



北島 義典 氏
(埼玉県立大学准教授)

講師

講演会内容
演題 「都留市におけるこれからの介護予防『いーばしよ』」
—若年者(未来の高齢者)から現役高齢者まで—

「都留いきいきフェスティバル 2019」開会式典
日時 9月29日(日)
13時～15時10分
場所 まちづくり交流センター
内容
○開会式典 13時～
○表彰式「第28回増田誠大賞」入賞者表彰
○講演会 13時40分～

10月と11月を生涯学習月間と位置づけ、「都留いきいきフェスティバル」を開催します。市民の皆さんに文化・芸術・健康・スポーツなどに関心を持っていただき、いつでも自由に学び、学んだことを生活に活かすきっかけを作っていただくため、多彩な事業を企画しています。詳しくは広報10月号でお知らせします。

講演内容

人生100年時代と言われる今日の社会では、高齢者の生き方が大変重要です。長い人生を最後まで楽しく生き甲斐をもつて暮らすため、また医療費や介護費といった社会保障に関わる費用を少なくし、安心・安全な暮らしを維持するためにも、健康寿命(自立した生活を送れる期間)を延伸し、豊かで活力ある長寿社会の実現が望まれます。

そのためには、若い頃から健康に気を付け、病気や障がいが生じて、住み慣れた家や地域で自分らしい暮らしが続けられるような社会的な仕組みが必要で、行政による公助と、住民による自助・共助・互助による共生社会を育んでいくことが重要です。

都留市ではそのための事業の一つとして、埼玉県立大学などと共同で、高齢者の社会的交流の場であり、多世代の交流の場でもある「いーばしよ(居場所)」づくりを平成27年度から実施しています。多くの住民の方がこの「いーばしよ」事業に関わり、都留市の豊かで活力ある社会を実現していただきたいと思います。

Clip!

文化祭の作品を募集します

問合先：中央公民館
☎(43)1451

部門	責任者	住所	連絡先	備考
華道	落合 容子	上谷6-1-19	43-6762	
俳句	渡辺 孝行	夏狩1167-3	43-5808	3句以内、ハガキで投句
絵画	清水 初枝	夏狩146	43-2656	洋画・日本画 横60cm×縦160cm以内
書道	佐藤 多恵	井倉461	43-6489	
写真	佐藤 和徳	法能65	43-6813	
趣味	鈴木久美子	中央2-2-17	090-4131-6104	
菊花	小池 佑二	平栗215	43-7234	
郵集	奥脇 光弘	つる 2-5-13	090-4725-3351	
詩	中央公民館	中央3-8-1	43-1451	400字詰原稿用紙2枚以内
さつき	勝俣 房三	上谷4-1-17	43-5366	1人1点まで
盆裁	荒川 浩子	中央1-7-11	43-7247	
編洋	中央公民館	中央3-8-1	43-1451	5首以内、ハガキで投稿
短歌	小西 武	大月市猿橋町桂台1-11-6	090-3135-9406	

今年度の文化祭に展示する作品を募集します。

文化祭テーマ
「新しき令和を拓く市民の輪、絆結んで文化祭」

展示期間
11月1日(金)～3日(日・祝)

展示場所 まちづくり交流センター、ふるさと会館、ぴゅあ富士、ミュージアム都留

募集作品 市内在住者、または文化協会会員が自作した文化、芸術性に富んだ作品

提出先 中央公民館または左記の部門責任者

締切日 9月25日(水)

○小、中学生の文芸作品(詩、俳句、短歌、書道)は各学校へ提出してください。

○作品の返却については各部門にお問い合わせください。

○やむを得ず受付調整の処置を取る場合があります。お早めにお申し込みください。

○大会部門(合唱祭・吟道大会・舞踊大会・歌謡祭・呈茶会・俳句大会・謡曲と仕舞・大正琴演奏会)の開催スケジュールなどは「広報」10月号に掲載します。



読み聞かせボランティア

ひびきの会の読み聞かせ

日時 9月14日(土) 14時

場所 市立図書館おはなしコーナー

こぐまクラブの

「こぐまのちいさなおはなし会」

日時 9月18日(水) 10時30分

場所 市立図書館おはなしコーナー

こぶたの会の「ワクワク」おはなし会

日時 9月28日(土) 10時30分

場所 市立図書館おはなしコーナー

乳幼児読書支援・子育て支援

○ブックスタート

生後7カ月児と保護者を対象に赤ちゃんの図書館デビューをご案内します。

日時 9月6日(金) 13時30分

場所 市立図書館おはなしコーナー

お外で遊ぶ親子の会「はねっこ」

どんな天気の日でも、各地からきた親子が集まり外で遊んでいます。自然の中で何をすればいいかわからない方、語り合える仲間が欲しい方、妊婦さん、一緒に歩きましょう！

活動日 毎週木曜日 9時40分～12時頃

場所 羽根子地区

問合せ 梅崎奈津子

☎070(5364)5835

ベビーヨガ&マッサージ

そのほか、読み聞かせを行います。

日時 9月20日(金) 10時30分

場所 まちづくり交流センター

対象 2カ月～1歳くらい

参加費 200円

持ち物 バスタオル、おでかけグッズ

定員 10組程度

問合せ 友野

☎090(7710)2389



おあよー...



ごじゃいやしゅ。

NPO子育て応援サークル

「ベビタスママタス」

ベビママ「お祭りワッショイ！」



▲昨年の「お祭りワッショイ！」のようす。子ども達は元気イッパイ！！

お祭りの楽しい遊びを用意！ご家族みんなで遊びに来てください。

日時 9月9日(月) 10時～12時

場所 いきいきプラザ都留

参加費 子ども一人につき500円

定員 50組位※未就園児とその家族

参加申込受付中。

共通申込・問合せ

ベビタスママタス事務局(小林)

☎090(7815)8181

NPO法人にこ研

にこ研deタイ式ヨガ☆

子育て中は、母の身体は酷使されまです！整えるって大切ですよ。MAO先生の教えてくれるタイ式ヨガは、この辺りではなかなか体験できないレアなヨガです！

日時 9月25日(水) 10時～11時

場所 まちづくり交流センター

対象 未就園児のママ

幼児教育・保育の無償化について

10月から、幼児教育・保育の無償化が始まります。

対象

○3歳～5歳児クラスの全ての子ども

○0歳～2歳児クラスの住民税非課税世帯の子ども

※通園送迎費、食材料費、行事費などは、保護者負担となります。利用施設へ直接お支払いください。

対象施設

○幼稚園、認可保育所、認定こども園など

○認可外保育施設、預かり保育や障害児の発達支援など

事前申請が必要な施設について

子ども・子育て新制度の対象とならない幼稚園、認可外保育施設、預かり保育などの利用料を無償とする(上限あり)ためには、事前の申請が必要です。

※詳細はお問い合わせください。

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当

問合せ 健康子育て課 保育家庭担当



定員 10名(託児限定4名)
参加費 500円
問合せ インターネットで『NPO法人にこ研 都留市』で検索してみてください。QRコードを携帯で読み取り、LINE@に登録いただきますと、にこ研のイベント情報をお知らせします。



『みらいのえんそく』

ジョン・ヘア 作
椎名かおる 文
あすなる書房

遠足の日、子ども達がやってきたのは月！初めて来た月に大興奮で遊ぶ子ども達。しかし、お絵かきをしている間に居眠りし、取り残された子がいて…。

将来本当に実現するかもしれない、宇宙の遠足を描いた夢のある絵本。

『天を掃け』

黒川裕子 著
中村ユミ 絵
講談社

中学2年生の駿馬は短距離走者として期待されながらも走れなくなった。その夏、駿馬はたったひとりで小惑星探索に挑むすばると出会う。すばるは駿馬に嘲笑の笑みを浮かべながら「むずかしかったからあきらめたのか？」という…。



今月のおすすめ
Recommendation



『老後は非マジメのすすめ』

立川 談慶 著
春陽堂書店

定年という概念がなかった江戸時代。後半生は、落語的に生きるべし。慶応大卒のエリート噺家が、「長屋の花見」「芝浜」などの魅力的な登場人物から、老後の“非マジメ”な生き方を読み解く。

『レンタルなんもしない人のなんもしなかった話』

レンタルなんもしない人 著
晶文社

2018年に「レンタルなんもしない人」というサービスがスタートした時からの半年間の出来事を、ほぼ時系列で紹介する。本当になにもしないのに次々に起こる、ちょっと不思議でこころ温まるノンフィクション・エッセイ。



今月の新着図書案内

■ 児童図書
平成の天皇
14歳からの政治入門
プラスチック・プラネット
しぶとい生き物図鑑
セミクジラのぬげがら
こどもしよくどう
手紙 ふたりの奇跡
ころべいいいのに
どっちからよんでも
ばしようさんとかっぱ

■ 一般図書
『敬老の日読書のすすめ』コーナー
70歳のたしなみ 坂東眞理子
終生知的生活の方法 渡部昇一
ひとりサイズで、気ままに暮らす 阿部洵子
歩き続ける力 三浦雄一郎
健康は住まいがつくる 田中正敏
鼓に生きる 田中佐太郎
市川悦子ことばの宝物 市川悦子
一切なりゆき 樹木希林
桂歌丸大喜利人生 樹木希林
本にまつわる世界のことば 温 ぴあ
老年を面白く生きる 曾野 綾子

児童図書
全152冊

今月の新着
一般図書
全225冊

開館時間
9時30分～17時15分
※火・水・木は2階のみ
19時まで開館します。

問合先
都留市立図書館
☎(43)1324

リサイクル図書募集

秋の読書週間の行事の一環として「図書リサイクル」を行います。ご家庭の図書の提供にご協力をお願いします。

受付期間 9月3日(火)～11月9日(土)

提供いただける図書を図書館窓口までお届けください。図書の状態、内容、量などによってはお受けできない場合もありますので、事前にお問い合わせください。

11月9日(土)秋の読書週間講演会

講師 金田一秀穂さん(言語学者・県立図書館長)
※詳細は広報10月号でお知らせします。

9月の開館ご案内

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
①	②	3	4	5	6	7
8	⑨	10	11	12	13	14
15	⑬	⑭	18	19	20	21
22	⑳	㉑	25	26	27	28
29	㉓					

○印が休館日です。

遊び心と細密美

根付



欧米を魅了した小さなアート

MUSEUM
ミュージアム都留

開館時間 9時～17時(入館は16時30分まで)
 観覧料 一般 300円(210円)
 高・大学生 200円(140円)
 小・中学生 100円(70円)
 ※()内は、20名以上の団体料金です。
 休館日 月曜日、祝日の翌日
 問合先 ミュージアム都留
 ☎45-8008

9月15日(日)まで～開催期間終了迫る!～

ミュージアム都留夏季企画展

「遊び心と細密美—根付 欧米を魅了した小さなアート」

本企画展は国際根付彫刻会の共催及び京都清宗根付館の協力のもと、全国50名を超える現代根付作家による作品を約150点集めて展示しています。海外では日本を代表する美術工芸品として知られる根付(NETSUKE)。

全国でも最大規模の根付の企画展!この機会にぜひご覧ください。

▶ 佐々木泰宏 「ビートル」

▶ 田神十志「春風」
※ほぼ原寸大▶ 福山恒山「ぬりかべ」
※ほぼ原寸大

全国最大規模!
 愛らしく、日本人の粋が詰め込まれた
 小さな小さな根付の世界をご堪能ください!

イベント情報

プラネタリウム

ドーム型のプラネタリウムの中で星空を観察してみよう。

講師 高橋真理子氏(星つむぎの村代表理事)

日時 9月15日(日)①13時30分～ ②14時30分～ ③15時30分～ ④16時30分～※各回30分程度

参加費 無料※定員各回20名

申込方法 ミュージアム都留までご連絡ください。定員に達し次第、締め切りとなります。

第28回増田誠大賞入賞・入選作品展

「第28回増田誠大賞公募展」には多くの方々にご応募いただき、ありがとうございました。

審査の結果、入賞・入選された作品を次の期間、ミュージアム都留にて展示を行います。

皆さまのご来場をお待ちしております!!

期間 9月28日(土)～10月12日(土) 会場 ミュージアム都留 第2展示室(入場無料)

※9月30日(月)、10月7日(月)は休館日となります。

みやこ
もり
都の杜

うぐいすホール

イベントインフォメーション

「都の杜うぐいすホール」にて開催される、さまざまな催しの情報をお届けします。ぜひ、豊かな緑と静寂の中で、くつろぎのひとつときを…

9/19(木)・20(金) 優秀映画鑑賞推進事業～名画傑作選～

うぐいすキネマ館 懐かしの名作映画を大スクリーンで！

映画史を艶やかに彩ってきた監督と女優との宿命的な出会い。数ある名作、代表作から選んだ4作品を紹介します。

◎9月19日(木)

10時～11時30分

稲妻(1952年)

監督/成瀬巳喜男

出演/高峰秀子、
三浦光子、
香川京子 ほか

◎9月20日(金)

10時～11時30分

伊豆の踊子(1963年)

監督/西河克己

出演/吉永小百合、
高橋英樹、
浪花千栄子 ほか

◎9月19日(木)

13時～15時10分

にごりえ(1953年)

監督/今井正

出演/田村秋子、
久我美子、
淡島千景 ほか

◎9月20日(金)

13時～14時40分

華岡青洲の妻(1967年)

監督/増村保造

出演/市川雷蔵、
若尾文子、
高峰秀子 ほか

■全席自由 ■大ホール ■入場料200円/回(前売予約販売はありません。当日入場時にお支払ください)

■主催 (一財)都留楽友協会/文化庁/国立映画アーカイブ ■特別協力 (社)日本映画製作者連盟/全国興行生活衛生同業組合連合会 ■特別協賛 木下グループ

9/23(月・祝日)第37回 聴き合いコンサート

新着！入場無料！楽しい音楽が盛りだくさんの演奏会。

互いに演奏し合い、聴き合うことで、研鑽し、親睦を深めるとともに、地元演奏家の文化交流の場となっております。素敵な音楽をゆったりとお楽しみください。

■13時開演 ■大ホール ■全席自由 ■入場無料 ■出演 <ピアノソロ>小笠原史妃、佐々木藍、飯住稚草<ピアノデュオ>池谷亜希子、笠井身江子<ソプラノソロ>杉本ふみな、加藤京、杉本まゆみ、藤本理恵<テノールソロ>山宮正浩<バスソロ>仲谷昌敏<サクソフォンソロ>深澤好久<マリンバ・ピアノデュオ>市川志寿子、西川恵理香<尺八・箏合奏>猪田柏童、岡部圭子、<三味線合奏>鶯音の会<リコーダーアンサンブル>コンソート・エミュー、アンサンブル・グーフォ

11/9(土)東建コーポレーション Presents 中村雅俊 45th ANNIV. CONCERT TOUR 2019
ON and ON Vol.3 Acoustic Unit

中村雅俊45周年アニバーサリー公演！チケット好評販売中！

ドラマ・舞台・歌手と多岐にわたる活躍を続け、今年デビュー45周年を迎える中村雅俊。長きにわたってファンを魅了し続ける歌声を、アコースティックサウンドに乗せてお届けします。

■16時開演 ■大ホール ■全席指定 5,500円/会員5,200円※未就学児入場不可

12/15(日)第24回 市民第九演奏会2019

新着！あなたも<歓喜のステージ>に参加しませんか？

年末の風物詩、24回目の市民第九演奏会。一流演奏家と250名を超える地元出演者が一体となって、壮大なハーモニーと大きな感動を創りあげます。ただいま、第九管弦楽団と第九合唱団への参加者を募集しております。詳細はホールまでお問合せください。

■14時開演 ■大ホール ■演奏曲目 ベートーヴェン交響曲第九番ニ短調『合唱付』 ■出演 吉田悟(指揮)/山口道子(ソプラノ)/岩森美里(アルト)/星洋二(テノール)/末吉利行(バリトン)/市民第九管弦楽団2019/市民第九合唱団2019

【9月の休館日】3・10・17・24日は休館します。【市内プレイガイド】都の杜うぐいすホール☎(43)1515 都留市まちづくり交流センター(旧文化会館)☎(43)1321 セブンイレブン都留文大通り店☎(45)1774 ファミリーマートかぶとや都留店☎(45)1855

【会員予約・割引】友の会会員優先予約チケット、料金割引はうぐいすホールのみでの取り扱いとなります。

【各公演の問合せ・チケット予約】都の杜うぐいすホール(一般財団法人 都留楽友協会) 【ホームページ】http://uguisuhall.jp

協働通信

市内7地区にある地域協働のまちづくり推進会(以下「推進会」)では、様々な活動を通して、地域の課題解決や住み良いまちづくりに取り組んでいます。

今月は今年度、盛里地域推進会の会長に就任された小俣 貴紀会長に地域への思いや活動の様子について、お話を伺ってきました。

◆先輩から引き継ぐ思い

これまで老人クラブや旭子ども教室に関わってきましたが、この度、先輩から引き継いで会長に就任しました。この「先輩から引き継ぐ」ことが、重要だろうと考えています。

盛里地域の推進会では、1期2年ごとに会長職が変わります。そうすると、推進会の活動に関わった人がどんどん地域に増えていきますので、推進会の輪が地域に広がっていくメリットがあります。

また、先輩からは、地域への思いや伝統も引き継いできました。推進会の活動を通して、地域の魅力を次の世代に繋いでいきたいと思っています。

◆子どもたちと「顔が見える」関係

盛里地域は人口の少ない地域ではありませんが、それは逆に強みにもなっていると思います。

▽都留市まちづくり
市民活動支援
センター
都留市中央3-8-1
都留市まちづくり
交流センター1階
▽開館
火～日(祝日除)
8:30～17:15
▽問い合わせ先
mail: shien@city.
tsuru.yamanashi.jp
☎(43)1321
FAX(43)1322



▲旭子ども教室のようす 農業体験やものづくり、大学生の公開講座などさまざまな活動を行っています。

私は農業体験で旭子ども教室に長く携わっていますが、来てくれる子どもたちは覚えますし、子どもたちも私たち指導員のことを覚えてくれる。そうすると、学校を卒業しても、まちで会った時には声をかけてくれます。

世代間交流や地域コミュニティが希薄になっていっていると言われる時代ですが、盛里地域は子どもたちの関係がつけられていっていると感じますし、子どもたちの見守りにも繋がっています。

◆地域のことは自分たちで考える

推進会のさまざまな活動は、地域の皆さんの協力があるからこそ続けられるものです。地域のことを皆で考え、皆で実

行していくことで、地域への愛着や人々の繋がりが育まれます。これからも、大きなことをしようと思わず、日々の活動を着実に、堅実に進めていき、地域の魅力を次の世代に繋いでいきたいと思っています。

▼毎年秋に開催する高齢者ふれあいの集い 子どもたちの発表や大学生による演奏 啓発講座などの催しが行われます。



地域のお知らせ

◆谷村地域

高校生ボランティアスクール

対象 高校生

日時 9月6日(金)8時55分～15時20分

場所 都留興譲館高校

問合先 都留市社会福祉協議会

☎(46)5115

◆夢実現ひろば「大学との交流」

日時 9月19日(木)13時30分～15時30分

場所 まちづくり交流センター

問合先 まちづくり交流センター

☎(43)1321

開地地域 防災研修会

健康科学大学の方を講師に迎え、身の回りのものを使った応急手当の方法を学びます。

日時 9月26日(木)19時

場所 都留文科大附属小学校体育館

問合先 開地地域協働のまちづくり推進

会会長宮澤宏

☎(43)6618

◆東桂地域

十日市場・夏狩湧水群遊歩道の草刈と清掃

日時 9月21日(土)8時30分

場所 関山産業裏側の駐車場広場

鹿留川河川敷公園の草刈と清掃

日時 9月14日(土)8時30分

場所 旧相川プレス工場裏の広場

持ち物 清掃できる服装、軍手、鎌

※エンジン刈払機をお持ちの方は当日、お持ちいただけると幸いです。

問合先 東桂地域コミュニティセンター

☎(45)6644

◆盛里地域

ふれあいの集い・文化展

日時 9月29日(日)10時～15時

場所 旭小学校体育館

問合先 盛里地域コミュニティセンター

☎(48)2002

梅雨が明けたばかりの7月下旬、今年も都留文科大学のキャンパスの森にある巣箱でムササビが子育てを始めた。巣箱は、縦90cm×横45cm×奥行き45cmで、出入り口はムササビの顔のサイズに合わせて直径10cmにしてあります。これまでも何度かこの巣箱でムササビが子どもを産みました。しかし無事に巣立った例は数えるほどしかありません。

この森にはムササビの天敵であるテンや野ネコがいるため、それが子育てを難しくしている一因なのかもしれない。とくにテンは木登りが上手く、ムササビを襲うこともあります。「食べる」、「食べられる」という関係は自然の摂理とはいえ、巣箱を設置した以上、不用意に天敵をおびき寄せる結果になってしまうのもよくありません。そこでテンが滑って木に登れないように巣箱の周囲の木にトタンを巻きつけてみました。これ以降、ムササビはこの巣箱で子育てをするようになりました。

ムササビのように木から木へと滑空する哺乳類は、リスの仲間(じつはムササビはリスの仲間です)だけで36種います。皮膜を広げて滑空するという方法は、安全で速く、エネルギーもほとんど使いません。ムササビは日本だけに生息する固有種で、滑空する哺乳類のなかでも最大級の大きさです。頭の先から尾の先

までで70cmを超えることもあり、体重は1kgほどです。また滑空する哺乳類のすべてが夜行性ですが、これは天敵となるタカなどの猛禽類を避けるためでしょう。

ムササビは一生を樹上で暮らして、ほぼ完全な植物食です。一頭が生きていくのにオスで約2ヘクター、メスで約1ヘクターの森が必要となるそうです。豊かな森がムササビの暮らしを支えていることになりました。

都留文科大学のホームページには「ムササビライブカメラ」というコーナーがあり、いつでもムササビの様子を観察することができます。この時期の昼間、母親はたいいてい仰向けで寝ています。これは授乳しやすい姿勢なのでしょう。この姿勢だけを見ていると子育ての緊張感は伝わってきません。しかし物音がするとすぐに体を起こして巣箱から顔を出し、外のように調べます。子どもへの定期的な毛繕いを欠かさず、夜の活動時には、短時間で巣箱に戻り子どものようすを確認します。1カ所に留まることは少なく頻りに巣を変えます。ぼんやりしているようにつねに周囲への注意と警戒は怠りません。このような子育てが90日ほど続きます。ムササビの子育てから、私たちが日常を生きていくための知恵も学ぶことができそうです。

連載・青少年健全育成シリーズ 第326回

「ムササビの子育て」

青少年の声かけあいさつ運動の推進
『大人も子どももすすんであいさつをしよう』

毎月第1日曜日は「家庭の日」
毎月第3日曜日は「青少年を育む日」です。
青少年育成都留市民会議編集委員

広報「つる」広告募集！

あなたのお店の広告を広報つるに載せてみませんか？
広報「つる」は、都留市内の各家庭に配布されています
(10,500部発行)ので、多くの方の目に触れます！

問合先：総務課 法制広報担当

広告料金

掲載場所	印刷色	金額/枠	備考
裏面	カラー	20,570	2カ月掲載
内面	2色刷り	10,280	2カ月掲載

掲載月は、①1・2月②3・4月③5・6月④7・8月
⑤9・10月⑥11・12月の6パターンとなります。
掲載状況は、下記をご参考としてください。
また、詳細につきましては、ぜひお問い合わせください。

広告掲載欄

広告掲載欄

増えている大腸がん ～自分は大丈夫と思っていないですか～

国内での大腸がんの罹患数(患者数)はこの30年で約6倍に増え、県内でのがん死亡者数のうち、大腸がんを原因とする方の割合は男女ともに第2位となっています。(男性1位 肺がん、女性1位 乳がん)

自覚症状がないから自分は大丈夫と思っていないか?大腸がんは進行するまでほとんど自覚症状がないと言われています。定期的な検診により、大腸がんで亡くなるリスクが約60%以上減るといわれています。

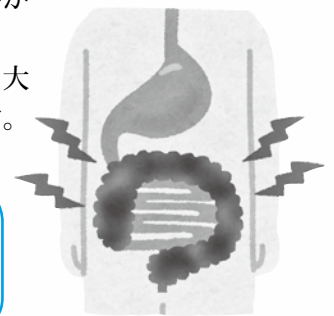
出典:国立がん研究センターがん対策情報センター



大腸がんとは?

大腸がんは大腸(結腸、直腸、肛門)に発生するがんで、腺腫という良性のポリープががん化して発生するものと正常な粘膜から直接発生するものがあります。

日本人はS状結腸と直腸にがんができやすいと言われており、男女とも40歳代から大腸がんにかかる人が増えます。また、高齢になればなるほどその罹患率は高くなります。



主な症状

- 便秘 ○下痢 ○残便感
- 腹痛 ○貧血
- 便に血や粘液が混じる

要因

- 食生活の欧米化により肉類などの動物性脂肪の摂取量が増えたことが増加の大きな要因としてあげられています。

山梨県のがん罹患の現状(2016年)

	1位	2位	3位	4位	5位
全体	大腸	胃	肺	肝臓	悪性リンパ腫
男性	大腸	前立腺	胃	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	子宮	胃	肺

出典:国立がん研究センターがん対策情報センター、山梨県地域がん登録事業 がん登録データ

がん検診を受けましょう!

大腸がんの検査方法

代表的なものに便潜血検査が挙げられます。便に混じった血液を検出する検査です。がんやポリープなどの大腸疾患があると腸内に出血することがあり、その血液を検出することが目的です。

がん検診の実施

日時
10月4日(金)～8日(火)

場所
いきいきプラザ都留

対象
本市に住民登録のある方
※申込方法や詳細などについては健康子育て課 健康推進室までお問い合わせください。

検診項目	対象者	検査内容	個人負担金	
			20-69歳	70歳以上
1 胃がん検診	20歳以上 ※喀痰については、「喫煙指数」重視(1日の喫煙本数)×(喫煙年数)	バリウムを飲みレントゲン間接撮影	1,200円	600円
2 肺がん検診		レントゲン間接撮影	350円	65歳以上無料
3 肺がん喀痰検診		喀痰検査	850円	450円
4 大腸がん検診		便潜血反応検査(2日法)	550円	300円
5 腹部超音波検診	50歳以上の男性	超音波検査	950円	500円
6 前立腺がん検診		血液検査	50歳以上の男性 450円	
7 乳がん検診		30歳以上の女性	●バス検診→問診・マンモグラフィ(視触診無し)	70歳以上の方:600円 40-49歳までの方:1,550円 その他の年齢の方:1,150円

※年齢基準は令和元年度(平成31年4月1日～令和2年3月31日)に達する年齢です。

もっと。ずっと。元気

問合先 長寿介護課
地域包括支援センター
☎(46)5114

介護者交流会開催

在宅介護の方、

一緒に語り合いませんか？

介護をしている方や介護経験のある方が悩みを相談し、情報交換をして、リフレッシュをする会です。

日時 9月18日(水)10時～12時
場所 寿美吉

(都留市法能2494-2)

対象者 現在、介護を行っている人、介護経験者、介護従事者及びボランティア

※当事者の参加もできますので、ご相談ください。

参加費 100円

内容

○介護者のリフレッシュ～楽しく学んで食事をして交流会～

○懇親会

○昼食会(希望者のみ)

時間 12時～13時30分

※交流会予約時に申し込みをしてください。

食事代 1,000円

送迎 参加希望で交通手段のない方はタクシーを手配します。予約時に申し込みをしてください。

認知症サポーター養成講座

まずはあなたが理解者になろう

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者になってみませんか。この養成講座を受講した人が、サポーターになります。受講者に渡されるオレンジリングは、認知症の人を支援する意思を示すものです。

また、認知症サポーター養成講座は近所や自治会などの集まりや企業研修など、10名以上集まれば出張講座も行いますので、お気軽に地域包括支援センターまでお問い合わせください。

日時 10月30日(水)
13時30分～15時

場所 いきいきプラザ都留

対象

主に市内在住の方

費用

無料

内容 認知症の診断、治療、予防及び対応などを話し合いながら分かりやすく講話します。

※受講を希望される場合は、事前予約が必要です。左記申込先にご連絡ください。

申込・問合先

地域包括支援センター

☎(46)5114

「いーばしよ」開催

地域の住民や団体が主体となって運営する身近な高齢者の「いーばしよ」(居場所)です。

禾生地区「さなえ会」

日時 9月10日、17日、24日(火)

13時30分～15時30分

場所 保寿院内「以為芭笑」

参加費 1ヵ月 300円

問合先

長田
☎080(1051)8338

開地地区「集寺(つどってらー)」

日時 9月6日、13日、27日(金)

13時30分～15時30分

場所 真福寺客殿

参加費 1回300円

問合先 真福寺 亀澤

☎(43)3424

認知症カフェ開催

本人と家族がくつろいだり、情報交換をする場所です。

オレンジカフェおおばら

日時 9月12日(木)

13時30分～15時30分

場所 みんなの家

参加費 100円

申込・問合先 みんなの家

☎(56)8200

オレンジカフェつる

日時 9月15日(日)

14時～16時

場所 いきいきプラザ都留デイサービスセンター

参加費 100円

申込・問合先 社会福祉協議会

☎(46)5117



お知らせ & 募集

9月

お知らせ

119番通報の際は

平成27年より都留市、大月市、上野原市の3消防本部合同による山梨県東部消防指令センターが設置され、119番通報は一括して指令センターで受け付けています。そのため、市内からの119番通報でも本市の職員が対応するとは限りません。字名や自治会名などでの通報は、確認作業のために出動が遅れる場合があります。通報の際は、市町村名から住所を伝えるよう、協力をお願いします。

119番通報の方法

- センター員が緊急車両の出動に必要なことを順番にお伺いします。
- ① 火事が救急かを伝える
 - ② 来てほしい住所を伝える
※「都留市」と住所を伝えてください。住所が分からない場合は、目標となる建物や店舗・場所(バス停など)を伝えてください。
 - ③ 具合の悪い方の年齢、性別、症状を伝える
 - ④ 通報者の名前と連絡先を伝える
※指令センターから折り返し連絡することがあります。連絡がとれる番号を伝えてください。

※その他、詳しい状況、持病、かかりつけ病院など、答えられる範囲で伝えてください。

問合せ先 東部消防指令センター
☎(45)0119

秋の全国交通安全運動

運動期間 9月21日(土)～30日(月)
交通事故ゼロを目指す日
9月30日(月)

一人ひとりが交通ルールを守り、交通事故防止に努めましょう。

スローガン
乗せるのはきみの宝と、その未来

運動の重点

- 子どもと高齢者の安全な通行の確保
 - 高齢運転者の交通事故防止
 - 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
 - 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - 飲酒運転の根絶
 - 二輪車の交通事故防止(本県重点)
- 秋は夕暮れ時や夜間の交通事故が多発します。夜間外出時は、明るい服装と反射材を身に付け、運転者は、ライトの遠め近めの切り替えで歩行者を守りましょう。

街頭指導の実施について

9月26日(木)10時より、田野倉地区の国道で街頭指導所を開設し、通行車両に啓発物品を配布して安全運転を呼びかけます。

自転車保険加入のすすめ

自転車という「誰でも気軽に乗れる身近な乗り物」といったイメージが強いかもしれませんが、しかしながら、身近にあり気軽に乗れる自転車だからこそ、事故

が起きた際のケガは重大なものになってしまいうリスクが高く、その危険性について理解している方は少ないのではないのでしょうか。

このような自転車のリスクに備えるのが、自転車保険の役割です。近年、自転車を運転する方が加害者となる事故の増加や、賠償金が高額になる事例が相次いでいることから自転車保険の重要性が高まっています。

自転車に乗られる方は、万が一に備え、自転車損害賠償保険への加入をおすすめします。

特定計量器の定期検査

取引、または証明(商取引など)に特定計量器を使用する場合、これらの計量器は計量法で2年に1度、検査を行うことが定められています。検査を受けていない計量器を取引や証明に使用すると罰金を科されることもあります。

日程 10月8日(火)～10日(木)
受付時間 10時30分～15時

場所 まちづくり交流センター
定期検査の対象となる計量器

- ① 商店などで商品の重さを量り取引に用いる場合
- ② 薬品などで薬の調合に用いる場合
- ③ 学校や病院などで体重測定に用いる場合
- ④ 宅配取次店、金物荒物店、金属材料業、農家の庭先販売などで重さを量り、取引に用いる場合

※ヘルスメーターやキッチンスケールなどは家庭で使用するための計量器であるため、取引や証明を使用することはできません。

問合せ先 産業課商工観光担当

重度心身障害者医療費助成金受給資格者証の更新について

今年度は、重度心身障害者医療費助成金受給資格者証の5年に一度の更新年度です。障害者手帳で受給資格者証を取得している方には9月上旬に通知を送付しますので、必要事項を記入の上、更新手続きをお願いします。

受付期間

9月9日(月)～27日(金)
平日8時30分～17時15分
※ただし、水曜日は19時まで

※障害年金で受給資格者証を取得した方の申請は、8月中で終了しています。まだ更新していない方は、至急、手続きをお願いします。

受付場所 いきいきプラザ都留1階福祉課窓口

持ち物 更新申請書・委任状兼同意書・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者手帳のうち、お持ちの手帳のコピー・振込先口座の通帳のコピー・受給者の健康保険証のコピー・印鑑

問合せ先 福祉課障がい者支援担当
☎(46)5112

年金生活者支援給付金制度

この給付金は公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の方を支援するため、年金に上乗せして支給されるものです。

対象

- ① 65歳以上の老齢基礎年金を受給している方のうち、世帯員全員が市町村民税非課税で年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下の方
- ② 前年の所得額が約462万円以下

下の障害基礎年金、遺族基礎年金を受給している方
請求手続

- ① 平成31年4月1日以前から年金を受給している方
- ・ 日本年金機構から請求手続きの案内が送付されますので、同封の年金生活者支援給付金請求書を記入し、返送してください。
- ② 平成31年4月2日以降に年金を受給しはじめた方
- ・ 大月年金事務所、または市民課保険年金担当で手続きをしてください。

問合せ先 厚生労働省年金生活者支援給付金専用ダイヤル
☎0570(05)4092

後期高齢者医療川柳募集

後期高齢者医療制度への関心を高めるため、日々の生活をテーマに川柳を募集します。

募集テーマ 「私の宝物」

応募期間 9月1日(日)～10月31日(木)※必着

応募資格 山梨県後期高齢者医療制度の被保険者

応募方法 川柳とペンネーム、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、職業を記入し、郵送または電子メールにて一人2句まで送付してください。

電子メール送付先
kouho@yamamashi-ryoukouki.jp

※題名は「山梨県後期高齢者医療広域連合川柳応募」としてください。

※詳細はお問い合わせください。

申込・問合せ
山梨県後期高齢者医療広域連合
〒400-8587

甲府市蓬沢1-15-35

☎055(236)5671

防災行政無線の時報音楽

防災行政無線のデジタル化に伴い、4月から時報音楽が変更となりました。

季節	曲名	
	朝	夕方
春 (3～5月)	エーデルワイス	野ばら
夏 (6～8月)	牧場の朝	夕焼け小焼け
秋 (9～11月)	恋は水色	赤とんぼ
冬 (12～2月)	浜千鳥	家路

働きたい若者を応援します！

ぐんない若者サポートステーションは若者の就労支援を行う施設です。就労の相談、ビジネスマナーや面接指導、職場見学などを行っています。

利用時間 平日9時30分～18時
場所 富久澄ビル2階
 (富士吉田市上吉田2-4-19)
対象 15歳～39歳の就職希望者
利用料 無料
申込・問合せ ※利用は要予約
 ぐんない若者サポートステーション
 ☎0555(23)0080
 URL <http://cca.jp/ys/>

イベント

エコハウスサロン

市民、大学生、移住者など世代を超えて気軽に語り合う「エコハウスサロン」を開催しています。

禅カフェ

桂林寺の織田宗泰副住職による、オリジナルお香袋作り体験や法話を行います。

日時 9月17日(火)10時～12時
場所 都留市移住・定住相談センター(市役所隣り)
定員 15名(要予約、参加無料)
申込・問合せ
 都留市移住・定住相談センター
 ☎(56)7511

地域別福祉関係就職相談会

福祉の仕事がしたい。地域限定で仕事を探したい。そんなあなたを応援します。

日時 9月24日(火)
 13時30分～15時30分
場所 いきいきプラザ都留
参加費 無料※申込不要
問合せ 山梨県福祉人材センター
 ☎055(254)8654

出張がん相談

日時 10月3日(木)
 13時30分～16時
場所 富士吉田市民会館
 (富士吉田市緑ヶ丘2-5-23)
対象 がん患者や家族、関係者
 ※予約なしの参加も可能ですが、事前の予約が確実です。
申込・問合せ 山梨県がん患者サポートセンター
 ☎055(227)8740

移動県民相談会

日時 9月19日(木)10時～15時
場所 河口湖ショッピングセンターIBELL
 (富士河口湖町船津2986)

相談内容 消費生活相談、法律相談、交通事故相談など

問合せ 山梨県民生活センター
 ☎055(223)1571
 富士吉田市消費生活センター
 ☎0555(22)1111

富士ふれあいの村まつり

日時 9月14日(土)10時～
場所 富士ふれあいの村運動場
 (富士河口湖町船津6663-1)
内容 パフォーマンス、作品展
 示・販売、模擬店など
問合せ 富士ふれあいの村まつり運営委員会
 ☎0555(72)5533

講座・教室

防災講演会の開催について

防災に関する地域住民の「自助・共助」の強化を図るため、自主防災会などを単位とした地域間の防災ルールとなる「地区防災計画」の策定を進めています。そこで、地区防災計画の理解を深めることを目的に防災講演会を開催します。

日時 9月12日(木)19時～20時45分
会場 都の杜つくいすホール
講師 鈴木猛康
 (山梨大学大学院総合研究部教授)
申込・問合せ 総務課危機管理担当
 ☎(46)0111

危険物取扱者試験

会場及び試験日
 ○山梨英和大学 10月20日(日)
 ○都留文科大学 10月26日(土)
種目 甲種、乙種(全類)、丙種
願書受付期間
 ○電子申請
 8月30日(金)～9月6日(金)
 ○書面申請
 9月2日(月)～9日(月)※平日のみ
書面申請提出先 ※郵送可
 消防試験研究センター山梨県支部
 (甲府市塩部2-2-15)
受験手数料 甲種6,500円・乙種4,500円・丙種3,600円
問合せ (一財)消防試験研究センター山梨県支部
 ☎055(253)0099
 消防本部消防課・予防担当
 ☎(43)2341

下水道排水設備工事責任技術者認定試験

下水道の排水設備工事を施工する指定工事店には、「下水道排水設備工事責任技術者」の資格を有する者の専属が必要です。

受付期間
 9月18日(水)～10月9日(水)
講習会
 10月29日(火)10時～16時
試験日
 11月24日(日)10時～12時15分
場所
 県立男女共同参画推進センター
 (甲府市朝気1-2-2)
申込・問合せ
 (公財)山梨県下水道公社
 ☎055(263)2738
 ※申込用紙は市役所上下水道課にあります。

慌てないで！災害後の住宅修理トラブル

事例
 台風で屋根が破損し、雨漏りしたので、慌てて手元にあったチラシの事業者で電話して来てもらった。心急処置としてブルーシートを掛けてもらい、屋根のふき替え工事をしてもらったことになったが約200万円と高額だった。もっと安い屋根材を使うようお願いしたが、「これしか扱っていない」と言われた。雨漏りで困っていたこともあり契約したが、やはり高額なので解約したい。

ひとこと助言
 ●豪雨や台風など自然災害による被害で、住宅の修理などが必要な場合でも、慌てずに復旧すること。
 ●安心して依頼できる事業者について、日ごろから情報を集めておくことも大切です。
 ●自然災害が起きた後は、住宅修理や便乗商法などのさまざまな相談が寄せられます。困ったときは、早めにお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。
 (国民生活センター見守り新鮮情報より)

問合せ・相談窓口
 市民課市民窓口担当
 ☎(46)0170

消費生活相談 暮らしの豆知識

ひとこと助言

●豪雨や台風など自然災害による被害で、住宅の修理などが必要な場合でも、慌てずに復旧すること。

公園管理講習会

刈払機取扱作業者の資格取得のための講習会を開催します。

日時 10月8日(火)～11日(金)
9時～17時

会場 大月市勤労青年センター
(大月市猿橋町猿橋867)

定員 15名(書類選考により決定)
申込締切 9月9日(月)

対象 就業を希望するシルバー人材センターに登録済みの60歳以上の方

申込・問合先 山梨県シルバー人材センター連合会
☎055(228)8383

植物観察会参加者募集

日時 10月4日(金)
10時20分～14時30分

場所 東京都品川区小山台都立林試の森公園(現地集合)

定員 30名
参加費 保険料300円

※旅費は自己負担になります。
※定員になり次第締め切り。
※9月26日(木)13時30分から参加者説明会を行います。

申込先 都留市中央公民館
☎(43)1451

暮らしに役立つ「生活術」料理

日時 9月28日(土)9時30分～13時

場所 いきいきプラザ都留
対象 市内在住の40歳以上の方

参加費 300円
持ち物 エプロン、三角巾
申込期限 9月20日(金)
問合先 都留市社会福祉協議会
☎(46)5115

暮らしに役立つみんなの広場

文大生との交流
管弦楽団 演奏会

日時 9月21日(土)
10時30分～12時

場所 まちづくり交流センター
定員 30名

申込期間 9月5日(木)～20日(金)
産後女性の骨盤エクササイズ教室

日時 9月25日(水)
13時30分～15時

場所 まちづくり交流センター
対象 成人女性

定員 15名
申込期間 9月5日(木)～20日(金)
共通申込・問合先

まちづくり交流センター
☎(43)1321

※空きがある場合、当日参加も可能
健康ジム

健康ジムからのお知らせ
敬老の日イベント 9月16日(月)・
祝は65歳以上の方の利用料が無料
となります。

美BODYエクササイズ
クビレ作ります!
日時 9月8日(日)
10時～11時

参加料 400円(別途利用料)
対象 高校生以上各回15名
卓球特別イベント教室

日時 9月21日(土)
10時～11時30分

参加料 400円(別途利用料)
対象 小学生以上各8名
持ち物 卓球ラケット

リズムミック★ボクシング

日時 9月29日(日)
10時～11時

参加料 400円(別途利用料)
対象 高校生以上各12名

※いずれも内履きを持参
共通問合先 都留市健康ジム
☎(45)4111

大学コンソーシアムつる

都留文科大
十日市場・夏持地区の湧水さんぽ

東桂地区の「十日市場・夏持湧水群」について大学教員が解説しながら湧水を見て歩きます。

日時 10月6日(日)9時～11時
30分(雨天中止)

集合 大学地域交流研究センター
参加料 320円

定員 10人(要事前申し込み)
申込・問合先 地域交流研究センター
☎(43)4341(内線606)

10月開講講座

・商業簿記3級(後編)
・新入社員フォローアップ研修
・コミュニケーション英会話
・パワーポイント(プレゼンテーション)

11月開講講座
・アクセス基礎
・アクセス応用
・ISO9000シリーズ内部監査員スキルアップコース

申込・問合先 県立産業技術短期大学校都留キャンパス
☎(43)8911

URL <http://www.ytjc.ac.jp>

道の駅つる

道の駅つるイベント情報
味噌作り体験教室

日時 9月28日(土)13時～

金額 2,160円
定員 10名

肉祭り
開催日 9月29日(日)

毎月恒例の肉祭りを開催いたします。人気の部位がお安くなっています。

問合先 道の駅つる
☎(46)1110

木造住宅フェスティバル
日時 9月23日(月・祝)
10時～16時(小雨決行)

イベント内容 木造住宅の建て方
工法技術の実演と餅まき(13時30分ごろ)、のこぎり体験、木工教室、
マスのつかみ取りなど

問合先 ケイプロの家
☎(43)8007

都留市の気象

	令和元年7月	平成30年7月	10年間の平均
最高気温	(29) 35.3℃	(23) 37.1℃	36.3℃
最低気温	(9) 15.5℃	(9) 18.1℃	16.8℃
平均気温	22.2℃	26.0℃	24.5℃
降水日数	1.0mm以上 16日	1.0mm以上 12日	1.0mm以上 11.3日
降水量	182.0mm	320.0mm	161.3mm
平均湿度	84%	74%	71%

都留市消防署調べ()はその日

今年の夏は急に暑くなって、体調を崩してしまった人も多かったね。今後も熱中症にはくれぐれも気を付けてね!



義援金について

市役所などで受け付けている日本赤十字社の義援金の受付期間は次のとおりとなります。

- 北海道胆振東部震災義援金 令和元年9月30日まで
- 熊本地震災害義援金 令和2年3月31日まで
- 東日本大震災義援金 令和2年3月31日まで
- 平成30年7月豪雨災害義援金 令和2年6月30日まで

義援金受付場所

市役所、いきいきプラザ都留、各地域コミュニティセンター、まちづくり交流センターにおいて窓口を設置しております。



市内で活躍する「人」・「団体」、市内の「出来事」
などにスポットをあて、ご紹介するコーナーです。



消防相互応援協定の調印式が行われました！



7月17日(水)、都留市消防本部と富士五湖広域行政事務組合富士五湖消防本部との「消防相互応援協定」の締結にともない、調印式が富士吉田市の富士五湖消防本部にて行われました。

この協定は、2020東京オリンピック・パラリンピック競技大会自転車ロードレース競技において、道志村と山中湖村を通過する競技車を都留市消防本部と富士五湖消防本部の救急車が合同で追走する救護体制が決定したことをうけ、締結となりました。

今後、本協定により相互の地域での火災、救急、救助事故などに対し、消防力の応援が迅速化し、より消防体制の強化が図られることとなりました。

渡邊 長重さんが瑞宝双光章を受章されました！

四日市場の渡邊 長重さんが6月1日(土)に内閣府より高齢者叙勲を受け、瑞宝双光章を受章され、その伝達式が7月26日(金)にいいききプラザにて行われました。

渡邊さんは、谷村第二小学校の校長などを歴任されました。退職後は南都留地区教育会理事のほか、市陸上競技協会、市書道連盟の会長なども努められました。

40年以上にわたり、学校教育の振興に貢献し、特に功績が顕著であると認められ、叙勲を受けられました。

渡邊さんおめでとうございます。
今後も市の発展にご協力をよろしく
願います。



乳幼児用絵本を寄贈していただきました！



寄贈いただいた絵本の一部です。国際ソロプチミスト山梨一芙蓉の皆さま、ありがとうございました。



8月7日(水)、国際ソロプチミスト山梨一芙蓉の皆さまから、いいききプラザ都留の子育て世代包括支援センター「子育てほっとステーション」へ乳幼児用絵本16冊を寄贈していただきました。

同会からは長年にわたり絵本や玩具などを寄贈していただいております。

ソフトテニス全国大会で上位入賞の活躍！



第36回全日本小学生ソフトテニス選手権大会が7月下旬に栃木県にて開催され、市内在住で都留クラブジュニア所属の藤原奏くん、森嶋サラさん、佐藤莉子さんが山梨県代表として出場し、その結果報告会が8月13日(火)に市役所にて行われました。

5月に行われた県予選では、藤原君は男子の部で優勝、森嶋さんと佐藤さんは女子の部で準優勝の成績を収め、それぞれ県の団体メンバーの一員に選出されました。

むかえた全国大会では、全国の強豪と熱い戦いを繰り広げ、男女ともに9位に入賞しました。なお、山梨県代表が本大会で男女ペア入賞を飾るのは初めてのことです。

選手の皆さん、入賞おめでとうございます。これからも頑張ってください！

のびのび興譲館夏の全体キャンプを開催しました！

「夏の全体キャンプ」を7月30日(火)、31日(水)に「宝の山ふれあいの里」で行い、小学4年生から6年生の塾生23人が参加しました。

夕飯づくりでは、火をおこすための薪割りから自分たちで行い、火おこしに苦戦しましたが、無事に羽釜でご飯を炊き、焼きそばやみそ汁を作ることができました。

子ども達は水分補給や休憩をしながら元気に2日間の活動を終え、キャンプを通じて、ちがう学校や学年の子とも達同士が仲間作りを行い、川遊びや野外調理、ナイトハイクなど普段できない体験をしました。

のびのび興譲館では、今後もさまざまな体験活動を行っていく予定です。



おもちゃ花火教室を開催しました！



消防本部では6月22日(土)に青藍幼稚園、7月12日(金)に宝保育所で「おもちゃ花火教室」を開催しました。

この教室は幼少期からの火災予防に対する意識向上とおもちゃ花火による事故被害防止のため、幼児を対象に今年度から開催しています。

青藍幼稚園では、同園を卒園し、現在は相模原市を中心に活躍されている花火職人による花火の作り方の説明や花火玉の展示を行いました。宝保育所でも保護者の方々にサポートをしていただき、教室を無事に終えることができました。保護者や関係者の皆さま、ご協力ありがとうございました。

花火をするときは決まりごとを守り、火事や火傷などが起きないように安全に気をつけて楽しみましょう！

都留市の人口

R1.8.1 現在
 男 14,847人 (-63)
 女 15,434人 (+8)
 計 30,281人 (-55)
 世帯数 世帯13,123(-55)
 ※()内数字は、前月比

9月の納税

国民健康保険税(第3期)
 介護保険料(第3期)
 後期高齢者医療保険料
 (第3期)

都留市民憲章

わたくしたち都留市民は
 ○健康で明るいまちにいたします。
 ○自然を愛し、美しいまちをつくります。
 ○文化都市にふさわしい豊かなまちを築きます。
 ○たのしく働き、活気ある産業のまちに育てます。
 ○たがいに信じ、協力し、平和なまちをつくります。

Happy First Birthday!

広報つる 10月号からの新企画！！ ～お子さんの1歳の誕生日を広報つるでお祝いしよう！

1歳のお誕生日を迎える都留市のお子さんの写真と、ご家族のメッセージを募集します。
広報でご家族の思い出づくりをしませんか？ベストショットをお待ちしています。


応募方法

①持ち込みの場合

写真のデータを期日までに、市役所総務課法制広報担当までご持参ください。

②メールの場合

次のアドレス宛に以下の内容を記載し、
各月の期日までに送信してください。

メールアドレス kouhou@city.tsuru.lg.jp または、 から読み込んでください。

記載内容

- 応募者(父母)の氏名(ふりがな)、住所、連絡先(日中連絡がとれる番号)
- お子さんの氏名(ふりがな)、生年月日
- お子さんに向けた愛情たっぷりのメッセージ
※40字以内・絵文字、顔文字、記号は使用できません。

写真データについて

- 子どもの頭からあごまでが写った写真データ
※500KB～10MBのカラーデータで加工していないもの)

都留CATVでの放送について

- いただいた写真をもとに、都留CATVにてスライドショー形式で放送をします。
放送を希望しない方は、応募の際にその旨を明記してください。



10月号へ掲載する対象のお子さん

平成30年10月に生まれたお子さん

応募期限 9月10日(火)

問合せ先 総務課法制広報担当 ☎(43)1111

まちを好きになるアプリ 広報つるを



マチイロ

スマホへ配信!

今すぐアプリを
ダウンロード!
(iOS、アンドロイド対応)



都留市役所開庁日のご案内

月曜日～金曜日

8:30～17:15(祝日は閉庁)

水曜日は市民課・税務課のみ

19:00まで開庁

広告掲載欄

広告掲載欄